

# Boldogság program 2016. november

Ebben a hónapban a társas kapcsolatok ápolásának fontosságáról beszélgettünk. Az osztályban nagyon fontosnak tartják a társas kapcsolataikat, a családot, a barátokat. Az egyik feladat során sok kedves, pozitív megerősítő gondolatot írtak egymásról, ami mindenkiben jóleső érzést keltett.

A hónap feladatai közül a némafilm elkészítését választották a gyerekek. A feladat az volt, hogy egy általuk kitalált megrendezett némafilmben mutassák be a társas kapcsolatok fontosságát. Sokat ötleteltek, hogy mi is legyen az a konfliktushelyzet, amit megoldanak, végül a barátság fontosságát szerették volna ebben is hangsúlyozni. A film megvalósítását nagyon élvezték, nagyon jó hangulatban telt az óra, és közben lehetőség adódott hasonló helyzetek megbeszélésére is. A filmben azt szerették volna bemutatni, amit már ők is megtapasztaltak: hogy a barátok jelenléte milyen fontos az életükben, hiszen sokszor ők segítenek megoldani, feloldani egy-egy vitás helyzetet.

És hogy miért is fontosak a társas kapcsolatok?

- könnyebb megbirkózni az élet kihívásaival és kudarcaival
- akinek legalább egy barátja van, jobban meg tud küzdeni az élet gondjaival
- ha problémánkról nyíltan beszélünk barátunkkal, családtagunkkal, ezáltal csökken a feszültségünk
- mások vigasztalása és biztatása csökkenti a szorongást
- az érzelmi vagy kézzel fogható támogatás segít az embereknek kitartani céljaik mellett