

VLB PROGRAM TÁBOROKBAN

VELEM LEHET BESZÉLGETNI
JÁTÉKOS, INTERAKTÍV ÉLMÉNYPROGRAM AZ
ISMERKEDÉS, KÖZÖSSÉGÉPÍTÉS
SEGÍTÉSÉÉRT

A Velem Lehet Beszélgetni tábori program tartalmaz, kommunikációs készségeket fejlesztő, közösségépítő foglalkozást nyújt bármilyen korosztály számára.

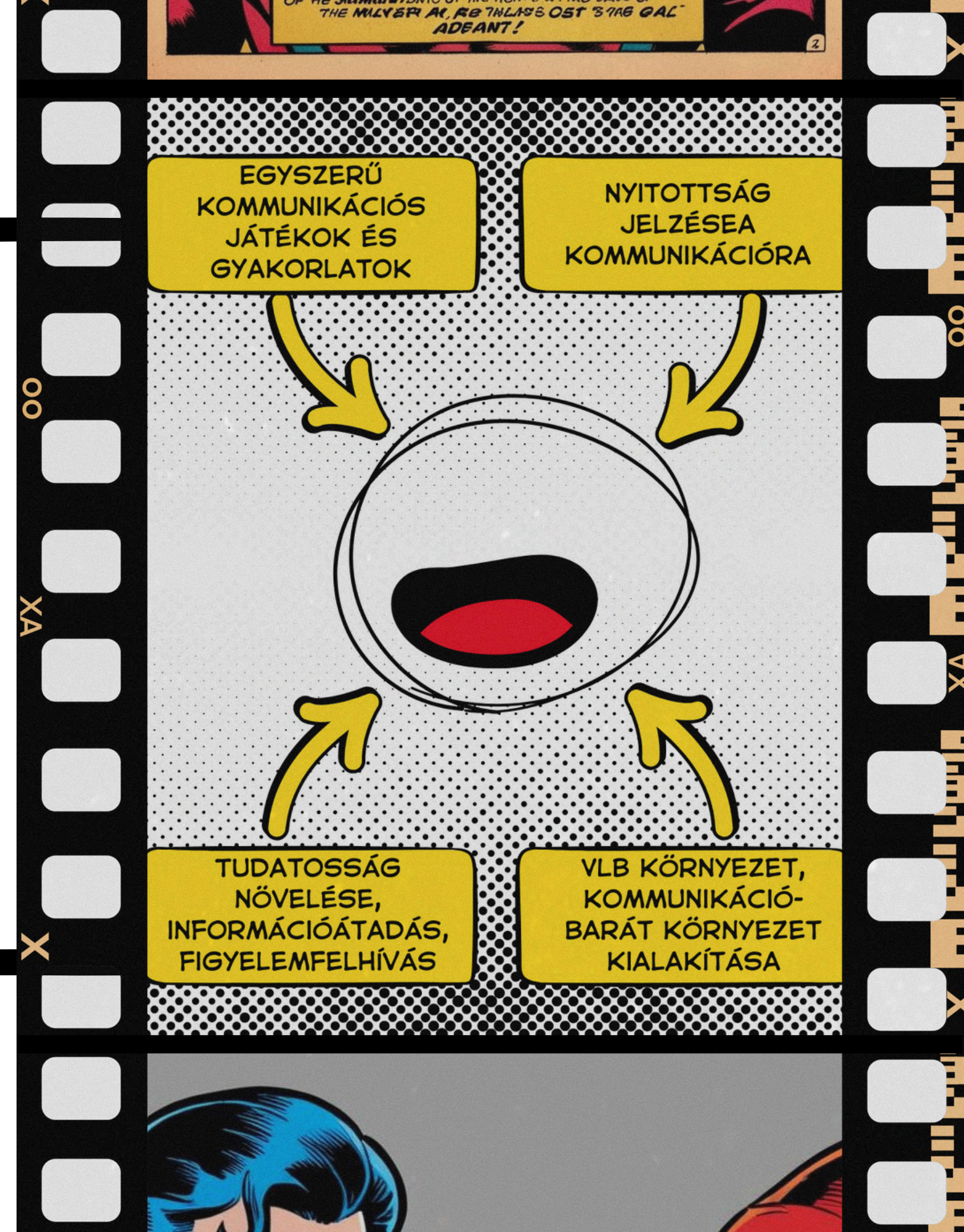


A Velem Lehet Beszélgetni PROGRAM

- A Velem Lehet Beszélgetni (VLB) program célja az **egészen egyszerű, mindennapi kommunikáció ösztönzése, a személyes beszélgetések**, a kapcsolatteremtés elősegítése, annak az érzésnek az erősítése, hogy tudunk és lehet másokkal beszélgetni.
- A VLB eszköztárának alapja a **társas-érzelmi tanulás, ami egész életen át támogatja a társas, érzelmi és kommunikációs készségek fejlesztését**. A társas-érzelmi tanulás fő területei az önismeret és éntudatosság, az önmenedzselés, a társas tudatosság, a társas készségek és a felelős döntéshozatal.
- A jobb társas-érzelmi készségek támogatják a lelki egészséget, segítik a másokhoz való egészséges kapcsolódást, **támogatják a jól működő közösségek kialakulását**, a pozitív közösségekhez való kapcsolódás igényét, és jobb tanulmányi eredményekhez vezetnek. Emellett hozzájárulnak a kortársbántalmazás és az iskolai lemorzsolódás csökkenéséhez.

A VLB PROGRAM KERETRENDSZERE

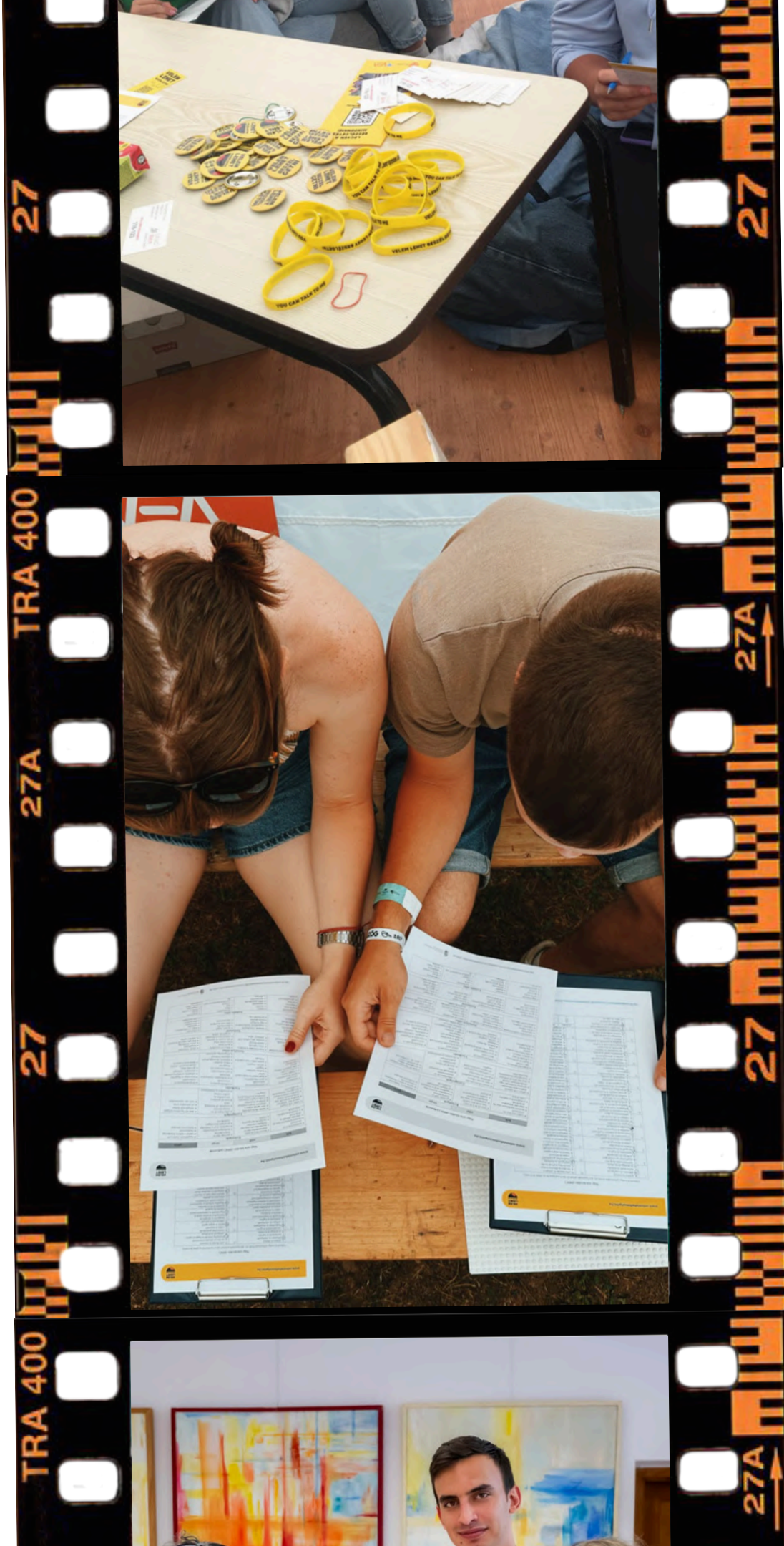
A VELEM LEHET BESZÉLGETNI
KEZDEMÉNYEZÉS EGY NÉGY
ALAPELEMBŐL ÁLLÓ
KERETRENDSZERBEN TESZ A
BESZÉLGETÉSEK, KAPCSOLÓDÁS
ÖSZTÖNZÉSÉÉRT, MINDENNAPOSSÁ
TÉTELEÉRT.



A VLB TÁBORI FOGLALKOZÁSOK RELEVÁNCIÁJA

Százból 20 gyereknek okoz nehézséget, hogy barátokat találjon magának, még abban a közegben is, ahol nap mint nap mozog, **15 pedig állandóan magányosnak érzi magát.** A gyerekek kb. fele érzi úgy, hogy félénk vagy zárkózott kortárs közegben, százból kilenc pedig egyenesen úgy érzi, társas félénksége az életminőségére is negatív hatással van.

A nyári táborokba eljutó fiatalok nagy része barátokra tesz szert a tábor ideje alatt, **a gyerekek jelentős részének azonban lehetnek abban kisebb-nagyobb nehézségei, hogy ez gördülékenyen menjen.** Programunk célja strukturált foglalkozásokkal átsegíteni a gyerekeket a kezdeti nehézségeken, továbbá játékos gyakorlatokkal segíteni a közösség alakulását a tábor ideje alatt, valamint azon készségek fejlesztése, amik a tábort követően hosszú távon is támogatják a fiatalokat társas kapcsolataik alakításában.



VLB TÁBORI FOGLALKOZÁS

MI TÖRTÉNIK OTT?

Tábori foglalkozásaink az ismerkedést, az önbemutatót, az együttműködést, az **odafigyelést, a bizalom megalapozását, a közösség épülését és az érzéseinkről való könnyebb kommunikációt támogatják.** Mindezt játékos, szórakoztató formában adjuk át.

A foglalkozások időzítéstől függően (első nap vagy későbbi időpont) alkalmasak a fentiek mellett más olyan témák feldolgozására is, amit a szervezők fontosnak tartanak a tábor témájához, sajátosságaihoz, menetéhez kapcsolódóan. A foglalkozásokat minden esetben az életkornak és a résztvevők egyéb sajátosságainak megfelelő eszközökkel, feldolgozással és időbeosztással végezzük.

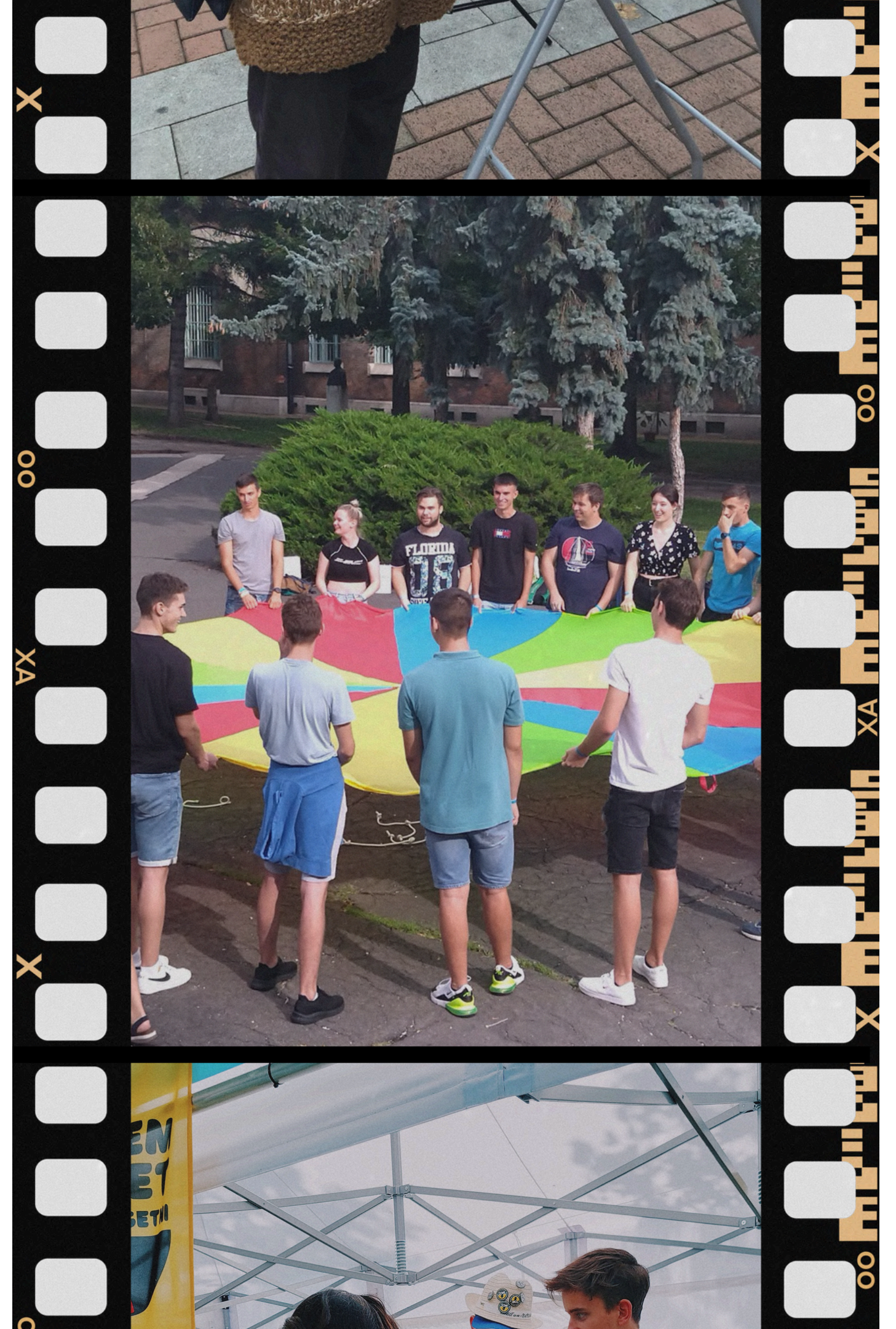
Tapasztalatunk, hogy **kicsik és nagyok is szívesen próbálják ki önmagukat játékaink segítségével, és örömmel fogadják, használják a foglalkozásokon tapasztaltakat a tábor ideje alatt.**



VLB TÁBORI FOGLALKOZÁS

IDŐBEOSZTÁS, ÉLETKOR, CSOPORTOK

- A foglalkozásokat a legteljesebb mértékben igyekszünk a tábor időbeosztásához, keretrendszeréhez igazítani. Ideális esetben egy egynapos foglalkozás időtartama **220-320 perc, azaz 5-7 tanóra**. A foglalkozások közt a résztvevők életkorának és igényeinek megfelelően tudunk szüneteket tartani.
- Amennyiben a VLB foglalkozások elsődleges célja az ismerkedés, akkor azt **célszerű a tábor első napjára időzíteni**, azonban a közösségépítő és más kommunikációs fókuszú foglalkozások (pl. kortársakkal való bánásmód, erőforrások, együttműködés, asszertivitás) a tábor további napjain is értékes és szórakoztató elemei lehetnek a tábori program gazdagításának.
- **Életkor szerint általános iskola első osztályától valósíthatók meg a foglalkozások**, amelyeket akár tizenévesek, sőt idősebbek számára is tudunk adaptálni.
- **A foglalkozások csoportban történnek, amelyek ideális létszáma legfeljebb 20-25 fő**, nagyobb létszám esetén több csoportra osztjuk a résztvevőket. A csoportok esetén fontos az életkorbeli hasonlóság, nagy eltérések esetén kisebb csoportokban érdemes tartani a foglalkozásokat.
- Igény esetén több napra is tudunk biztosítani programot, előre egyeztetett fókusszal.



VLB TÁBORI FOGLALKOZÁS

MIT HOZUNK?

- Kommunikációt fejlesztő, segítő foglalkozások, feldolgozással Igény és lehetőség szerint több embert megmozgató, együttműködést igénylő játékok (akadálypálya, kooperációs ernyő, vízipisztolyos kihívás stb.)
- Kommunikációs önismereti kérdőív, kiértékeléssel (személyes segítséggel)
- Kommunikációt ösztönző plakátok, jelzések a tábor területére
- Információs anyagok
- Kommunikációt igénylő, kommunikációs mozzanatok demonstráló játékok:
 - Labirintus, Lego kihívás, Kockatorony, Puzzle, Jenga, Geometriai kukac és más játékok (folyamatosan változó, bővülő választék)
 - VLB jelzések (kitűzők, karkötők)
 - VLB kártyák, útlevelek, bakancslisták, kommunikációs játékokkal



A VELEM LEHET BESZÉLGETNI TÁBORI FOGLALKOZÁSSAL JELEN VOLTUNK...

A VLB Tábori foglalkozással jelen voltunk

- Mórahalmon, az Egészségfejlesztési Iroda által szervezett **Egészségtáborban**
- Zsombón, a Szent Imre Katolikus Általános Iskola **nyári gyerektáborában**
- Budapest Orvostanhallgatók egyesülete, **gólyatábor**
- Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, Szabadka, **gólyatábor**

Kommunikációt segítő játékainkat használták a táboroztatók Szegeden a **Család- és Gyermejjóléti Központ táborában**, valamint a Békéscsabai Szakképzési Centrum több **gólyatáborában**.



VISSZAJELZÉSEK TÁBORVEZETŐKTŐL

“

A program **tökéletesen megalapozta a tábor egész heti sikerét**, a jó hangulatot, az elfogadó, pozitív hangulatát. Arról nem is beszélve, hogy a felnőttek is sokat tanultak, tapasztaltak. Könnyű volt ilyen indítással jól végigcsinálni a következő napokat. Nagyon köszönjük!!!

”

“

A gyerekek visszajelzéseiből is jól látszik, hogy a „Velem Lehet Beszélgetni” program **élményt ad, közösséget épít és teret biztosít a gyermekek belső világának megnyílására.**

”

“

Fontosnak tartottuk, hogy biztonságos, nyitott légkör alakuljon ki, ahol bátran megnyílnak, megoszthatják egymással gondolataikat, érzéseiket. **Ehhez a célhoz kiválóan illeszkedett a „Velem Lehet Beszélgetni”** kezdeményezéssel való együttműködés, amely rendkívül ötletes, kreatív és élményalapú programokkal járult hozzá a közösségformáláshoz. A megvalósítók játékos, bizalomerősítő feladatokkal készültek: névtanulós és jégtörő játékokkal, közös gondolkodásra épülő kreatív feladatokkal és olyan élményekkel, amelyek középpontjában az odafigyelés, az empátia és az együttműködés állt.

”

“

A VLB játékos feladatai nemcsak az ismerkedésben, de a kommunikációban, egymásra figyelemben és a bizalomépítésben is segítettek – **arra ösztönözték a gyerekeket, hogy csapatként működjenek együtt**, eközben pedig jobban megismerjék egymást.

”

TOVÁBBI SZOLGÁLTATÁSAINK

Foglalkozások, események

- Képzések
- Workshopok
- Csapatépítők
- Stand

Eszközök

- Családi munkafüzet
- Oktató és fejlesztő anyagok
- Jelzések (kitűzők, karkötők, pólók)

Hol?

- Iskolákban
- Táborokban
- Sportklubokban
- Munkahelyeken
- Fesztiválokon



KAPCSOLAT

Székely András
Végeken Egészséglélektani Alapítvány,
Elnök
+36 20 9808829
info@velemlehetbeszelgetni.hu

