

Rövid ismertető a programról:

Iskolánk a 2018/2019-es tanévre megkapta a Jobb Veled a Világ Alapítvány által adományozott Boldog Iskola címet, melynek keretében tanulóink egy része bekapcsolódik a Boldogságóra Programba. A program célja, hogy a pozitív pszichológia eredményeire építve adjon ötleteket és módszertani segítséget a boldogságra való képesség fejlesztéséhez az iskolás korosztály számára. A havi egy Boldogságórán a következő témákon keresztül ismertetjük meg diákjainkkal a boldogság fő összetevőit:

1. Boldogságfokozó hála
2. Optimizmus gyakorlása
3. Kapcsolatok ápolása
4. Boldogító jócselekedetek
5. Célok kitűzése és elérése
6. Megküzdési stratégiák
7. Apró örömök élvezete
8. Megbocsátás
9. Testmozgás
10. Fenntartható boldogság

Minden témát bibliai történeten keresztül közelítünk meg, rámutatva boldogságunk legfőbb szerzőjére, az élő Istenre.

„Arra törekszünk, hogy a Boldogságórák derűs és élménygazdag feladatai, játékaik, valamint gyakorlatai fokról fokra kibontakoztassák a derűt és életszeretetet. Gyermekünk így a jövőbe vetett hittel, bátran járják végig a felnőtté válás vezető utat, majd boldogságra képes emberré válhatnak.”

Prof. Dr. Bagdy Emőke, a Boldogságóra program fővédnöke