

Nova izvannastavna aktivnost za učenike naše škole:

Happy school

Izvannastavna aktivnost *Happy school* temelji se na principima *Pozitivnog obrazovanja* koji implicira aktivnu primjenu elemenata *pozitivne psihologije* u obrazovnom sustavu s ciljem postizanja i promoviranja zadovoljstva i sreće kao i ostvarivanja najviših potencijala svakog pojedinca.

Pozitivno obrazovanje novi je edukacijski pristup, i kao takav predstavlja izazov tradicionalnom obrazovanju, a temelji se na pozitivnoj psihologiji- znanstvenom proučavanju ljudskog napretka i optimalnog funkcioniranja s fokusom na vrline pojedinca koje omogućavaju uspjeh i zadovoljstvo i njezinoj primjeni u nastavi. Pozitivno obrazovanje za cilj ima postizanje i promoviranje zadovoljstva i sreće u učionici, ali i izvan nje, dajući mladim ljudima potrebna znanje i životne vještine (komunikacijske, suradničke, poduzetničke kao i razvoj samopouzdanja i pozitivnog razmišljanja) da ostvare svoje najviše potencijale u sadašnjem i budućem životu.

Na radionicama izvannastavne aktivnosti *Happy school* primjenjujemo ćemo različite antistres tehnike opuštanja, vizualizacije (maštanja) i usredotočenosti (mindfulness), što rezultira boljim raspoloženjem, zadovoljstvom, većom koncentracijom i produktivnijom radnom atmosferom. Kroz aktivnosti po principima pozitivnog obrazovanja razvijamo intuiciju, samopouzdanje, komunikaciju i motivaciju te vježbamo higijenu misli- pozitivno razmišljanje. Primjenjujemo „alate“ uma koji bi im mogli olakšati svakodnevicu kako bi se osjećali bolje i zadovoljnije na mentalnoj, emocionalnoj i fizičkoj razini. Razgovaramo sreći i uspješnosti, što ih uzrokuje izvana i iznutra nas samih te donosimo osobne definicije istog s osobnim planom realizacije kratkoročnih i dugoročnih ciljeva.

Primjenjujemo programe, tehnike, metode i alate pozitivne edukacije koji će doprinijeti razvoju životnih vještina, osjećaju uspješnosti, zadovoljstva i samoostvarenja u akademskom, profesionalnom, društvenom i privatnom životu pojedinca.

Škola je mjesto oblikovanja opće dobrobiti učenika uključujući društvene, fizičke i emocionalne aspekte, a uvođenjem elemenata pozitivnog obrazovanja u našu školu, kao odgovor na potrebe suvremenog društva i u skladu sa svjetskim i europskim modernim obrazovnim trendovima, osiguralo bi prepoznavanje škole od strane roditelja i lokalne zajednice kao mjesto u kojem se obrazuju i odgajaju zdravi, uspješni, zadovoljni, motivirani, kreativni i kompetentni učenici spremni na izazove budućeg akademskog, profesionalnog i privatnog života.

The art of happiness through positive education (Korisni linkovi)

<https://www.youtube.com/watch?v=79YHZIhbLrQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=9GPss6swg88>

<https://www.ggs.vic.edu.au/School/Positive-Education/Research/Independent-Evaluation>

[www. authentic happiness.org](http://www.authentic happiness.org)

Stanislava Kuharski, prof.

