



BELSŐ ÉRTÉKEINKET
KIBONTAKOZTATÓ EGYESÜLET

Székhely: H - 1098 Budapest, Napfény u. 6.

Tel/fax: (36 - 1) 377 8855

email: hungary@livingvalues.net

HÍRLEVÉL

V. évfolyam 2. szám 2011. szeptember

hírek, programok, lehetőségek,
a B. É. K. E. időszakos kiadványa,
az Elnökség szerkesztésében

A HÍRLEVÉL kapocs egymás megismerésére, segítésére és aktivizálására

MOTTO: Másokat tanítani a legjobban szeretettel lehet. Amikor a szívben megértés van, akkor az értelem megnyílik.

2011-12. tanév kezdetén

TEDD A JÓT

Egy asszony kenyeret sütött a családjának, és külön sütött még egy darabot hátha jön valaki, aki éhes, és éppen arra jár. A plusz darabot kitette az ablakpárkányra, hogy aki szeretné, az elvehesse onnan. Mindennap jött egy púpos ember, aki elvette a kenyeret, és ahogy elment hála helyett, a következő szavakat dünnyögte: „Ha ördögít teszel, az veled marad. Ha jót teszel, az visszatér hozzád.” Ez így ment nap, mint nap. A púpos mindennap jött, elvitte a kenyeret és közben eldünnyögte a szavakat: „Ha ördögít teszel, az veled marad. Ha jót teszel, az visszatér hozzád.” Az asszonyt ez nagyon irritálta. „Sehol egy hálás szó” gondolta magában...

„Ez a púpos mindennap eldarálja ezeket a szavakat! De vajon mit jelent ez?” Egyik nap elhatározta, hogy megszabadul ettől az embertől. „Kirúgom ezt a púpost.” Na és mit tett? A neki készített kenyérbe mérget tett. De amikor ki akarta tenni a kenyeret az ablakba, a keze megremegett. „Mit csinálok?” - kérdezte döbbenet magától. Azonnal bedobta a kenyeret a tűzbe, készített egy másikat, és azt tette ki az ablakba.

Mint mindig, most is jött a púpos, elvette a kenyeret, és eldünnyögte a szokásos mondókáját: „Ha ördögít teszel, az veled marad. Ha jót teszel, az visszatér hozzád.” Majd ment a maga útjára, és még jó, hogy semmit nem tudott arról a „háborúról”, ami az asszonyban dúlt.

Az asszony mindennap, amikor az ablakpárkányra kitette a kenyeret, elmondott egy imát a fiáért, aki nagyon-nagyon messzire ment, hogy megtalálja a szerencséjét. Az asszony már sok-sok hónap óta nem kapott tőle semmilyen életjelt. Az anya azért imádkozott, hogy a fia biztonságban visszatérjen. Aznap este az ajtón kopogtak. Amikor kinyitotta az ajtót, nagyon meglepődött, mert a küszöbön a fia állt. Időközben magasra nőtt és nagyon lesoványodott. A ruházata gyűrött és elnyútt volt. Éhes és gyenge volt. Amint meglátta az anyját azt mondta neki: A csodával határos, hogy itt vagyok. Körülbelül egy mérföldre lehettem innen, amikor annyira éhes voltam, hogy összeestem. Meghaltam volna, de arra jött egy öreg púpos ember. Könyörögtem neki, hogy adjon egy kicsit az ételéből, és olyan kedves volt, hogy az egész kenyerét nekem adta. Amikor odaadta, akkor azt mondta nekem: „Ezt eszem mindennap, de ma odaadom neked, mert neked nagyobb szükséged van rá.” Amikor az anya meghallotta ezeket a szavakat, először elsápadt, majd pirossá vált az arca. Eszébe jutott a mérgezett kenyér, amit reggel készített. Ha nem dobta volna a tűzbe, akkor a fia ette volna meg, és már nem is élne. Ekkor értette meg, hogy mit jelentenek a púpos szavai. „Ha ördögít teszel, az veled marad. Ha jót teszel, az visszatér hozzád.”

Tedd a jót, Soha ne hagyd abba, hogy jót tegyél, még akkor sem, ha éppen akkor senki sem értékeli azt.

HÍREK

MOTTO: Felfelé mászni, felfelé haladni sokkal könnyebb, ha másokat is magunkkal viszünk.

Újból felhívjuk a figyelmet, hogy **2010. októbertől** a B.É.K.E. eddig megjelent Hírlevelei magyarul olvashatók a nemzetközi honlapon <http://www.livingvalues.net/countries/hungary.html>

2011 márciusában és 2011 májusában Komlói egészségnapok voltak az ottani középiskolákban, amin két trénerünk, Gertsné Kéri Ibolya és Sirokiné Bíró Edit vettek részt. Képekkel illusztrált beszámolójukat a hazai tapasztalatok rovatban olvashatjuk.

2011. április 15. Juracsek Judit és Fried Zsófia ismét meghívást kaptak a Curie Környezetvédelmi országos versenyre. Egyrészt szóbeli zsűri tagokként tevékenykedtek, másrészt – a verseny és az eredményhirdetés közötti időben - a „Belső világunk hatása a környezetre” címmel interaktív foglalkozást tartottak, amelyet a meghirdetett programok közül 17-en választottak, tanárok és különböző korú gyerekek vegyesen, sőt még az egyik kislány anyukája is kedvet kapott a részvételre. Fehérváriné Nagy Judit tanárnő résztvevőként, az „érem” egyik oldaláról, és Juracsek Judit szervezőként, az „érem” másik oldaláról írnak Hírlevelünkben.

2011. május 2.-án a Születés hete keretében a Börzsöny utcai könyvtárban „Család és hivatás” címmel Szülői klubfoglalkozást tartottunk. Fried Zsófia számol be az ott történtekről.

2011 májusában a Curie Alapítvány Egyesületünket felkérte, hogy tagként vegyünk részt az általa létrehozásra kerülő Kémia és Környezetvédelmi Tehetség Tanács munkájában. Köszönjük a megtiszteltetést.

2011. május 16.-án Gyálon a Zrinyi általános iskola tanári karának nevelési értekezlet keretében bemutattuk a Belső Értékeink programot. A záró játék végén, amikor a kollégák külön-külön mindenkiről összegyűjtötték a jó tulajdonságokat, volt, aki az örömtől és a meglepetéstől sírva olvasta fel, amit róla írtak, mert nem akart hinni a szemének. Az egyik kolléganőnek, aki nem régen került az iskolába, nagyon jó visszajelzés volt, hogy kollégái jó véleménnyel vannak róla. Egyben mindannyian egyetértettek, hogy gyakrabban kéne beszélni egymás jó tulajdonságairól. Ez a jelenség sajnos nem egyedülálló. Kevés olyan közösség van, ahol egymás jó tulajdonságaira odafigyelnek, és ezt valamilyen módon egymás tudomására is hozzák.

2011. június 10-14. Mátrászentistván, Erdei Iskola a Kandó téri Általános Iskola V. b. osztályának. Az osztályt osztályfőnökük Gálné Kálmán Aranka és osztályfőnök helyettesük Dobrocsiné Derényi Ildikó kísérte el, és az első 3 napban Fried Zsófi is csatlakozott a kis csapathoz. A két tanár által megszervezett nagyon tartalmas öt napról képriportot állítottunk össze.

2011. július 9. Komló félnapos szülői klub. A klub tagjainak kérésére megint összegyűltünk, hogy „időkorlátok nélkül” – több órán keresztül – játékosan beszélgessünk, elgondolkodjunk, egy mindegyikünk számára alapvető témáról, az öntiszteletről.

HAZAI TAPASZTALATOK

MOTTO: Minél jobban kifejlesztjük azt a szokást, hogy a jót figyeljük, annál jobban fogjuk magunkat érezni.

EGÉSZSÉGNAPOK A KOMLÓI KÖZÉPISKOLÁKBAN

Egyre több iskolában szerveznek olyan egészségnapokat, amikor nemcsak a test egészségével kapcsolatos előadásokra, foglalkozásokra összpontosítanak, hanem egyre gyakoribb, hogy a mentális egészség megteremtését és fenntartását elősegítő programokat is szerveznek. Ilyen módon kapott meghívást Egyesületünk két tagja és trénera, Gerstné Kéri Ibolya és Sirokiné Bíró Edit az idén tavasszal, két alkalommal is, a komlói középiskolák által rendezett egészségnapokra.

Gerstné Kéri Ibolya rövid összefoglalójában a következőket írja:

Az első alkalommal 4x45 perces foglalkozásokat tartottunk 16-17 éves fiataloknak. A téma két osztályban a tisztelet, és két osztályban a szeretet volt. A diákok vegyesen fogadták a programot. Volt, akit megérintett, élvezte a "játékot", volt, aki közömbös maradt. Úgy éreztem, hogy kevés az olyan alkalom, amikor érzésekről, gondolkodásmódról, belső értékekről beszélgetünk, főleg ebben a korosztályban!

Meglepődve és örömmel tapasztaltam, hogy amikor a példaképeikről kérdeztük őket, volt olyan diák aki, a saját szüleit jelölte meg példaképeként. Mindig azt hallom, tapasztalom, hogy a serdülők szembe fordulnak szüleikkel, lázadnak. Jó érzés volt hallani, milyen őszinte tisztelettel beszél egy fiatal ember a saját szüleiéről! Egy másik fiatal azt fogalmazta meg, hogy már 3. éve egy osztályba járnak, de vannak jó dolgok, amiket csak most, ebben a röpke 45 percben, tudott meg egy másik társáról. El is határozták, hogy máskor is fognak hasonló beszélgetéseket "szervezni." A kísérő pedagógusok is nagyon pozitívan nyilatkoztak az órák végén. Volt, aki részt vett a játékban, volt, aki arról számolt be, hogy a diákjai kinyíltak, aktívabbak voltak, mint máskor. Összességében nagyon élvezetes volt ez a délelőtt. Remélem lesz máskor is lehetőségünk találkozni ilyen módon is fiatalokkal.

A két alkalom **Sirokiné Bíró Edit**ben a következő gondolatokat ébresztette:

2011 tavaszán a komlói középiskolákban –egészség napok keretén belül-, lehetőséget kaptunk arra, hogy értékeinkről beszéljünk a fiatalokkal. Érdekes volt hallani, hogy ők mit tekintenek „értéknek”. Hamar eljutottunk a pénztől, a jó autótól, a nagy háztól, a családig, a barátokig, a szeretetig és a békéig, és a végén már mindenki előtt tiszta lett az „érték” szó igazi jelentése.

A gimnáziumban részletesebben elemeztük, hogy mi a „tisztelet” és a „szeretet”.

A szakközépiskolában egy országos felmérés kapcsán kíváncsiak voltunk, hogy a fiataljaink mennyire boldogok, mennyire együttműködők és mennyire elégedettek.

14-18 éves gyerekről lévén szó, már mindenki valamilyen kapcsolatba került ezekkel az értékekkel, és ki is alakult bennük ezekről egy kép. Volt köztük olyan is, aki teljesen tisztában volt a fogalmakkal és felnőtteket meghazudtoló módon beszélt a szeretetről, a boldogságról, de volt olyan is, aki meg sem tudta fogalmazni, hogy számára mit jelent pl. a tisztelet, és volt olyan is, aki még bizonytalan volt abban, hogy el tudja fogadni a „kiigazítást”. Játékos formában bíztattuk őket, hogy a gondolataikat kicserélve, őszintén osszák meg tapasztalataikat egymással. Ez nem mindig könnyű, mert bár osztálytársak, de nem ismerik egymást eléggé. Több osztályban tapasztaltunk nagyon jó együttműködést, de sajnos az ellenkezőjére is volt példa. Bárkit nagyon hamar kiközösítenek –többnyire a külső alapján-, és csodálkoznak, mikor az illető pl. egy feladat értékelésekor összeszedetten és érthetően beszél a csoport munkájáról. Fontos számukra, hogy tartozzanak valahova, legyenek barátaik, értékeljék őket. A magányos gyerekek, még a játékban sem vesznek részt, mert félnek a többiek reakcióitól.

Jó volt megtapasztalni, hogy az foglalkozásainkon olyan tanulók is „megnyíltak”, akiknek addig csak feleléskor hallották a hangját. Itt viszont bátran beszéltek érzéseikről, és nyíltan megfogalmazták gondolataikat.

Jó lenne minél több teret, alkalmat teremteni - főleg a gyerekek számára -, hogy megmutathassák és megtapasztalhatták, hogy miben jók, mert ez teszi lehetővé, hogy az értékeik kerüljenek előtérbe, és ugyanolyan természetes részei legyenek az életüknek, mint sok esetben a hibáik. Ha ez megtörténhet, akkor nő az önbizalmuk, az önbecsülésük, öntiszteletük, és egyre világosabb és tartalmasabb célokat tudnak maguknak kitűzni.

A játékos feladatokban mindig megvan a lehetőség arra, hogy ki-ki megmutassa miben jó. Pl.: mikor 7-8 tanulónak kell várat építeni újságpapírból, ott fontos az együttműködés, kellenek az ötletek, ezeket el kell tudni fogadni, az irányítónak engedni kell, stb. Pár percben megmutatkoznak az erények és a gyengeségek is.



Vagy a „hátaimon a szívem” játékban, tud-e írni a társáról valaki egy kiemelkedően jó tulajdonságot, ill. el tudja-e fogadni, az illető azt, amit róla írtak.



A boldogságteszt során kiderült, hogy pontosan tudják, hogy mi kell a boldog élethez, azt is tudják, hogy ezért önmaguknak kell tenni, de mégsem tesznek érte. Az 5-ös skálán közepes a boldogságszintjük. Volt, aki kettést adott magának, és többen ötöst is. (A „kettes” kislány,- miután elolvasta, hogy osztálytársai milyen nagyra értékelik, elmondta, hogy most már ő is ötöstre értékeli a saját boldogságának a szintjét.)

Azért is jók ezek a foglalkozások, - és ezt egy tanuló fogalmazta meg-, mert ezekről a dolgokról nem esik szó sem az iskolában, sem otthon.

Ezért a továbbiakban is szeretnénk, - ha lehetőséget kapunk rá- bárki szemüvegét tisztogatni, hogy világosan lássa, hogy mennyire értékes ember.

GYŐZNI AKAROK! ÉS HA NEM SIKERÜL?

„Tedd meg mi tőled telik és vedd észre, hogy ennyi bőven elég.

Ne hasonlítsd magad senkihez,

Légy boldog,

Hisz csodálatos, egyedi és egészen különleges vagy.” (Susan Polis Schutz)

2011. április 24-26-ig zajlott Szolnokon a Curie Környezetvédelmi verseny országos döntője, ahol érdeklődő pedagógusként vettem részt. A B.É.K.E. egy korábbi Hírlevélben már olvashattunk a versenyről. Csak megerősíteni tudom kolleganőmet, hogy egy körültekintően megszervezett és lebonyolított, tartalmas, színes programokkal kiegészített rendezvény volt, amit mindenki figyelmébe ajánlok.

Egy programról szeretnék részletesen szólni, a „**Belső világunk hatása a környezetre**” címmel meghirdetett személyiségfejlesztő tréningről. Sok éve tanítok már, sokféle továbbképzésen, tréningen vettem részt, így nagyon kíváncsi voltam, tud-e ez a néhány óra újat mondani, más lesz-e, mint az eddigiek? Örömmel kijelenthetem, hogy **MÁS**, hogy **adott újat**, hogy **gazdagabb lettem** nemcsak én, hanem azok a résztvevők is, akikkel együtt voltam.

A „tréning” utáni beszélgetés ösztönzött arra, hogy néhány gondolatomat leírjam. A foglalkozás sikere, eredményessége köszönhető Fried Zsófia és Juracsek Judit gondos előkészítő munkájának, a megfelelő környezet biztosításának, és a nagyon tudatosan, célirányosan végigvezetett játékoknak, beszélgetéseknek. A körben elhelyezett székek, a 12 alapérték képes, mottós kihelyezése, a kortól független tegeződés, oldott, vidám hangulatot teremtett. Középiskolásoknak hirdették a tréninget, de volt lehetőség néhány általános iskolás részvételére is, ami, mint utólag kiderült, nagyon hasznos volt. Számukra is hihetetlenül sokat adott ez a két óra.

A korábbi hírlevelekből tudtam meg, hogy a tréning célja, segíteni a gyerekeknek elviselni, ha nem lesznek helyezettek és felismerni, hogy a felkészülés, az együtt tevékenykedés már maga is öröm és felelősség. Így utólag vált világossá számomra, miért is ezek a feladatok szerepeltek ezen a délutánon. Telitalálat volt!

A beszélgetések során kiderült, hogy valamennyi gyerek a győzelemre fókuszálva érkezett, mindenáron nyerni akartak. **A játékok, a felmerült gondolatok, a légkör oldotta bennük a várakozás görcsös feszültségét. A**

kihúzott kis ajándékkártyák üzenetéről mindenki úgy érezte, hogy neki szól, rá jellemző. A kis” gyémántot”, amit búcsúzóul kaptunk, történetét megismerve, bizonyára mindenki megőrzi, és emlékszik erre a délutánra.

A foglalkozás után beszélgettem az általános iskolásokkal. Kiderült, hogy egy kicsi faluból érkeztek, azzal az elszántsággal, hogy nyerni akarnak. Maguk szerveződtek, és ők kérték fel az egyik tanárukat, hogy segítse őket a felkészülésben. Ritka dolog! Elmondták, hogy nem is gondoltak eddig arra, mekkora teljesítmény volt bejutni a legjobb 10 csapat közé. **Ez a foglalkozás sokat segített abban, hogy megismerjék saját és társaik értékeit.** Ami a legfontosabb, hogy valamennyien a három nap legjobb programjának ezt a foglalkozást értékelték. Utána úgy látták, nem olyan fontos, hogy hányadikak lettek, mert ők mindent megtettek a sikerért. Kell ennél több? Két óra alatt 19 ember lett gazdagabb érzelmileg.

Azt gondolom, hogy egy ilyen jellegű célirányos foglalkozást talán nem az eredményhirdetés előtt kellene szervezni, hanem sokkal hamarabb, esetleg még a területi döntők előtt. Jó lenne, ha nem csak a Curie alapítvány venné igénybe Zsófi és munkatársai segítségét! Köszönöm munkájukat, további sikereket kívánok:

*Fehérváriné Nagy Judit, tanár
Miskolc*

BELSŐ VILÁGUNK HATÁSA A KÖRNYEZETRE

Workshop Szolnokon, a Curie Környezetvédelmi Verseny döntőjén

Az idén harmadik alkalommal utaztunk Szolnokra a Curie Alapítvány által szervezett Környezetvédelmi Verseny döntőjére Fried Zsófi-val. Délelőtt megint részt vehettünk a szóbeli zsűri munkájában, délután pedig az érdeklődőknek alternatív programként „személyiségfejlesztő tréninget” tartottunk, „Belső világunk hatása a környezetre” címmel.

A zsűrizés mindig óriási élmény számomra. Nagy öröm látni a gyerekek tartalmas, látványos előadásait. Sok tudományos előadást hallgatok, látok, és mindig meg kell állapítanom, hogy ezek az 5 perces kiselőadások „frissítőként” hatnának a konferenciákon, a tudományos beszámolókon. A gyerekcsoportok többsége valódi kutatómunkát végzett, a témáról (az idén az ökológiai lábnyom csökkentésének gyakorlati lehetőségeit mutatták be a 7.-8. osztályos csapatok) átfogó ismereteik vannak, világosan, egyszerűen, szabatosan fogalmazznak. Rengeteget tanultam tőlük, és közben egy másodpercig sem unatkoztam. Az értékelés sosem egyszerű, nehéz rangsort felállítani a 20, majdnem egy szinten álló előadás között. Sokat segített az egyre kidolgozottabb szempontrendszer, amit a szervező kollektíva tökéletesít évről-évre, és az a gyakorlat, amit mindannyian megszerzünk „munka” közben.

A délutáni tréning közvetlenül a zsűrizés után következett. Már az előzetes felkészülés is élményszámba ment, mert mindketten éreztük, hogy egyre megfoghatóbbá válik számunkra, **mit is jelent a környezetvédelem szellemi értelemben.** A cél már tavalyelőtt megfogalmazódott, látva a gyerekek és a tanárok elkeseredését a díjkiosztó ünnepségen. **Nagyon fontos megérteni, hogy egy ilyen versenyen nincsenek vesztesek, értékelni kell azt az erőfeszítést, ami eddig elhozta a csapatokat, a közös munkát, a sok megszerzett plusz ismeretet.** A tavalyi tréning is már a „győztesnek lenni” érzés kialakítására irányult. Az idén mélyebbre sikerült mennünk, ami egyrészt a pontosabb megértésünknek, másrészt a résztvevők nagyobb létszámának, érdeklődő, nyitott hozzáállásának tudható be. Most tizenheten vettek részt a tréningen, a legfiatalabbak ötödikesek voltak. A tanulók között az „idősebb generációt” a tizenegyedikesek képviselték, de legnagyobb örömünkre 3 tanárnő, és egy kísérő anyuka is jelen volt, aki egyébként óvónőként dolgozik.

Mindenki könnyen ráhangolódott a befelé figyelésre. **Még a legkisebbek is megértették, mit jelent megfigyelni a gondolatainkat, az érzéseinket.** Mindenkinek sikerült a többiek számára érthetően megfogalmaznia, mit is éreznek egy-egy magától felmerülő gondolat hatására, és ők fogalmazták meg azt is, mennyire fontos, milyen gondolataink vannak, azok milyen érzéseket okoznak nekünk magunknak, és hogy ezzel milyen légkört, milyen szellemi „környezetet” teremtünk magunk körül. Csak két-három kisgyermek nem akart megszólalni, de ez semmiféle gondot nem okozott, a többiek elfogadták, hogy nekik ez most nem megy. Zsófi nagyra értékelte az őszinteségüket és a bátorságukat.

A rendelkezésre álló két óra gyorsan „elrepült”, és szemmel láthatóan változott meg mindegyikük állapota. A végén jó volt látni a mosolygó arcokat, az egymást „átölelő”, baráti gesztusokat, a sok segítő kezet, amik percek alatt raktak rendet a teremben. A résztvevő felnőttek és az idősebb gyerekek egyaránt nagy érdeklődést mutattak az Egyesületünk és a nemzetközi Living Values (Belső Értékeink) program iránt.

Amikor mindenki elment, Zsófi-val egymásra néztünk, és tudtuk, hogy most valami nagyon jó történt. Fantasztikus érzés olyat adni másoknak, főleg a saját gyermekeimmel egykorú fiataloknak, aminek ennyire kézzelfoghatóan örülnek, és ami tapasztalatként biztosan megmarad bennük.

Köszönöm a LEHETŐSÉGET, hogy részese lehettem.

Juracsek Judit
szervező

„CSALÁD ÉS HIVATÁS”

A Születés Hete keretében szervezett **SZÜLŐI KLUB** foglalkozást a Börzsöny utcai könyvtárban tartottuk, ami ilyen jellegű rendezvények megtartására ideális hely. Nagyon jó az atmoszférája.

A család és hivatás kapcsán a felelősségről és a családdal, gyerekeinkkel töltött időről beszélgettünk, különböző oldalakról közelítve a témához.

A felelősségről a beszélgetést egy rövid, de elgondolkodtató történettel kezdtük:

„Fiatal pár lépett be a város legszebb játékszobájába. A férj és feleség hosszasan nézegették a színes játékokat. Egy részük fenn sorakozott az állványokon, más részük a mennyezetről lógott le, vagy a pultokon feküdtek szívderítő tarkaságban. Voltak ott síró és nevető babák, elektronikus játékok, kicsinyke konyhák, melyekben lángost és süteményt sütnek, stb.

Nem tudták eldönteni, hogy melyiket vegyék meg. Ekkor a csinos eladónő hozzájuk lépett.

- Nézze, kezdte magyarázni a feleség -, nekünk egy egészen kicsi lányunk van, és sokat vagyunk távol otthonról, néha még este is.
- Olyan kislány, aki keveset mosolyog – folytatta a férj.
- Szeretnénk valamit venni neki, ami boldoggá tenné. – vette át a szót újra az asszony -, akkor is, ha nem vagyunk mellette... Valamit, aminek örülne, amikor egyedül van.
- Nagyon sajnálom – szólalt meg udvariasan az eladónő -, de mi nem árulunk szülőket.”

Arról dönteni, hogy gyermekünk legyen, olyan nagydolog, mintha előre szerződést kötnénk vele egy mérhetetlen feladatról, amelyet az emberi ész még elképzelni is alig képes. **A kicsinyek mind olyan meghívóval érkeznek hozzánk, amely egész életre szól, és azt mondják: „Hívtatok. Itt vagyok. Mit adtok?” „Itt kezdődik minden nevelési feladat.”**

Arról beszélgettünk, hogy a család és a hivatás, nemcsak a kettő közötti egyensúly kérdése. Hiszen amikor családot alapítunk, azaz gyermeket vállalunk, akkor vannak olyan időszakok, amikor szinte csak a gyermekkel/gyermekkel kell foglalkozni. Ha ezt nem tudom, akkor lehet, hogy úgy élem meg, hogy nincs „egyensúly”, de akár tudom előre, akár nem, a felelősségem megmarad, mert a „teremtényemnek” fenntartást kell adnom. Ehhez még hozzájárul a mindenkori állapotom „karbantartásának” a felelőssége is. Azt, hogy milyen minőségben és mit tudok adni, akár szellemileg, akár fizikailag az mindig az állapotomtól függ,

A felelősségvállalás „tanítása”, megmutatása is a szülői feladatok egyike, ezért ezt a témát is körbejártuk. Abban egyetértettünk, hogy **az első a saját példám**, különben bármit mondhatok, ha én magam nem azt teszem, akkor egyrészt nincs jogom mást kérni (netán követelni) a gyermekemtől, másrészt a gyerek „kettősséget” szív magába, ami a szülő-gyermek kapcsolatban a bizalmat és az őszinteséget csorbítja, és a legrosszabb esetben szinte el is tünteti. A gyermek későbbi kapcsolataira való hatásáról nem is beszélve.

Egy módszer, hogy az együtt töltött –sokszor rövid – időnek minőséget adjunk, ha átgondolom, hogy mi az, amit szeretek csinálni, de csinálhatom együtt a gyermekemmel is, és az mind a kettőnknek örömet okoz. Ugyan ez vonatkozik a házastársamra is. Bár a gyermekek korával az együtt eltöltött idő mennyisége csökken, de a rendszeresség a kapcsolat fennmaradásához elengedhetetlen.

Fried Zsófia
tréner

**Mátraszentistván, Kandó téri általános iskola V.b. osztály
ERDEI ISKOLA KÉPEKBEN**



A „iskola” a Mátra Múzeumban kezdődött.



Ágas-vár felé megálltunk a Szamársziklánál...



Átkeltünk a Csörgő patakon.



Majd eljutottunk a Hutahelyi patakhoz.



És közben tanultunk a növényekről...



a barna varanyról ...



és belső értékeinkről.



Na és a fánk, amit ebédre kaptunk...



természetesen a tanulást nem lehet abbahagyni...



Szóval mit is kell csinálni?



Végre megvan!!!!!!



Persze Sástón azért volt egy kis kalandpark is...



és még Pizskés tető is belefért a programba.



Végül eljutottunk a csúcsra, Magyarország legmagasabb pontjára, Kékestetőre is. Itt az élő bizonyíték. Az öt nap nagyon gazdag programját senki sem bánta meg. Ehhez nagyban hozzájárult Aranka néni gondos előkészítő munkája, rugalmassága és kimeríthetetlen ötletei, és Ildikó néni, aki mint mindig, kolléganője méltó társa volt.

*A képeket Gálné Kálmán Aranka készítette,
Válogatta és lejegyezte: F. Zs.*

NEMZETKÖZI TAPASZTALATOK

MOTTO: Amikor reggel néhány perc csenddel és elmélkedéssel kezdünk, akkor még a legsúfoltabb nap is simán telik el.

Ez a kötet (**PoEticidade: Értékek**, türelmes munkájának az eredménye. Maria José Medeiros középiskola Értékeink” (Living Values) diákok az értékekkel kapcsolatos meg. Bár a versek a történelem, tantárgyak keretén belül készültek, de értékekről szólnak. A kötetben kreativitás és az öröm érzéseit fejezik minden napi élettel kapcsolatban.

Az egyik híres brazik költő szavait lényegéről: “Minden egyes költő a használja. Minden költőben benne él a verse, a mindennapok költészete, mielőtt azt papírra vetné.”



költészet és érzések) tíz év Brazília Fortaleza városában működő diákjainak munkája, melyet a “Belső nemzetközi program inspirált. A gondolataikat versekben fogalmazták földrajz, filozófia és szociológia alapján az univerzális, emberi szereplő versek a béke, a szeretet, a ki a természettel, a történelemmel, a

idézve minden egyes vers szavak erejét és a csend erejét

A kötetet válogatta és szerkesztette Paulo Baross tanár úr az iskola 112 diákjának verseiből. A borító, valamint a rajzos illusztrációk, szintén az iskola egyik diákjának Josias Jeronimo-nak a munkáját dicsérik. A kötet portugál nyelven jelent meg, és a Hírlevél szerkesztőségében minden érdeklődő rendelkezésére áll.

<p>Csak nyerjete meg a háborút, ki akadályozhatná azt meg</p> <p>A háború nem az igazságszolgáltatás egy formája A háború nem az egység egy formája. A háború a nemzetek közötti bosszú.</p> <p>A háború nem hoz békét. A háború nem hoz megoldást. A háború haragot, egyenlőtlenséget teremt. A háború az egység hiánya.</p> <p>A háború nem béke. A háború, pusztulás. A háború nem hoz fényt, szeretetet, és békét sem. A háború a haragos szív szülötte.</p> <p style="text-align: right;"><i>Charles da Silva</i></p>	<p><i>Só vence a guerra quem consegue evitá-la</i></p> <p>A guerra não é uma forma de justiça. A guerra não é uma forma de união. A guerra é feita da vingança que há entre as nações.</p> <p>A guerra não vai trazer a paz. A guerra não vai trazer a razão. A guerra traz a raiva, a desigualdade, a falta de união.</p> <p>A guerra não representa a paz. A guerra representa a destruição. A guerra não trará a luz, o amor, nem a paz. A guerra cria ódio no coração.</p> <p style="text-align: right;"><i>Charles da Silva</i></p>
<p>Az érzések ellensége</p> <p>Ki vagy te, aki nem engedsz mosolyogni? Ki vagy te, aki nem engedsz énekelni? Ki vagy te, aki nem engedsz szeretni? Ki vagy te, aki nem engedsz élni?</p> <p>A gyűlölet eredménye vagyok, Ami a szeretet ellentéte.</p> <p>A keserű érzés következménye, És az öröm ellentéte.</p> <p>Ez vagyok én, a háború.</p> <p>Minden mély érzés ellensége.</p> <p style="text-align: right;"><i>Raphaela de Araujo</i></p>	<p><i>Inimiga dos sentimentos</i></p> <p>Quem és tu, que não me deixas sorrir? Quem és tu, que não me deixas cantar? Quem és tu, que não me deixas amar? Quem és tu, que não me deixas viver?</p> <p>Sou eu, a consequência do ódio, o oposto do amor.</p> <p>A consequência do rancor, e o oposto do ardor.</p> <p>Sou eu, a guerra!</p> <p>A inimiga de todos os sentimentos.</p> <p style="text-align: right;"><i>Raphaela de Araujo</i></p>

NEMZETKÖZI HÍREK

MOTTO: Amikor mosolygunk, akkor nemcsak mi vagyunk boldogok, hanem mások életébe is fényt hozunk.

2011. augusztus 4-7. között Hamshire-ben (Egyesült Királyság) az **ALIVE** Kuratóriumának ülését tartották, amire az európai országok LVE képviselői is meghívást kaptak. Magyarország nem képviseltette magát.

2011. decemberben, Johannesburgban (Dél-Afrika) nemzetközi LVE konferenciát rendeznek.

Néhány gondolat „**DYNAMIC VALUES SUMMER 2011**” Hírlevél (Egyesült Királyság) „**Hol vannak a matematikában az értékek?**” című cikkéből.

„Gazdagítsuk az útjukat! - Értékek a matematikán keresztül - Beszélgetés **Sue Pope**-al a **Liverpool Hope University professzorával**, aki nagyon sok útját, módját megvilágítja annak, hogy mely értékek befolyásolják és fokozzák a matematika tanulását.” ...

Hogyan definiáljuk a matematikában a sikeres tanulást? **Aki sikeres a matematikában, az sikeres az életben!** Itt van néhány, a személyre és a társas kapcsolatokra vonatkozó eszköz, módszer, amiket egy jól összeállított matematikai tantervben megtalálhatunk:

- független gondolkodás,
- mások meghallgatása,
- együttműködés másokkal,
- a vélemények és érvek kifejtése,
- a különböző érdeklődési folyamatok értékelése,
- a bátorság és kitartás fejlesztése a megoldandó problémákkal kapcsolatban,
- a matematikai definíciók alkalmazásának áttekintése az én és a társadalom vonatkozásában,
- a problémák, az eredmények és a tanulás visszatükrözése (vizualizáció, stb.).

A sikeres matematikai tanulás esetén minden szinten lekötjük a figyelmet: fizikai szinten, érzelmi szinten, szellemi szinten, a személyiség szintjén, társas szinten, nyelvi szinten és a megismerés szintjén...

A teljes cikk és a Hírlevél angol nyelven a szerkesztőségben megtalálható, és kérésre elküldjük.

SZERVEZETI ÉLET

A **B.É.K.E.** 2011.05.28-i közgyűlésén elfogadta az Egyesület **2010. évi Közhasznúsági jelentését** 327 eFt mérleg szerinti összeggel:

„Az Egyesület működési köre: Oktatás (*Egyének oktatása, hogy felismerjék, tudatosítsák és megélik az alapvető, belülről fakadó univerzális értékeket*).

A közreműködők tevékenységüket társadalmi munkában végzik, azért sem pénzbeli, sem természetbeni ellenszolgáltatásban nem részesülnek, de költségtérítésre jogosultak.

<u>Közhasznú</u>	bevételek	382 eFt (tagdíj, adomány, támogatás)
	kiadások	517 eFt (egyéb ráfordítások)

Az Egyesület vállalkozói tevékenységet nem folytatott.

Tárgyévben Szervezetünk a Szociális és Munkaügyi Minisztériumtól **200 eFt** (NCA működési) támogatást, az 1%-s felajánlásokból pedig **4 eFt**-ot (NAV) és a Grundtvig alapítványtól **186 eFt** kapott külföldi kiküldetéshez.

A Szervezet közhasznú eredménye **-134 ezer Ft** (és a bevételek fel nem használt 201 eFt-nyi részét kötelezettségként mutatjuk ki).

A Tevékenység az alapszabályban lefektetett (közhasznú) céloknak megfelelően történt.”

A részletes Jelentés az Egyesület székhelyén megtekinthető. Az Egyesület 2011 évi működési finanszírozása az átalakuló nyilvántartási-támogatási rendszer miatt kérdéses.

GONDOLATOK, ÖTLETEK, TERVEK

Pedagógus-továbbképzőnk akkreditációjának a megújítása megtörtént. Ha egy iskolából **legalább 12-en** jelentkeznek, akkor egyrészt az iskolában, helyben megtartjuk a továbbképzőt, másrészt **csoportkedvezményt** is biztosítunk.

Ha szülői csoportot szeretnétek indítani, akkor erről szintén az elérhetőségeinken keresztül lehet bővebb információt kapni. Megfelelő számú jelentkező esetén **facilitatori** (szülői csoport-irányítói) **tréninget** is indítunk.

Elsősorban a további **szakirodalom magyar nyelvű hozzáférését** igyekszünk lehetővé tenni, amihez **szerkesztői, korrektúrázási segítséget** is szívesen fogadunk.

Gyűlnek az egyes értékekkel kapcsolatos **vizualizációs kommentárok** és különböző céllal használható **gondolatok** is. Ezekhez szintén az elérhetőségeinken keresztül lehet hozzájutni, ill. bővíteni.

Ezzel a **HÍRLEVÉL**-lel fórumot biztosítunk mindazoknak, akik „**Belső Értékeink Nemzetközi Oktatási Programmal**” (**Living Values, LVE**) kapcsolatba kerülve, annak elveit, módszereit használják, vagy ezután szeretnék használni, tapasztalatokat gyűjtöttek, amit szeretnének másokkal is megosztani, kíváncsiak mások munkájára és tapasztalataira, és ennek kapcsán szeretnének egymással kapcsolatba kerülni, és nem utolsó sorban szeretnék, ha a program nyújtotta kimeríthetetlen lehetőségek, szélesebb körben is elterjednének.

Tehát a **HÍRLEVÉL** mindazoknak szól, akik fontosnak tartják, hogy a társadalomban újból természetessé váljanak az emberi értékek, és ennek megvalósulásáért tevékenykednek, vagy szeretnének tenni is a mindennapi életükben, az iskolában, a családban.

Örömmel és kíváncsisággal várjuk a mindannyiunk számára hasznos tapasztalataitokat, észrevételeiteket, javaslataitokat, közlésre szánt anyagaitokat, vagy, hogy miről is szeretnétek olvasni a Hírlevélben. Így maradhat Hírlevelünk élő!

Ha nem vagy a címlistánkon és szeretnéd, hogy a HÍRLEVÉL közvetlenül eljusson Hozzád, és/vagy ismerőseidhez, akkor kérjük, hogy a hungary@livingvalues.net email címre név és email cím feltüntetésével ezt jelezd. Köszönjük.
