



VELEM LEHET BESZÉLGETNI

VLB Program az iskolákban

VLB Program az iskolákban

Játékos, interaktív élményprogram a társas-
érzelmi készségek fejlesztéséért és a
közösségépítés segítéséért

A Velem Lehet Beszélgetni iskolai program élményalapú vagy adott
témára fókuszáló, kommunikációs készségeket fejlesztő,
közösségépítő foglalkozást nyújt bármilyen korosztály számára.

Edukációs program szülőknek és pedagógusoknak.



A Velem Lehet Beszélgetni program

A Velem Lehet Beszélgetni kezdeményezés célja az egészen egyszerű, mindennapi kommunikáció ösztönzése, a személyes beszélgetések, a kapcsolatteremtés elősegítése, annak az érzésnek az erősítése, hogy tudunk és lehet másokkal beszélgetni, hogy egy nyitott, befogadó, egymással kapcsolódni vágyó közösség tagjai vagyunk.

A program minden életkor számára támogatja a környezetünkben élőkhez való kapcsolódást, segít abban, hogy ügyesebben, hatékonyabban kommunikáljunk. A cél az, hogy ne csak szívesen, de magabiztosabban is beszélgessünk egymással, és amikor csak lehetséges, a személyes kapcsolatokat válasszuk az online helyett.

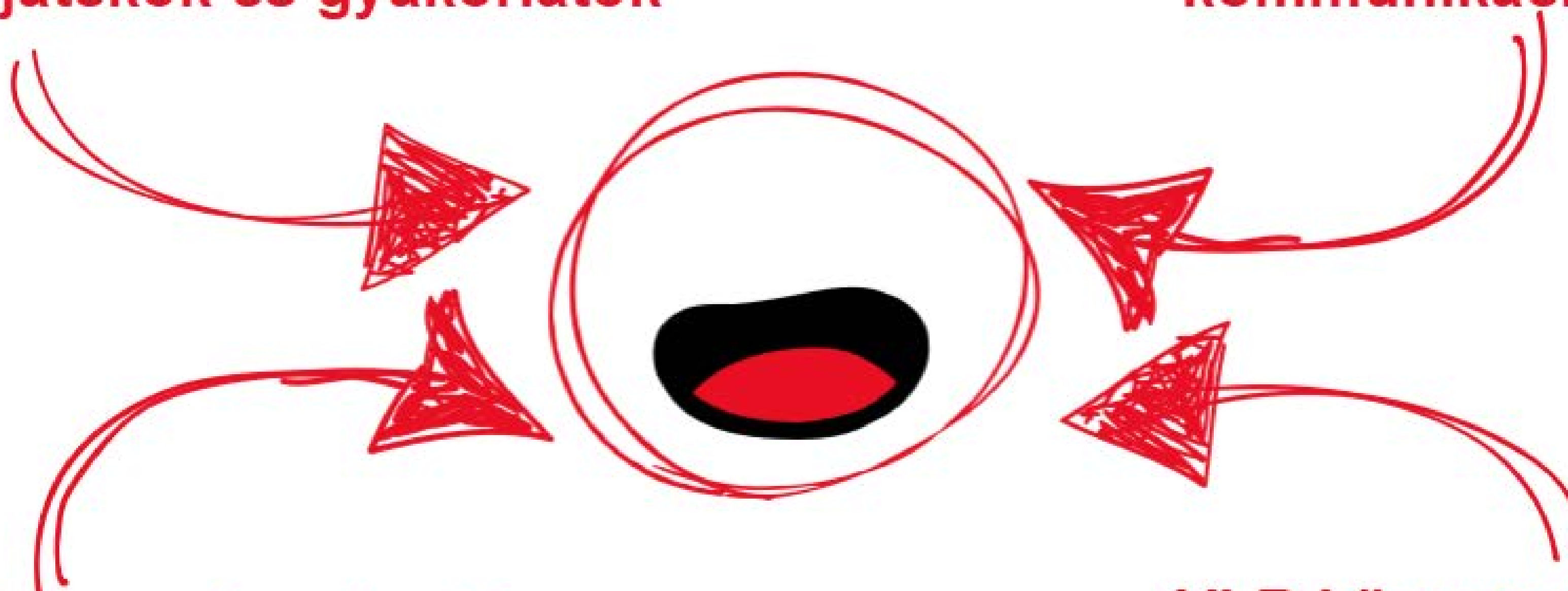


A VLB kezdeményezés keretrendszere

A Velem Lehet Beszélgetni kezdeményezés egy négy alapelemből álló keretrendszerben tesz a beszélgetések, kapcsolódás ösztönzéséért, mindennapossá tételéért.

**Egyszerű kommunikációs
játékok és gyakorlatok**

**Nyitottság jelzése a
kommunikációra**



**Tudatosság növelése,
információátadás,
figyelemfelhívás**

**VLB környezet,
kommunikációbarát
környezet kialakítása**



A VLB program alapja

A Velem Lehet Beszélgetni program 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 Velem Lehet Beszélgetni kezdeményezés célja az egészen egyszerű, mindennapi kommunikáció ösztönzése, a személyes beszélgetések, a kapcsolatteremtés elősegítése, annak az érzésnek az erősítése, hogy tudunk és lehet másokkal beszélgetni, hogy egy nyitott, befogadó, egymással kapcsolódni vágyó közösség tagjai vagyunk.

Az élményalapú, interaktív készségfejlesztés mellett mind a diákok, mind a velük kapcsolatban álló felnőttek (szülők, pedagógusok, iskolapszichológusok, iskolai szociális segítők, stb.) számára kínálunk a kommunikáció és emberi kapcsolatok témájához kötődő pszichoedukációs előadásokat, valamint a társas önismeret mélyítésére alkalmas eszközöket.



A VLB program relevanciája

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 fiatalok többsége napi 2-3 órát tölt online beszélgetéssel, közel fele pedig annyi időt tölt online, amennyit csak lehet.

A szülők gyakran aggódnak gyerekeik lelki egészsége és online töltött ideje miatt, de közel felüknek nehézséget okoz erről beszélni velük. Az érintett szülők harmada szívesen fogadna ebben segítséget.

A pedagógusok 95%-a támogatja, hogy a társas-érzelmi készségek fejlesztése hangsúlyosan megjelenjen az oktatásban.

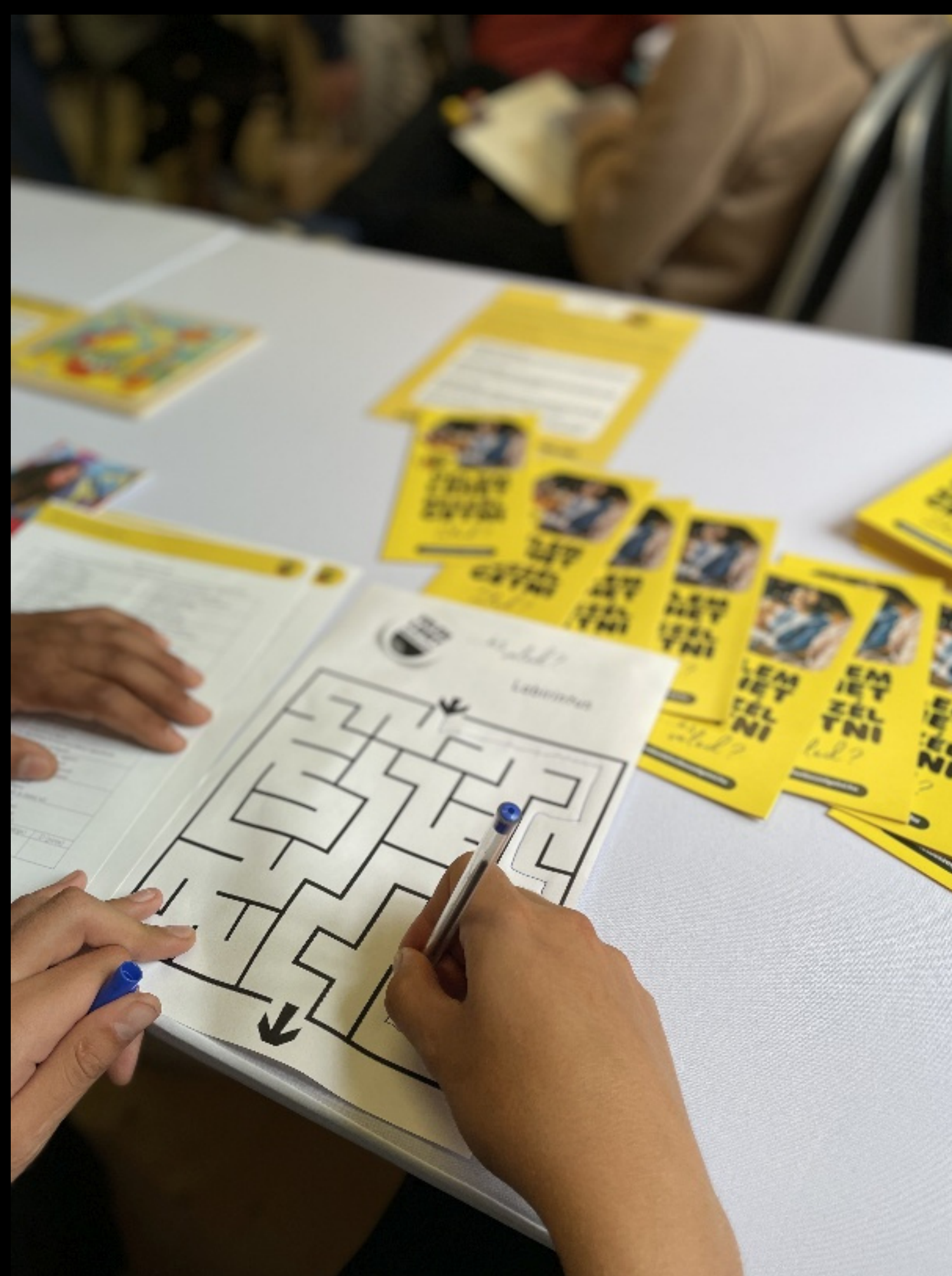


Társas-érzelmi készségek fejlesztését célzó programok bevezetésének hatása az iskolákban

- Bullying harmadára csökkent
- Pozitív hatás a tanulók és a pedagógusok lelki egészségére
- Teljesítmény átlagosan több mint 10%-kal nőtt
- A tanulók egymáshoz való kapcsolódása és iskolához való kötődése jelentősen megerősödött
- Tanár-diák kapcsolatok megerősödtek
- Támogatta a proaktív osztálytermi normák és biztonságos, rendezett környezet kialakítását, fenntartását → konstruktív osztálytermi viselkedés segítője
- Tanuláshoz kapcsolódó szorongás csökkent
- A lemorzsolódás, korai iskolaelhagyás aránya csökkent, különösen a kifejezetten veszélyeztetettek (pl. idősebbek vagy olyan diákok, akiknek a barátai már lemorzsolódtak) körében



Ajánlataink iskolák számára





VLB stand iskolai rendezvényen

A VLB csapatának kitelepülése iskolai rendezvényre (pl. Családi nap, Gyereknapi, Leleki Egészség témahét), olyan játékokkal, amit kisebb-nagyobb társaságokban, a kommunikációs és együttműködési készségeiket alkalmazva tudnak megoldani a gyerekek (és családjaik).

Nagyobb társaságot megmozgató, élményalapú játékok.

Kommunikációs-önismereti teszt és segítség a feldolgozásában.

Ár: 300.000 forint nettó/nap (max 6 óra)

Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.





Pszichoedukációs foglalkozások – diákoknak, szülőknek, pedagógusoknak

45–90 perces interaktív előadások diákoknak, pedagógusoknak, szülőknek, a kommunikációhoz, társas kapcsolatokhoz fűződő, előre egyeztetett témában.

Osztályfoglalkozás, workshop, projektnap stb. keretében.

Igazodva a hallgatóság életkori és egyéb sajátosságaihoz.

Ár: 75.000 forint nettó / óra

Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.





Pedagógus képzés

16 órás online vagy személyes képzés pedagógusok számára.

Témakörök: társas-érzelmi készségek fejlesztése az iskolában, társas-érzelmi készségek és lelki egészség kapcsolata, fejlesztő eszközök bemutatása és kipróbálása, kommunikációbarát iskolai környezet kialakításának lehetőségei, az iskola mint kommunikációbarát munkahely.

Résztvevők száma: Online: min. 6 fő; személyes jelenléttel: min. 12 fő. Maximum mindkét esetben 20 fő.

Ár: egyéni jelentkezés esetén online képzésre 25.000 forint/fő, személyes képzés esetén 40.000 forint/fő, intézményi jelentkezés esetén online 300.000 forint nettó, személyes képzés esetén 500.000 forint nettó (2 nap). Személyes képzés esetén intézményeknek Pest vármegyén kívül 50 forint/km útiköltség hozzáadódik az árhoz.

Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.





Diákönkéntesek képzése, felkészítése

Az iskola tanulóinak felkészítése arra, hogy iskolai rendezvények, programok vagy egyéb, az iskola részvételével zajló programok (pl. városi Adventi vásár, pályaaorientációs nap) keretében részt tudjanak venni a készségfejlesztő program egyes elemeinek megvalósításában (pl. játékmesterként, önkéntesként). A felkészítés csak személyesen valósítható meg.

90-120 perc.

Ár: 180.000 forint nettó

Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.





Élménynap diákoknak

A VLB csapata által az iskolában vagy igény szerint egyéb külső helyszínen szervezett élményprogram, ahol a fókuszban a különböző kommunikációs mozzanatok játékos megtapasztalása és a tapasztalatok feldolgozása áll.

Projektnap, osztálykirándulás, tematikus osztályfőnöki/etika óra, stb.

Min. 4, max. 8 tanítási óra.

20-30 fő.

Ár: 4 óra esetén 240.000 forint nettó, minden plusz óra 40.000 forint nettó

Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.



Iskolai tábor – nyitónap, tematikus nap, tábori játékok

A VLB csapata által szervezett nyitónap vagy tematikus tábori nap iskolai tábor alkalmával (pl. nyári tábor, gólyatábor, csibetábor). A nyitónap célja az ismerkedés, az önbemutató, a közösségalkulás és a bizalom elmélyülésének támogatása; a tematikus tábori napok a tábor bármely pontján érdekes és hasznos, a tábor témájához illeszkedő foglalkozások keretében valósulnak meg. Emellett lehetőség van a tábor egész ideje alatt játszható, a kapcsolódást segítő tábori játékok bevezetésére is.

A program igazodik a résztvevők életkori sajátosságaihoz, a tábor menetrendjéhez, egyéb programjaihoz. A foglalkozás hossza összesen 220–320 perc, azaz 5–7 tanóra.

Ár: 400.000 forint nettó. Több napos program esetén minden plusz nap 300.000 forint nettó.

Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.





Konzultáció

Konzultáció a VLB csapata által nyújtott szolgáltatásokról, a kommunikációbarát iskolai környezet kialakításának helyi lehetőségeiről, az egyes szolgáltatások személyreszabhatóságáról.

Ár: online 40.000 forint/óra, személyesen 70.000 forint/óra. A résztvevők száma maximum 6 fő.

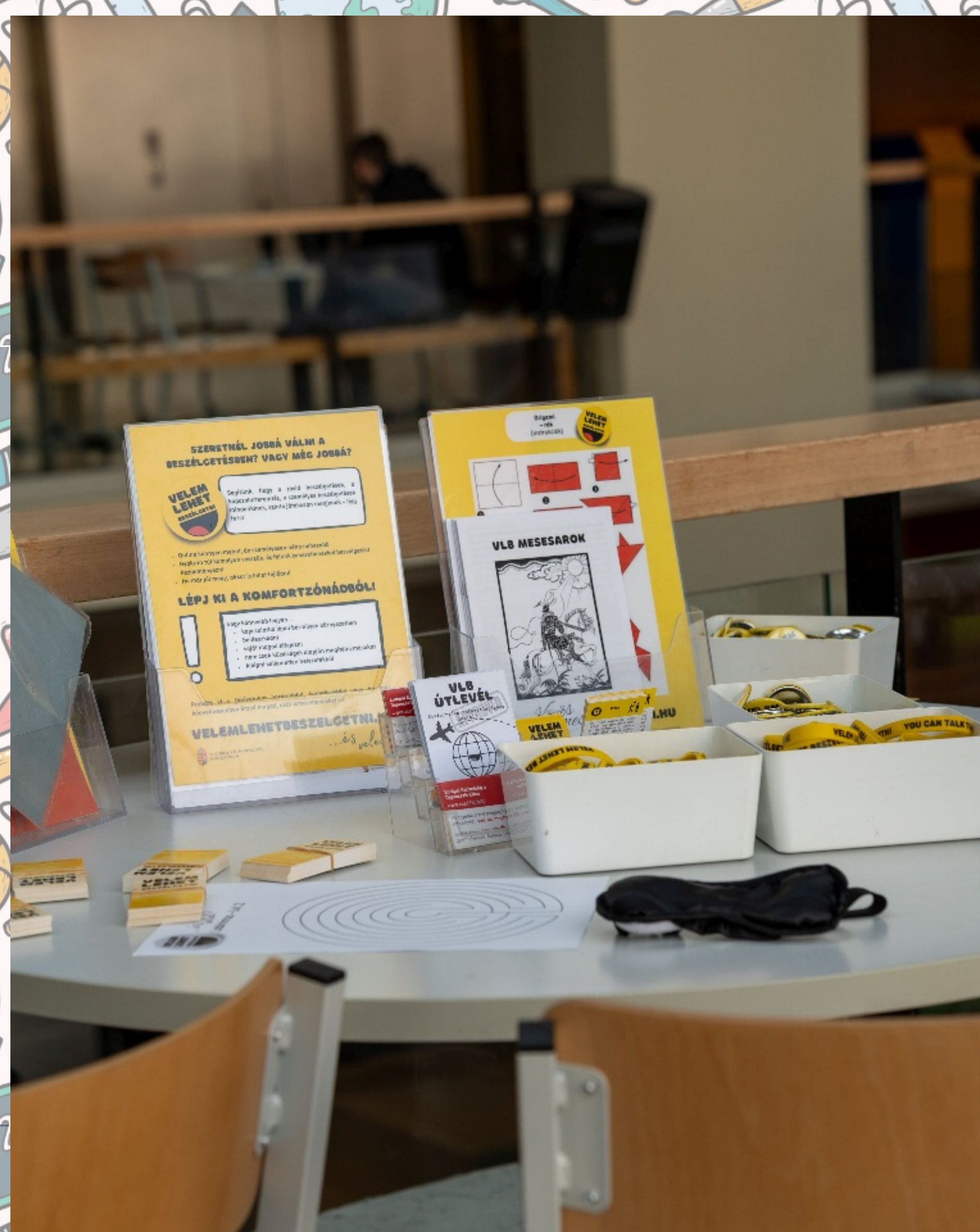
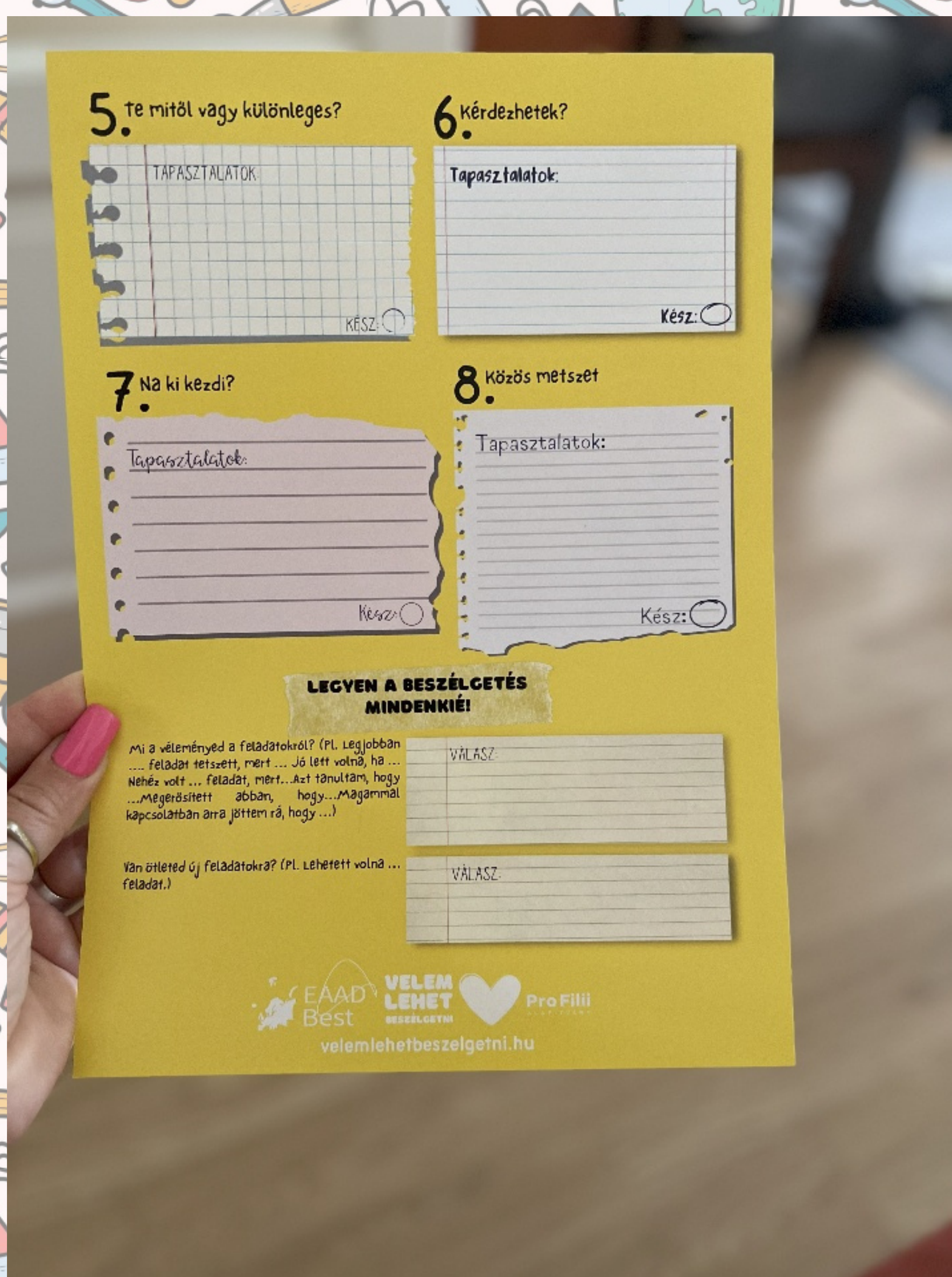
Pest vármegyén kívül plusz költséggel kell számolni, melynek mértéke az árajánlat végén található.



Személyre szabott anyagok tervezése, készítése

Személyre szabott információs anyagok, kommunikációs játékok, grafikai elemek tervezése és készítése digitális és offline formában.

Ár: megegyezés szerint



Komplex iskolai programcsomag



Átfogó, az iskolai közösség nagyobb részét és a szülőket, pedagógusokat érintő projekthét.

Tartalma:

- X osztályfoglalkozás, előre egyeztetett témában
- 90 perces pedagógus workshop
- 90 perces workshop szülőknek
- 90 perces felkészítés diákonkénteseknek
- 150 perces megjelenés VLB standdal
- VLB kártyacsomag és kommunikációs jelzések a programban résztvevőknek
- Játék- és osztályfoglalkozáscsomag pedagógusoknak

Ár: megegyezés szerint





Kiegészítés az árajánlatokhoz

Az árajánlatok esetén a nettó ár és a bruttó ár megegyezik, mivel Alapítványunk alanyi adómentes.

Ha a program személyes jelenléttel Pest vármegyén kívül kerül megszervezésre, Budapesttől számolva kilométerenként 100 forint költséget szükséges pluszban felszámolnunk, nem számolva külön az oda- és visszautat (azaz amennyiben a távolság Budapesttől autóval 153 km, a plusz költség nettó 15.300 forint)

A programok kombinálhatók. Amennyiben egyszerre több program megrendelése is szóba kerül, kérje ajánlatunkat. Ismerve az oktatási intézmények helyzetét, igyekszünk minden esetben megtalálni a mindenkinek megfelelő megoldást.



Visszajelzések



Sajnálom, hogy nem tudtam minden gyakorlatot kipróbálni, Nagyon hasznosnak gondolom a gyakorlatokat abból a szempontból, hogy általuk azt érezhetjük, hogy figyelünk egymásra.

Abban segítettek a játékok, hogy egyszerűen fantasztikus volt az atmosféra! Nagyon vidáman és felszabadultan éreztem magam.

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!!!

Fontosnak tartottuk, hogy biztonságos, nyitott légkör alakuljon ki, ahol bátran megnyílhatnak, 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 gyerekek visszajelzéseiből is jól látszik, hogy a „Velem Lehet Beszélgetni” program élményt ad, közösséget épít és teret biztosít a gyermekek belső világának megnyílására.

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

Az előadó tudott személyesen, s mégis szakmailag nagyon határozottan viszonyulni. Az elfogadó attitűdje és a határozottsága valahogy úgy kombinálódott, hogy nagyon meg tudta támogatni őket.

Teret adott a személyes hozzászólásoknak. Végig vitte azt a kört, hogy ki miben érzi magát jó szülőnek. Ez egy nagyon szép csúcspontja volt, érzelmileg.

Nagyon tetszett nekem ez a foglalkozás, még legyen ilyen, köszönöm.

Nagyon pozitív, hogy gyerekekkel, tanárokkal és szülőkkel megcsinálták a programot. már önmagában segít a beszélgetési alkalom.

Véleményem szerint nagyon fontos a mai kamaszok fejlődésében az, hogy tudjanak beszélgetni. Többen kerülnek be hirtelen új közösségbe, ahol nem biztos, hogy sikerül azonnal beilleszkedni. Fontos, hogy nyissunk egymás felé, hiszen vannak, akik nehezebben tudnak kezdeményezni.

Volt, aki először nem értette, hogy miért kérdezek tőlük ilyen kérdéseket, de mindenki válaszolt, akit kérdeztem és akinek mondanom vagy adnom kellett valamit, nekik meg nagyon tetszett, jól esett, boldogok voltak, örültek, és nekem is jól esett, hogy ilyenekkel felvidítom őket.

Én olyan értelemben gondolom szemléletváltásnak az agresszió megelőzése szempontjából, hogy nem is beszélünk arról. Viszont hogyha tudatosítjuk a gyerekekben azt, hogy azzal, hogy barátián meg tudok szólítani egy héten kétszer egy gyereket az iskolában, azzal már azért is teszek, hogy ez egy olyan iskola legyen, ahol kevesebb verekedés van. Azt gondolom, hogy ez is egy hozzáadott értéke a programnak, vagy hozzáadott értéke lehet.

Szerintem ezek a játékok nagyon elő tudják segíteni, ösztönözni tudják az embereket egy jó beszélgetésre. Én ezeket a kérdéseket gólyanapra is szívesen bevinném.



Kapcsolat

További információért vagy ajánlatért keressen minket!

Székely András

szekely.andras@vegeken.hu

+36 20 980 88 29

www.velemlehetbeszelgetni.hu

www.facebook.com/velemlehetbeszelgetni





LEHET BESZÉLGETNI
...és veled?
K KIPRÓBÁLHATOD!



Segítünk, hogy a rövid beszélgetések, a
kapcsolatteremtés, a személyes
beszélgetések mindenkinek, szinte játékosan
menjenek – lépj te is!



...és veled?

VELEMLEHETBESZELGETNI.HU