

# Talpraesett Tinik Tábor

Balatonendre'd

Különleges táborba hívjuk a gyerekeket: délelőttönként kommunikációs tréning az önismeret fejlesztésére és a családi-baráti-iskolai kapcsolatokban beváló legjobb stílus kialakítására (bővebben lásd a hátoldalon); délután alkotóház, Balaton, kirándulás; este holdfényparti, játék és zene – öt teljes napon át.

Olyan gyerekek érzik itt jól magukat, akik „elemükben vannak” a közösségben - vagy éppen visszahúzódva, csigaházból nézik a többieket; akik „profi kommunikátorok” – vagy sehogy sem találják saját hangjukat, bár nagyon is lenne mondanivalójuk; akik „lelkiznének”, csak ebben a rohanó világban sosincs rá elég idő; akik szeretik a kreatív alkotást; akik oda vannak a Balatonért; akik örömmel megsimogatnak kutyát, tehenet, kecskét; akik plédbe csavarva, tisztán csengőn vagy hamisan, de boldogan énekelnének a tábortűz mellett...

Kis létszámú táborunkat (max. 12 fő) 13-19 éves diákoknak ajánljuk, akik szívesen töltik idejüket tevékenyen, érdeklődnek a kommunikáció és a kapcsolati kultúra iránt, ugyanakkor szeretnek elfogadó, felszabadult légkörben kibontakozni.

**Időpont: 2019. Június 17-21.**

**Helyszín: Balatonendréd; Szállás jól felszerelt magán szálláshelyen, 2-4 ágyas szobákban.**

**A tábor ára 60.000Ft. Amit tartalmaz: utazás közösen (vonattal), szállás 4 éjszakára, teljes ellátás, bőséges és egészséges étkezések, teljes Életrevalók Workshop®, alkotó programok, szabadidős programok, helyi közlekedés.**

**Jelentkezési határidő: 2019. Március 30. Jelentkezni kitöltött jelentkezési lappal és 20.000Ft előleggel lehet. [JELENTKEZÉSI LAP ITT](#)**

Információ, jelentkezés: Szomora Virág Gordon tréner, magántanár +36 20 211 72 00

[virag.szomora@gordontrening.hu](mailto:virag.szomora@gordontrening.hu)

[www.gordontrening.hu](http://www.gordontrening.hu)



# ÉLETREVALÓK® – Talpraesett Tinédzserek Tréning

A Gordon Módszer® ifjúsági programja, eredeti címe: Y.E.T. Youth Effectiveness Training

A felnőtté válás az élet kivételes időszaka, szép és nehéz egyszerre. A tinédzser nem gyerek már, és még nem felnőtt, el van foglalva önmagával, a szerelemmel, a barátsággal – miközben ezerral kell(ene) teljesítenie az iskolában, a sportban, a zenében, a különóráin... Csupa nagy kérdés vár válaszra: ki is ő valójában, mi legyen ha nagy lesz, ki a jó barát és kiben nem lehet megbízni...? Próbálnak beilleszkedni, kitűnni vagy láthatatlan maradni, elfogadást élvezni, megértésre lelteni – és közben kijönni a szüleikkel, tanáraikkal. Megfelelni a külső elvárásoknak, közben megismerni és hűen követni a belső irányítót.

Kutatási eredményekből tudjuk, hogy az IQ nem minden: EQ nélkül nem megy. Érzelmi és szociális intelligencia is kell az érvényesülés és együttélés harmóniájához.

Bátorság, önbizalom, saját reális célok, másfelől pedig empátia, elfogadás, együttműködés a kulcsszavaink a fiatalok személyiség-fejlesztésében.

## MIT TANULHATNAK AZ ÉLETREVALÓK (Y.E.T.) TRÉNINGEN?

- Felismerni, megnevezni saját fontos szükségleteiket
- Nyíltan, világosan beszélni igényeikről, problémáikról, aggodalmaikról
- Kiállni magukért, igazukért – mások hibáztatása nélkül, mégis határozottan
- Legyőzni félelmeiket, szorongásukat, melyek fejlődésük útjában állnak
- Ráhangolódni a másik emberre, empátiával figyelni, megérteni más nézőpontot
- Konfliktusaikat megoldani családban, iskolában, barátokkal – a nyertes-nyertes módszerrel
- Eltérő véleményeket megismerni, értékrendet kialakítani
- Együttműködni és elhatárolódni
- Akciótervet készíteni saját fontos céljaik megvalósítására.

## MILYEN ELŐNYÖK SZÁRMAZNAK A GORDON MÓDSZER MEGTANULÁSÁBÓL?

- Reális önképük, önértékelésük alakul, növekszik önbizalmuk, célokat tűznek ki
- Önállóbbak lesznek – fontos szükségleteikről gondoskodnak, jobban beosztják idejüket, számon tartják feladataikat, törődnek holmijaikkal
- Megértőbbek mások iránt – javul a testvéri viszony, nő a szülők és tanárok iránti tolerancia
- Együttműködőbbek lesznek
- Pozitívan energiával állnak a konfliktusokhoz: kölcsönösen jó megoldásra törekednek
- Megerősödnek: legyőzik félelmüket, konfrontálják a zaklatókat, képesek megvédeni magukat és társaikat
- Jól kijönnek másokkal, barátságokat tudnak kötni és megtartani
- Kevesebbet stresszelnek, otthon és az iskolában is
- Megnő önbizalmuk és javul önértékelésük – felelősséget vállalnak életükért.

