

opusdei.org

# 5 rad, jak przetrwać początek roku szkolnego

Na początku roku szkolnego często trudno jest wejść w rytm, ale to idealny moment, by dobrze się zorganizować i wzmocnić życie rodzinne.

20-09-2025

Teraz, gdy już weszliśmy w nowy rok szkolny i znów zaczynamy rutynę, może to być dobra okazja, by wyznaczyć sobie pewne linie wychowawcze na ten rok. Chodzi o

to, aby dobrze planować i nie pozwolić, by to wydarzenia decydowały za nas.

### **1. Pomóż dobrze zaplanować zajęcia i naukę swoich dzieci.**

**Dobry plan dnia pomaga uporządkować życie.** Sprawdź z nimi, czy jest on zrównoważony – czy uwzględnia także czas na sport, odpoczynek, rozwój umiejętności, życie duchowe, inicjatywy na rzecz innych...

**2. Nie przepełniaj planu zajęciami dodatkowymi. Zostaw miejsce na swobodną zabawę.** To również ma wartość wychowawczą: tworzy więzi z rówieśnikami, ułatwia zdobywanie nowych doświadczeń, rozwija kreatywność. Dzieci potrzebują wolnej przestrzeni, by się rozwijać i dojrzewać.

**3. Postanówcie jako rodzina, w jaki sposób ograniczycie korzystanie z telefonów i komputerów, aby**

**spędzać więcej czasu razem.** Trzeba odzyskać naszą wspólną przestrzeń! I dobrze wiesz, że nie chodzi tylko o nastolatków. Dorośli też bywają uzależnieni i potrzebują czasu offline. Zaplanuj to i nie zostawiaj w szufladzie dobrych intencji.

**4. Postawcie na rodzinne wycieczki w ciekawe miejsca, zwłaszcza na łono natury.** Zapewniam, że to lepsze niż spędzenie weekendowego popołudnia w centrum handlowym. Jest tyle pięknych miejsc do odkrycia! To kąpiel w kulturze, naturze, poznawaniu naszej ziemi... i jednocześnie czas najwyższej jakości dla życia rodzinnego.

**5. Kolacja w gronie rodziny – ilekroć to możliwe – to świetna okazja, by opowiedzieć sobie (i wysłuchać), co wydarzyło się w ciągu dnia.** Na pewno wiele się dowiesz, a komunikacja w przyszłości stanie się łatwiejsza. To

powinien być święty czas dla całej rodziny.

Jak widzisz, to proste rady, ale zapewniam cię, że jeśli wprowadzisz je w życie i zaplanujesz już teraz, na początku roku szkolnego, wydarzą się w twojej rodzinie rzeczy naprawdę wspaniałe.

Omnes

.....

pdf | dokument generowany  
automatycznie z <https://opusdei.org/pl-pl/article/5-rad-jak-przetrwac-poczatek-roku-szkolnego/> (31-03-2026)