



PAREMMAN KÄYTÖKSEN VUOSITUHAT

Koulurauha-aineisto 2000

MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO, OPETUSHALLITUS

Työryhmä: Leena Sopanen, Heidi Peltonen, Tuula Severikangas, Liisa Meriläinen, Marjatta Jakobson, Terhi Haiminen

Toimittaja: Tuula Severikangas

JOHDANTO

Jokaiselle on tärkeää kokea tulevansa hyväksytyksi ja saada ryhmänsä jäseniltä myönteistä palautetta. Fyysisesti ja emotionaalisesti turvallisen oppimisympäristön luominen vaatii keskinäistä luottamusta, avointa vuorovaikutusta, oikeudenmukaisuutta ja toinen toisensa arvostamista. Myönteinen kurinalaisuus ja toisten huomioonottaminen kuuluvat turvalliseen kouluun. Tällaisen koulun pitkäjänteinen rakentaminen perustuu oppilaiden, vanhempien, opettajien ja muun koulukennan yhteisiin ponnistuksiin.

Hyvät tavat parantavat elämän laatua yhteisössä. Ne **kertovat toisten ihmisten arvostamisesta ja huomioon ottamisesta**. Käyttäytymistavat säätelevät ja helpottavat yhteisön jäsenten välistä toimintaa sekä luovat henkistä ja fyysistä turvallisuutta.

Hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistäminen koulussa on **oppilaan arkiselviytymisen, kasvun ja kehityksen tukemista**. Siihen liittyy kokemus turvallisuudesta sekä emotionaalisessa, fyysisessä että sosiaalisessa mielessä. Turvallisuus kuuluu perusoikeuksiin; myös koululait määrittelevät oppilaan oikeuden turvalliseen opiskelu-ympäristöön.

Monet yhteiskunnassa esiintyvät ongelmat heijastuvat ensimmäisinä lapsiin ja heidän asemaansa. Lasten ja nuorten hyvinvointi, mutta myös pahoinvointi näkyy koulussa. Monella lapsella ja nuorella ei ole ollut elämässään riittävästi kokemuksia siitä, miten ilmaista etenkin pahan olon tunteitaan toisia ihmisiä vahingoittamatta. Joidenkin lasten ja nuorten kohdalla koulu saattaa olla ainoa tukea antava paikka, jossa on **mahdollisuus oppia myönteiseen vuorovaikutukseen liittyviä tietoja ja taitoja**.

Lasten yksinäisyys yhteiskunnassamme on lisääntynyt. Suomalaisen lapsen ja nuoren elämässä läsnäolevien aikuisten määrä on jatkuvasti vähentynyt. **Aikuisen aktiivinen läsnäolo** on kuitenkin oleellinen lapsen ja nuoren tervettä psykososiaalista kehitystä ja arkiselviytymistä tukeva tekijä. Myös kouluyhteisössä sekä aikuisen läsnäolo ja tuki että ohjaava ja rajoja asettava rooli ovat tärkeitä. Lapsen on vaikea oppia toisen ihmisen huomioon ottamista ja hyviä tapoja, ellei hänellä ole ollut mahdollisuus kokea niitä omakohtaisesti.

Myös sosiaalinen kontrolli on osa kohtaamisen taitoa koulussa; se lisää oppilaiden turvallisuutta ja motivoi sääntöjen noudattamista. Kouluyhteisön turvallisuutta voidaan kehittää lisäämällä oppilaiden ja kotien osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia yhteisten pelisääntöjen kehittämisessä. Myönteinen kurinalaisuus syntyy siitä, että pelisääntöjen noudattamista valvotaan ja pieniltäkin tuntuviin rikkeisiin puututaan johdonmukaisesti ja oikeudenmukaisesti. **Kodin ja koulun sekä vanhempien keskinäinen yhteistyö** on silloin ensisijaisen tärkeää. Ajoissa alkaneella yhteistyöllä voidaan ratkaista pulmia jo ennakolta.

Oppilaiden aito kuuleminen lisää yhteistä vastuuta omasta oppimisympäristöstä. Oppilaita tulee rohkaista arvioimaan kriittisesti tietoa, ilmaisemaan omia mielipiteitään, suvaitsemaan myös erilaisia tapoja ajatella ja toimimaan oman koulu-ympäristön kehittämiseksi. **Kokemukset tukioppilastoiminnasta** osoittavat, että nuoret ovat itse halukkaita osallistumaan päätöksentekoon, järjestämään toimintaa ja auttamaan muita nuoria. Nuoret voivat toimia esimerkkeinä ja tukea toisiaan omilla, luovilla ja positiivisilla tavoillaan.

Kouluihimme on viime vuosina tullut yhä enemmän muihin kieli- ja kulttuuriryhmiin kuuluvia oppilaita. He ovat tuoneet mukanaan omassa kulttuurissaan vallitsevia tapoja. Peruskoulun opetussuunnitelman perusteissa korostetaan **vähemmistöihin kuuluvien lasten oikeutta kasvaa sekä oman kulttuuriyhteisönsä että suomalaisen yhteiskunnan aktiiviseksi jäseniksi**. Parhaiten monikulttuurisuutta toteutetaan siten, että se on osa kouluyhteisön arkea. Sen tulisi olla koulun toimintaa kokonaisvaltaisesti ohjaava periaate.

Koulun arjessa tarvitaan käyttäytymis- ja toimintatapojen harjoittelua ja niiden merkityksen sisäistämistä. Tapakasvatuksen perusedellytyksinä ovat **johdonmukaisuus ja jatkuva toisto sekä koko yhteisön sitoutuminen yhteisiin normeihin**. Hyvien tapojen tulee olla osa jokaista koulun arkipäivää. Ne antavat turvalliset puitteet koulu yhteisössä koettujen ilojen ja surujen jakamiseen. Yhteinen ongelmien ja surujen käsittely tukee vaikeuksien hetkellä. Ilon ja onnen hetket lisäävät psyykkistä energiaa. Yhteiset elämykset ja perinteet lujittavat yhteenkuuluvaisuuden tunnetta.

Tämä aineisto on tuotettu Opetushallituksen ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton yhteistyönä oppilaiden osallistumis- ja vaikutusmahdollisuuksia tukevien toimintakäytäntöjen kehittämiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Aineistossa on tapa- ja turvallisuuskasvatukseen liittyviä teemoja ja niihin liittyviä toiminnallisia harjoituksia teemojen käsittelyyn koulussa. **Tarkoituksena on pohtia omia ja yhteisön arvoja sekä luoda yhteisesti sovittuja toimintamalleja.**

IDEOITA MATERIAALIN KÄYTTÖÖN

- Aineistossa on *toiminnallisia harjoituksia*, joiden avulla yhteisö voi työstää Paremman käytöksen vuosituhannen -teemoja. Jokaiseen teemaan on valittu kolme harjoitusta siten, että ensimmäinen harjoitus on teemaan orientoitumista varten; se herättää keskustelun ja auttaa pohtimaan asiaa eri näkökulmista. Toinen ja kolmas harjoitus haastavat itseilmaisuun ja omakohtaiseen työskentelyyn. Tekemällä oppii!

Teemat:

1. Olen rehellinen itselleni ja muille
2. Kasvan kaveriksi
3. Tahdon olla kohtelias
4. Osaan perustella mielipiteeni
5. Uskallan pyytää anteeksi
6. Teemme yhdessä iloisen ja turvallisen koulun
7. Innostun tehtävistäni
8. Elämme saman taivaan alla
9. Pysähdyn kuuntelemaan
10. Teen valintoja ja keskityn oleelliseen

Pohdittavaa jokaisen teeman käsittelyyn:

- Mikä minun mielestäni on keskeisin asia teemassa / mitkä asiat ovat teemassa minulle tärkeitä?
- Osaan...
- Haluan vielä harjoitella...

- *Dokumentoimalla* omaa kouluvuottaan lapsi ja nuori saa arvokkaita muistoja liitettäväksi osaksi portfolioitaan. Jokainen voi koota oman ajatusmuistion esimerkiksi kansioon. Ajatusmuistio on työväline, johon kerätään henkilökohtaisia ajatuksia ja luovuudenprosesseja. Muistiinpanoja voi tehdä kirjoittaen, luonnostellen, piirtäen, askarrellaen, valokuvaten tai ajatusrysiä kooten. On syytä sopia yhteisesti millä tunteilla ajatusmuistion täydentämiseen on aikaa.

Tämän materiaalin lopussa on kaksi liitesivua, joita voidaan liittää osaksi ajatusmuistiota:

Liite 1. Mielipidevaakuna

Tämän materiaalin lopussa on vaakuna, jota voi käyttää työskentelyjakson lopuksi ajatusten kokoajana siten, että jokainen saa oman tyhjän sivun. Ensimmäisessä vaiheessa jokainen kirjoittaa yksilötyönä viisi lausetta, jotka hänen mielestään olivat tässä asiassa keskeisiä (aikaa viisi minuuttia). Seuraavassa vaiheessa arvotaan parit, jotka kertovat toisilleen juuri kirjoittamansa lauseet. Yhdessä pari voi kirjoittaa kolme uutta lausetta, jos keskustelu on tuottanut uusia näkökulmia. Viimeisessä vaiheessa kaksi paria muodostaa yhden ryhmän. Jälleen käydään keskustelua erilaisista näkökulmista. Yhteenvedoksi keskustelusta muotoillaan yhden lauseen kiteytys tai motto, jonka ryhmänjäsenet voivat kirjoittaa vaakunansa alaosaan. Vaakunan voi liittää omaan ajatusmuistioon.

Liite 2. Teen parhaani

Teen parhaani -moniste on itsearviointia varten. Työviikon päätteeksi voi tehdä yhteenvedon omasta työskentelystä ja suunnata ajatuksia tulevan viikon haasteisiin.

1. OLEN REHELLINEN ITSELLENI JA MUILLE

Rehellisyys on luonteenpiirre, jota me suomalaiset arvostamme. Rehellisyys ja aitous rikastuttavat ihmissuhteita ja luovat kasvunpaikkoja; voin myöntää oman heikkouteni jonkin asian suhteen sekä saada lähimmäisten tukea ja apua.

Terapeutti Tommy Hellsten painottaa, että kysymys on todeksi tulemisesta, oman persoonansa ilmentämisestä emotionaalisesti, ajatusten ja kokemusten tasolla sekä arvojen ja tarpeiden kohdalla, rehelliseksi ja näkyväksi tulemista. Mutta myös asiat saisivat olla totta; että ympäristö olisi riittävän rakkaudellinen, jotta ihmiset uskaltaisivat olla totta. Nämä kaksi asiaa, totuus ja rakkaus, ovat hänen mielestään hyvin oleellisia.

HARJOITUS 1. TÄSTÄ OLEN AINA UNELMOINUT

Tavoite: Tutustua luokkakaveriin hänen unelmiensa ja toiveidensa kautta.

Oppilaat ovat pareina selät vastakkain tai makuuasennossa pääläet vastakkain. Kumpikin miettii yhden unelman, jonka haluaisi toteuttaa. Toinen yrittää arvata, mistä mahtaa olla kyse. Se, kumman unelmaa arvailaan, saa vastata vain joko kyllä/ei tai polttaa/kylmää. Kun unelma on arvattu, vaihdetaan osia.

Taustalla voi soida instrumentaalimusiikki. Parhaat kaverit tuntevat toistensa unelmat, joten parit kannattaa valita sattumanvaraisesti.

HARJOITUS 2. RAKAS MINÄ!

Tavoite: Asettaa tavoitteita sekä miettii keinoja, joiden avulla saavutan tavoitteeni - unelmistani tulee totta.

Kirjoita itsellesi kirje, jossa on

- Ajatuksia ja toivomuksia siitä, millaisen toivot elämäsi olevan vuoden kuluttua
- Koulu
- Henkilökohtainen elämä (koti, harrastukset, kaverit)
- Tavoitteita - pieniä askeleita kohti päämäärää
- Mistä tiedät, että toiveesi on toteutunut?
- Aforismi tai motto, joka voi auttaa sinua saavuttamaan toiveesi

Halutessasi voit kuvittaa kirjeen piirroksilla tai lehtikuvilla. Laita kirje kuoreen, sulje se ja kirjoita kuoren päälle oma nimesi ja päiväys vuoden päähän tästä päivästä. Laita kirje hyvään talteen odottamaan, sillä vuoden päästä saat arvokasta postia.

HARJOITUS 3. IHANNELUOKKA

Tavoite: Saada oppilaat työskentelemään yhdessä koko luokkana oman viihtyvyytensä edistämiseksi. Opettaja voi saada lisäksi tietoa luokan ongelmakohdista.

Pyydä oppilaita rakentamaan ja järjestämään oma luokkansa uudelleen käyttäen hyväksi luokan kaikkia esineitä ja tavaroita. Luokan tulisi olla sellainen, että kaikki viihtyisivät siellä mahdolli-

simman hyvin. Lopuksi oppilailta kysytään, miksi juuri kyseiseen ratkaisuun päädyttiin. Mitä vielä pitäisi tehdä viihtyvyyden lisäämiseksi? Yhteisellä päätöksellä tila voidaan jättää sellaiseksi, kuin oppilaat ovat sen suunnitelleet, mikäli se on mahdollista.

2. KASVAN KAVERIKSI!

Systemaattisesti, toistuvasti kiusatuksi joutuu ala-asteen oppilaista noin 10 %, yläasteella 5-6 %. Useimmissa koululuokissa on siis ainakin yksi kiusattu oppilas; monissa luokissa heitä on enemmän. Kiusaaminen ei tule aina aikuisten tietoon, mutta puolet kiusatuista kertoo asiasta jollekin. On todettu, että lapsi tai nuori kertoo kiusaamisestaan usein aluksi toiselle lapselle tai nuorelle. Koulussa kummi- tai tukioppilas on tärkeä linkki ja yhteistyökumppani aikuisen rinnalla kiusaamistapausten tunnistamisessa. Kiusaamista vastaan on tehtävä työtä, sillä kiusaamista on yhteisössä juuri niin paljon kuin yhteisö sitä sallii.

HARJOITUS 1. MIHIN TARVITSEN KAIKKIA YSTÄVIÄNI

Tavoite: Koota asioita mihin tarvitsen ystäviäni; mitä teemme yhdessä, mistä puhumme.

Jaska Jokusen luoja Charles M. Schulz on kirjoittanut kirjan *Tarvitsen kaikkia ystäviäni*. Koko luokka voi työstää ideariihimenetelmällä aihetta "mihin tarvitsen ystävää?". Jokainen saa vuorolleen kertoa yhden asian mihin tarvitsee ystävää. Sovitaan yhteisesti, ettei tässä harjoituksessa kritisoita toisten mielipiteitä.

HARJOITUS 2. MITÄ TUNTEITA KIUSAAMISTILANTEISIIN LIITTYY?

Tavoite: Herättää keskustelua kiusaamiseen liittyvistä tunteista ja rooleista.

Muodostetaan sattumanvaraisesti neljän hengen ryhmät. Annetaan kunkin ryhmän valita lehdestä leikattu tilannekuva. (Etsi etukäteen sellaisia kuvia, joista heijastuu voimakkaita tunteita tai ristiriitaja). Ryhmän tehtävä on suunnitella tilannekuvalle tarina, jossa on *alku, keskikohta ja loppu*. Ryhmä voi itse valita mistä kohdasta tarinaa kuva on. Kehota ryhmiä kiinnittämään huomiota tunteisiin ja rooleihin, joita tarinan eri vaiheisiin liittyy. Ryhmät kertovat vuorotellen juttunsa, joista keskustellaan yhdessä.

HARJOITUS 3. STOP -KIUSAAMINEN KIELLETTY LIKENNEMERKKI

Tavoite: Visualisoida ja konkretisoida keskustelut kiusaamisesta ja ystävyystestä.

Tämä harjoitus voidaan toteuttaa yksilö- tai ryhmätehtävänä. Suunnitellaan ja toteutetaan "liikennemerkki", joka kertoo oppilaiden kannan koulukiusaamiseen.

Apukysymyksiä:

- Mitä ryhmä haluaa työnsä välityksellä ilmaista kouluyhteisön jäsenille?
- Millaisia mielikuvia, tunteita, ajatuksia ja kysymyksiä haluatte herättää?
- Pohtikaa kielletyn ja sallitun liikennemerkin herättämiä reaktioita!

Pyritään pelkistettyyn ilmaisuun!

Tarkastellaan yhdessä valmistettuja "liikennemerkkejä". Töitä tarkastellessa on syytä korostaa, että tarkoitus ei ole arvostella töitä eikä suorittaa niiden avulla tulkintoja kuvantekijästä vaan keskustella mielikuvista, joita työ herättää.

Töiden tarkastelu voidaan toteuttaa monella tavalla:

- Kukin näyttää oman liikennemerkinsä ja kertoo sen syntyvaiheista muille. Jokainen saa tehdä kysymyksiä.
- "Liikennemerkit" asetetaan seinälle tai lattialle kaikkien katseltaviksi. Halukkaat voivat vuorotellen valita "liikennemerkin", joka heitä jostain syystä erityisesti kiinnosti. Kuvan valitsija kertoo, miksi hän valitsi juuri sen, ja kuvan tekijä puolestaan saa kertoa tekoprosessista ja ajatuksistaan.

3. TAHDON OLLA KOHTELIAS

Hyvät tavat ovat malleja, jotka ohjaavat ihmisiä käyttäytymään erilaisissa tilanteissa tietyllä tavalla. Tavat standardoivat jokapäiväisiä sosiaalisia tilanteita ja helpottavat siten kanssakäymistä. Samalla tavat sisältävät viestin samaan yhteisöön kuulumisesta. Kohtelias käyttäytyminen luo koulun tunnelmaston, jonka kautta välittyy ihmisten välinen huolenpito ja arvostaminen.

HARJOITUS 1. HYVÄÄ HUOMENTA!

Tavoite: Tuottaa ryhmälle iloa ja herättää keskustelua tervehtimistavoista.

Osallistujat seisovat piirissä katse keskustaan päin. Yksi osallistuja kiertää piirin takana ja juostessaan koskettaa jotakuta selkään. Tämä lähtee kiertämään päinvastaiseen suuntaan. Kohdatessaan he tarttuvat toisiaan kädestä ja sanovat kolme kertaa: "Hyvää huomenta!" Sen jälkeen he jatkavat juosten matkaa kumpikin yrittäen asettua vapaaksi jääneelle paikalle. Ilman paikkaa jäänyt jatkaa juoksemista.

HARJOITUS 2. KOHTELIAISUUS-HAIKU

Tavoite: Selkiyttää ajatuksia ja mielipiteitä kohteliaisuuteen sekä toisten huomioon ottamiseen liittyen.

Haiku on japanilainen runo, jossa on kolme säettä. Haiku ilmaisee selkeän kannan jostakin nimellisestä asiasta, mikä tekee siitä kielileikkiin sopivan. Kirjoittajat ilmaisevat haikussaan jonkin ajatuksen tai havainnon kolmella viisitavuisella säkeellä. Aloitetaan väitteellä, vastataan vasta väitteellä ja lopetetaan yllätykseen.

Esimerkki:

*Oi, kaunis päivä!
Entäpä sade?
Se kastaa sielun.*

HARJOITUS 3. LUMPEENLEHDEN EESSÄ

Tavoite: Oppia auttamaan ja ottamaan toiset huomioon.

Lattialle laitetaan sanomalehden sivuja lumpeenlehdiksi (noin 1/3 oppilaiden määrästä). Taustalla soi musiikki. Osallistujille selitetään, että niin kauan kuin musiikki soi, he saavat liikkua vapaasti sammakoina ympäri luokkaa hyppien, uiden, sukellellen, kurnuttaen jne.

Kun musiikki lakkaa, pitää jokaisen sammakon mahdollisimman nopeasti päästä turvaan lumpeenlehdelle. Kaikkien sammakoiden täytyy mahtua lehdille, joten oppilaiden on autettava toisiaan ja tehtävä toisilleen tilaa. Kun kaikki sammakot ovat saaneet itselleen tilaa lehdellä, alkaa musiikki jälleen soida. Joka kerran musiikin soidessa otetaan joitakin lehtiä pois. Lopuksi sammakoilla on kova työ mahtua ainakin osittain lehdille.

- Oliko vaikeaa auttaa toista? Entä ottaa apua vastaan?
- Oliko tärkeää, että kaikki mahtuivat mukaan?
- Miten luokassa autetaan toista?

- Onko luokalla yhteisiä tavoitteita tai päämääriä? Miten niihin on päästy?
- Mitä voin saada itselleni auttamalla toista?

LIITE 3. KUINKA OLLA KOHTELIAS?

Keskustelun virittämiseksi materiaalin lopussa on kysymyslomake (liite 3), jolla voi testata etiketti-tietämystään.

Vastaukset:

1. Kohteliasta, mutta usein riittää, kun koskettaa hattua.
2. Kyllä. Paitsi esimiehelle ja nuori neito vanhalle herralle.
3. Pikemminkin päin vastoin. Mieluiten takapenkille, jos tilaa on.
4. Mieluiten vasta aterioinnin päätyttyä.
5. Niin saakin. Samoin sammakon- ja kanankoivet.
6. Ei, kirjesalaisuus ulottuu avattuunkin postiin.
7. Ei, siihen tarkoitukseen on naisten- ja miestenhuone peileineen.
8. Eivät toki.
9. Aivan, paitsi vanhempaa naista ja vanhempaa arvokasta herraa.
10. Näin on. Kauimpana lautasesta olevat ensin.

4. TEEN VALINTOJA JA OSAAN PERUSTELLA MIELIPITEENI

Jo käytännön syistä nykymaailmassa tarvitaan suvaitsevaisuutta. Me olemme yhä enemmän tekemisissä muiden kulttuurien, kansallisuuksien, ideologioiden ja uskontojen kanssa. Suvaitsevaisuus tarkoittaa kykyä sietää ja kohdata erilaisuutta sekä oppia uusia asioita. Se auttaa rakentamaan yhteisöjä, joissa monenlaiset elämäntavat ja arvomaailmat voivat esiintyä rinnakkain. Omassa maassamme ihmisten elintavat ja vakaumukset ovat yhä moninaisempia. Suvaitsevaisuus antaa mahdollisuuden luovaan vuorovaikutukseen ja turvalliseen yhdessäoloon.

Ihmisen elämä muodostuu päivittäin joukosta valintoja – joidenkin merkitys voi olla hyvinkin suuri. Hyvien valintojen tekemistä voi opetella. On hyvä tietää, että ne perustuvat pitkälti omiin kokemuksiin siitä, mikä on itselle hyväksi tai uhaksi ja millaisia keinoja kokee itsellään olevan elämän haasteiden suhteen. Oppimalla valintojen perusteluja ihminen kykenee tekemään itselleen hyviä ja tarkoituksellisia ratkaisuja – valintoja, jotka tukevat hyvinvointia, elämän mielekkyyttä ja elämän haasteisiin vastaamista. Oikeat valinnat tukevat itsemääräämistä ja osallisuutta yhteiskunnassa.

Yhdessä voimme luoda kouluun sellaisen keskustelukulttuurin, jossa voi tuoda mielipiteensä esille ja tulla kuulluksi. Kun saa itse kokemuksia kuulluksi tulemisesta, herää halu antaa tilaa myös toisen ajatuksille.

HARJOITUS 1. KUKA AJATTELEE SAMOIN KUIN MINÄ?

Tavoite: Tutustua niihin asioihin, mistä luokkakaverit pitävät tai mitä he ajattelevat eri asioista. Hauska ja vauhdikas harjoitus.

Osallistujat istuvat piirissä tuoleilla, joita on yksi vähemmän kuin leikkijöitä. Harjoituksen vetäjä seisoo ryhmän keskellä ja sanoo yhden mieliruokansa (ruoka, juoma, karamelli, jälkiruoka). Kaikki, jotka pitävät samasta ruuasta vaihtavat mahdollisimman nopeasti paikkaa, myös keskellä olija yrittää päästä istumaan. Jos hän ei onnistu, hän jatkaa ruokien sanomista.

Se, joka jää ilman tuolia, joutuu piirin keskelle sanomaan omia lempiruokiaan. Keskellä olija voi pakottaa jokaisen vaihtamaan paikkaa sanomalla sanan ruokalista (sana sovitaan yhdessä harjoituksen alussa). Tällöin ei saa istuutua oman tuolin viereisille tuoleille. Omalle paikalle ei koskaan saa palata. On hyvä sopia, että saman asian saa pelin kuluessa sanoa vain kerran.

Harjoitukseen tarvitaan selkänojalliset tuolit, jotka pysyvät tukevasti paikallaan. Tilaa täytyy olla tarpeeksi, jotta kaikki tuolit mahtuvat hyvin piiriin. Jokaisen muunnelman kohdalla sovitaan yhdessä sana, jolla kaikki joutuvat vaihtamaan paikkaa.

Vaihtoehtoja:

- mielimusiiikki
- mistä tulen vihaiseksi
- harrastus tai urheilulaji
- suosikinäyttelijä, -kirja, -elokuva
- mukavin kouluaine
- mikä on helppoa

HARJOITUS 2. NELJÄ NURKKA

Tavoite: Oppia tuomaan omia mielipiteitä esille rakentavasti ja malttia menettämättä kuunnella myös toisen ajatuksia.

Tee neljä kylttiä, joissa on kussakin yksi seuraavista teksteistä siten, että kaikki tekstit tulevat käyttöön:

- täysin samaa mieltä
- melko samaa mieltä
- melko eri mieltä
- täysin eri mieltä

Levitä kyltit tilaan niin, että ne muodostavat neliön nurkkineen. Osanottajat seisovat tilan keskellä, kun ohjaaja esittää väitteen, johon jokaisen on heti ilmaistava kantansa ja siirryttävä siihen nurkkaan, joka parhaiten vastaa hänen mielipidettään. Väitteet eivät saa olla kysymyksiä, vaan esimerkiksi

- Suomeen pitäisi ottaa lisää pakolaisia.
- Englantia puhuva selviää maailmalla.
- Nuoret ovat suvaitsevaisempia kuin aikuiset.

Keksikää omat väitteet ennakkoluuloihin ja stereotyyppioihin liittyen. Neljästä kuuteen väitettä riittää kerralla. Löydettyään oman nurkkansa osallistujat ottavat pariin jonkun päinvastaista mieltä olevien nurkasta. Sitten kullakin on kaksi minuuttia aikaa kertoa mielipiteensä. Toinen kuuntelee keskeytyksettä. Vuoro vaihtuu. Lopuksi pari voi keskustella käsityksistään kolme minuuttia yhdessä.

Lopuksi osanottajat menevät siihen nurkkaan, joka parhaiten nyt heijastaa heidän mielipidettään, joka on voinut muuttua tai pysyä samana.

HARJOITUS 3. KYMMENEN SATTUMANVARAISTA SANAA

Tavoite: Tehdä yhdessä yhteenveto käsitellyistä asioista.

Tämä harjoitus sopii erinomaisesti lopetustehtäväksi. Periaate on hyvin yksinkertainen. Sanomalehdestä leikataan kymmenen sanaa, joita käytetään tarinan lähtökohtana. Esimerkiksi: ilta, huolimatta, itkeminen, laki, hampurilainen, jalokivet, tietokone, lämmitys, kutominen, 1995.

Kaikki yrittävät käyttää tarinassa sanaa, jonka he sattumanvaraisesti ovat nostaneet. He odottavat oikeaa hetkeä sanansa käyttämiseen. Yksi osallistujista aloittaa tarinan muistaen käyttää siinä poimimaansa sanaa. Muutaman lauseen jälkeen joku toinen ottaa puheenvuoron ja jatkaa tarinaa sisällyttäen oman sanansa siihen. Tällä tavoin ryhmä luo lyhyen, hassun tarinan, jossa on **alku, keskivaihe ja loppu**.

5. USKALLAN PYYTÄÄ ANTEEKSI

Anteeksi pyytäminen on viesti halusta selvittää tapahtunut niin, ettei ihmisten välinen suhde särkyisi. Anteeksi antaminen rakentaa yhteyden uudelleen tapahtuneesta huolimatta. Oletko kuullut sanottavan: "Unohdetaan menneet"? Tässä lausahduksessa piilee vaara, sillä anteeksi pyytäminen ja saaminen ei ole unohtamista, vaan ajatusten ja arvojen selventämistä sekä tunteiden tunnistamista ja hyväksymistä. Anteeksi antaminen on prosessi, joka vaatii rehellisyyttä puolin ja toisin.

HARJOITUS 1. KIRJAINVIESTI

Tavoite: *Tuottaa oman näköinen anteeksipyyntöviesti ja keskustella erilaisista tavoista pyytää anteeksi.*

Pyydä osallistujia vuorotellen sanomaan yksi kirjain ja kirjoita ne taululle tai fläpille. Sen jälkeen jokaisen tehtävänä on näitä kirjaimia käyttäen kirjoittaa sähke, jossa sanat alkavat näillä annetuilla kirjaimilla. Viestissä pyydetään anteeksi kaverilta harkitsematonta käytöstä.

Esim. I, P, R, A, S, L, U, K, T ja M.

"Ihmettelen päätöntä räyhäämistäni aiheetta sinulle. Luotan uuteen kohtaamiseen. Terveisin minä."

Luetaan viestit läpi ja keskustellaan erilaisista tavoista pyytää anteeksi ja siitä koska on syytä pyytää anteeksi? Milloin anteeksi pyytäminen on vaikeaa? Onko sinun helppoa antaa anteeksi?

HARJOITUS 2. JÄÄDYTTÄJÄT

Tavoite: *Pohtia kosketuksen merkitystä ja keskustella henkilökohtaisesta reviiristä.*

Jäädystä on liikunnallinen leikki, jossa välillisellä kosketuksella on suuri merkitys. Kun ryhmässä on riittävästi turvallisuutta, harjoitus on kosketuselementin vuoksi hauska ja toimii ryhmäytäjänä.

Sovitaan yhdessä leikkialueen rajat. Tila saa olla laaja. Ohjaaja valitsee ryhmästä 2-3 vapaaehtoista ensimmäisiksi jäädystä. Hän kertoo: "Te olette jäädystä. Kun kosketatte jotakuta ja sanotte "jäädystä", hän jää paikoilleen seisomaan jäädystä kuin jääpuikko – liikahtamatta." Jäädystä yrittävät saada kaikki jäädystä. Ne, jotka eivät ole jäädystä ovat sulattajia. He voivat sulattaa jäädystä haalamalla tätä ja sanomalla "sula".

Ohjaaja käynnistää leikin ja antaa sen jatkua niin kauan kuin näkee hyväksi. Jos jäädystä saavat kaikki kiinni, voidaan leikkiä jatkaa valitsemalla uudet jäädystä.

HARJOITUS 3. PATSAS KESKELLÄ TORIA

Tavoite: *Työstää anteeksi pyytämisen ja antamisen prosessia sekä harjoitella yhteistoiminnallista oppimista.*

Tässä harjoituksessa on kolme vaihetta. Jokaiseen vaiheeseen varataan esimerkiksi kymmenen minuuttia. Anna jokaiseen työvaiheeseen ohjeistus erikseen sitten kun edellinen työvaihe on valmisteltu.

Ensimmäisessä vaiheessa jokainen miettii itsenäisesti, miten seuraavat lauseet jatkuvat.

- A. Minua loukkaa...
- B. Anteeksi pyytäminen on...
- C. Annan anteeksi...

Toisessa vaiheessa muodostetaan sattumanvaraisesti neljän hengen ryhmiä, joissa keskustellaan lauseista ja niiden herättämistä kysymyksistä.

Kolmannessa vaiheessa ryhmä suunnittelee itsestään patsaan, joka ilmentää keskustelun kulkua. Kannusta käyttämään vahvaa ilmaisua ilmeissä, eleissä ja asennoissa.

Lopuksi ryhmät toteuttavat patsaan. Muut katselevat ja kertovat omista havainnoistaan. Patsaan tehnyt ryhmä voi vielä kertoa valmistusprosessista ja tarkentaa näkökulmiaan, jos ryhmänjäsenet haluavat.

6. TEEMME YHDESSÄ ILOISEN JA TURVALLISEN KOULUN

Suomessa jo perinteeksi muodostunut koulurauhan julistaminen lukuvuoden alussa alkoi Väkival-
laton-kampanjan yhteydessä Turussa vuonna 1990. Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Opetushal-
litus haluavat tilaisuudella muistuttaa jokaisen oppilaan oikeudesta paneutua koulutyöhön fyysisesti
ja henkisesti turvallisessa kouluyhteisössä.

Jokainen kouluyhteisön jäsen vaikuttaa koulun arjen sujumiseen. Askeleita tukioppilaiden unelmi-
en koulutiellä ovat mukava käytös, hauskojen juttujen löytäminen arjesta ja syrjityn puolustaminen.

HARJOITUS 1. OLETKO SINÄ?

Tavoite: Saada esille oppilaiden erilaisuuksia ja samanlaisuuksia.

Ohjaaja aloittaa kertomalla (oman nimensä ja) jonkin ominaisuuden itsestään tai kokemuksen, jon-
ka luulee olevan ominaista vain hänelle, esim. "Tulin tänne punaisen auton kyydissä. Tuliko ku-
kaan muu kouluun punaisen auton kyydissä?" Muut vastaavat. Kysely jatkuu kunnes löytyy omi-
naisuus, joka on tyypillistä vain vetäjälle. Seuraava jatkaa: "Söin aamulla kaurapuuroa mansikka-
hillolla. Söikö kukaan muu?" Näin käydään läpi kaikki oppilaat, kunnes jokainen on löytänyt jon-
kin ikioman asian, tekemisen tms.

HARJOITUS 2. SCHOOL IS IN FOREVER

*Tavoite: Tutustua oppilaisiin kouluun liittyvien kokemusten kautta. Opettaja saa myös itselleen
tärkeää tietoa jatkotyöskentelyä varten.*

Harjoituksen vetäjä "piirtää" lattialle kävellen koulun alueen kartan ja sijoittaa sinne maastomerkit
muutamaksi kohteeksi (esim. oma luokka, ruokasali, liikuntasali, piha, terveydenhoitajan huone, opet-
tajanhuone). Oppilaita pyydetään menemään siihen paikkaan

- Missä on kaikkein kivointa olla
- Missä voi liikkua eniten
- Missä on oppinut eniten (mitä on oppinut)
- Missä saa olla rauhassa tai missä ei saa olla rauhassa
- Missä voi rentoutua
- Missä on pelännyt eniten
- Missä voi joutua kiusatuksi
- Missä on ollut iloinen tai surullinen
- Missä on kohdeltu väärin
- Missä voi kuunnella musiikkia
- Mistä voi saada apua tarvitessaan

Jokainen kertoo vuorollaan (nimensä ja) missä on, sekä miksi valitsi juuri sen paikan. Harjoitus
voidaan purkaa ryhmittäin, mikäli monet oppilaista ovat valinneet saman paikan. Aiheen mukaan
purkamista voidaan jatkaa pitemmälle, esimerkiksi keskustella siitä, miksi tietty paikka herättää täl-
laisia ajatuksia ja voiko asialle tehdä jotain?

HARJOITUS 3. LIIKETTÄ JA LÄISKETTÄ

Tavoite: Oppia yhteisön jäsenten nimet.

Hauska nimileikki, jossa jokainen käyttää omaa mielikuvitustaan ja luovuuttaan. Kaikki toimivat vuorollaan leikin ohjaajina – solisteina.

Seistään piirissä. Harjoituksen vetäjä aloittaa sanomalla nimensä (etunimi tai etu- ja sukunimi) ja tekee samalla sen rytmiin sopivan liikkeen käyttäen mitä tahansa kehon osaa (esim. käsien taputus, jalkojen tömistys, edellisten yhdistely, kyykkyhyppy, ympäripyöräily, päännyökytys). Toistetaan yhdessä muutaman kerran. Jokainen keksii vuorollaan oman liikkeen, joka toistetaan. Tämän jälkeen nimet ja liikkeet yhdistetään jatkumoksi (solisti - kaikki - seuraava solisti - kaikki jne.) Hauskuutta saadaan aikaan jatkumon nopeutta varioimalla sekä liikkeiden vaihtelua ja monimutkaisuutta lisäten.

Rytmin kannattaa alussa olla hidas, jotta kaikki pääsevät juoneen mukaan! Huomaa, että liikettä on jollakin jo se, että liikuttaa silmiään.

7. INNOSTUN TEHTÄVISTÄNI

Itsensä likoon laittaminen kuuluu luovuuteen. Itsensä voittamiseen liittyvien harjoitusten tavoitteena on saada ihminen näkemään se, miten palkitsevaa onnistuminen on, ja myös se, ettei epäonnistuminen ole katastrofi. Luottamus siihen, että minulle ei naureta, auttaa voittamaan epäonnistumisen pelon ja luo tilanteen, jossa voin heittäytyä tehtävään ja kokea tekemisen riemua uskalttaessani tehdä jotain mitä en ennen ole tehnyt.

Kuinka moni puhuu tai laulaa mielellään julkisesti? Harvat ilmoittautuvat. Voit pyytää niitä, jotka pelkäävät, ottamaan haasteen vastaan, lukemaan runon tai laulamaan laulun. He, joille puhuminen tai laulaminen ei ole haaste, voivat miettiä, mikä heiltä vaatisi uskaltautumista ja itsensä likoon pakenemista.

Seuraavien tehtävien avulla voimme kehittää luovia kykyjämme ja ylittää itsemme. Harjoitusten tavoitteena on, että turvallisessa ja kannustavassa ilmapiirissä voi heittäytyä tehtävään ja kokea ryhmässä tekemisen iloa.

HARJOITUS 1. RYTMİ

Kerää joukko esineitä, joilla voi pitää ääntä: patoja, pannuja, keppejä, kelloja, pillejä. Näytä halutessasi inspiroiva musiikkivideo. Jakaantukaa pieniin ryhmiin. Luokaa musiikkikappale, joka käyttää hyväkseen rytmiä ja rummutusta. Lopuksi keksikää teokselle nimi ja esittäkää se muille.

HARJOITUS 2. KOLME ESINETTÄ

Kaikki saavat nähdäkseen kolme esinettä. Sen jälkeen jakaannutaan pienryhmiin keksimään tarinaa tai näytelmää, jossa juuri nuo kolme esinettä ovat keskeisellä sijalla.

Muista, että helpointa on keksiä näytelmä kolmesta esineestä, jotka sopivat yhteen. Jos esineet ovat tuoli, kymppi ja avainnippu, ryhmien täytyy käyttää melkoisesti mielikuvitusta saadakseen nivouksi ne samaan tarinaan. Kymppi, lompakko ja bussilippu taas sopivat liian hyvin yhteen – niistä mielikuvitus ei saa liikuntaa!

HARJOITUS 3. VITSIEN KERTOMINEN

Kerro vitsi tai hauska tarina. Kun jokainen on kertonut vitsin, pohtikaa jutun vaikutusta ryhmän tunnelmaan. Vitsin kertominen ja huumori lisäävät uskallusta riskinottoon, luovuuden ydinasenteseen.

8. ELÄMME SAMAN TAIVAAN ALLA

Suomalaisten suhtautumisesta maahanmuuttajiin vuosina 1987-1999 kertoo mm. Magdalena Jaakkolan tutkimus (2000). Tutkimuksen mukaan suhtautuminen maahanmuuttajiin on aiempaa myönteisempää. Suhtautuminen kulttuuriltaan, kieleltään ja ulkonäöltään tuttujen kansallisuusryhmien maahanmuuttoon oli sekä maalla että kaupungeissa myönteisintä. Listan kärjessä olivat norjalaiset, englantilaiset ja tanskalaiset. Listan häntäpäässä taas olivat turkkilaiset, arabit ja somalit. Huolestuttavaa on tässäkin tutkimuksessa saatu tulos 15 - 17 -vuotiaiden poikien kielteisestä suhtautumisesta maahanmuuttajiin; he olivat pakolaisvastaisin ryhmä.

Maahanmuuttajat ovat yksi ryhmä, jossa kohtaamme erilaisuutta. Mutta he ovat todella vain yksi ryhmä. Me kaikki olemme yksilöinä erilaisia, mutta myös samanlaisia. Miten oppisimme kohtaamaan erilaisuuden myönteisenä moninaisuutena?

HARJOITUS 1. ARVOJA JA ASEENTEITA

Tavoite: Kehittää itseilmaisua ja innostaa perustelevaan omia mielipiteitä.

Ohjaaja kirjoittaa oheiset lauseet valmiiksi pienille korteille, ja asettaa ne levälleen pöydälle. Osallistujat saavat valita yhden, johon heillä on selvä mielipide ja josta he haluaisivat kertoa muillekin. Kiireettömässä ilmapiirissä vuorotellen luetaan oma lause ja sille jatkoa ja perusteluita.

- Taistelen sen puolesta, mitä haluan saavuttaa...
- Lopulta asiat aina järjestyvät...
- Pidän melkein kaikista tapaamistani ihmisistä...
- Rohkaisen mielelläni muita...
- Ympäristö, jossa elän, merkitsee minulle paljon...
- Älä anna periksi...
- Ensivaikutelmalla on suuri merkitys...
- Kohtuullisuus kaikessa kannattaa...
- Varovaisuus on minulle tärkeä avu...
- Siltä ihmiseltä olen oppinut paljon...
- Maailman väestönkasvu huolestuttaa minua...
- Todellisia ystäviä ei voi olla monia...
- Ihmisen ei ole hyvä olla yksin...

On hyvä, että kouluissa järjestetään maahanmuuttajien kulttuureja käsitteleviä teemapäiviä, juhlia ja erityisiä suvaitsevaisuushankkeita. Monikulttuurisuutta toteutetaan kuitenkin parhaiten siten, että se on osa koulun arkea. Tämä on mahdollista, kun erilaisuus tunnustetaan. Maahanmuuttajaoppilaiden tulisi saada kokea, että heidän tietonsa ja kokemuksensa ovat arvokkaita. Kun käsitellään maahanmuuttajien kotimaahan, kulttuuriin ja elämäntapaan liittyviä kysymyksiä, voivat maahanmuuttajaoppilaat täydentää koulussa annettavaa opetusta asiantuntemuksellaan, myös muiden luokkien tunneilla vierailen. Edellytyksenä on koulun yleinen ihmistä kunnioittava ja turvallinen ilmapiiri.

HARJOITUS 2. VAPAA KIRJOITTAMINEN UUTISOTSIKOIDEN POHJALTA

Tavoite: Löytää inhimillisyys ja ihmisten samanlaisuus median takaa.

Kokoa runsaasti erilaisia uutisotsikkoja ja liimaa ne yksitellen pahveille. Aidot uutisotsikot vaikuttavat suoraan lasten ja nuorten kirjoittamisen laatuun ja toimivat paremmin kuin ohjaajan laatimat otsikot.

Jokainen voi valita haluamansa otsikon ja kirjoittaa tarinan tai seikkailun tai kuvailla tunteita, joita otsikko hänessä herättää. Johdattelua: "Yritä kuvitella jokin tietty tilanne ja kirjoittaa siitä. Kuvaile tilanteeseen johtaneita tapahtumia: mitä itse tilanteessa tapahtui, mitä tapahtuu seuraavaksi. Voit kirjoittaa muistiin myös muita ajatuksia, joita otsikko toi mieleesi".

Kirjoitusvaiheen jälkeen jaetaan luokka ryhmiin. Jokainen ryhmä saa keskustella otsikosta ja siihen liittyvästä kirjoituksesta. Lapset ja nuoret voivat puhua valitsemiensa otsikoiden herättämistä tunteista. Puretaan työskentely koko luokan kanssa. Miltä tuntui tehdä tämä harjoitus? Miltä minusta tuntui kuunnella muiden kirjoituksia?

HARJOITUS 3. MAINOSPALA

Tavoite: Pohtia mitä suvaitsevaisuus on ja löytää tietoa eri kulttuurien vuorovaikutukseen vaikuttavista käytöstavoista.

Ohjaaja voi näyttää videon, johon on nauhoitettu televisiosta mainoksia. Hän selittää, miten viesti on koostettu, ja osoittaa, miten katsojaa houkutellaan kuvien ja sanojen virran avulla ostamaan tuotetta. Hyvin monet osaavat luultavasti useita mainoksia ulkoa ja pystyvät esittämään tai kertomaan niistä harjoittelematta.

Ryhmät työstävät suvaitsevaisuusmainoksen, joka antaa tietoa eri kulttuureista ja niiden elintavoista. Ryhmät laativat käsikirjoituksen, jonka pohjalta harjoitellaan ja mietitään, toimivatko vaihtoehdot. Pohjalle hankitaan vankkaa faktatietoa – pyritään löytämään joitain uusia raikkaita näkökulmia. Lopuksi mainokset videoidaan, jotta niitä voidaan esittää esim. ruokatunnilla.

9. PYSÄHDYN KUUNTELEMAAN

Filosofian tohtori Hannele Koivunen toteaa kirjassaan Hiljainen tieto (1997), että hiljaisuudessa oleminen on kielitaito. Sen omaksumisesta on hyötyä kohtaamisissa, koska se auttaa kuuntelemaan ja hyväksymään toisen ihmisen yksityisyyttä. Hiljaisuudella ja tauoilla on vuorovaikutuksessa aina oma tärkeä merkityksensä. Ilman toista ei ole toista. Miten voikaan kuunnella ja kuulla, ellei ajoittain ole hiljaa?

Hiljaisuus ja itsensä kuunteleminen on siis paljon enemmän kuin äänettömyyttä tai liikkeen pysähtymistä. Hiljaisuudesta voi tulla väline, jonka avulla ihminen saavuttaa enemmän elämänlaatua ja itsetuntemusta.

HARJOITUS 1. ÄÄNISTÄ TEHTY TARINA

Tavoite: luoda ryhmissä mielikuvia kuuloaistille ja keskittyä kuulemaan.

Äänistä voidaan tehdä tarina. Jakaudutaan sattumanvaraisesti 3-4 hengen ryhmiin, joissa ensimmäiseksi mietitään tapahtumapaikka, miljöö. Sen jälkeen ryhdytään suunnittelemaan, mitä tässä paikassa tapahtuu ja keitä siellä on? Tarina esitetään muille käyttäen vain itsestä ja ympäristöstä syntyviä ääniä, mutta puhua ei saa. Koko muu ryhmä istuu selin esittäjiin ja lopuksi pohditaan mitä tarinassa tapahtui.

HARJOITUS 2. KATSELLAAN SILMÄT KIINNI

Kaikki istuvat piirissä ja sulkevat silmänsä, kun ohjaaja on osoittanut yhtä osallistujista. Tämä osallistuja saa olla silmät auki ja kuvailla jotakuta piirissä olijaa niin tarkasti kuin pystyy; miltä hän näyttää, mitkä ovat hänen fyysiset erityispiirteensä ja yksityiskohtia pukeutumisesta. Yhdessä on sovittu etukäteen, ettei toisista puhuta kielteisesti. Muut kuuntelevat silmät suljettuina ja yrittävät arvata, kenestä on kyse. Kun joku uskoo tietävänsä, kuka on kuvauksen kohde, hän nostaa kätensä, mutta ei avaa silmiään. Ohjaaja antaa merkin, kun ryhmä saa avata silmänsä ja vastaus annetaan. Tämä harjoitus voidaan toistaa pari kolme kertaa kuvailijaa vaihtamalla.

HARJOITUS 3. MIINAKENTTÄ

Tavoite: Oppia kuuntelemaan ja luottamaan toiseen sekä oppia ottamaan vastuu toisesta.

Tyhjä tila täytetään tuoleilla. Osallistujat jaetaan pareiksi. Toisen silmät sidotaan tai hän pitää silmät suljettuina, toinen on ohjaaja. "Sokeat" asettuvat lähtöviivalle, ja ohjaajien täytyy antaa heille sanallisia ohjeita miinakentän turvalliseen ylittämiseen. Kolmesta tuolin hipaisusta täytyy palata alkuun. Yhdellä ohjaajalla voi olla myös useampia sokeita ohjattavanaan.

- Oliko helppoa luottaa toiseen?
- Mikä helpotti/vaikeutti kuuntelemista?
- Millaista oli antaa ohjeita yhdelle tai useammalle?
- Mikä tuntui vaikealta ohjaajana tai ohjattavana?
- Miten arjessa kuunteleminen onnistuu minulta?
- Miten voin auttaa toista?
- Voiko koulussa luottaa koulutoveriin?
- Miten se näkyy?

10. TEEN PARHAANI – SE RIITTÄÄ!

Jokainen tietää varmasti, kuinka sopivan ja merkityksellisen lahjan löytäminen on joskus yllättävän hankalaa. Etsimisen vaiva kuitenkin palkitaan, sillä sekä lahjan antaminen että saaminen saavat mielen iloiseksi. Myös positiivinen ja rakentava palaute tuottaa hyvää mieltä. Palautteen antaminen ja vastaanottaminen ei kuitenkaan aina ole yksinkertaista, joten näitä taitoja on hyvä harjoitella. Positiiviset palautteet tekevät ihmiset iloiseksi myös koulussa!

HARJOITUS 1. OJENNAN SINULLE...

Tavoite: Kokea antamisen ja saamisen iloa sekä keskustella lahjojen merkityksestä.

Ryhmä istuu piirissä. Ohjaaja aloittaa leikin ojentamalla pantomiimisesti vieressä istujalle lahjan, jonkin esineen tai asian, jolla haluaa toveria ilahduttaa. Vastaanotettuaan lahjan saaja voi kertoa, mitä mielestään vastaanotti. Sen jälkeen lahjan saaja jatkaa ojentamalla omalle vierustoverilleen uuden lahjan – juuri hänelle sopivan. Mennään kierros läpi niin, että jokainen saa antaa ja vastaanottaa lahjan.

HARJOITUS 2. PALAUTEPELI

Tavoite: Antaa palautetta omalle luokalle ja kertoa omista kokemuksista olla tämän yhteisön jäsenen.

Palautepelissä tarvitaan yksi tavallinen pelikorttipakka. Korttien selityksiä:

- Punainen merkitsee positiivista
- Musta merkitsee negatiivista
- Numerot kuuteen asti merkitsevät itseä
- Numerot seitsemästä ylöspäin merkitsevät ryhmää

Harjoituksen vetäjä sekoittaa pakan ja asettaa sen kuvapuoli alaspäin piirin keskelle. Ensimmäinen henkilö kääntää päällimmäisen kortin ja kertoo sen pohjalta havaintojaan luokasta tai itsestään. Esimerkiksi risti kolmonen: kerron jonkin asian itsestäni tai olemisestani ryhmässä, jota haluan kehittää. Hertta ässän saatuani kerron luokastani jonkin ominaisuuden, josta olen nauttinut tai tullut iloiseksi.

Peliä pelataan ainakin kierros. On syytä varata aikaa kommenteille ja keskustelulle. Joku voi myös toimia kirjurina, jotta luokka voi myöhemmin palata tähän palautekeskusteluun.

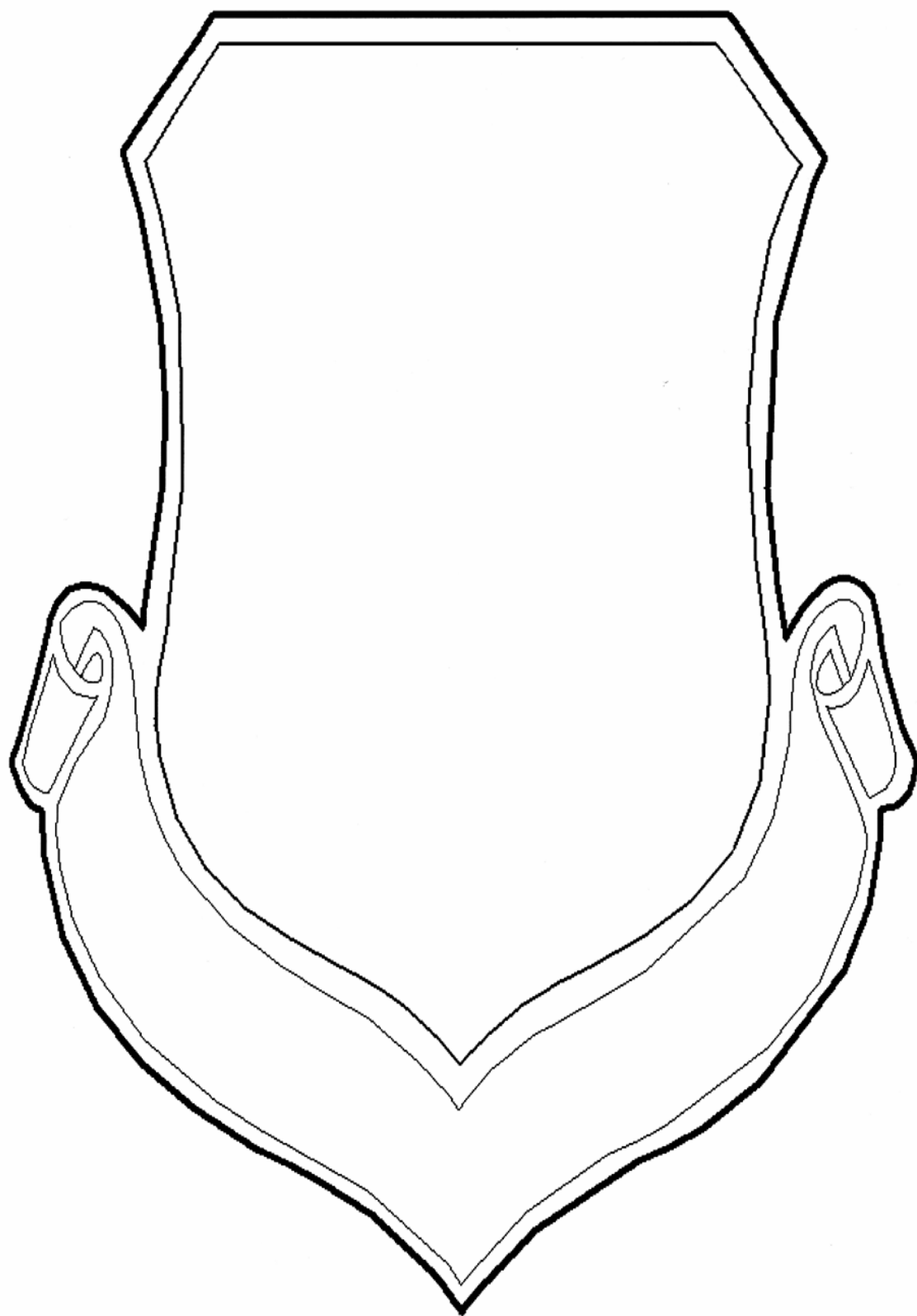
HARJOITUS 3. SYDÄMELLISESTI

Tavoite: Harjoituksen tarkoitus on vahvistaa osallistujien itsetuntoa ja harjoittaa positiivisen palautteen antamista sekä vastaanottamista.

Jokaiselle osallistujalle valmistetaan paksusta paperista tai pahvista sydän. Sydän kiinnitetään puse-ron selkäpuolelle hakaneulalla. Autetaan toinen toisiamme. Jokainen kirjoittaa kunkin osallistujan sydämeen jotakin myönteistä hänestä tai jotain, mitä on häneltä oppinut. Kaikki osallistujat kirjoittavat siis kaikkien sydämiin rehellistä, positiivista palautetta. Kun kaikkiin sydämiin on tullut kirjoitettua, voi istuutua paikalleen ja ottaa oman lapun selästään. Pyydä osallistujia tutustumaan

omaan palautteeseen. Purkuvaiheessa voidaan lukea esimerkiksi "palaute, joka yllätti minut", "palaute, joka on toistunut" ja "palaute, joka teki minut onnelliseksi".

MIELIPIDEVAAKUNA



TEEN PARHAANI

VIKKO:

OLEN ONNISTUNUT TÄLLÄ VIIKOLLA PAREMMIN KUIN AIKAISEMMIN...

MINUA AUTOI TÄLLÄ VIIKOLLA...

MINÄ AUTOIN...

KOLME ASIAA, JOTKA TEIN TÄLLÄ VIIKOLLA HYVIN...

HALUAN SANOA LUOKALLE...

ENSI VIIKOLLA HALUAN...

KUINKA OLLA KOHTELIAS?

VALITSE OIKEA VAIHTOEHTO. APUNASI VOIT KÄYTTÄÄ ERILAISIA KÄYTTÄYTYMISOPPAITA TAI KYSYÄ VANHEMMILTASI.

	Oikein	Väärin
1. Mies ottaa hatun päästä, kun hän tervehtii.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Tervehtiessä nainen ojentaa ensin kätensä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Taksissa on jonkun mentävä kuljettajan viereen etupenkille.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Hammastikkuja saa käyttää milloin vain aterian aikana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Oliiveja saa syödä sormin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jos kirje on avattuna pöydällä, kuka tahansa saa lukea sen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Kahvilan pöydässä saa kammata hiuksiaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Vasenkätiset kätelevät vasemmalla kädellä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Nainen saa tervehtiä istualtaan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Ottimet (veitset, haarukat ja lusikat) käytetään uloimmasta alkaen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

LÄHTEET

- Mikko Aalto & Jyrki Pikkarainen (1994). *R.SYKE toimintakokemus -menetelmät*
- Ofra Ayalon (1995). *SELVIYDYN! -yhteisön tuki ja selviytyminen*
- Bent Falk (1998). *Auttajan peili -hyviä kysymyksiä ja yllättäviä vastauksia auttamistyötä tekeville*
- Helene Gate & Kent Hägglund (1990). *Tehdään teatteria -ideasta valmiiksi esitykseksi*
- Nora Jarasto & Taisto Lehtinen & Katrina Nepponen (1999). *Hiljaa hyvä tulee -levon ja rauhan hetkiä lapsen ja aikuisen elämään*
- Kirsti Koivula (1997). *Värikkäitä virikkeitä -ohjaajan käsikirja*
- Antti Mattila & Raisa Vuohelainen (toim. 1999). *Henkiseen hyvään oloon -suuri suomalainen koti-psykologiakirja*
- Maija Nykänen & Leena Honkanen (1998). *Leija -toiminnallisia harjoituksia peruskouluun*
- Heidi Peltonen (toim. 1994). *Koulu terveyden arvoitusta etsimässä*
- Paul Rooyackers (1994). *Draamaleikkikirja*
- Paul Rooyackers (1995). *Kielileikkikirja*
- Salme Saure (toim. 1990). *Elämän virta -mietteiä*
- Pirkko Talvio (1989). *Moi, mahtuuks mukaan?*
- Kari Uusikylä & Jane Piirto (1999). *Luovuus -taito löytää, rohkeus toteuttaa*