

Boldogság program 2018. szeptember

Ebben a tanévben is folytatjuk iskolánkban a Boldogságórákat. Idén a 11. A osztály vesz részt a programban, és ismerkedik meg hónapról hónapra újabb boldogságfokozó technikával. Az első boldogságóránkon sokat beszélgettünk a hálaadásról, annak fontosságáról, szerepéről az életünkben. A csoportnak először nehezen ment példát találni arra, hogy miért is adhatnak hálát, de aztán ahogy el kezdtünk erről beszélgetni, rájöttek, hogy az egészen apró dolgokért ugyanolyan hálásak lehetnek, mint a nagyobbakért. Az is megfogalmazódott bennük, hogy sokszor csak akkor kezdjük el értékelni azt amink van, amikor már elveszítettük. Ezért is fontos, hogy most, a jelenben felismerjük és meglássuk mindazt, amiért hálásak lehetünk. A diákok a következő órán összeszedték azokat a tevékenységeket, tárgyakat, eseményeket, embereket, akikért hálásak egy nap során, és a teljesség igénye nélkül jelenítették meg ezen a tablón.

