



Dahn Nóra  
0036/20/350 81 42  
[nora.dahn@gmail.com](mailto:nora.dahn@gmail.com)  
<http://tehetsegbuvar.hu>  
<http://egomet.hu/>

Művelődésszervező, egészségfejlesztő-mentálhigiénikus, facilitátor és mediátor vagyok. Mindezek mellett fényképész és video-operatóri oklevelekkel is rendelkezem.

25 éve vezetek önismereti, emocionális intelligenciafejlesztő csoportokat és szervezetfejlesztő tréningeket kamaszoknak, civil szervezeteknek, intézményeknek és vállalkozásoknak az ország egész területén. Saját kidolgozású akkreditált kiégés megelőző tréningjeimen már számos pedagógussal és szociális munkással foglalkoztam. Emellett esélyegyenlőségi, munkaerő piaci, egészségfejlesztési és tehetségsegítő projekteket menedzselek. Operatóri vizsgafilmmet egy drogrehabilitációs intézményben forgattam, ott egy 16 éves srác azt mondta „azzal a feltétellel kaptam szárnyakat, hogy nem fogok repülni”. Akkor ezzel a mondattal teljesen azonosulni tudtam. Később “A segítő én, avagy kalandozások az önismereti terápiák ösvényein” című diplomamunkámban azoknak a tehetséges, segítő foglalkozású embereknek a belső drámájával foglalkoztam, akik olykor a kiégésig „szárnyakat szervizelnek”.

Képzettségeim mellett leginkább az élettapasztalatomból merítek bátorságot ahhoz, hogy–kifutó pályát építsek – abban a hitben, hogy mindenki képes szárnyalni, ha olyan kulcsfontosságú képességekkel rendelkezik, melyek segítségével képes problémái megfogalmazására és kreatív megoldására, feszültségforrásai felismerésére és a stressz levezetésére, pozitívan fejezi ki önmagát és érvényesíteni tudja érdekeit, kölcsönösen támogató kapcsolatokat képes kiépíteni és fenntartani. A WÉK kurzus kortól, nemtől és társadalmi státustól függetlenül mindenki számára rövid időn belül fejleszti, a fenti készségek mellett a hatékonyságot, az önismeretet és kommunikációs készséget is.