

A Kiskunhalasi SZC Kiskunfélegyházi Kossuth Lajos Szakképző Iskolája és Kollégiuma 2016. októberében nyújtotta be pályázatát a meghirdetett „Boldog Iskola” cím elnyerésére.

„A program kiemelt küldetése, hogy a pozitív pszichológia eredményeire építve adjon ötleteket és módszertani segítséget a boldogságra való képesség fejlesztéséhez az iskolás korosztály számára.” (Boldogság Program)

A pályázat egyik feltétele volt, hogy az iskola legalább egy tanulócsoport bevonásával igazoltan tartson havonta legalább egy Boldogságórát, és a program fenntartását a következő tanévben is vállalja. A kollégium részéről 3 tanulócsoport jelentkezett, és vállalta, hogy a „Boldogság Program” keretén belül a tanév során megtartják a Boldogságórákat, aktívan közreműködnek a tematikájának megvalósításában, valamint közösen elkészítik az adott hónap kiválasztott feladatát. A benyújtott pályázat részeként tanulóink elsőként a „Boldogságfalat” készítették el, melyre az intézményünk által szervezett kirándulások, és szakmai napok programjairól készült fotók és azok a kedves emlékek kerültek fel, melyek számukra örömet okoztak, mivel itt egy csapatként vettek részt, sok közös élménnyel gazdagodtak, és mindannyian sok boldog órát, napot töltöttek el együtt.

## Boldogságfal:



A pályázatunk sikeres volt, ezzel intézményünk tagja lett a Boldog Iskolák hálózatának. Az a megtiszteltetés ért bennünket, hogy 2016. november 11-én Bagdi Bella, a Jobb Veled a Világ Alapítvány elnöke, a Boldogság Program elindítója és szakmai vezetője személyesen adta át intézményünknek a „Boldog Iskola” cím viselésére jogosító oklevelet.

A „Boldog Iskola” cím átadásáról a [Félegyházi Közlöny](#) is beszámolt.

A Boldog Iskola cím logója, mely intézményünk falán elhelyezésre került:



Mivel iskolánk a meghirdetett pályázatra reagálva októberben csatlakozott a Boldogságóra Programhoz, a szeptemberi és októberi témákat október hónapban dolgoztuk fel.

## Szeptember - Boldogságfokozó Hála:

Móttó: „Oly sok mindenért lehetünk hálásak az életünkben!” Miközben ezekről beszélgettünk a Boldogságórán, egyre több dolog jutott a gyerekek eszébe, amiért hálát éreznek.

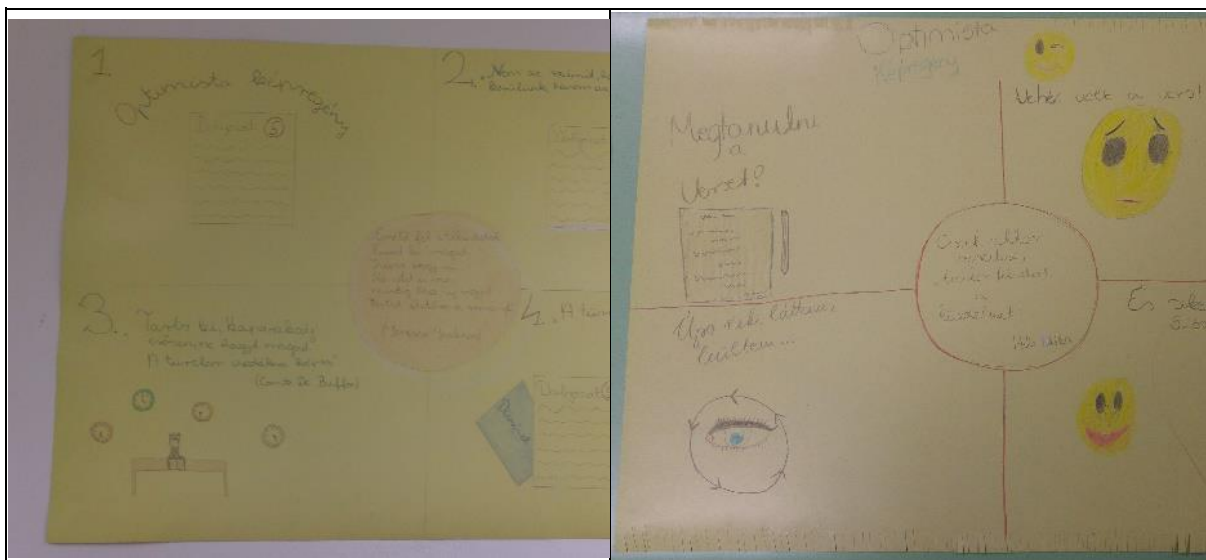
Az óra végén összegzésként elhangzott egyik legszebb gondolat:

“– Nem az a lényeges, hogy értékes tárgyakat kapjunk, hálásak lehetünk azért is, hogy együtt vagyunk, segítjük egymást, megpróbáljuk boldogabbá tenni a környezetünkben élők napjait!”



## Október - Az Optimizmus gyakorlása:

Az órán megtanulhattuk, hogy minden a fejünkben dől el! Ha optimistán tekintünk a jövőbe, a megoldhatatlannak tűnő problémáinkra is megtaláljuk a megoldást! Kitartás, türelem, és a pozitív végkifejletben való hit – mindezekkel felvértezve magunkat, elérhetővé válnak a kitűzött céljaink! Optimista képregényt készítettünk:



## November – A társas kapcsolatok ápolása:

A hónap témája a társas kapcsolatok ápolása volt. Fotómontázst készítettünk a társas kapcsolatokról, az életünkben fontos szerepet játszó személyekkel és szituációkkal. Sokat beszélgettünk arról, kinek mit is jelent a társas kapcsolatok ápolása, és milyen tapasztalataink vannak e téren. Megbeszéltük azt is, hogy a jó társas kapcsolat kialakításához és fenntartásához néha szükség van a számunkra kellemetlenebb élethelyzetek megélésére is, hiszen ezekből is tanulunk, és fejlődünk általuk. A legfontosabb azonban a másik ember és a környezetünk tisztelete, megbecsülése és a pozitív gondolkodás!



Ebben a hónapban a 3 csoportunk által közösen készített és beküldött munkáinkat külön kiemelték a Boldogságóra oldalon:

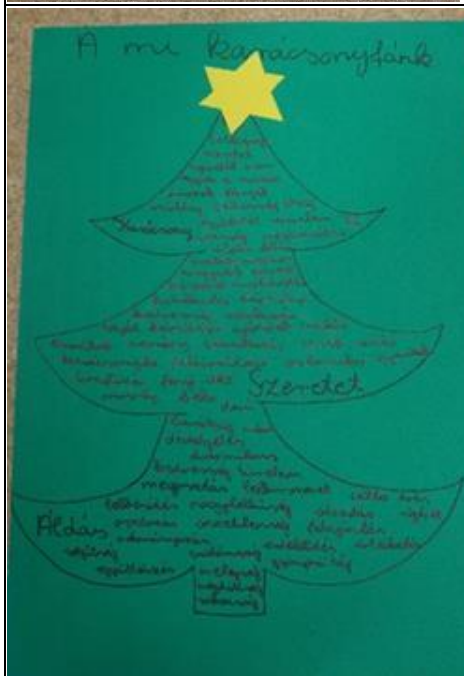
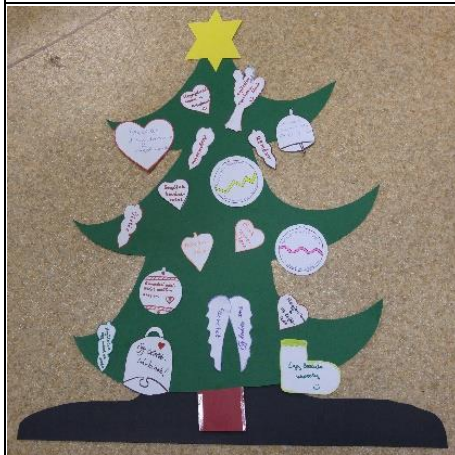
<http://boldogsagora.hu/nevelesi-es-oktatasi-intezmenyek-novemberi-elmanybeszamoloja/>

Köszönjük az elismerést!



## December - Boldogító Jócselekedetek:

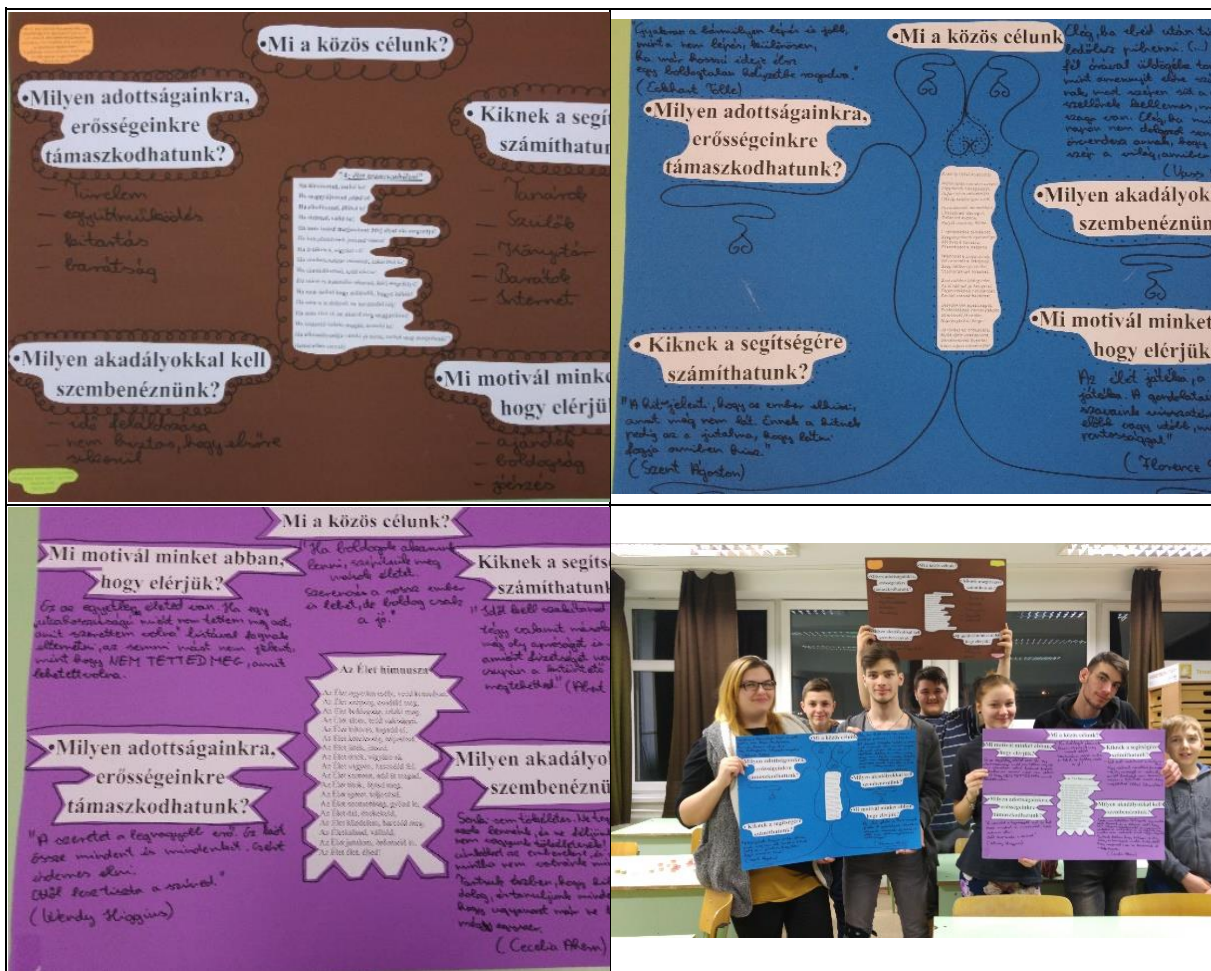
Iskolánk kollégiumában a december hónap az ünnepi készülődés jegyében telt. A sok közös tevékenység, játékok, karácsonyi sütés-főzés még közelebb hozott egymáshoz bennünket. A Boldogságórán sokat beszélgettünk az ünnepekről, a családról, barátokról, és a velük való kapcsolataink fontosságáról. Sok szó esett arról is, hogy miként tudjuk egymást és akár számunkra ismeretleneket is segíteni, hogyan tudunk jót cselekedni. Mindenki megtervezte a maga "jó cselekedeteit", majd közösen megbeszéltük ezeket. Beszéltünk a megbocsátásról, és annak másokra, de főleg önmagunkra való jótékony hatásáról is. Elkészítettük a karácsonyfánkat, és közösen feldíszítettük a tantermet, melyhez mindenki ötletét meghallgattuk, majd együtt készítettük el a dekorációt.



## Január - Célok kitűzése és elérése:

A január a célkitűzések és az elérésük tervezésének hónapja volt. A csoportfoglalkozások jó hangulatban, sok beszélgetéssel, tervezéssel teltek. A legtöbb terv a tanulmányi eredmények

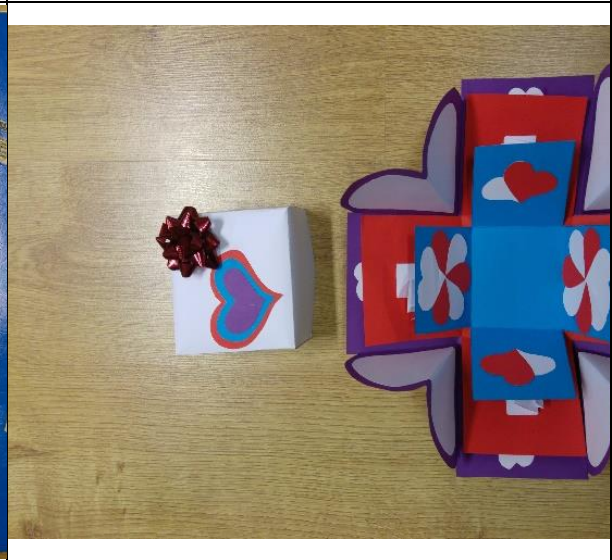
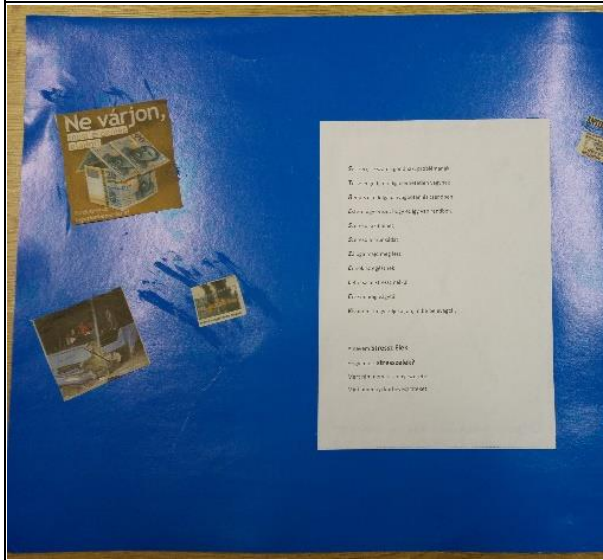
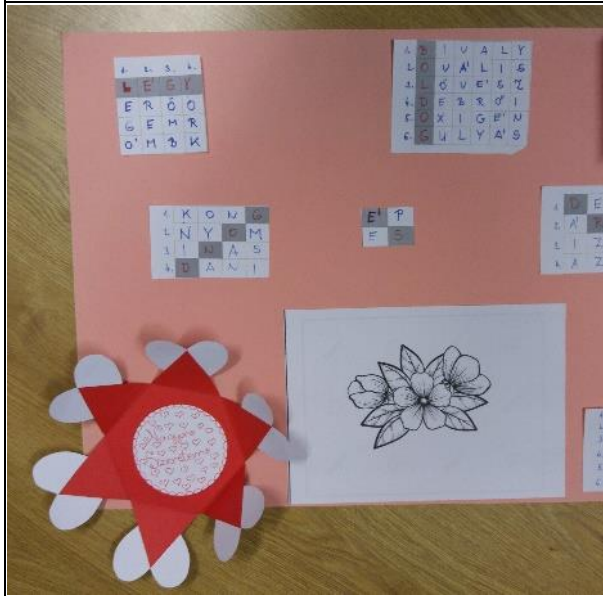
javítása köré csoportosult. Megbeszéltek, kinek milyen ötletei vannak, hogyan tudja majd megvalósítani a kitűzött céljait. Kitől kérhet segítséget, hová fordulhat, ha megakad a terve megvalósításában. A végső cél elérésének tervezése mellett beszéltek arról is, hogy az eléréséhez vezető úton milyen közbenső célokat tűzhetnek ki, melyek hozzásegítenek a terveink megvalósításához, illetve mit kell tennünk, hogyan is juthatunk mindig egy lépéssel előbbre. Sok ötlet hangzott el, egymástól is sokat tanultunk, mivel többféle szemszögből közelítettük meg ugyanazt a témát. Jó érzéssel, pozitív hangulatban zárultak a foglalkozások. Tudjuk: „Nincs olyan, hogy egy álom túl nagy!”



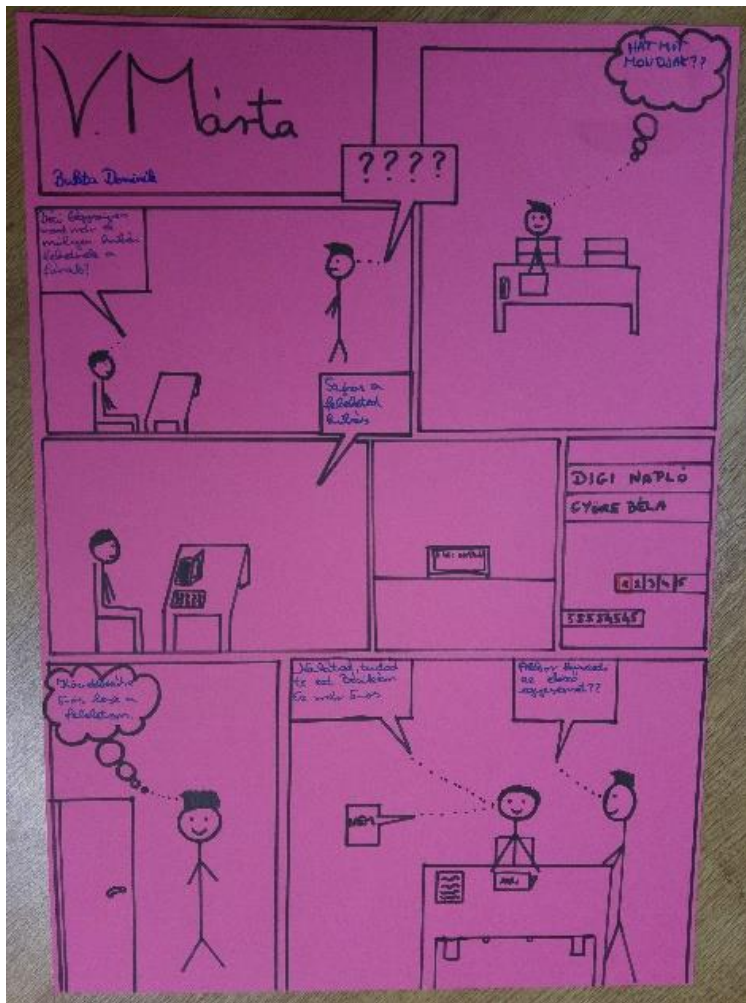
## Február - Megküzdési stratégiák:

A hónap témája a megküzdési stratégiák volt. Sokat beszélgettünk arról, hogy kinek mit is jelent ez a fogalom. Megbeszéltek, hogy már egészen kicsi dolgok is lehetnek célok, amikért érdemes egy-egy elérési utat, "megküzdési stratégiát" kidolgozni magunknak, és mindig bizni kell a pozitív végkifejletben. Minden apró kis lépés, ami ebben előre visz, már siker! Megtanultuk, hogy merjünk bátran segítséget kérni, ha szükséges.

A mi megküzdési stratégiánk a tanulás, és a stresszt okozó élethelyzetek megoldása köré csoportosult. A tanulás terén a jegyeink javítása volt a fókuszban, ami sikerült is, és ehhez a hónap témájának alkalmazása is nagyban hozzájárult. A feladatok közül a képregény készítését választottuk. Köszönjük a sok segítséget a pozitív életszemlélet kialakításához!





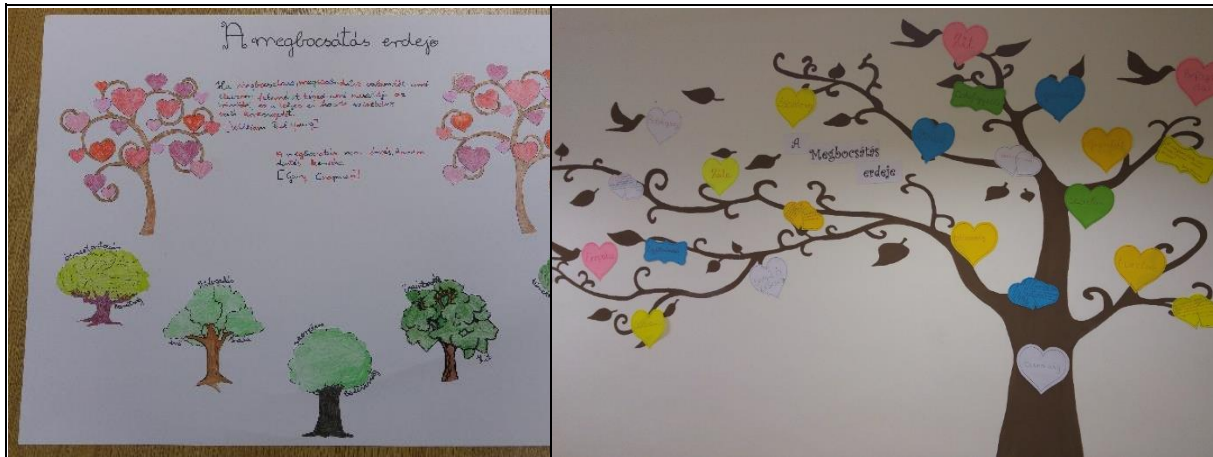


## Március – Apró örömök élvezete / Énekelj a Boldogsáért!

A hónap témája az apró örömök élvezete volt. A Boldogságórákon azzal foglalkoztunk, hogy miként vegyük észre azokat az apró dolgokat az életünkben, amelyek boldogságot okoznak nekünk és szebbé teszik a hétköznapjainkat. Az egyik ilyen lehet az éneklés is, így nagyon megörültünk annak, hogy lehetőségünk adódott Bagdi Bella – Rám talál a boldogság című dalához videót készíteni! A dal címére írtunk egy kis versikét, mely a videóban is elhangzik. A dal megtekinthető az alábbi linkre kattintva: <https://youtu.be/1EyhOUVNLIU>

## Április – Megbocsátás:

Ebben a hónapban a megbocsátás témakörével foglalkoztunk. Megtanultuk, hogy alapvetően önmagunknak számára fontos, hogy meg tudjunk bocsátani másoknak, és saját magunknak is, mivel így harmonikusabban élhetjük a hétköznapjainkat is. Kollégiumunk három csoportja közösen dolgozta fel a témát, és választották ki az ajánlottak közül a számukra tetsző feladatot. A választásuk a “Megbocsátás erdejére” esett. Nagyon sok ötlet fogalmazódott meg mindannyiunkban azzal kapcsolatban, hogy hogyan is jelenítsük meg a munkánkban a megbocsátáshoz kapcsolódó kifejezéseket.



## Május – Egészséges életmód:

A hónap témája az egészséges életmód volt. Riportot készítettünk Berta Zoltánnal, aki intézményünk szakiskolájának tanulója, kőműves és hidegburkoló szakmát tanul. Iskolánk egyik büszkesége, aki az élet több területén is kimagasló teljesítményt nyújt. A Tiszakécskei Tubarózsa Citerazenekar vezetője, emellett néptáncos, és többféle sportágban is kiválóan teljesít. A riportban a 2017. márciusban, Ausztriában megrendezett Speciális Téli Olimpián való részvételéről beszél, ahol hófutás számban 800 és 400 méteren, valamint 4 X 100-as váltó versenyen, a legerősebb divízióban indult, és ahonnan 1 ezüst, 1 bronzéremmel, és egy 5. helyezéssel érkezett haza.

Gratulálunk a kiváló eredményhez! Példakép vagy! Jobb Veled a Világ!

## Június – Fenntartható boldogság:

A fenntartható boldogság jegyében egy tablót készítettünk, mely a társas kapcsolataink fontosságát és a fenntartását szimbolizálja.



A Boldogságóra Program sok új tapasztalattal gazdagította mind a tanulóink, mind pedig tanáraink életét. Jó volt együtt dolgozni, közösen belemélyedni egy-egy témakörbe,

véleményeket, tapasztalatokat cserélni. Valamilyen formában mindenkit megérintett a program szellemisége, mely által lelkileg is gazdagabbak, többnek érezhettük magunkat.

Köszönjük a lehetőséget, hogy a 2016/2017-es tanévben részt vehettünk ebben a programban!

Iskolánk a következő tanévben szeretne az Örökös Boldog Iskola címre is pályázni, és a tanulókkal továbbra is folytatni ezt a megkezdett utat, mely hozzásegítheti őket egy örömtelibb élethez. Bízunk benne, hogy hónapról-hónapra egyre több diák fogja az órákon hallottakat a mindennapjaiba is beépíteni.

Budainé Gulyás Gabriella

kollégiumvezető

- [Boldogságóra Program tematikus terv](#)