

Fiatalok visszajelzései az egy éves kurzus után:

Segített a TS valamiben? Az életed valamelyik területén? Ha igen, hol?

- Hogy mi van bennem, mi van másokban.
- Abban segített, hogy szerintem most már kicsit tudatosabban vagyok lány, a testemet jobban megismertem és az önértékelésemben is segített: „Én egy jó nő vagyok/leszek!”
- Szerintem a kommunikációs készségekben mindenképpen segített. A kapcsolatokban is.
- Megismertem jobban magamat (testileg és lelkileg is), tágabb lett a látásköröm. Sokkal tudatosabbnak érzem magam.
- Talán abban, hogy jobban belelássak a dolgok háttérébe. Pl. hogy miért viselkedem így meg úgy...
- Energia-összeszedés, összpontosítás, irányítás, koncentráció, kommunikációs készség.
- Biosz óra. Élethelyzetek, amikben be kellett bizonyítanom valamit.
- Segített rendszerezni az életemet. Jobb időt fordítok a környezetemre és megpróbálok szervezett lenni, be tudom osztani az időt. A beszélgetések során megtanultam kimondani a véleményemet és már tudom kezelni az érzésemet/ hirtelen felindulásaimat.
- Igen, több mindent megértettem és azóta jobban átlátok az emberekkel való kapcsolatokban. Mind szülő-gyerek, mind baráti kapcsolatok terén. Illetve abban segített, hogy kicsit jobban tisztában legyek önmagammal.
- Önmagam elfogadásában. Sosem tekintettem magamra „normálisan”, ezért sosem érzem magam igazán az osztály tagjának. Az önismeret órákon sokat tanulhattam!

3 szóban foglald össze, mi a TeenSTAR:

- Megismerni magunkat kívülről, belülről.
- Önértékelés, testtudatosság, szexualitás.
- Szeretet, közösség, odafigyelés.
- Férfi/női nemiszervek, tanulás, beszélgetés.
- Test, lélek, kapcsolatok.
- Nyílt, közösségi, életszerű.
- Segít megérteni magadat és kamaszkor problémáit.
- Beszélgetés, önismeret, tanulás.
- Megértés, önfejlesztés, emberi kapcsolatok (fenntartása, jobbá, tartósabbá tétele).
- Életre való felkészítés/ Önmagad belső megismerése.
- Önmagunk fejlesztése, megismerése.

- Nyitott, oktató, közösség.
Önmagunk megértése, megismerése.