

A hátrányos helyzetű gyermekek integrációja érdekében

Nyári táborozás Badacsonylábdihegyen

Nagy örömünkre, civil összefogás révén idén is sikerült egy-egy héten keresztül közel 60 Budakeszin és annak környékén élő hátrányos helyzetű gyermek nyaraltatása Badacsonylábdihegyen. Minden évben megéljük, hogy milyen csodálatos az a támogató erő, amely évről évre anyagilag is lehetővé teszi a gyermekek táboroztatását.

Azonban a két hét nem egy egyszerű tábor, hanem emberi sorsok átalakítója is egyben. Immár tizedik éve foglalkozunk azzal, miként lehetne a civil erők bevonásával, a valós integráció jegyében, olyan gyermekek társadalmi ranglétrán való feljebb lépkedtetésén hatékonyan segíteni, akik a családi környezetből, önhibájukon kívül, hátránnyal indulnak az életbe. A folyamatnak csak egy része az a tábor, melyet minden évben egy nagylelkű felajánlásnak köszönhetően a Balaton partján szervezünk számukra. Ezen kívül évközben is kapcsolatban állunk a gyerekekkel és szüleikkel.

Idén az első héten a kisebbeké, majd a második héten a nagyobb gyermekeké volt a főszerep. Fürdés, kirándulások, rengeteg játék, napindítóként közös áhítat, sok-sok közös éneklés és beszélgetés jellemzi a mindennapokat. A megfelelően kialakított napirend és a szolgáltatások közös vállalása teszik teljessé az együtt töltött időt.

Évről évre egyre több gyermek van a látókörünkben, a felnövekvő gyermekek kezét lehetőségünkhöz mérten még 16-17 éves korukban is fogjuk. Minden esetben azt tartjuk a legfontosabbnak, hogy idővel megfelelő középiskolát és majdan szakmát találjanak. Ha szükséges, ebben segítünk is nekik, de az élet egyéb területén való nehézségeikkel is fordulhatnak hozzánk, legyen az lelki vagy anyagi természetű.

A 30-30 nehéz sorsú budakeszi gyermek mellett egy általunk ifi csapatnak nevezett, fiatalokból álló közösséggel dolgozunk.

Mind az évközi programok tervezésébe, mind a tábor programjának és étkeztetésének szervezésébe maximálisan bevonjuk őket. Csodálatos megélni, hogy a közös munka által olyan energiák szabadulnak fel, amelyek újabb és újabb ötletekre inspirálnak mind minket, pedagógusokat, mind az ifiket, de a résztvevő gyerekeket is. A keretekért mi vagyunk felelősek, az anyagi háttérrel és a táborhely lehetőségét civil adományokból kapjuk, illetve gyűjtjük, de a gyerekekkel eltöltött idő orozslánrészének menetét az ifik dolgozzák ki. A táborigények a konyhas ifik írják. Fantasztikus fejlődés részesei a 9-10-11-es fiataljaink már az előkészület során is. Ellépve a katedrától, a frontális oktatást valóban a tanulást kísérő és segítő tanári szerep kaphat helyet, melynek eredménye évről évre megerősít bennünket. A kialakított rendszer ilyen módon válik hosszú távon is fenntarthatóvá.

Hálásak vagyunk a cserkészletnek, hogy annyi tudást és ötletet ad azoknak a fiataloknak, akik képzésük során őrsvezetővé válnak, mert mindebből a tudásból így olyan gyermekek számára is jut, akik még csak nem is hallottak a cserkészmozgalomról. Fontos azonban, hogy – bár több ifink a cserkészletnél is szolgál –, ez nem elégtelen fiataltól sem, aki nálunk vállal szolgálatot. A folyamat során nem csak elméletben, hanem a mindennapokban is megtapasztaljuk, hogyan mosódik el a határ olyan gyermekek és fiatalok között, akik a mindennapi életben nem kerülnének kapcsolatba egymással, tehát az ifikben lezajló lelki építési folyamat legalább olyan fontos, mint a hátrányos helyzetű gyermekek felkarolása. A táboroztatás során napról napra alakul ki az a bensőséges kapcsolat a fiatalok és a gyerekek között, mely talán a kistestvéri bizalomhoz hasonlít az idősebb báty vagy nővér irányába. Ezt a barátságot tovább építjük az év során szervezett programjaink alatt, hogy a gyerekek élő kapcsolatban maradjanak egymással.

Valljuk, hogy az évek során kialakult működés nem csak gyakorlati tudás és tapasztalat, hanem olyan élmény,



Amennyiben támogatná programjainkat, adományát a **Jobb Kor Polgári Egyesület 11742348-20021472** számlaszámára kérjük elutalni.

amely inspirálóan hat a fiatalok és a gyermekek további életére nézve is.

Istennek veled is terve van, nem vagy egyedül. Ezt próbáljuk évről évre átadni, erősíteni minden gyermekben. Hálás köszönet az egyéni támogatóinknak, Budakeszi város Önkormányzatának, a Netamin Vitaminsalád Kft.-nek, a Budakeszi Református Emléktemplom Alapítványnak, a Háló Alapítványnak, a Prohászka Ottokár

Katolikus Gimnáziumnak, a Széchenyi István Általános Iskolának, a Jobb Kor Polgári Egyesületnek. Külön köszönet Fabók Mancsi Bábszínházának, akik előadásukkal ajándékoztak meg bennünket.

Köszönet mindenkinek, aki ebben a munkában bármilyen módon segítséget nyújtott és nyújt, legyen az anyagi természetű vagy technikai segítség, de mindenekelőtt köszönjük a gyermekekért és az őket szolgálókért mondott imákat!

A további éves programjaink, illetve a rászoruló gyermekek egyéb nyári táboroztatásának finanszírozása érdekében az adománygyűjtésünk folyamatosan él.

Bágyoni-Szabó Zsuzsanna és Bezeczky Erzsébet



Négy lépésre egy normális családtól

A legtöbb családban előfordul egymásnak csattanás, veszekedés, akár a házastársak, akár szülők és gyermekek között. A feszültséget gyakran kívülről hozzuk, és a családban adjuk ki magunkból. Ha nálatok is feszült a légkör otthon, nem vagy egyedül! De mi lenne, ha találnál egy eszközt, ami békésebbé és harmonikusabbá tenné a családi életedet?

Marshall B. Rosenberg amerikai pszichológus 1970-es években kifejlesztett módszere, az erőszakmentes kommunikáció (EMK) használhatóan bizonyul a kisebb és nagyobb konfliktusok megoldásában. A módszer különösen hasznos családi környezetben, segít a családtagoknak hatékonyabban kommunikálni, és lehetővé teszi, hogy a béke légköre uralkodjon. Mindez talán túl szépen hangzik ahhoz, hogy igaz legyen, de az EMK képessé tesz minket arra, hogy megváltoztassuk a nyelvhasználatunkat és a párbeszédeinket, illetve képesek legyünk mindegyikünk meglepésére cselekedni, ezzel másokat is erre ösztönözve. Mindez az EMK egyik alapelveivel kezdődik: ismerjük fel a saját szükségleteinket, és vegyük kezünkbe saját életünkért a felelősséget, anélkül, hogy másokat hibáztatnánk a környezetünkben.

Az EMK segítségével az, ami szokásos esetben kiabálással és ajtócsapkodással végződne, nyugodt légkörben oldódhat meg, hála négy, szinte

varázslatos erejű betűnek: ezek az M (megfigyelés), az É (érzés), az SZ (szükségletek) és a K (kérés). Egy tökéletes EMK-s mondat így hangzik: „Látom, hogy sms-t írsz a telefonodon, miközben veled beszélek (M). Ettől befeszülök (É), mert nagyon szeretnék kapcsolódni (SZ). Hajlandó lennél a következő 10 percre letenni a telefonodat, és meghallgatni, amit mondani szeretnék? (K).” Egy ilyen dialógus hétköznapi formában általában így kezdődik: „Állandóan a telefonodat nyomkodod, soha nem figyelsz rám. Elegendem van abból, hogy ennyire bunkó vagy!” Ebből a mondatból óhatatlanul veszekedés lesz, mivel az „állandóan” és a „soha” kifejezések nyilvánvalóan nem igazak, a „bunkó” pedig egy bántó minősítés, amit a másik fél nem fog szó nélkül hagyni. Ráadásul, ebben a mondatban nem is ajánlottunk megoldási lehetőséget a másiknak, amiről eldöntheti, hogy megteszi-e vagy sem, így ez csak kötözködésnek fog tűnni a számára.

Az EMK gyakorlatba ültetése nem bonyolult eljárás. Tényleg elképesztő, hogy egy szófordulat, vagy csak az, hogy tudatában vagyunk annak, hogy mire van szükségünk, mennyire megváltoztathatja a kommunikációnkat. Ha érdekel az erőszakmentes kommunikáció és szeretnéd kipróbálni a gyakorlatban, várunk ingyenes tréningünkre a Generációk Házába!

**Biczók Csermely Zsófia
és Darvas Péter**

„Normális család”

Kommunikációs tréning 6 héten keresztül, gyakorló és leendő szülőknek, nagyszülőknek, családtagoknak.

Helyszín: Generációk Háza, Budakeszi, Erdő utca 83.

Első alkalom: 2022. szeptember 26., hétfő 17:00–19:00

Jelentkezés: tanacsadok@budakeszihid.hu

A képzésen való részvétel ingyenes.