

## **Boldog Óvoda**

Óvodánk első alkalommal 2018-ban sikeres pályázat útján nyerte el a Boldog Óvoda címet.

Két pedagógusunk végezte el a 30 órás akkreditált képzést, amely megfelelő alapot biztosított a boldogságórák módszertanának elsajátításához, boldogságóra foglalkozások megtartásához.

### **Mi is ez a Boldogságóra?**

A Boldogságóra programot a pozitív pszichológia kutatási eredményeinek alapján Bagdi Bella dolgozta ki, prof. dr. Bagdy Emőkével és prof. Oláh Attilával (ELTE pozitív Pszichológia Kutatócsoportjának vezetőjével) együttműködve.

Ez egy olyan program, amely a nevelési év minden hónapjában olyan témát jár körül, amely segíti a gyermekeket a hétköznapi problémáik megoldásában.

Tehát a cél nem az, hogy problémamentes életmodellt állítsunk óvodásaink elé, hanem az, hogy könnyebben nézzenek szembe a kihívásokkal, képesek legyenek megbirkózni a mindennapi nehézségekkel, fejlődjön önbizalmuk, pozitív gondolkodásuk, érzelmi intelligenciájuk.

A program tíz egymásra épülő témából áll, amelyeket a gyermekek életkori és egyéni sajátosságaik figyelembevételével játékosan, sok mozgással, énekkel, mesével, beszélgetéssel, vidámsággal dolgozunk fel. Készítettünk hála befőttest; barátságláncot; optimista szemüveget, amelyen átnézve minden szebbnek látszik; megoldottunk különböző feladatokat, hogy kiszabadítsuk játékainkat Pók néni fogságából; segítettünk megtalálni az utat egy eltévedt medvebocsnak.

Tíz téma, tíz lépcsőfok, amely bejuttatja a gyerekeket a „Boldogság várába”. egy olyan pozitív életszemléletbe, ami segítségével hatékonyan tudják kezelni a stresszt, a mindennapi problémáikat, kudarcaikat, a konfliktusaikat, bíznak saját magukban, egymásban, és abban is, hogy a világ jó hely, vagy azzá tehető.

Hiszünk abban, hogy a Boldogságórák segítségével óvodásaink elfogadóbb, segítőkész, a világ szépségeire nyitott emberekké válnak.