



BELSŐ ÉRTÉKEINKET
KIBONTAKOZTATÓ EGYESÜLET

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

Tel/fax: (36 - 1) 377 8855

email: hungary@livingvalues.net
www.livingvalues.net

HÍRLEVÉL

VII. évfolyam 2. szám 2013. szeptember

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

A **HÍRLEVÉL** által megismerjük, segítjük és aktivizáljuk egymást, ezért kérjük, hogy **terjesszék!**

MOTTÓ: Életünk legjavát avval töltjük, hogy futunk a dolgaink után és teszünk, teszünk, teszünk. Elfelejtettük, hogy előbb „létezzünk”, aztán „teszünk”. Aki ismeri ezt a titkot, az tesz azért, hogy „legyen”, és nagyon hamar rájön, hogy amikor megáll és figyel, akkor az élet segít, és meg hozza mindazt, ami szükséges.

Új tanév, új tantárgyak, új lehetőségek

Etika és meditáció (Gondolatok egy újságcikk kapcsán)

Nem régiben a „Helyi Téma” című újságban egy cikket olvastam „Dilemmák az első etikaórán” címmel. A cikk többféle gondolatot ébresztett bennem. Szeptembertől új tantárggyal, az etikával (erkölcstannal) bővül az elsősök és ötödikesek órarendje. Ugyanakkor szeptembertől a meditációt, annak tanítását, (gyakorlását) is bevezetik az iskolákban. Gondolataim a kettő közötti kapcsolat körül forognak. **Úgy hiszem, hogy az etika órák legfontosabb célja és tartalma a belső értékek, az erények, a „jóvá válás” lehet.** Természetesen azt szeretnénk, hogy mindenki egyre jobbra váljon, és hogy gyerekeink mindannyiunk közreműködésével (a gyerekeket, szülőket, tanárokat és tágabb értelemben minden embert beleértve) egy jobb világban éljenek. Ez nem maradhat elmélet, ennek megvalósított gyakorlattá kell válnia, hiszen fennmaradásunknak ez az alapja. Sokan tudják, még többen érzik, és remélem, hogy egyre többen fel is ismerik, hogy minden az egyéneken múlik. Ezt az univerzális törvények mondják. Ennek egyik útja (lehet, hogy az egyetlen?), hogy a saját „jobbá válásunkon” keresztül újból megteremtjük a mindenki számára elérhető világot.

De mi köze ennek a meditációhoz? Sokféle meditáció létezik, valahol mindegyikkel a belső békét, a belső nyugalmat szeretnénk megteremteni. A béke mindenki számára nagyon fontos, csak nem mindig tudjuk, hol és hogyan találhatunk rá. Az értékek, az erények csak akkor tudnak megnyilvánulni, akkor tudnak a mindennapjaink szerves részévé válni (a cél csak ez lehet), ha elkezdődik a belső utazás, ha annak az energiának az irányát, amit idáig a „külvilág” megismerésére fordítottunk, és így meg is feledkeztünk a belső világunkról, most a belső világunk megismerésére irányítjuk. **A jó (nem a viszonylagos, hanem az igazi) sokszor sokkal mélyebben rejtőzik bennünk, mint azt gondolnánk.** A sok-sok csalódás (magunkban és másokban), az aggodalmak, az átélt félelmek, a konfliktusok, stb. - amelyek szinte rétegekként rakodtak le bennünk -, önkéntelenül is „óvatossá” tesznek. Nagyon sokszor még azt is meggondoljuk, hogy akár a viszonylagos jót megtegyük-e. Ez nem feltétlenül tudatos, és számtalan formában nyilvánulhat meg, pl.: szégyenérzet, kisebbségi érzés, vagy a felsőbbrendűség érzése, féltékenység, vagy arrogancia, az öntisztelet, az önbizalom hiánya, stb. Mindezeket akkor tudunk „túllépni” ha – az eddig megszokottól eltérő irányból – közelítünk magunkhoz. A megfelelő tudáson alapuló meditáció a belső béke megteremtéséhez, önmagunk megismeréséhez egy nagyon hatékony eszköz. **Alapvetően el kell hinnem, hogy bennem és mindenki másban is ott van a jó,** és ha ezért teszek, akkor az előbb-utóbb felbukkan, de csak akkor válik élővé, ha használom is.

Aki etikát kezd el tanítani, annak fel kell tenni magának a kérdést: **Én magam teszek valamit azért, hogy az értékeim szerint éljek?** Egyikünknek sem kell „tökéletesnek” lennie, de ebben a tantárgyban biztos, hogy önmagában a szó kevés. Nagyon fontos, hogy a mindennapi életemen keresztül mutassam meg a

gyerekeknek, hogy mit jelent jobbat válni! Érezniük kell, hogy én is azon dolgozom, amit tanítok. Kizárólag így leszek hiteles, és csak akkor lesz a tanultaknak hatása.

Még egy fontos gondolat: **A minden emberben ott rejlő értékek vallástól, politikától függetlenek,** ezért alapvető, hogy az iskolában tanított etika és meditáció, az egyetemes értékeket közvetítse, vallástól, politikától függetlenül.

Szerkesztő

HÍREK

MOTTÓ: A problémáink soha nem maradnak megoldatlanul, csak néha egy kicsit várnunk kell. Tanuljunk meg, hogy hogyan maradjunk békések és türelmesek!

2013. március. A Magyar Vöröskereszt minden évben megszervezi az általános és a középiskolás diákok számára az "elsősegélynyújtó" vetélkedőt Komlón. Az idei verseny egyik nagyon hasznos újdonsága volt, hogy két trénerünk Gerstné Ibolya és Sirokiné Edit kitalálták, hogy a vetélkedő utáni „szünet” hasznosan és tartalmasan is eltölthető. Erre a Belső Értékeink program kiválóan alkalmas. Kis beszélgetéseket, csoportfoglalkozásokat tartottak a Vöröskereszt 7 alapelvéről, azaz a nemzetközi mozgalom által kidolgozott és használt értékekről. Beszélgettek arról, hogy mit jelent a diákoknak az **emberiesség, az egység, az egyetemesség, a pártatlanság,** és szerintük milyen tulajdonságai vannak egy jó elsősegélynyújtónak. Gondoltak-e ezekre akkor, amikor jelentkeztek a tanfolyamra? Érzik-e ennek a felelősségét? Ibolya azt érezte, hogy mind az általános, mind a középiskolás diákok fontosnak érzik, hogy tudják, hogy hogyan segítsenek, ha szükség van rá. Edit általános iskolásokkal való beszélgetése kapcsán, a gyerekek érettségére figyelt fel; segítőkészek, fontosnak tartják, hogy felkészültek legyenek a bármikor megtörténő balesetek ellátására. Tisztában vannak azzal, hogy a megszerzett tudás birtokában nagyobb a felelősségük, de ez nem teher számukra. **Az előző évi versenyen nem volt ilyen foglalkozás. Most azt látták és tapasztalták, hogy csend és nyugalom uralkodott.** Nem rohagáltak. A kísérő pedagógusoknak is nagyon tetszett ez az új lehetőség.

2013. április 24. Egyesületünk két tagja újból ott volt Szolnokon a **Curie Környezetvédelmi országos versenyen.** A szóbeli zsűrizés után délután megint érdekes interaktív beszélgetés zajlott a „**Belső világunkról**” gyerekekkel, tanárokkal, szülőkkel. A foglalkozás utóhatásairól a hazai tapasztalatok rovatban olvashattok.

2013. május 11. Hatszáz népdalénekes fiatal találkozott a budapesti Néprajzi Múzeumban



„Nyolcadik alkalommal gyűltek össze hazánk minden tájáról a népdalénekes fiatalok a Néprajzi Múzeumba, hogy színes bemutatókkal magával ragadó élménnyé varázsolják a **„Tiszán innen-Dunán túl” minősítő verseny döntőjét.**”Egyesületünk részéről Fried Zsófi volt jelen. A rendezvényt kapcsolatos érzéseiről, benyomásairól a Mérei Ferenc Fővárosi Pedagógiai és Pályaválasztási Tanácsadó Intézet honlapján olvashattok.

http://www.fppti.hu/data/cms161788/2013_Orszagos_Nepdalverseny_cikk_Modositas.pdf

2013. május 27. A Kandó téri Általános Iskola „**Környezetvédelemmel kapcsolatos jó-gyakorlatát**” bemutatóval egybekötöttén adta át a **Recski Jámor Vilmos Általános Iskola** tanárainak. A „jó-gyakorlat” részeként a recskiek ízelítőt kaptak azokból a tevékenységekből is, amelyeket az iskolában az elmúlt évek során a „Belső Értékeink” program keretében



végeztek. Hiszen **a környezetre** nemcsak konkrét tevékenységeink, hanem – szinte láthatatlanul - **a belső világunk is hatással van**. Ilyenek például a környezethez (nemcsak a természethez, hanem önmagunkhoz, társainkhoz, stb.) való hozzáállásunk, a látásmódunk, hogy kiben, miben mit látunk meg, milyenek a gondolataink.

2013. június 15. A KKT a Curie Alapítvány kezdeményezésére **egy napos tréninget** szervezett **mentorainak és tanároknak** Szolnokon. Az egy napos tréning címe: **Hogyan gondoskodjunk magunkról?** Nagyon sokszor, akik másokról gondoskodnak, nem gondolnak arra, hogyha nem figyelnek a saját állapotukra, akkor előbb-utóbb nem lesznek képesek másokról sem gondoskodni. Ez a jelenség a tanároknál is elég gyakori. A résztvevők tréninggel kapcsolatos gondolataiból a hazai tapasztalatok rovatban kaphattok ízelítőt.

2013. június 16. **Környezetvédelmi és Kémia Tehetséggondozó Tanács évzáró ülése Szolnok: A BÉKE**, a KKT tagjaként, részt vett az igen tartalmas, a Tanács éves munkáját összefoglaló ülésén. Az elhangzottak egy nagyon szerteágazó, szinte az egész országot átfogó munkáról adtak képet. Néhány elhangzott gondolatokból: „...egy jó iskola jó légkört teremt – a „Curie-ben” is jó a légkör...”; „...a Curie programjai emberiek, természetesekek, őszinték...”; „...a Curie versenyek struktúrája nagyon jó...”; „...a tehetséggondozással szellemi tőkét fejlesztünk...”; „...a „tehetséges” gyerekeknek is sok gyengesége van, de náluk a tanár az erősségre figyel...”. Az egészhez még annyit érdemes hozzáfűzni, hogy a Curie Alapítvány és a versenyek fő „mozgatórugója” Erzsike, Dr Török Istvánné, aki több évtizedes szenvedélyes munkájával hihetetlen érzékkel gyűjtögeti maga köré a legjobb kollégákat (akik önkéntesként végzik itteni munkájukat), és a „jó gyakorlatokat”. Talán ezért is „jó a légkör” a Curie-ben.

2013. augusztus 3. A BÉKE komlói tagjainak a tevékenysége nincs se évszakhoz, se iskolaévhez kötve. Több éves hagyomány, hogy a Felső Szilvási Óvoda **Szülői klubjának** a tagjai Szabó Andi „óvó néni ” vezetésével – nem „hivatalos” keretek között – nyáron is találkoznak. Az idén, szintén a BÉKE keretében működő „**Gondolatteremtő**” klub tagjaival és vezetőivel Gerstné Ibolyával és Siroki Edittel együtt, Sikondára indult a kis csapat.

Arra gondoltunk, hogy **sokszor lehetnek olyan hasznos anyagok, amelyek kimaradnak a Hírlevélből, vagy esetleg nem teljes terjedelemben kerülnek bele**. Annak érdekében, hogy ezek is hozzáférhetőek legyenek, és ne csak azoknak, akik a hírlevelet megkapják, ezért egy részüket elkezdtük feltenni a B.É.K.E. facebook oldalára. <http://www.facebook.com/pages/Bels%C5%91-%C3%89rt%C3%A9keinket-Kibontakoztat%C3%B3-Egyes%C3%BClet/134002076711706>

Újból felhívjuk a figyelmet arra, hogy az eddig megjelent Hírleveleink a nemzetközi honlapon magyarul megtalálhatóak. <http://www.livingvalues.net/countries/hungary.html>

Tréningek, képzések

MOTTÓ: A türelem arra tanít, hogy ne rohanj, helyette várj, és méltányold az élet játékát, tudva, hogy semmi nem marad ugyanolyan, és egyszer minden megváltozik.

Eddigi tapasztalatainkat felhasználva **„Hogyan gondoskodjunk magunkról”** címmel egynapos tréninget ajánlunk **iskoláknak, tanároknak, szülőknak**, akik egyszerű, rendszeresen használható módszereket szeretnének elsajátítani és alkalmazni a saját mentális és szellemi jóllétük megalapozására, fenntartására és a stabilitásuk megőrzésére. **Az egynapos tréning ingyenes, helyben, a képzésre jelentkező iskolában tartjuk, csak útiköltség és esetleges rezsiköltség térítést kérünk.** Jelentkezéseket a hungary@livingvalues.net email címre várjuk.

ÚJ! Részvételi igazolást is adunk, a 2011. évi CXC törvény (a nemzeti köznevelésről) 94.§-a (3) bekezdésének f) pontjában foglaltakhoz kapcsolódó 277/1997 (XII.22.) Kormányrendelet 5.§-a (3) bekezdésének c) pontja alapján. A tanúsítvány **beszámítható a kötelező pedagógus-továbbképzésbe a tréning óraszám szerinti értékben.**

Ahogy már előzőleg is hírül adtuk, a **pedagógus-továbbképzőnk akkreditációjának megújítása megtörtént.** Ha **egy iskolából legalább 12-en** jelentkeznek, akkor egyrészt az iskolában, helyben megtartjuk a továbbképzőt, másrészt **csoportkedvezményt** is biztosítunk. A csoportos és egyéni jelentkezéseket a hungary@livingvalues.net emailen várjuk.

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.

HAZAI TAPASZTALATOK

MOTTÓ: A szív olyan, mint egy virág, amíg nem nyílik ki, addig nem illatozhat a világnak.

„I believe that every person is born with talent.” (Maya Angelou)
(Hiszek abban, hogy minden személy tehetséggel születik.)



2013. március 25-én a Kandó téri Általános Iskolában, Budapesten, a XVIII. kerületi általános iskolák felső tagozatos diákjainak „**Timár Éva Literature Festival**” címmel kerületi angol versenyt rendeztek, korán elhunyt kiváló kollegájuk emlékére. A versenyt a következő jelmondat jegyében rendezték: **„I believe that every person is born with talent. (Maya Angelou)”** A szlogen önmagáért beszél. A résztvevők önbizalma, könnyedsége, vidámsága garantált, az üzenet egyértelmű; ezen a versenyen nem lesznek vesztesek, csak győztesek.

Az egész „verseny” –nemcsak nevében, de hangulatában és légkörében is - „festival”, ünnep volt mindenki számára. Ez nagyon világosan, egyértelműen érzékelhető volt a délután szinte minden pillanatában. Az egész vetélkedőt **Dobrocsiné Derényi Ildikó** angol tanár, az iskola angol munkaközösségének a vezetője, egyesületünk egyik tagja fogta össze, aki mellett és mögött szinte a teljes tanári kar ott volt a munkájával. Nem véletlen a „festival” (ünnep) szó, használata, hiszen ezen a „versenyen” valóban senki sem veszített. Minden résztvevő „nyert”, nemcsak azzal, amit megtanult, hanem még az arany, az ezüst, vagy bronz fokozattal is, amit a versenyen elért eredményéért kapott.

A BÉKE a verseny és az eredményhirdetés közötti idő hasznos „eltöltésében” segédkezett, nem is eredménytelenül. A videóra felvett egyik csoportfoglalkozás hangulata is erről árulkodik. A videofelvétel megtekinthető a BÉKE facebook oldalán a következő linken: <https://www.facebook.com/photo.php?v=417058218406089&saved>

Hogyan gondoskodik magamról? (Részletek a résztvevők értékeléséből)

Nemcsak a tréning címe egyértelmű, hanem a résztvevőkkel abban is megegyeztünk, hogy sajnós az is, hogy kevesen veszik komolyan – a tanárok között is -, hogy ha ők maguk nem tesznek magukért, akkor ezt helyettük senki nem fogja megtenni. Ezért is örültem, hogy Dr Török Istvánné Erzsike, a Curie Alapítvány kuratóriumának az elnöke, kezdeményezésére ez a lehetőség valósággá vált.



A tréning végén a résztvevőket megkértem, hogy önkéntes alapon, név nélkül, pár szóval töltsenek ki egy értékelő lapot. Ebből idéznék néhány kérdést és az ezekre adott válaszokat minden kommentár nélkül, hogy mindenki kivehesse magának azt, ami számára fontos.

1. Mi újat kaptál a tréningtől? - Más megvilágításban látom a dolgokat, például magamat. - Más szempontból nézek egyes dolgokra. Ne legyen lelkiismeret furdalásom, ha magammal foglalkozom. - Megerősítést. - Növekedett az önismeret, az önmegvalósítás gyakorlati tárháza. A pozitív gondolkodás fontossága. - A mások általi megbecsülésem (megbecsültségem) az önbecsülettel kezdődik. Nem elég jól végezni a dolgom, tudni kell elfogadtatni. - A belső értékek fontosságának a megerősítését. - Önbecsülés szükséges!

2. A tréning melyik része volt számodra a legfontosabb? - Az öntisztelet, önbecsülés táblázat. Az ember úgy érzi, hogy ezt eddig is tudta, de más így rendszerbe foglalva. – Mit érdemes azért tenni, hogy megváltozzon az élethez való hozzáállásom? - Irányítottan gondolkodtam magamról. - A gyakorlati részek. - Öntisztelet, önbecsülés tábla. - A problémák, a feladatok pozitív megközelítése. - Módszerek, praktikák.

3. Hogy érzed magad a tréning után? Milyen a közérzeted? - Nagyon tetszett, hogy mindenki nyitott, együttműködő volt. Sok ötletet kaptam. Sok gondolatot indított meg bennem a tréning. - Kellemes, felszabadult. – Kellemes, jó. – Vidámnak, jó a közérzetem. – Megerősített abban, hogy jól látom a világot, jó dolgokat teszek. – Megerősítést kaptam.

Köszönöm, a részvételeket és az együttműködést, a nyitottságokat és nyíltságokat. Én is sokat tanultam Tőletek.

*Fried Zsófi
tréner*

„Belső világunkról” Szolnokon, a Curie Környezetvédelmi országos versenyen.

Pócsiné Hunya Emőke tanárnő (Szamosszegi Általános Iskola) két leveléből idéznék a foglalkozás „utóhatásairól”. Emőke a diákjaival és a kísérő szülővel vett részt a foglalkozáson.

„Nagyon köszönöm az élményt és a tudást, amit átadtál. Már a buszban hazafelé tudtam kamatoztatni, és jó volt érezni, hogy visszautalva szavaidra a gyerekek örömmel teltek meg a csalódás után. Mi írtuk a harmadik legjobb tesztet 45 pont, de X. lettünk, mert a szóbelinket nem igazán értékelték, pedig profin előadták és tartalmilag is volt olyan, mint a többieké. Szóval a gyerekek csalódottak voltak hazafelé, míg helyre nem tettem a dolgokat, hogy ez így is egy hatalmas élmény és eredmény volt. Még az étvágyuk is megjött a beszélgetés végére és utána már jó hangulat volt a buszon.



... ez valóban életszerű példa... Mindent köszönünk. Emőke”



Emőke egy későbbi levelében ezt írta:

„Megpróbáltam felidézni a szavaidat, de csak az érzések jöttek elő, a nyugalom, a szeretet és a boldogság. Emlékszem a végén adtál nekünk egy kis műanyag gyémántocskát és azt mondtad talán, hogy mindannyian egyenként értékesek vagyunk. Nekem is segített már, amikor nem voltam jó formában, hogy ne értékeljem alul önmagamot, de akkor is jól jött, amikor egy gyengébb képességű gyerekből próbáltam volna kihozni olyat, amire már nem lett

volna képes. Ugyanakkor észrevettem, hogy másban nagyon jó, és örömet is leli abban, amit csinál. Szóval a maga nemében mindenki egy igazi kis gyémánt, csak nem mindegy, hogy milyen szögből nézzük a csiszolatát. Ha jó szögben állunk mindegyik ragyog és tündököl. Mi pedagógusok pedig azért vagyunk, hogy ráleheljünk és kifényesítsük egy kicsit őket, hogy sokfelé csillogjanak.”

Mi is köszönjük Emőkének, hogy megosztotta velünk tapasztalatait, és biztos vagyok benne, hogy a „kis gyémántocskák” nemcsak őt, hanem mindegyikünket emlékeztetni fog valódi hivatásunkra.

Nem telhet el a nyár...

A komlói Felső Szilvási óvodában már hat éve működik a Szülői klub, melynek – már többször is említett különlegessége -, hogy nemcsak szülők a tagjai, hanem az óvodánk és más intézmények pedagógusai is rendszeresen ellátogatnak a foglalkozásokra.

Az óvodai szünetek ideje alatt is többször szerveztünk már programot a klubba járók számára. Most második alkalommal mentünk együtt kirándulni. Augusztus 3-án délelőtt, a kánikula ellenére igen jó hangulatban indultunk el Sikondára. Rövid erdei séta után letelepedtünk a sikondai pihenőparkban.

Megismerkedtünk a park gondnokával és amíg ideje engedte, ő is bekapcsolódott a beszélgetésünkbe. Az igazat megvallva el is felejtkezett az időről, mert mikor jött azt mondta, hogy 20 perc múlva el kell mennie, és a végén majdnem 2 órát velünk tartott.

Mint minden alkalommal, most is terveztünk játékokat, amelyek szoros kapcsolatban voltak az önismerettel, de ez alkalommal a képzeletünket igyekeztük megmozgatni.

Különösen két játék nyerte el mindenki tetszését. Az elsőnél mesét találtunk ki közösen. Egyikünk, a mesésző, elkezdett egy kislányról szóló mesét, és mindenki hozzátett valamit. Egyetlen kikötés volt: a mesét mindig pozitív irányba kellett tovább szöni. Számomra rendkívül érdekes volt látni, hogy mennyire beleélték magukat a mesébe, és hogy mennyire meglódult a fantáziájuk, hogy minél színesebb, érdekesebb dolgok

történjenek a mesebeli kislánnyal. Csodaszép lett a mese vége. Persze váratlan fordulatokban és humorban sem volt hiány. Hát így született meg Zsuzska meséje, amit ősszel azoknak a klubba járóknak is megmutatunk, akik nem tudtak velünk tartani.

A másik játékhoz csapatokban ülve válaszoltunk a néha kicsit váratlan kérdésekre:

Pl.: Mi lenne, ha nem lenne beszéd?

Mi lenne, ha nem lenne pénz?

Mi lenne, ha nem lennének vallások? stb.

Végül minden csapat elmondta a saját elképzeléseit. Itt is érdekes és fantáziadús válaszok születtek.

Úgy gondolom, mindannyian jól éreztük magunkat. Hazafelé már azt tervezgettük, mikor megyünk legközelebb kirándulni. A többség azt javasolta, hogy ne várjunk jövő nyárig, hanem ősszel szervezzünk egy újabb együttlétet.

Szabó Ferencné Andi
óvó néni, a Szülői klub vezetője

NEMZETKÖZI HÍREK

MOTTO: Amikor csak „taszigáljuk” magunkat, mint egy gépet, akkor alacsony energia szinten működünk. Szeressük magunkat, adjunk teret a belső csendnek, és akkor ez a csend fáradhatatlanul szolgál bennünket.

„Aide Memoire”

Az ALIVE legutolsó nemzetközi Hírlevelében **Peter Williams** az **ALIVE elnöke** egy érdekes, egyszerű és nagyon hasznos táblázatra hívta fel figyelmünket. Az ALIVE keretein belül a „Living Values” a tanulás legtermészetesebb megközelítésére fókuszál. aminek az alapja, a jelenlétünk. Az „üzenet”, a hitelességünk, és az értékeink felfedezésének és megélésének az öröme. A táblázat erre emlékeztet. Természetesen minden egyes kultúra, a különböző közegek nem ugyanazt részesítik előnyben az értékeken alapuló tanulásnál, de a táblázat egy széleskörű egységes megközelítést tükröz. A lényeg egyrészt, hogy legyen merszünk letérni a kitaposott útról egy célorientált természetes és hiteles megközelítés irányába, másrészt legyen egy olyan útmutatónk, amely nyitott a kreativitásra, elkötelezi és megerősíti az oktatót abban, hogy példává válhasson az „arca üzenetével”, a szívével és a pozitív életével.

Miért pont most aktuális az „Aide Memoire”?

A Living Values programban résztvevők - tanárok, tanítók, óvopedagógusok és a különböző csoportfoglalkozásokat irányítók - világszerte mélyen elkötelezettek a tanulás sokfélesége és számtalan megközelítési formája iránt. Mi egyszerűen csak ehhez szeretnénk hozzájárulni azzal, amivel tudunk. Az „Aide Memoire”-t **Diane Tillman** (aki az LVE tartalmáért felelős nemzetközi szinten, valamint a Living Values könyvek részbeni szerzője és szerkesztője) állította össze tavaly augusztusban Cipruson az LVE európai képviselőinek a konferenciáján, az ottani beszélgetések alapján. A beszélgető partnerekkel történt egyeztetés után szeretnénk felajánlani a modellt, melynek formáját a kuwaiti Nadeem Rahimi tervezte, mindannyiunk számára. A „táblázat” különböző nyelvekre történő lefordítása folyamatban van, és ezek majd felkerülnek a nemzetköz honlapunkra is.

A képzett Living Values oktatók és trénerek részére a későbbiekben majd rendelkezésre áll egy további több oldalas emlékeztető ahhoz, hogy hogyan lehet még inkább segíteni és ösztönözni a táblázatban szereplő egyes elemek gyakorlati alkalmazását. Egymás ösztönzésének a legjobb módja, ha tapasztalatainkat megosztjuk egymással, és ezekből tanulva újabb és újabb ötleteket, módszereket dolgozunk ki, amelyek további tapasztalatokkal gazdagítanak majd mindegyikünket. A Living Values felismeri minden egyén különleges hozzájárulását, és tudjuk, hogy az „aide memoire”-ban leírtak hatnak egymásra és kapcsolódnak egymáshoz. Minél többet és jobban használjuk az értékeinket, a prioritások is annál inkább változnak, és értékeink egyre nyilvánvalóbbakká és erőteljesebbekké válnak.

Mikor közvetítjük hitelesen „Belső Értékeinket”, „Aide Memoire” (emlékeztető)

<p>Befogadó légkör kialakítása</p>	<p>Az „Üzenetet” az arcunkon, a mosolyunkon, a hangunkon, a hiteles hozzáállásunkon keresztül közvetítjük</p>	<p>Hitelesség</p> <p>Mindenki érezze, hogy szeretik, értékelik, tisztelik, megértik és biztonságban van.</p>	<p>Mindenki közreműködése értékes</p> <p>Értékeljük minden kultúrát, használjuk történeteiket!</p>	<p>Értékek</p> <p>Hovatartozás Gondoskodás Empátia Megosztás</p> <p>Tegyük hozzá saját értékeinket</p>
<p>Értékeink megélésének a „lényege”</p>	<p>Visszatükröződés „Kinek az értékei?”</p> <p>A másokkal megosztott értékeink személyes és kulturális tapasztalatokon alapulnak.</p>	<p>Vizualizáció</p> <p>Álmaink iskolája, munkahelye</p> <p>.... A világ gyermekek szemével.</p>	<p>Kreatív önkifejezés</p> <p>A művészeteken, a pantomimen, a táncon, a zenén és a játékokon keresztül.</p>	<p>Értékek</p> <p>Kreativitás Öröm Pozitivitás</p> <p>Tegyük hozzá saját értékeinket</p>
<p>Gyakorlat</p>	<p>Living Values elméleti modell</p> <p>A pozitív viselkedés formálása az aktív hallgatáson, a konfliktus kezelésen, az értékalapú fegyelmzésen keresztül.</p>	<p>Felfedezés, Megtapasztalás, Kifejezés</p> <p>Az „LVE” alkalmazása a kulcsfontosságú értékekre koncentrálna</p>	<p>Példák a jó gyakorlatra</p> <p>Iskolai összejövetelek, videók, történetek a nagyvilágból.</p> <p>Tanulás a kiértékelésekből</p>	<p>Értékek</p> <p>Méltányolás Szakértelem Felkészültség Lelkesedés</p> <p>Tegyük hozzá saját értékeinket</p>
<p>A külvilág felé</p>	<p>Cselekvési terv</p> <p>Az értékek praktikus beemelése a gyakorlati életbe /Iskola, munkahely, közvetlen környezet/</p>	<p>Eszközök és minták kialakítása</p> <p>Helyi és nemzetközi szinten megteremtett források</p>	<p>Helyi és globális „összekapcsolódások”</p> <p>Az LVE nemzetközi dimenziói, közösségi hálók pl LinkedIn</p>	<p>Értékek</p> <p>Innováció Fenntartás Együttműködés Izgalmas kísérletek Nagyvonalúság</p> <p>Tegyük hozzá saját értékeinket</p>
<p>A lélek táplálása</p>	<p>A csend nyelve</p> <p>Visszatükröződés, töltődünk fel a természetben</p>	<p>Adjunk magunknak fenntartást</p> <p>Személyes eszköztár kialakítása</p>	<p>Mindannyiunk „öröksége”</p> <p>A nemzetközi szintű összekapcsoltságunk</p>	<p>Értékek</p> <p>Béke Boldogság Szabadság</p> <p>Tegyük hozzá saját értékeinket</p>

SZERVEZETI ÉLET

MOTTÓ: Amikor őszintén szeretnénk valamit megtenni és erről döntöttünk, akkor a koncentráció ereje rendelkezésünkre áll. A koncentráció lehetővé teszi, hogy kevesebb idő alatt többet elérjünk, és a helyzetekre sokkal hatékonyabban válaszoljunk.

A **B.É.K.E. 2013.05.20-i közgyűlésén** elfogadta az Egyesület **2012. évi Közhasznúsági jelentését 185** ezer Ft mérleg szerinti főösszeggel:

„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	71eFt (tagdíj, adomány, támogatás)
	kiadások	76 eFt (egyéb ráfordítások)

Az Egyesület vállalkozói tevékenységet nem folytatott.

Tárgyévben Szervezetünk a pályázaton támogatást nem, az 1%-s felajánlásokból pedig **62 eFt** -ot(NAV) kapott.

A Szervezet közhasznú eredménye **-5 ezer Ft**.

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

A részletes Jelentés az Egyesület székhelyén megtekinthető.

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. Továbbá ennek kapcsán szeretnének egymással kapcsolatba kerülni, és nem utolsó sorban azt szeretnénk, ha a program nyújtotta kimeríthetetlen lehetőségek, szélesebb körben is kiaknázásra kerülnének.

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

Továbbra is várjuk tapasztalataitokat, anyagaitokat a hungary@livingvalues.net email címre.

Így maradhat a Hírlevelünk élő!

HA TARTALMASNAK, HASZNOSNAK TALÁLTÁTOK, AKKOR

KÜLDJÉTEK TOVÁBB HÍRLEVELÜNKET!!!!

KÖSZÖNJÜK