

# ÉLETÜNK A CSALÁD!

Család- és EgészségPedagógiai Prevenációs Nonprofit Közhasznú Kft.

**„Tegyük érte, hogy TE is így érezhess!”**

## CSALÁD- és EGÉSZSÉGPEDAGÓGIA iskolákban, közösségekben; diákok, szülők, nevelők részére

### Küldetésünk

„A családhoz, gyermekekhez, a gyermekvállaláshoz, az egészséghez, az egészséges életmódhoz, az egészséges énkép és testtudat kialakításához kapcsolódó társadalmi viszonyulás javítása, a családi étellel kapcsolatos negatív jelenségekkel szembeni prevenció megvalósítása.

A társaság tevékenységével a társadalom figyelmét a családra kívánja fordítani és el kívánja érni, hogy a fiataloknak célja legyen a boldog családi élet, amelynek legfontosabb szerepe a benne élők és nevelkedők számára az egymás iránti tisztelet és feltétel nélküli elfogadás légkörében megélt szeretet. Ennek alapja a férj és a feleség életszövetsége, elkötelezett szeretetkapcsolata. A család ezen a stabil alapon alakítja ki, építi és fejleszti saját belső világát, amely éltető légkörével formálja a családtagok személyiségét, erősíti összetartozásukat és lehetőséget teremt arra, hogy az óhajtott gyermekek megszülethessenek és harmonikusan fejlődjenek.

A társaság biztatást és segítséget kíván nyújtani a serdülőknek, a fiataloknak, a családoknak annak megerősítésére, hogy kiemelkedően fontos szerepük van saját jövőjük alakításában, és van esélyük – kellő felkészüléssel – az egészségben teljes, boldog családi életre.”

*Idézet közhasznú szervezetünk alapító okiratából*

### Közhasznú tevékenységünk

A Kecskemét-Széchenyivárosi Közösségépítő Egyesület (SZÉK) közel 25 éves múltja visszatekintő családpedagógiai munkája nyomán családi életre nevelés (CSEN) tanácsadóként **preventív jellegű család- és egészségpedagógiai, ismeretterjesztő és készségfejlesztő munkát** végzünk.

Szakmai csapatunk tagjai között mentálhigiénés szakemberek, életvezetési tanácsadók, dráma- és gyogyepedagógus, pszichodráma vezető, dietetikus, védőnők, MFM tanácsadók tevékenykednek.

**Családi életre nevelő foglalkozásaink színtere** legtöbbször az általános- és középiskola tanrend szerint megvalósuló, témába illő tan- illetve osztályfőnöki órája, egyházi és civil kisközösségek, nagycsaládosok, szülői csoportok, szakmai ön- és továbbképzőkörök rendezvénye.

Iskolai munka esetén elvállalunk egész napos tanítás nélküli projektnapok lebonyolítását, illetve hosszabb együttműködés keretén belül akár több hónapon vagy éven át is kísérhetjük az osztályokat havi 1 alkalommal megtartott foglalkozások keretén belül.

**Interaktív foglalkozásaink alapvető módszere** az egyes témák történettel, filmmel, játékkal történő felvezetését követő beszélgetés, vitaindítás. Ennek során a résztvevők irányított körülmények között egymás véleményét hallgatva, mellette érvelve illetve cáfolva azt, a nem formális tanulás módszerével alakítják saját gondolkodásukat. Segítségül hívjuk a sok más eszköz mellett a drámapedagógia módszereit az egyes témák, jelenetek élményszerű megjelenítéséhez. Nem egyszerű és egyszeri információközlés a célunk, hanem a résztvevőkkel való tartós vagy több alkalomra szóló együttműködés, amely a szociális és életvezetési készségek fejlesztését, az önismeret, önértékelés elmélyítését szolgálják elősegítve az érzelmi intelligencia fejlődését, az együttműködő és asszertív kommunikáció és konfliktuskezelés készség szintű használatát.

### Kiemelten foglalkozunk

- A kiskamaszok felvilágosításával, melynek metodikája és lebonyolítása merőben újszerű. Kis csoportokban, nemenként külön-külön bontva, kifejezetten az ő életkorukhoz tervezett tematika szerint vezetjük be őket a serdülőkor testi-lelki változásainak ismeretébe és a nemiség kérdéseibe. (Leányok számára az MFM® projekt-ciklus-show foglalkozását tarjuk.)
- A párkapcsolati kultúra elmélyítésével, a barátság-szerelem-párválasztás-elköteleződés valamint a szexualitás és családtervezés kérdéseivel ehhez kapcsolódóan AB prevencióval.
- Káros szenvedélyek (dohányzás, alkohol, kábítószer, játék -és internetfüggőség stb.) megelőzésével, melynek során a szerismeret-információátadás kérdéskörén túlmutatva hangsúlyos programelem az önértékelés, önismeret, önbecsülés mélyítése, megszilárdítása, a nemet mondani tudás, döntéshozatal, önkontroll gyakorlásának fejlesztése.
- Együttműködő és asszertív kommunikáció és konfliktuskezelés készségének fejlesztésével.

## Témaköreink

Az adott korosztályhoz és a jelenlévők érdeklődéséhez alakítva igyekeznek felölelni a családhoz és egészséghez kapcsolódó kérdésköröket a teljesség igénye nélkül; igazodnak a **Nemzeti Alaptanterv (NAT) családi életre nevelés ún. CSÉN-óráinak kerettantervi anyagához**, melynek kidolgozásában társaságunk vezető szakemberei is (Dr.Rézné Vitus Csilla és Tirczka Imréné) aktívan részt vettek.

1. Család: családtypusok, családon belüli kommunikáció, szeretetnyelvek; családi szerepek-sztereotípiák, munkamegosztás; nevelési stílusok és hatásuk a gyermeki személyiségre; személyiségfejlődés
2. Társas kapcsolatok-kommunikáció-konfliktuskezelés közösség/csoport, kapcsolatépítés és kiközösítés, együttműködő és asszertív kommunikáció, illetve erőszakmentes konfliktuskezelési technikák, készségek
3. Jellem és értékrend alapvető emberi értékek, tradíciók, vallás, példaképek, egészséges személyiség (ideálok és normák), életvezetési készségek (felelősségvállalás –döntés – célkitűzés - önkontroll)
4. Önismeret, érzelmi intelligencia, önértékelés, önbecsülés növelése, személyiségtypusok; énkép, hitkek-tévhitek, saját és mások érzéseinek felismerése, kifejezése, empátiás és szociális készségek,
5. Nemiség-ffi/női identitás-szexualitás-párkapcsolatok genetikai nemnek megfelelő nemi identitás megerősítése; korszerű, életkorhoz igazodó, az emberi személy méltóságának tiszteletén alapuló felvilágosítás, párkapcsolati formák, elkötelezett párkapcsolat és szexualitás, AB –AIDS ill. egyéb szex. Úton terjedő fertőző betegségek prevenciója, családtervezési formák (mesterséges és természetes módszerek)
6. Veszélyek és devianciák, döntéshelyzetek az egészség, mint érték, egészséges életmód, életrend; étkezési zavarok, káros szenvedélyek prevenciója (szerismeret, önismeret, nemet mondani tudás, egyéb szociális készségek fejlesztése), deviáns közösségek, magatartásformák; csoportnyomásnak való ellenállás, bántalmazás, bűnelkövetés (családon belül, iskolai, egyéb közösségekben)
7. Változások, azok következményei és kezelésük emberi élet fordulópontjai (serdülőkor, házasság, gyermek születése, testvér érkezése, betegség, válás stb.); veszteség, halál-gyász- gyászmunka,

## Hogyan dolgozunk?

Szakmai megfontolásból a foglalkozásokat –ha csak tehetjük- párban tartjuk. A párosok iskolai munka esetén az adott osztály/csoport vezetőjével szorosan együttműködnek, őt is bevonva az órák megtervezésébe akár vezetésébe és értékelésébe. Tapasztalatunk szerint a serdülőkorúakkal való foglalkozások hatékonyságát leginkább az növeli, ha az osztályfőnök a személyiségfejlesztő, közösségépítő munkájába hívja meg a munkatársainkat, valódi segítségként fogadja közreműködésüket és ő maga is aktívan bekapcsolódik a munkába, ha teheti, továbbviszi az egyes témákat. Így tud kialakulni az őszinte légkör és válhat az adott téma személyessé a diákok körében.

## Együttműködési feltételek

Felkérés esetén az adott intézmény igénye szerinti, egyedi foglalkozásterveket alakítunk ki.

Nonprofit szervezetként CSÉN foglalkozásaink nem ingyenesek, alapdíjunk 5 000 Ft/tanácsadó/óra, a kiskamaszok felvilágosító foglalkozásai esetében 3500Ft/résztevő/foglalkozás tanuló díjat számítunk. A foglalkozások díját egyeztetéssel a megbízás feltételei alapján, közös konszenzussal módosíthatjuk.

## Referenciáink 2012-2014-ben:

- Budapesten és Pest megyében illetve a határon túlon összesen 16 iskolában **általános és középiskolás diákoknak** és igény szerint **szüleiknek** (pl. Szent Margit, Budapest-Fasori Evangélikus, Budapesti Piarista, Mórincz Zsigmond gimnáziumok, Patrona Hungariae, Szent Gellért Katolikus, Fóti Ökumenikus általános iskola és gimnáziumok, tököli és biatorbágyi általános iskolák, Budakeszi város mindhárom iskolája)
- Pedagógus továbbképző Intézetben **kollégiumi nevelőknek** (KPSZTI),
- Felnöttek számára rendezett képzéssorozatban **szülőknek, nevelőknek** (pl. NOE Bp.),
- Egyházi illetve civil szervezetek megbízásából **fiatalok közösségeinek**

tartottunk/tartunk családi életre nevelés illetve felvilágosító foglalkozásokat. A pályázati támogatással megvalósult programokban együttműködő partnerként vagy önálló pályázóként vettünk/veszünk részt.

## Elérhetőségeink:

**Címünk: 1119 Budapest, Csurgói út 39/b. e-mailcímünk: [eletunkacsalad@gmail.com](mailto:eletunkacsalad@gmail.com)**

**Dr. Rézné Vitus Csilla**, ügyvezető (20/950-34-25, [reznevituscilla@gmail.com](mailto:reznevituscilla@gmail.com))

**Tirczka Imréné**, általános meghatalmazott (20/927-32-07; [tirczkazsofi@gmail.com](mailto:tirczkazsofi@gmail.com))