

SZTTSZ

Szóvarázs Tréningek Témák Szerint

„A valóságot csak a tudat képes megváltoztatni. Erre jöttem rá.

Ahhoz, hogy a dolgok megváltozzanak, nem kell hozzájuk nyúlni, csak másként kell nézni őket.”

Arthur JapIn holland író

Résztvevők: maximum 10 fő

Időtartama: szabadon választható egy és tíz alkalom között, egy alkalom minimum két óra

Tréner: Papné Bói Anna

Választható témák: munka, konfliktusok, krízisek, diákok, én, család hat témakörben, vagy egyeztetés szerint

1. **Munka:** célkitűzés, munkavállalás, karrier, időgazdálkodás,
2. **Konfliktusok:** egyén, család, csoport, település és társadalom szintjén
3. **Krízisek:** válás, munkanélküliség, betegségek, túlsúly, dohányzás,
4. **Diákok:** tanulás, pályaválasztás életúttervezés, önmenedzselés, szabadidő,
5. **Én:** életkor, önbecsülés, önmegvalósítás, önérvényesítés, kommunikáció, hobbik,
6. **Család:** párkapcsolat, életmód, otthon, gyermeknevelés, nagyszülők, nagycsalád, barátok,

Az SZTTSZ három lépésben kívánja fejleszteni a résztvevőket:

1. Első lépésként azonosítani tudják majd azokat a gondolkodási sémákat, amelyek érzelmi és szociális rosszulletet váltanak ki bennük.
2. Második lépésként különböző life és business coaching területén alkalmazott, már bevált gyakorlati módszerek segítségével ezeket az önkorlátozó hiedelmeket megkérdőjelezzik, majd a tudatosság erejével részben, vagy egészben feloldják.
3. Harmadik lépésként olyan új, segítő hiedelmek kialakítását tanulják meg, melyek a tanult sikeresség témakörén belül, egyre békésebbé, egyre szabadabbá, egyre boldogabbá tehetik az egyént, mert ráébrednek a választás szabadsága által a lehetőségeire.

Elvárt rövid távú eredmény a résztvevők egyéni, családi, és társadalmi szintű alkalmazkodásának segítése, motiváltabbá, boldogabbá, békésebbé, bölcsesbbé, mosolygósabbá válásuk által. Remélt hosszú távú eredmény a résztvevőkkel kapcsolatba kerülő, környezetükben élő emberek egyéni, családi, és társadalmi szintű alkalmazkodásának segítése, a résztvevők tudásmegosztása és modellezése által.

A tréning anyagát a Szóvarázs és a Szóvarázs Kolompáréknál című könyvek tartalma, neveléstudományi ismeretek, valamint a különböző life és business coaching területén alkalmazott, már bevált hazai és nemzetközi gyakorlati módszerek adják, mindig a csoport összetételéhez igazítva a tréning tartalmát és mennyiségét.

Az SZTTSZ célja, hogy új hozzáállást vezessen be, fejlessze az egyéneken lévő bölcsességet, békességet és boldogságot, melyet a szakirodalom Spirituális Intelligenciának nevez. Alternatívát nyújt a résztvevők számára, egy másik gondolkodási séma megtanulására, melyet felhasználva, egymást kölcsönösen segítve, kreatívabb módon élhetnek a lehetőségeikkel. Egy olyan módszertan kipróbálása, mely még ismeretlen gyakorlatot kíván meghonosítani, a lifecoaching, businesscoaching, konfliktuskezelés, közösségépítés és szociálpedagógia ötvözött formájaként. Az azonos témában érdekelt résztvevők összegyűlnek néhány fős csoportokban, előre egyeztetett struktúra szerint. A foglalkozások barátságos és elfogadó környezetet teremtenek, amelyben megoszthatják az őket sújtó nehézségeket, fejleszthetik gondolkodási, elemzési, önkifejező és önismereti képességeiket, és új megoldási mintákat tanulhatnak meg. Az SZTTSZ a hozzáállás intelligenciáját fejleszti, a közösségeken belüli együttműködés, együttgondolkodás, együttélés, minden ember értékességén, és egyenlőségen alapuló új módszertanát kívánja megvalósítani. A problémákkal küzdő embereknek több figyelemre és segítségre van szükségük, mint amennyit jelenleg kapnak, hiszen jelenlegi erőforrásaikkal, nem tudják hatékonyan megoldani a problémájukat. Sajnos az esetek jelentős százalékában, ők maguk sem biztosak saját képességeikben a megoldás terén.

Az SZTTSZ egy másfajta gondolkodás képességét mutatja meg, amely a tehetetlenség, és a korlátok ismételtetése helyett, a lehetőségek látását erősítve, konkrét és fenntartható haszonnal jár a tréningen résztvevők számára. Bővíti a résztvevők lehetőségeit, és mozgásterét hiszen, ha az igényt ki tudjuk ez alatt az idő alatt alakítani, néhány alapséma megtanulásával, az egész élet során használható elméleti és gyakorlati módszer sorozatot kapnak a tréningen résztvevők. A résztvevők a fejlődés, többé válás lehetőségével élve, a belső erőikre rátalálva, azt mozgósítva, saját magukat meghaladó eredményeket érnek el, maguk és környezetük javára.

Előre egyeztetett tematika szerint, játékos formában történnek a találkozók, ahol a kreativitásnak, találékonyságnak, és ötleteknek nagyon fontos szerepe van. Az SZTTSZ alapja a bennünk élő bölcsességgel, békességgel és boldogsággal való kapcsolatteremtés, ami nagyfokú ötletességet, találékonyságot, kreativitást, és merészséget igényel a résztvevőktől, hiszen önmagunk legjobb formájával rendezünk ilyenkor találkozót. Olyan újszerű megoldásokat dolgozunk ki, amelyek kreatív választ adnak a felmerült igényekre és problémákra, és így jobbak, eredményesebbek, hosszútávon könnyebben fenntarthatók, mint a korábbi megoldások. Az SZTTSZ megváltozott körülmények között is működik, hiszen amíg élünk, a fejünket mindenhová magunkkal visszük, így a probléma vagy a környezet változása esetén, és minden más helyzetben is segítségünkre lehet ennek az új gondolkodásmódnak az elsajátítása, és gyakorlása.

Magamról:

Pedagógia szakos tanárként, és gyermekvédelmi szakellátásból szakvizsgázott szociálpedagógusként több oktatási, nevelési, gyermekvédelmi, hátránykompenzációs, és esélyegyenlőségi programban is részt vettem. Dolgoztam közösségi és ifjúsági szakterületi koordinátorként a gyerekesély programban. 2014. 10. 24. óta szerkesztem a www.boldogasszonyok.hu oldalamat, ahol azokra a megoldásokra, és lehetőségekre fókuszálok, melyek hozzásegíthetik az egyént, egy egyre jobb élethez. Őszintén hiszem a gondolkodásunk, és a hozzáállásunk megváltoztatásával, az életünk is változtatható. A sikeresség, ahogy azt a pozitív pszichológia képviselői számtalan kutatás alkalmával bebizonyították tanulható és tanítható. Első könyvem Szóvarázs címmel, a bennünk élő bölcsesség, békesség és boldogság felfedezésével foglalkozik esetek, és gyakorlati példák leírásán keresztül. Második könyvem szociális és életviteli kompetenciát fejlesztő mesés könyv, címe Szóvarázs Kolompáréknál. Az SZTTSZ megvalósítása során minden csoporttag megtapasztalhatja, hogyan változnak meg, sok esetben órák alatt, az önerőből nehéznek, sokszor lehetetlennek hitt dolgok, a gondolkodásunk, és hozzáállásunk megváltoztatásával

SZTTSZ PROJEKT KÖLTSÉGVETÉSE ÖNKORMÁNYZATOKNAK, INTÉZMÉNYEKNEK:

Megnevezés	Mennyiség	Ár/ft	ÁFA/ft	ÁFA-val növelt ár/ft.	Összesen
tréning	alkalmanként két óra	10 000/óra	2 700/óra	12 700/óra	25 400/ alkalom

Papné Bói Anna
tréner

Berettyóújfalu, 2016. 05. 31.