

TeenSTAR - a tudatos felnőtté válás útja

Túlélni vagy megélni a kamaszkort?

A barátság, szerelem, szexualitás nagyon fontos témák a fiatalok számára. Ismereteiket leginkább a médiából, internetről és a kortársaktól szerzik. Ezekkel azonban nem kapnak teljes, igazi válaszokat kérdéseikre.

2017. szeptemberétől már itthon is elérhető a TeenSTAR személyiségfejlesztő és szexualpedagógiai programsorozata, ami több mint 30 éve, több mint 40 országban működik. Ez az ember biológiáján alapuló tanfolyam, ami interaktív módon segíti a kamaszokat a tudatos fejlődésben és felnőtté válásban, speciálisan a korosztály igényeire és érdeklődésére kidolgozva.

A TeenSTAR-t az 1980-as évek elején Dr. Hanna Klaus, jelenleg az USA-ban élő és dolgozó osztrák nőgyógyász, missziós nővér és egyetemi professzor dolgozta ki. A munkatársak világszerte fejlesztik és használják a TeenSTAR-t. A program ideológiáktól mentes, minden kultúrában, társadalmi környezetben alkalmazható.

Az angol betűszó, TeenSTAR jelentése így áll össze:

Teen

Sexuality

Teaching in the context of

Adult

Responsibility.



Értékes vagy!
teenstar.hu

Magyarul: szexualpedagógia fiataloknak az érett felelősségvállalás szemléletében.

A TeenSTAR csillag egyes csúcsai jelképezik a TeenSTAR fő sarokköveit: azaz a programban szó van a **testről**, az **érzelmeikről**, az **értelemről**, a **környezetről**, a **kapcsolatokról**, a **lélekről** egyaránt. A TeenSTAR ugyanis a szexualitást mindezek összefüggésében tekinti.

A TeenSTAR célja, hogy a fiatalok

- önmagukat és egymást is különlegesnek és értékesnek tartásuk
- megértsék a fejlődési folyamatot, amin átmennek
- pozitív viszonyban legyenek a saját testükkel
- értékeljék a termékenységüket
- képesek legyen barátságokat kialakítani
- kritikusan tudják értékelni a médiából érkező üzeneteket
- reflektálni tudjanak a szexuális viselkedésükre és az életcéljaikra
- koruknak megfelelően és kulturáltan tudjanak beszélni a szexualitásról
- elámuljanak az élet csodáján
- felelősségteljesen viszonyuljanak a szexualitáshoz
- tisztelettel viszonyuljanak a másik emberhez
- értéket tudjanak látni a házasságban és a családban
- az önismeretük folyamatos mélyülése által kiegyensúlyozottabb teljesítményt tudjanak nyújtani, személyiségüket az egyensúly jellemezze, ne a bizonytalanság.

A TeenSTAR tanfolyamokat **korosztályokra bontva, vegyes csoportban** ajánljuk. 12–14 éves fiataloknak; 15–17 éves fiataloknak; 18 évesnél idősebb fiatal felnőtteknek.

Ideális esetben a csoport tagjai **kéthetente** találkoznak másfél órában, egy éven keresztül. Azért kéthetente, hogy időt adjunk nekik elgondolkodni a fölmerülő témákról, kérdésekről, legyen idejük barátaik, szüleik véleményét is megismerni, ki tudják alakítani saját véleményüket, álláspontjukat, meg tudják fogalmazni kérdéseiket, és megtalálják saját válaszaikat. Amennyiben egy ilyen hosszú távú program szervezési nehézségekbe ütközik, **rövidebb workshopokat is tartunk** egy-két vagy három alkalommal, előre egyeztetett témákban, de a TeenSTAR-os ismeretek segítséget nyújtanak abban is, hogy a fiatalokkal beszélgetni tudjunk a párkapcsolattal, szexualitással összefüggő témákról.

Olyan témákat érintünk (és itt fontos újra megjegyezni, hogy korosztályonként más mélységben, más módszerekkel feldolgozva), mint nemekre jellemző viselkedés, szexualitás a médiában, saját nem biológiája, másik nem megismerése, egészségtudatosság, serdülőkor, érzések, jövőkép, barátság, igaz szerelem, szeretet, felelősségtudat, egymást támogató kommunikáció, helyes önértékelés, az élet csodája-új élet keletkezése, házasság, család, személyiség.

2026-ban is szervezünk **munkatársképzést**: érdeklődő pedagógusoknak, hitoktatóknak, ifjúságvezetőknek, szülőknak. **A képzés akkreditált pedagógusok, védőnők, a szociális szférában dolgozók és szakiskolák oktatói számára.**

További információ: www.teenstar.hu teenstarelnokseg@gmail.com