

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

Bevezetés:

„Támogatni kell a nemek egyenlő esélyű részvételének biztosítását célzó, speciális tehetséggondozó programokat különös tekintettel azon tehetség- és tudományterületeken, ahol hagyományosan a lányok, nők részvétele alulreprezentált.” (2017-2018. évi cselekvési program I. 1. h. pontja)

A sztereotípiák igen erős hatást gyakorolnak a nőkre pályaválasztásuk során. A nők hajlamosak a férfi és női munkák megkülönböztetése alapján választani foglalkozást, ami jobban kötődik a hagyományos érdeklődések és törekvések világához.

A PEDIFLÓR NONPROFIT KFT. a Nemzeti Tehetségprogram támogatásával (NTP-NEER-17-0008) olyan programsorozatot valósított meg, mely biztosítja a nemek egyenlő esélyű részvételét azon tehetség- és tudományterületeken, ahol hagyományosan a lányok, nők részvétele alulreprezentált. Így a természettudományok, műszaki tudományok, technológia területén. Célcsoportunk tagjai két vásárosnaményi középiskolából kerültek ki, 15-18 éves korú lányok, akik pályaválasztás, továbbtanulás előtt állnak. SZEMLÉLETFORMÁLÁSUNK fő célja a dolgok lényegének megértetése és a közös cél iránti elkötelezettség kialakítása. Rövid távú eredményeink: önbizalom erősödés, magabiztosabbá válás, konkrét pályorientációk, a munkaerőpiacra jutás eszközeivel való gazdagodás.

A pozitív példaképek proaktív népszerűsítése médián keresztül elnevezésű feladatunk során a bevont lányok mindegyike kiválasztott magának egy olyan női, pozitív példaképet, akire felnéz, akinek a karrierje, életpályája meghatározó számára. A lányok írtak egy-egy cikket erről és a legjobbakat most be is mutatjuk.



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

Újságcikkek

AZ ÉN PÉLDAKÉPEM

Egy diák életében éppen olyan sokszor felbukkan az a kérdés, hogy ki a példaképe, mint például az, hogy mi a kedvenc tantárgyad, mi leszel, ha nagy leszel, hová mész továbbtanulni, stb. Példaképre mindenkinek szüksége van! Választhatunk akár többet is aszerint, hogy, tanulásra, sportra, viselkedésre, öltözködési stílusra, vagy éppen munkára gondolunk. Az én gyerekkori álmom, hogy állatorvos legyek, és természetesen nagyon érdekel minden, amit a szakmáról tudni kell, rengeteg kérdésem volt és van is, így választottam egy szakmabeli példaképet is, hogy megerősítsen elhatározásomban, és segítsen néhány kérdésben. Már korábban felvettem a kapcsolatot egy budapesti állatorvossal, Dr. Menyhért Zsuzsannával, aki rendkívül segítőkészen válaszolt arra a rengeteg kérdésre és hosszú e-mailre amit küldtem neki. Már a levelének kezdete is egy megerősítés volt: "Kedves Éva! Gratulálok, nagyon szép hivatás iránt érdeklődik :)" Bemutatta nekem, hogy általános orvoscépzés után beállítottságtól, munkalehetőségtől függően milyen irányokban lehet tovább képezni magunkat és elhelyezkedni. Rengeteg lehetőség van.

Bár általában az emberek úgy vélik, hogy ez a munka "nem nőknek való", egy nő is képes állatorvosként nagyon is jól helytállni! Erre tökéletes példa Dr. Menyhért Zsuzsanna! Szóba hoztam ezt a véleményt, amit már én is sokszor hallottam, és reméltem, hogy megcáfolja ezt a tévhitet. Így is történt. Véleménye szerint ez a munka a "lehetőségekben, sokféleségben teljesen egyedülálló, az élet során, a lehetőségekhez, körülményekhez alkalmazkodva többször is van mód szakmán belül változtatni." És ami számomra is meglepő információ volt, hogy kb. 2000 óta, az a tendencia, hogy a hallgatók 85%-a nő.

Rengeteg tanulás, kitartás és az első sikertelen felvétel után sem adta fel, nem kezdte el a tanulást a fogorvosi pályán ahová felvételt nyert, mert tudta, hogy "az nem elég egy életre". Olyan munkát szeretett volna választani, amit szívvel lélekkel csinál egy életen át! És a kitartás, a szorgalom, a rengeteg munka - a rettenetesen magas elvárás ellenére - végül meghozta az eredményét!

Bár- mint általában minden munkának, - ennek is vannak kevésbé jó részei, az egyetemi évek alatt nem sok lehetőség van a szórakozásra, kemények az elvárások, lemondás is van bőven, de Dr. Menyhért Zsuzsanna szavaival élve, "Cserébe viszont a diploma átvételétől kezdve miénk a legszebb hivatás :). de azt a pár évet túl kell élni (túl lehet)."

A szakmabeli példaképe nem csak azt bizonyította be és bizonyítja be napról napra, hogy nőként is nagyszerűen, igazi elhivatottsággal végzi azt a munkát, ami elvileg "nem nőknek való", hanem hogy mindemellett anyaként is tökéletesen megállja a helyét! Vállalkozásba kezdett, hogy idejét úgy oszthassa be, hogy gyermekeivel a lehető legtöbb időt töltsse!

Én is ezek szerint az elvek, értékrendek szerint szeretnék élni és dolgozni a jövőben! Olyan munkát választani, amit örömmel csinállok, szívvel-lélekkel, hiszen akkor minden, így a munka is sokkal



„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

eredményesebb! Igyekszem mindig olyan kitartóan látni magam előtt a célt, mint Ő, és nem feladni! Remélem sikerül elérni az álmaimat, és egyszer én is példakép lehetek valaki számára!

Bodnár Éva

HIGGY MAGADBAN!

Számomra a példakép megnevezés olyan embereket takar, akikre fel lehet nézni- nem feltétlenül tehetségük és szépségük miatt, akik olyan dolgokat vittek véghez, ami példaértékű lehet bizonyos emberek számára, inspirációt jelent egyeseknek. Nem hiszem, hogy híres emberek lennének a legjobb példaképek. Természetesen köztük is találhatunk nagyon kedveseket, akik alázatosak, segítőkészek. Azért nem hiszem, hogy a híres emberek jó példaképek lennének, mert belőlük csak annyit látunk, amennyit a média láttatni enged és az olykor fals kép is lehet. Számomra a példakép azt jelenti, hogy ő az, akit követni szeretnék, mert látom, személyesen is megtapasztalom, hogy miket ért el az életében, mit tesz másokért, értem.....

Ezen hatása miatt is tartom példaképemnek Dr Ésik Katalin doktornőt. Indítátsom személyes, hiszen családtagom kapcsán kerültem kapcsolatba vele.

Egy rendelésen találkoztunk. A rendelőben megtudtam, hogy belgyógyász, diabetológus, endokrinológus szakorvos, hogy foglalkozásegészségből és háziorvoslásból is szakvizsgázott, emellett a Debreceni Egyetem mentororvosa. Mindebből kiderül, hogy szinte folyamatosan képezte magát, és csak később tudom meg, hogy a klinikai homeopátia is ebbe a sorba tartozik még.

Szakmaiságról, emberségről tett olyan tanúbizonyságot, hogy felkeltette érdeklődésemet és nem kis utánajárást követően az alábbiakat tudtam meg róla.

– Nem készült orvosnak, ezt már csak később döntötte el. A sorsa azonban mégis a gyerekkorában dőlt el, amikor a szülei debreceni középiskolába írtak így elindult el a Mátyusi kis faluból. Érettségi után laborasszisztensnek tanult, és sok olyan professzora volt, aki az orvosokat is oktatta. Már ők is biztatták a továbbtanulásra, de a legnagyobb hatással mégis az akkori főnöke, az egyetemei kutatólabor főorvosa, Kertai Pál volt rá hatással.

– Jelentkezett, felvették, és akkoriban lehetett társadalmi ösztöndíjat kötni, amit Ő Szabolcs-Szatmár megyével meg is kötött, hogy ne terhelje a szüleit.

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

- A saját családalapítása már Nyíregyházához kapcsolódik. Ide került ösztöndíjasként, és az orvos szállón lakott a sóstói erdő közepén, és itt ismerkedett későbbi férjével, aki szintén orvos.
- Mindeközben természetesen családanya, elismert személy a szakmában.

Mivel több alkalommal is találkoztunk az emberi tulajdonságai, - empátia, segítőkészség, együttérzés – is szimpatikusak voltak számomra. Nem csak a betegségről beszélt velünk, szinte bármi előkerült, ami éppen foglalkoztatta akkor a beteget és volt ideje ezt is megbeszélni.

Az fogalmazódott meg bennem, hogy neki valóban hivatása az egészségügy. Magával ragadott személyisége, tudott mosolyogni és erőt adni a rendelés végén is.

Hihetetlenül inspiráló volt számomra, hogy egy „beregi” kistelepülésről is van út az egyetemig, az ORVOSI EGYETEMIG. Én is egy beregi kis faluban élek és hasonló tervem van a továbbtanulást illetően.

Sokan mondják, hogy a mai világban már nincsenek igazi példaképek, mert csak percemberek kapnak nyilvánosságot – az pedig ettől függetlenül is tény, hogy a nőknek sok területen nehezebb kitűnniük, mint a férfiaknak, hiába indokolnák ezt az érdekeik. Éppen emiatt is felemelő, hogy köztünk van olyan ember akit a fentiekben mutattam be, aki viselkedésével, tetteivel erőt is ad ahhoz, hogy megpróbáljunk a nyomdokaiba lépni.

Gönczi Klaudia

PÉLDAKÉPEM

Általános vélekedés, hogy a nők hátrányt szenvednek a tudományos, főképp a természettudományos pályákon. Egy beszédes adat: a 186 orvosi Nobel-díjas között mindössze 7 nő található. Kiváló kutatónők vannak, akiket nem ismer a világ, és akiket sokak tapasztalatai szerint még ma is hátrányos megkülönböztetés ér.

Az Új nemzedék jövőjéért program 2014-es kvalitatív ifjúságkutatásából kiderül, a kamaszokat a hétköznapi hősök inspirálják. A felmérésben 15 és 18 év közötti diákokat kérdeztek meg arról, hogy mi alapján választanak maguknak példaképet. Ennek célja az volt, hogy felmérjék, milyen jövőképpel, értékrenddel rendelkeznek a középiskolások, és ezt milyen tényezők befolyásolják. A felmérésből egyértelműen látszik, hogy a fiatalok már nem a sztárokból és az időszakosan felkapott celebekből merítenek ihletet. Mint



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

mondják, ha úgy vélik, hogy egy tulajdonság előbbre viheti őket az életben, azt megpróbálják a saját személyiségükre szabni. A példaképek átalakultak, és már hétköznapiak

Kislánykorunkban még biztosan tudjuk azt, hogy olyanok akarunk lenni, mint az édesanyánk, vagy a tanító néni, kamaszlányként egy-egy énekes-, színésznő, ritkán regényhős válik példaképünké.

Nekem egy középiskolai tanárom lett a példaképem Radvánszky Éva néni.

Vegyésmérnökként végzett és szakmájában dolgozott Vásárosnamény egy nagy múltú üzemében. Később Vásárosnamény középiskolájában francia és kémia tanárként helyezkedett el. Ennek a váltásnak köszönhető, hogy sokunknak szerzett maradandó élményt vegyészmérnök végzettségeként a kémi tantárgy tanításában, hiszen egy más típusú szemlélettel tanította a nem éppen könnyű tantárgyat.

A középiskola gyermek és ifjúság-védelmi felelőseként **hitével, türelmével, emberségével örökre berajzolódtott szívünkbe. Mosolyával, tiszta lelkével óvott, tanított, nevelt, példaképem lett.**

Nyugodt, kiegyensúlyozott emberként mindig tudott jó tanácsot adni bármilyen nehéz helyzetben. Volt ideje és türelme akkor is és azokkal is, amikor mások lemondóan legyintettek. Gyakran járta a beregi kistalvák családjait, hogy tanácsaival személyesen is segítse a tehetséges gyermekek tanulását, továbbtanulását.

Mindig elmondta, hogy akik az iskolában szeretik a reáltárgyakat, örömeiket lelik a rendszerező, logikus gondolkodásban, érdeklődnek a környezetükben látott anyagokra vonatkozó törvények iránt bátran válasszák a vegyészmérnök szakmát.

Többféle területen lehet az egyénnek legjobban megfelelő munkát végezni: különböző termékek gyártása, fejlesztése, tudományos kutatás-fejlesztés, kereskedelem, közigazgatás, oktatás.

Gyorsan változik a világ: a mai fiatalok körében kevesebb gondot okoz a fiúk és lányok közti különbség, mint több évtizeddel ezelőtt, a munkában eredményesen helytálló mérnökök között egyre több a nő. A férfiak és nők közti különbözőség megismerése és elfogadása sokat segíthet az együtt végzett munkájukban, egymás kölcsönös megbecsülésében.

Máté Barbara

Példaképem Ő!



„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

Mit is jelent számomra az, hogy példakép? Egy olyan személyt, akit nem csak hallomásból, hanem személyesen is ismerek. Tisztába vagyok az életvitelével, szokásaival, az elért eredményeivel. Az az ember, akire felnézek, és akire igazán hasonlítani szeretnék.

Így az én példaképem a keresztanyukám. Jelenleg 10. évfolyamos diák vagyok így még van időm az egyetem kiválasztására, de nekem már konkrét elképzelésem van a továbbtanulásomról. A Corvinus Egyetemen szeretném folytatni a tanulmányaimat. Ebben a döntésben is sokat segített a keresztanyukám, aki szintén ezen az egyetemen tanult. Elmondása szerint ez az intézmény nagyon jól megadja azokat az alapokat, a megfelelő tudást ahhoz, hogy a felnőtt életben is megtaláljam a helyem, olyan munkahelyet találjak ami számomra érdekes és ahol jól érzem magam.

Én is szeretnék, ahogy ő, több nyelven magasabb színvonalon beszélni, hiszen a mai életben számunkra a nyelv jelenti a legtöbbet. Angol, német és francia nyelvből is felsőfokú nyelvvizsgával rendelkezik. Az ő példája is mutatja, hogy az idegen nyelvek nagyon sokat számítanak az életben, nagyban hozzájárulnak a jobb munkalehetőségekhez. Ösztönöz arra, hogy én is minél több nyelvet ismerjek meg és sajátítsak el.

Ő most jelenleg Brüsszelben, Magyarország Európai Unió Melletti Állandó Képviselőjén dolgozik. Példaértékű számomra, hogy ilyen komoly pozícióba került már 30 éves kora előtt. Ez mind biztat arra, hogy a kemény munka és kitartás mindig meghozza a gyümölcsét és talán én is majd egyszer egy komoly munkahelyen dolgozhassak.

Mind a magánéletében, mind pedig a munkájából kifolyólag sokat utazik a világ különböző részeire. Én is nagyon szeretek utazni és remélem, hogy még minél több helyre el tudok majd jutni. Nagyon jó hallgatni, amikor mesél arról, hogy az emberek hogyan élnek más-más országokban. Ebből jól látszik, hogy a munkája egyben a hobbija is.

Nagyon motiváló a kommunikációs készsége. Mindenkiel meg tudja találni a közös hangot, bárkivel jól el tud beszélgetni. Munkája során rengeteg külföldi emberrel találkozik és dolgozik együtt. Ehhez a kommunikációhoz szintén elengedhetetlen a nyelv ismerete. Így számos külföldi kollégájával jó barátságot ápol.

Úgy érzem céljaim hasonlóak az övéhez és remélem, hogy hasonló dolgokat tudok majd elérni az életben. Bármikor fordulhatok hozzá kéréssel, kérdéssel, ha bármire szükségem van. A családomnak, de legjobban magamnak szeretnék bizonyítani azzal, hogy kemény munkával el tudom érni azt a célt, amit kitűzök magamnak. Remélem ő is büszke lesz rám!

Számomra ő a példakép

Az általános iskolában nehezen tudtam eldönteni, hogy ki is lehetne számomra igazán jó példakép. Ha megkérdezték tőlem mindig azt válaszoltam, hogy nincs. Példakép számomra az, akitől tanulhatok, szerezhetek tapasztalatot és akire felnézhetek. Inspirál szakmai tudásával, kedvességével, hogy én is így teljesítsek majd az egyetemen és a munkahelyemen.



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

Ennek hatására tartom példaképemnek Bagdy Emőket, aki pszichológusként és egyetemi tanárként dolgozik.

A televízióban többször is láttam előadását, és felfigyeltem kedvességére, és arra, hogy milyen szépen beszél az élet apró dolgairól. Pszichológus mellett Klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, szupervízor végzettséget is megszerezte. Pszichológiatudomány kandidátusaként 1982-től tevékenykedik, és 2010-ben professor emerita lett. Azért figyeltem fel rá, mert az odafigyelése mellett a pszichológia tanítását és az emberek gyógyítását lelkiismeretesen végzi és emellett élvezi mindazt, amit csinál.

Hogy ki is ő valójában?

Bagdy Emőke 1941 augusztus 18-án született Tiszafüreden. Élete nagy részében tanult és számos területen végzi ma is megfelelő odafigyeléssel munkáit. Az életében a munka mellett számos könyvet is írt arról, hogy hogyan élhetnének az emberek gond mentesebben és boldogabban. Emellett jó néhány könyv szerkesztője, fejezetírója is. Az életében mindig is fontosnak tartotta az emberekkel folytatott kommunikációt és a lélektani ismeretek terjesztést. Évek során közel 1600 előadást tartott. Az élet dolgaihoz mindig pozitívan áll. Kiemelkedő munkáit díjakkal jutalmazták az évek során.

Néhány műve:

- Hogyan lehetnének boldogabbak?*
- Utak önmagunkhoz*
- A személyiség titkai.*
- Pszichológiai rejtelmek a művészetekben és életünkben*

Hihetetlenül inspiráló számomra az emberek iránti odafigyelése, segítőkészsége a lelki problémákkal küzdők felé. Kitartása is, hiszen egész életében élvezte munkáját és még mai napig folytatja. Az életét annak szenteli, hogy másokon segítsen, így vált elismert személlyé a szakmában.

Bagdy Emőke kitartóan végezte el tanulmányait, folyton előre néz és megoldást keres a problémákra. Megmutatta, hogy nő is lehet igazán jó pszichológus és nőként is lehet sikereket elérni, ezért tartom őt a példaképemnek.

Jövőben én is ilyen kitartó szeretnék lenni majd orvosként és emellett empátikus, önzetlen az emberekkel egy egész életen át.

PÉLDAKÉPEM, DR. MÁGORI KRISZTINA

Ha megkérdezik valakitől, hogy ki a példaképe általában a legtöbben a szüleit mondják, hiszen ők azok, akik megtanítanak járni, beszélni és az élet nagy dolgaira. De szerintem mindenkinek lehet több példaképe is. Nekem is, mint mindenki másnak a szüleim állnak középpontba, ha a példakép témáról van szó, viszont van egy szakmai példaképem is, aki az én álommunkámban dolgozik, és olyan eredményeket szeretnék majd



„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

elérni, a munkám során, mint ő. Ez a személy nem más, mint Dr. Mágori Krisztina, a magyar Dr. Csont. Ő igazságügyi orvos szakértőként dolgozik. Sokaknak (a laikusoknak) rögtön az oszló, bűzlő hullák jutnak eszükben és rögtön számtalan negatívumot zúdítanak rám, ha rájönnek, mi szeretnék lenni, de ezt Mágori Krisztinától nagyon jól megtanultam, hogy ez a szakma egyáltalán nem csak fekete vagy fehér számtalan egyéb feladata van egy igazságügyi orvos szakértőnek. Igen, ehhez szükség van arra, hogy olykor oszló holttesteket vizsgáljanak, de enélkül nem tudnák megoldani az ügyeket. Rengeteg esetben az ő szavuktól könnyebbülnek meg a családtagok, ha fény derül az igazságra és ezzel megpróbálhatják lezárni az életük egy nehéz szakaszát. Ehhez mind hozzájárulnak az igazságügyi orvos szakértők. Bár sokszor nem olyan ez a szakma, mint a filmekben, nem mindig akad az ember egy sorozatgyilkosra, nem mindig kerül az ember egy lövöldözés közepébe és még sorolhatnánk. De ettől a munkában szakmai szemmel mindig akad egy érdekes ügy vagy egy érdekes felfedezés, ami nagyon is izgalmassá teszi a mindennapokat is. És azért, ha az ember ezt a szakmát választja, előfordulhat, hogy nem mindennapi ügyekben is részt vehet. A példaképem például egy sorozatgyilkos elfogását segítette munkájával. Ez a sorozatgyilkos volt a balástyai rém és egy dél-alföldi településen tevékenykedett, ahol több nőt is megölt pénzszerzés céljából. Azt is megtudtam, hogy Magyarországon nem túl sok igazságügyi orvos szakértő van (pláne nem NŐ) és a munka jellege sem közismert. Remélem, ha egyszer odakerülök és sikerül elvégeznem minden szükséges vizsgát, akkor legalább annyit el fogok majd érni az életben és a munkában, mint ő, és remélem egyszer majd a valóságban is alkalmam lesz beszélni vele. Eddigi beszélgetéseink során hatalmas mennyiségű pozitív választ kaptam tőle és minden kérdésemre gondolkodás nélkül válaszolt. Ő volt az, aki miatt megerősítést nyert az elképzelésem és a tervem! Minden e-mail, amit tőle kapok, nagyon motivál, mert amellett, hogy elmondja az esetleges nehézségeket is a munkával kapcsolatban, amellett ösztönöz, és arra sarkall, hogy ne adjam fel az álmomat!

Bodnár Gabriella

KÖVETENDŐ ÚT

Őszintén bevallom, hogy amikor általánosban fogalmazást kellett írni egy példaképünkről, értetlenül ültem a füzet felett. Nem igazán volt úgy senki, akit példaképnek említettem volna az Édesanyámon kívül. Gyerekkorban jellemzően híres embereket, sportolókat, feltalálókat, űrhajósokat, vagy más kiemelkedő munkássággal bíró embereket választunk példaképnek, amely a fejlődés, tanulás iránti vágyunknak a természetes kifejeződése.

A példaképeink elkísérnek minket egész életünkben, formálják a személyiségünket, látásmódunkat, világról alkotott képünket. Az évek során elhalványulhatnak, felerősödhetnek bennünk, gyarapodhatnak, de persze ki is cserélődhetnek azok a személyek, akikre valamiért felnézünk, az aktuális igényeinknek megfelelően. Miért olyan fontos, hogy ezek a minták részei legyenek a mindennapi életünknek!



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

Inspirálnak bennünket: Ha tudjuk, hogy valami másoknak is sikerült, akkor képesek vagyunk elhinni és nyomatékossítani magunkban, hogy **mi magunk is képesek vagyunk elérni a vágyainkat**, céljainkat. Ez nem csak inspirációként, hanem motivációs forrásként is állandó mozgásban tarthat bennünket.

Hiszünk magunkban: Ehhez kapcsolódóan közvetetten megerősítik a saját magunkba vetett hitünket, segítenek észben tartani, hogy **bízunk kell a megérzéseinkben, ösztöneinkben**, a képességeinkben és abban, hogy a kínálkozó lehetőségeinket optimálisan a javunkra tudjuk fordítani.

Nekem most egy rendezvényen történő részvétel során lett valaki a példaképem, mert olyan területtel foglakozik, olyan területen kutat, mely engem érdekel.

A víz egyre hangsúlyosabb szerepet tölt be az emberiség életében, világ gazdaságpolitikájában. A vízkészletek és a vízgyűjtő területek védelme, fenntartható kezelése elengedhetetlen a civilizáció megőrzéséhez.

Abban a szerencsében van részem, hogy én egy olyan városban élek, ahol három folyó található. Mindig szerettem a természetet, a vizes élőhelyeket. Volt alkalmam egy olyan előadást hallgatni a közelmúltban, ahol egy fiatal előadó Stenger-Kovács Csilla érdekes, érthető módon beszélt kutatási területéről, a kovaalgák életéről. A vetített képes reprezentáció a laikus ember számára is élvezetes módon adott bepillantást a vizek sokszínű élővilágába. **Magával ragadott személyisége, közvetlensége és ekkor kezdtem el utánajárni, hogy ki is volt ez az előadó és az alábbiakat tudtam meg róla.**

Stenger-Kovács Csilla 1979-ben született és jelenleg a Pannon Egyetem Mérnöki Kar Környezettudományi Intézetének egyetemi docense a kovaalgák szakértője, különösen a szikes tavakban előforduló kovaalgák és az összetételüket meghatározó környezeti tényezők vizsgálatában vannak elévülhetetlen érdemei, hiszen kutatómunkáját megelőzően ezek szinte teljesen ismeretlennek számítottak. Azóta gyakran nézem a National Geographic műsorait és szeretnék én is ezzel a tudományterülettel még jobban megismerkedni.

Eredményei többek között természetvédelmi szakembereknek adnak irányelvet a szikes tavak megfelelő kezeléséhez és védelméhez, valamint a szikes kovaalgafajok klímaváltozásra adott válaszána megértéséhez.



EMBERI ERŐFORRÁS
TÁMOGATÁSKEZELŐ



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

A kutatónő szerint ráadásul a kováalgák formagazdagsága akár már az óvodás, a terepi mintavétel és a mikroszkópos vizsgálat pedig az iskolás gyermekek figyelmét is megragadhatja, ily módon a tématerület népszerűsítése a jövő szakembereinek kinevelésében is segíthet.

A Nők a Tudományban Kiválósági Díjat olyan fiatal kutatónők nyerhették el immár ötödik alkalommal, akik kimagasló tudományos eredményeik mellett részt vállalnak a műszaki és természettudományos pályák népszerűsítésében, és inspiráló példát mutatnak a pályaválasztás előtt álló fiatal lányoknak. A műszaki tudományok kategóriában dr. Stenger-Kovács Csilla munkásságát ismerte el a szakmai bizottság. Nőként népszerűsíti a műszaki tudományok területén a nők tudományos pályájának fontosságát.

Vannak pillanatok az életben, amikor úgy érezzük, megrekedtünk, nem tudjuk, merre tartunk, mi a célunk, mi a helyes döntés. Ilyenkor rengeteg erőt meríthetünk olyan pozitív példákából, amelyek megmutatják a követendő utat. Én rátaláltam.....

Szűcs Kinga

Számomra a példakép megnevezés olyan embert takar, akire fel lehet nézni, mert olyan dolgot vitt véghez, amivel segített vagy törekszik segíteni, hogy más emberek élete könnyebb legyen. Tettével, életével inspiráljon másokat. Példának okáért. : Egy szegény család harmadik gyermekeként született. Gyermekkorában az iskola mellett segítenie kellett a szüleinek a háztáji munkában és a földeken. Már 7 éves korában megtanult traktort vezetni. Szülei kőművesnek szánták, de az iskola elvégzése után ő nem ebben a szakmában akart dolgozni. Úgy érezte, hogy ő többre hivatott. Első saját gondolata az volt, hogy kamionozni fog, így már egész fiatalon megszerezte az összes létező jogosítványt. Boldogsága mégsem volt teljes, mert nem érezte magáénak ezt a munkát sem. Egyszer kapott egy lehetőséget, hogy dolgozzon az egészségügybe és segítsen másokon. Eleinte vonakodva indult neki. Képezte magát, tanult, majd aztán, amikor felvették és elkezdett dolgozni, akkor már biztos volt benne, hogy ő erre hivatott.

Szerintem ennek az embernek az élete példás, elgondolkodtató. Remélem engem is hasonló jóra terel majd az élet!

Filep Zita



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

PÉLDAKÉPEM: DIENES ANETT

A korai női történetírókról szólva mondják, hogy a nők történelme azért láthatatlan, mert a hivatalos történetírás kizárólag a közélettel foglalkozik, miközben a nők történelme a magánszférában játszódik, hiszen ide számúzták a nőket. A női történetek láthatatlanok; a női történeteket nem mesélik, állapították meg szomorúan a történészek, akik szerették volna feltárni a nőknek a történelemben betöltött szerepét. Ennek a hagyománynak, ennek a szemléletnek a tükrében kértek meg, hogy ismerkedjenek meg, hogy keressenek olyan nőt, akinek története predestinálja arra, hogy példakép legyen. Mindenkinek szüksége van példaképekre, akik fel tudják kelteni az egyéni ambíciót és sikertörténetükkel erőt tudnak adni a lehetetlen helyzetekben is. Az én egyik példaképe **Dienes Anett**.

De lássuk ki is Dienes Anett?

1979. augusztus 18-án született Kemecsen, itt volt óvodás, majd Budapesten a Bőrfestő utcai Általános Iskolában végezte tanulmányait. Középiskolában a Kanizsay Dorottya Egészségügyi Szakközépiskolába és Gimnáziumban végzett.

Érettségi után a Bessenyei György Tanárképző Főiskolára jelentkezett, ahová sikeres felvételi után bekerült tanító- magyar szakra. 2002-ben lediplomázott.

Míndeközben is már dolgozott végig, magántanítványokat fogadott, illetve 3 évig hosstessmunkát végzett, majd teljesítménye honorálásaként hosstessmanagerként koordinálta a hosstesseket 2 évig.

Családi problémák miatt 2002decemberében visszatért Budapestre és még ebben az évben elindította első vállalkozást, amely fehérnemű üzlet formájában működött.

2004-ben tovább bővítette a vállalkozását egy más fajta profillal, vendéglátás terén. 2004 áprilisában vőlegényével Sió Higiénia Kft. céget alapítottak, ami konyhatechnológia és ipari tisztítószeres forgalmazásával illetőleg új építésű lakások átadás előtti takarításával foglalkozott, a Sió Higiénia alapvető fontosságúnak tartotta, hogy Partnerei ne csak egyszerű megoldásokkal, de a jövőbe mutató trendekkel és tanácsokkal is gazdagodjanak. A tudás és a tapasztalat a konyhában is hosszú időt igénylő folyamat. Segítettek abban, hogy a lehetőségekhez mérten a maximumot hozza ki az ételekből és a főzőtudományából. A Kft. csapata ár/értékarányos tervet készített annak érdekében, hogy a legmegfelelőbb eszközökkel és módszerekkel dolgozhassanak. A tanácsadás és a tervezés magába foglalta a tapasztalat és tudás átadását. A befektetés garantáltan megtérült: a menedzseléstől a lebonyolításon át a kivitelezésig, minden apró részletben a szakértelem köszönt vissza. A tervezési szakasztól kezdődően meghatározták azokat a feladatokat, amellyel a partner beruházása hatékonyan és pontosan kerülhet kivitelezésre, a következők szerint:



„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

- Technológiai koncepció kidolgozása
- Helyiségkiosztások elkészítése, méretezése.
- Helyiség kapcsolódások meghatározása.
- Technológiai gépigény meghatározása.
- Technológiai energiamérleg felállítása.
- Technológiai terv elkészítése.
- Adatszolgáltatás társtervezők részére (víz, csatorna, elektromos, gáz,).
- Hatósági egyeztetés, előzetes tervbíráló.
- Konyhatechnológiai kiviteli terv elkészítése
- Különengedélyeztetési tervdokumentáció összeállítása.

2008 szeptember 22-én sajnos meghalt Gábor a vőlegénye, súlyos betegségben, ami során Anett mindvégig mellette állt és odaadóan ápolta.

Gábor halála után egyedül vitte a céget, ami sikeres volt, egészen 2010-ig működött a Kft. 2010 októberében új céget alapított, ahol már csak a tisztítószeres forgalmazásával foglalkozott. Ezzel párhuzamosan 2009-ben családi vállalkozásként szeszgyártással foglalkozó céget hoztak létre, Felsőlajoson és elindították a Helvécia Product Kft. –t, amely nemcsak gyártással, hanem forgalmazással is foglalkozott egészen 2015-ig, amikor már egy új brand lett a piacon, felfuttatás után megváltak ettől a cégtől.

2011-ben férjhez ment, majd 2013 június 20-án megszületett gyermeke Bogika, ekkor kiteljesedett a nőiessége és megkapta élete legszebb és legnehezebb feladatát: anyává vált. Csodálatos anyává, aki nemcsak gyermeke életszükségleteit elégíti ki, hanem folyamatosan inspirálja és szellemi fejlődését is nagyon fontosnak tartja. Ettől kezdve, már nemcsak az üzleti életben, hanem anyaként is helytáll nap, mint nap.

2013 tavaszán kiírták a Trafik pályázatot, a lezárási határidő előtt egy héttel, a pályázati tenderen változtatva megjelent, hogy a trafikokban alkoholt is lehet árusítani, ekkor úgy döntöttek a férjével, hogy megpályázzák a jogokat. Egy hét alatt minden szükséges iratot összekészítettek és beadták, majd sikeresen nyertek.

2013. július 1-én megnyitotta az első trafikját a Sió Higiénia Kft. irodája helyén a IX. kerületben. Szerencsés módon nagyon jó alkalmazottakat sikerült találnia, így az üzlet hamar felvirágzott. 2014 augusztusában egy csapat kereste fel Anettet, akik 4 trafikot üzemeltettek a III. kerületben, eladásra kínálták az üzemeltetési jogokat. Hosszú gondolkodás után igent mondott, ezután 5 trafikot üzemeltet.



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

2014 augusztusában a népszerű Sziget fesztivál ideje alatt 2 mobil trafikot sikerült delegálni a rendezvény idejére. Annyira jól sikerült ez, hogy azóta minden Szigeten ő szolgáltatja a dohányárú egy részét. 2014-ben a szellemi táplálék utáni vágyait is kielégítve elvégezte a SVT (Spirituális Válasz terápia) képzést, ahol először csak ismerkedett ezzel a fajta tudománnyal, majd 2016 februárjában Tanácsadóvá lépett elő. Így már ő is tud segíteni, azoknak, akik kérik.

Anett igazi energiabomba, akinek nincs lehetetlen, csak tehetetlen. Sokat hallunk arról, hogy a különböző felmérések, kutatások szerint Magyarország régióink talán legpesszimistább, legboldogtalanabb helye, hogy a magyarok bíznak a legkevésbé egymásban és a jövőben. Anett életében nagyon sok akadály volt, azonban ő mindent legyőzött és töretlenül ment tovább az útján. A nehézségekből előnyt kovácsolt. Ha bármilyen problémára nem találok a megoldást az első ember, akit hívok, az minden esetben Anett.

Anettben minden megvan, ami egy sikeres életúthoz szükséges, mik ezek a jó tulajdonságok?

Céltudatosság, Hosszú távú, előremutató célokat állít fel.

Fókusz, Fontos, hogy tudj egyszerre egy dologra összpontosítani. A multitasking a rohanó világunkban úgy látszik felértékelődött, de ez nem előny, ha a karrierépítésről van szó, mert a folyamatos fókusz segít jó irányban maradni.

Akaraterő, Az akaraterő az az összetevő, ami nélkül semmit nem érsz el az életben, amit kitűztél magad elé. Erre egy egyetem elvégzéséhez, egy autó, lakás megvásárlásához vagy egy munka megszerzéséhez egyaránt szükséged van.

Vezetési képesség, Általában azok a nők még csak a startvonalhoz sem állnak, akikben nincs meg a vezetésre való hajlam. Persze az már egy következő szint, hogy képes vagy-e vállalni ezt a szerepet.

Problémamegoldó képesség, Az élet számtalan területén merülhetnek fel problémák, de nem mindegy, ezeket hogyan kezeled és mennyire gyorsan, hatékonyan oldod meg őket. Ennek a két tényezőnek hatványozottan fontos szerepe van, amikor vezetői babérokra akarsz törni.

Szeresd, amit csinálsz, Ha valamit nem szeretsz, akkor nem fogsz érte lelkesedni. Ennek hiányában pedig kudarcra van ítélve a cél, mert nem fogsz a megvalósításnak elegendő időt és energiát szentelni.

Tanulás, A tanulással akkor sem állhatsz meg, ha már elérted, amit akartál. Figyeld a szakmádban megjelenő újdonságokat, vedd meg az ezzel kapcsolatos kiadványokat vagy vegyél részt tréningeken és beszélj a legjobb szakértőkkel.



„INDULJUNK EGYENLŐ ESÉLYEL”

Önbizalom, Ha te sem hiszel a saját sikeredben, másoktól sem várhatod el, hogy higgyenek benned. Egy önbizalommal teli nő nagyobb eséllyel éri el, amit akar és könnyebben talál támogatókat maga mellé.

Kreativitás, Nem a művészi irányra gondolok, hanem arra, hogy a munkáddal kapcsolatban legyél leleményes, és állj nyitottan az újdonságokhoz. Ne ragadj le a hagyományos megoldásoknál, merj járatlan utakra lépni és kísérletezni.

Kommunikáció, A beszéd mellett ugyanolyan fontos szerepe van a hallgatásnak. Amikor az emberekre figyelsz és hagyod őket beszélni, meglátod, minden információt elmondanak, amire szükséged van.

Nőiesség, A szélsőségeket kerülve ne feledkezz meg arról, hogy nő vagy. A sikerre törekvés ellenére a megjelenéseddel vállald fel a nőiességed – ennek megnyilvánulása természetesen mindenkinél eltérő. A felsoroltakon túl felmerülnek további tényezők, amelyek könnyebben meg tudsz tenni egy-egy lépést. De ha ezek megvannak, akkor jó alapokkal indulsz el az úton.

Nők, mi vagyunk azok, akik megváltoztathatják a világot. Olyanok, akikről elmondható, felelősséget vállaltak az új öntudat megszületéséért. Kétszáz évvel ezelőtt kezdődött az a küzdelem, amely a nők társadalmi szerepét akarta megváltoztatni. Vagyis lerombolni az előítéletet és nem tűrni a korlátozást.

