


Boldogság program 2019. február


Ennek a hónapnak a boldogságfokozó technikája a megküzdés volt. A diákok megismerkedtek a problémaközpontú-, és az érzelemközpontú megküzdési formákkal, és visszajelzést kaphattak arról, hogy ők melyeket használják gyakrabban. A csoportban mindenki elmondta, hogy hogyan, milyen módszerekkel küzdenek meg a számukra stresszes, nehéz helyzetekkel. Jó lehetőség volt ez arra, hogy halljanak más megküzdési módszerekről, amiket majd kipróbálhatnak. Sok mindenkinek van példaképe, felnéznek olyan emberekre, akiknek valamilyen értékes tulajdonságuk megragadta őket, és akiket igazi hősöknek tartanak. Az általuk választott öt hős került fel a plakátra.

A MI HŐSEINK




HAVAS JON (TRÓNOK HARCA)

- Igazságos
- Képes állni magáért
- Film elutasító
- Barátságos
- Jó döntéshozó
- Kiváló harcos



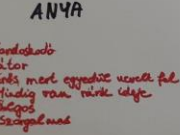
ROZSOMÁK (FARJAS)

- Lehetleg erős
- Képes magáért gondoskodni
- Jó a humorérzék
- Szeret magányos lenni
- Jó fiúkban



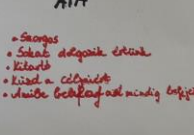
EMIVEH

- Gondoskodik
- Intelligens
- Barátságos
- Kiváló



ANYA

- Gondoskodik
- Bátor
- Erős mert egyedül vezet fel
- Hűség van rá nézve
- Barátságos
- Szorgalmas



APA

- Szorgos
- Sokat dolgozik érte
- Kiváló
- Kiváló a céljait
- Mindig befejezi amit mindig befejezi