

**Boldogiskolai munkaterv – Zalaegerszegi Zrínyi Miklós Gimnázium  
(2025-2026-es tanév)**

| <b>Dátum</b>     | <b>Tematika</b>                                                                                                                                                                                    | <b>Felelősök</b>                                                                                          |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| szeptember 30-ig | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a boldogságfokozó hála témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára a motiváló jövőkép témában                 | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| október 31-ig    | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára az optimizmus gyakorlása témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára a pozitív énkép témában                  | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| november 30-ig   | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a kapcsolatok ápolása témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára az egészséges önbecsülés témában            | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| december 20-ig   | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a boldogító jócselekedetek témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára a kiteljesítő erősségek témában        | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| január 31-ig     | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a célok kitűzése és elérése témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára a feltétel nélküli önszeretet témában | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| február 28-ig    | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a megküzdési stratégiák témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára az önmagunkkal való együttérzés témában   | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| március 31-ig    | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára az apró örömek élvezete témában                                                                                                              | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona                                                              |

|               |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                           |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára a fejlődési szemléletmód témában                                                                                                | Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta                                                     |
| április 30-ig | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a megbocsátás témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára a pozitív kapcsolatok témában                | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| május 31-ig   | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a testmozgás témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára az inspiráló magabiztosság témában            | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |
| június 19-ig  | Boldogságóra az alapprogram alapján 2 csoport számára a fenntartható boldogság témában<br><br>Boldogságóra az önbizalom program alapján 3 csoport számára az életre szóló önbizalom témában | dr. Beckné Sallay Anikó<br>Takács Aliz Ilona<br><br>Vass Szilvia<br>Molnár-Csík Enikő<br>Bognár Henrietta |