

Hiljainen mielenosoitus

Tarkoitus: Innostaa, nuoria pohtimaan heille merkityksellisiä asioita uudella ja luovalla tavalla.

Tarvikkeet: erilaisia pikku-hahmoja, esim. pääsiäismunista, puutikkuja ja ruskeaa leveää teippiä, sinitarraa.

Työvaiheet:

- Valitse itsellesi mieluinen hahmo
- Kirjoita kylttiin (ruskeasta teipistä ja puutikusta tehty) oma iskulauseesi
- Kiinnitä kyltti valitsemallesi hahmolle sinitarraalla



Toivomuskaivo

Tarkoitus: Taianomainen värivaloilla koristeltu toivomuskaivo on luova tapa kerätä tietoa halutusta teemasta anonyymisti. Sopii erinomaisesti ihan kaikille.

Huomioitavaa: Menetelmä on luontevaa kiinnittää ajankohtaan, jossa ryhmä on juuri muodostunut, ehkä opintojen aloituksessa sekä opiskeluhuvinvoinnin teemaan. Esim. "Mitä toivon tältä ryhmältä" Sopii hyvin myös palautteen keruuseen. "Mitä vien päivästä kotiin?"



Tarvikkeet: Joku ämpäri / kori tms kaivoksi sopiva, siihen värikkäitä huiveja ja värivalot.

Muotoon leikattuja värikkäitä lappuja ja kyniä

Työvaiheet:

1. Laitetaan toivomuskaivo käyntiin (valot päälle)
2. Jos ryhmältä kysytään useampaa asiaa, sovitaan, että mikä lappu on millekin kysymykselle.
3. Laitetaan toiveet toivomuskaivoon, jokainen vastaa yksilöllisesti
4. Yhteinen koonti toiveista. Toiveet luetaan ryhmälle ääneen.



Itsenäistymisen tilkkutäkki

Tarkoitus: Saada nuori pohtimaan itsenäistymistä ja siihen liittyviä tunteita.

Tarvikkeet: Värikkäät taustakartongit, tusseja ja puukyniä, tsemppitarroja, tulostettuja Mahti-korttipakkoja, paperi"tilkkuja"

Työvaiheet:

1. Ryhmiin jako (esim. palapeli-menetelmä), noin 5 hengen ryhmät (max 6-7 ryhmää, huomioidaan materiaaleissa), työskentelyssä vuorottelevat yksin ja ryhmässä mietittävät vaiheet - taustakartongit, liimapuikot, tussit ja puuvärit pöydissä
2. Kirjoita yhteen ruutuun oma nimesi ja väritä/raidoita/piirtele se ruutu, - itsekseen
3. Mitä olet odottanut itsenäistymiseltä? Mitä uutta toivoisit elämääsi itsenäistymisen myötä tulevan? - yhdessä
4. Mikä säilyy itsenäistyessä samanlaisena kuin ennen? - yhdessä
5. Keneltä voit kysyä tukea ja apua? Millaista tukea heiltä toivoisit? - itsekseen (ruutu puoliksi)
6. Mitä tunteita itsenäistyminen herättää? (Jaa Mahti-kortit pöytiin, valitkaa korteista yhdessä 3-5 eri tunnetta ja nimetkää ne) - yhdessä, valitkaa 4-6
7. Millaisia kokemuksia ja asioita tulevaisuudelta odotat? Mitä uutta haluaisit oppia ja kokea? - yhdessä
8. Asetelkaa ja liimatkaa laput "tilkkutäkiksi", täyttäkää jäävä tyhjä tila haluamallanne tavalla (mm. tsemppitarroja) - yhdessä/itseksseen
9. Tuotosten esittely ryhmittäin

Lopetus: Mikä ruutu tilkkutäkeissä saa tulevaisuuden tuntumaan kaikkein toiveikkaimmalta? Kerro oman ryhmän tyypeille!

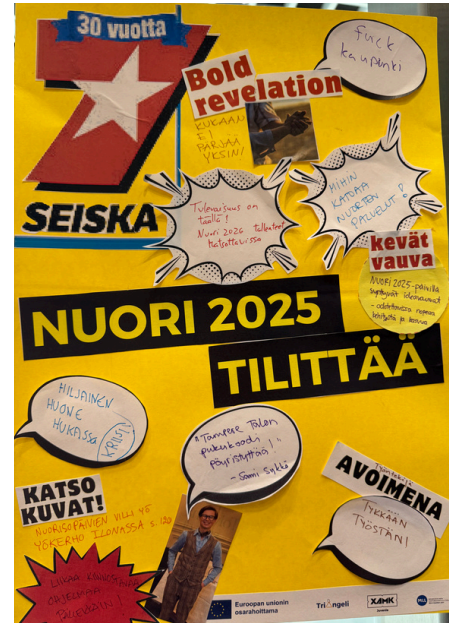


Lööpit

Triangeli-hankkeella on ollut Seiska-päivää -lehdeltä saatu lupa käyttää heidän ilmettä menetelmässä. Menetelmä toimii varmasti myös kuvitteellisen lehden itsetehdyllä ilmeellä.

Tarkoitus: Innostaa revittelemään annetun aiheen ympäriltä. Uusi ja luova tapa irrotella vakavankin teeman äärellä.

Tarvikkeet: Kartonki, mihin on askarreltu lehden kansi mihin lööpit / otsikot tulee. Valmiita puhekuplia, lehtiä mistä voi leikellä kuvia, liimaa, tusseja

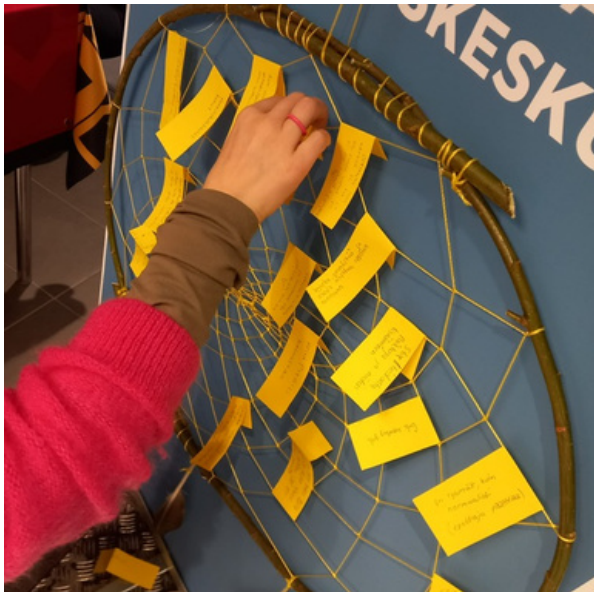
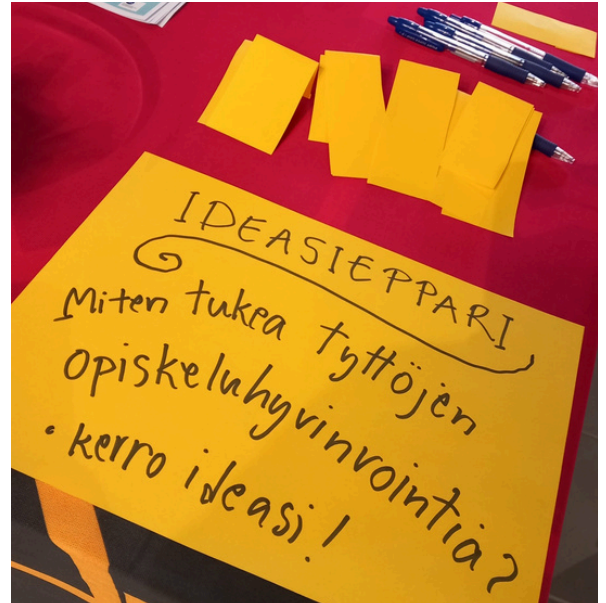


Ideasieppari

Tarkoitus: Luova tapa kerätä tietoa halutusta teemasta anonyymisti. Sopii erinomaisesti ihan kaikille.

Huomioitavaa: Menetelmää on luontevaa käyttää esimerkiksi tapahtumissa missä on paljon väkeä, jokainen kävijä voi käydä jättämässä hänelle sopivassa kohdassa ideansa / ajatuksensa sieppariin.

Tarvikkeet: Pajuista tai muusta taipuvasta materiaalista muotoon taiteltu ympyrä. Kehikon sisään solmitaan narusta unisiepparin kaltainen verkko. Kokonaisuus koristellaan höyhenillä ja helmillä.



Työvaiheet:

1. Ripusetetaan ideasieppari näkyvään paikkaan
2. Kiinnitetään kysymys / asia mihin halutaan vastauksia / ajatuksia näkyvästi ideasiepparin läheisyyteen .
3. Kyniä ja värilappuja

Hyvinvoinnin tekijät

Tarkoitus: Ryhmäytyminen, tutustuminen, vuorovaikutuksen edistäminen, hyvinvoinnin tekijöihin tutustuminen

Huomioitavaa: Menetelmä on luontevaa kiinnittää ajankohtaan, jossa ryhmä on juuri muodostunut, ehkä opintojen aloituksessa sekä opiskeluhuvinvoinnin teemaan. Ohessa, opiskelijat saavat tilaisuuden tutustua toisiinsa yksilöinä ja ryhmänä.

Ryhmäytymisharjoitteita usein toivotaan lukuvuoden läpi jatkuen.

Ohjaajalla / opettajalla on mahdollisuus muokata tehtävä ajankohtaisen teeman mukaan.

Työvaiheet:

1. Leikkaa erillisestä hyvinvoinnin tekijät tiedostosta hyvinvoinnin tekijät erillisiksi lapuiksi. Jos käytät näitä usein kannattaa harkita laminointia.
2. Hyvinvoinnin tekijät isossa kasassa tai ämpärissä tms. TAI PILOTETTUNA mikäli sopiva tila
3. Ohjaaja / opettaja alustaa teeman (motivaatio) ja ohjeistaa menetelmän
4. Opiskelijat valitsevat itselleen sattumanvaraisesti kolme hyvinvoinnin tekijää (tai etsivät piiloista)
5. Opiskelijat lähtevät keskustelemaan muiden kanssa hv tekijöistä, pyrkivät löytämään itselleen mahdollisimman sopivat vaihtamalla muiden kanssa
6. Kun kaikki ovat löytäneet itselleen suunnilleen sopivat, käydään keskustellen läpi jokaisen tekijät. Tämä purku voidaan toteuttaa ryhmän ja käytettävissä olevan ajan mukaan. Esim. Jokainen voi kertoa kaikki tekijät tai vain yhden, tai purku voidaan tehdä pienryhmissä. Ohjaajalla on tässä rooli herätellä / houkutella / innostaa / rajata / jakaa keskustelua



Tuki- ja tajusinko

Sinkoja voi olla monenlaisia. On ollut unisinkoja, hyvinvointisinkoja yms. eli soveltaa voi loputtomiin.

Tarkoitus: Saada nuoret pohtimaan hausalla tavalla heille merkityksellisiä ja tärkeitä aikuisia.

Tuki-singolla ammutaan (koitetaan ampua) niitä aikuisia joilta toivoisi saavansa tukea.

Taju-singolla ammutaan (koitetaan ampua) niihin kohteisiin millaista tukea toivoisi saavansa.



Tarvikkeet: itse tehdyt singot (viemäriputki tms ja jumppakuminauha), sydämen muotoisia lappuja, missä on läheisiä kuten, äiti, isä, mummo, veli, poika-/ tyttöystävä, kummi jne. Pileven muotoisia lappuja missä lukee erilaisia tuen muotoja kuten, yhteinen aika, kuuntelu, ymmärrystä, jne...





MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Järvi-Suomen piiri



**Euroopan unionin
osarahoittama**

Tri[△]ngeli



Juvenia

Vahvuuskortit nuorten läheisille

Kortit perustuvat nuorten läheisten itselleen valitsemiin vahvuuksiin Triangelihankkeen aikana 2023–2025 järjestetyissä läheisten illoissa, useissa Etelä-Savon toisen asteen oppilaitoksissa.

Läheisen vahvuuskortit perustuvat nuorten läheisten tarpeeseen kohdata muita nuorten elämässä olevia merkityksellisiä aikuisia vertaistuellisen keskustelun merkeissä.

Kortit tuovat tähän hauskan ja toiminnallisen mahdollisuuden pohdiskella myönteisessä viireessä ja vahvuuksia esiin houkutellen.

Mukavia keskusteluhetkiä!

*Kuvitukset: Jalo Vihavainen
Taitto: Lotta Nurmi*

Ohje

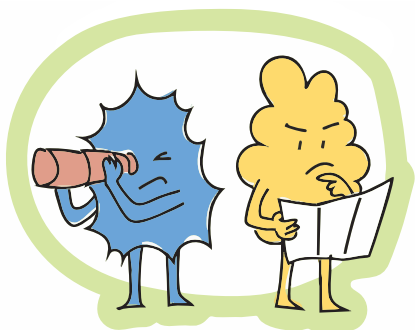
Kortit on tarkoitettu myönteisen vuorovaikutuksen tueksi moninaisissa tilanteissa. Kortteja voi käyttää vanhempien ja muiden nuorten läheisten sekä oppilaistoksen henkilöstön ja muiden ammattilaisten välisissä kohtaamisissa.

Kortit sisältävät lempeitä kysymyksiä, jotka herättelevät pohtimaan omaa roolia nuoren tukena. Kortteja voi käyttää joustavasti yksilö- ja ryhmäkeskusteluissa sekä tapahtumissa.

Osallistuja voi valita itselleen (tai toiselle) kortin, joka kuvastaa tunnistettua tai toivottua vahvuutta ja käydään keskustelua valituista vahvuuksista. Kortteja voi myös nostaa sattumanvaraisesti, jolloin keskustelu rakentuu esiin nousevien vahvuuksien ympärille.

Korttien tavoitteena on vahvistaa myönteistä käsitystä itsestään vanhempana tai läheisenä.

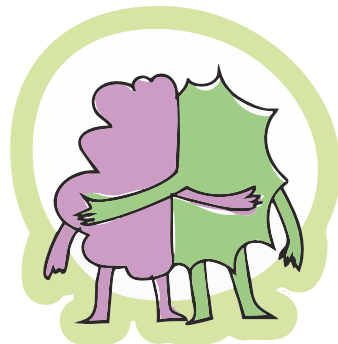
toiveikas



Miten huolehdit, että nuoren edessä näkyy toiveikas tulevaisuus?

Mikä auttaa sinua pysymään toiveikkaana nuoren rinnalla haastavissa tilanteissa tai vaikeina aikoina?

myötätuntoinen

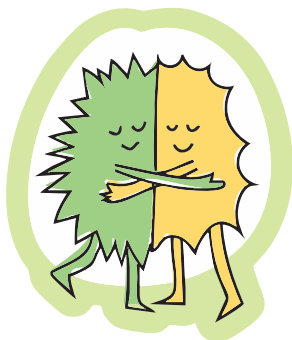


Miten nuori tunnistaa, että olet läsnä tilanteessa?

Miten myötätunto näkyy sinun tavassa olla nuoren rinnalla?

Miten lohdutat nuorta?

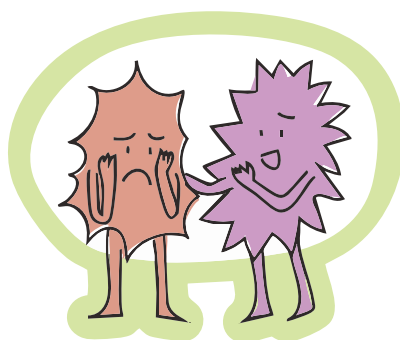
hyväntahtoinen



Milloin olet huomannut
hyväntahtoisuuden
vahvistavan suhdetta?

Mitä hyväntahtoisuus tarkoittaa
sinulle kohtaamisessa?

läsnäoleva

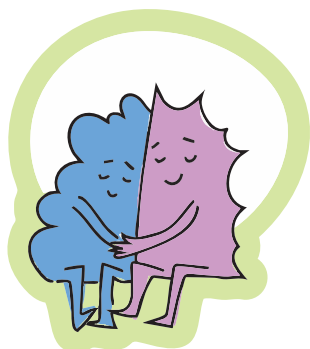


Milloin sinulle on helppoa olla läsnä?

Kuinka viestit ilmeilläsi ja
kehollasi olevasi läsnä?

Millaiset asiat auttavat sinua
olemaan kohtaamisissa läsnä?

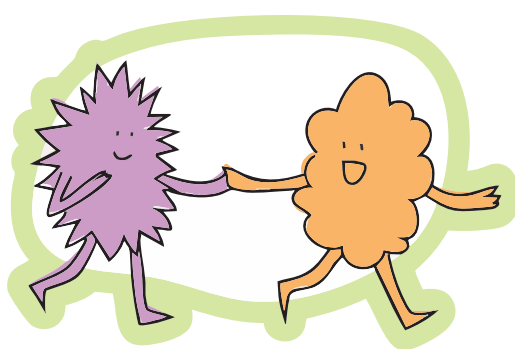
rakastava



Kuinka tämä näkyy toiminnassasi
ihan tavallisena päivänä?

Miten haluat osoittaa
välittämistäsi arjessa?

luotettava

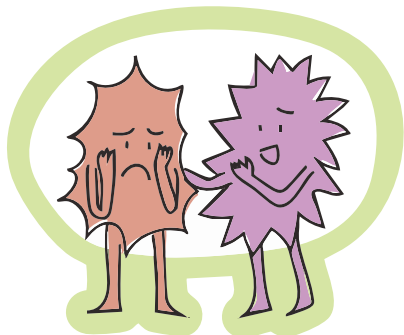


Mitkä asiat auttavat sinua luottamaan?

Mitkä asiat auttavat toisia
luottamaan sinuun?

Millaisissa tilanteissa koet
luottamuksen erityisen tärkeäksi?

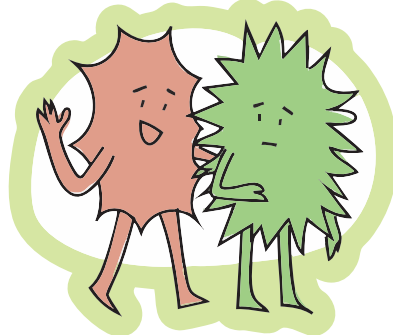
turvallinen



Miten aikuinen voi vahvistaa nuoren kokemusta siitä, että hän on turvassa?

Pystyykö nuori puhumaan sinulle myös niistä asioista, joista ette ole samaa mieltä?

hyväksyvä

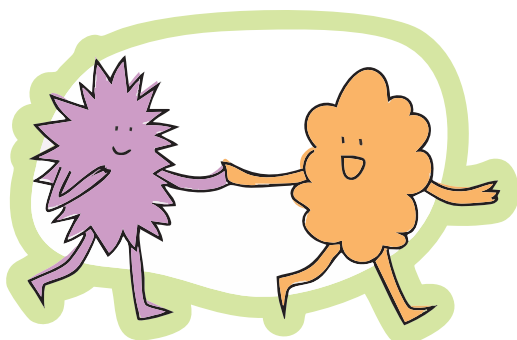


Miten voit viestiä toiselle, että hän on arvokas ja kelpaa sellaisenaan?

Millaisissa tilanteissa olet nähnyt nuoren kokevan hyväksyntää?

Miten voit osoittaa nuorelle, että hyväksyt erilaisuutta ja monenlaisia näkemyksiä?

huumorintajuinen

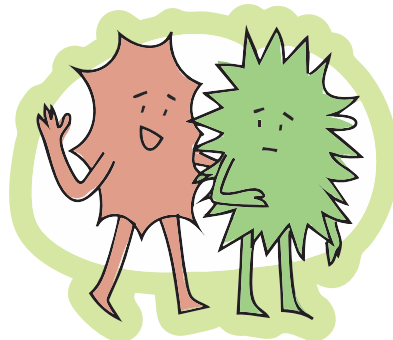


Milloin huumori on auttanut sinua lähentymään toisen kanssa?

Miten huumori voi keventää vaikeita tilanteita elämässä?

Millainen huumori tuntuu sinusta hyväksyvältä ja yhteyttä vahvistavalta?

huolehtivainen



Miten voit osoittaa, että välität ja pidät huolta?

Miten huolehtivaisuus näkyy arjen pienissä teoissa?

herkkä



Miten herkkyyks auttaa sinua huomioimaan muiden tunteita ja tarpeita?

Millaisissa tilanteissa herkkyyks on vahvuus kohtaamisessa?

Kuinka voit näyttää toiselle, että olet aidosti läsnä hänen tunteilleen?

myönteinen



Kuinka voit arjen kohtaamisissa välittää toivoa ja rohkaisua?

Miten voit vahvistaa nuoren myönteisiä kokemuksia arjessa?

Millaiset pienet teot tai sanat tuovat nuorelle iloa ja kannustusta?

oikeudenmukainen

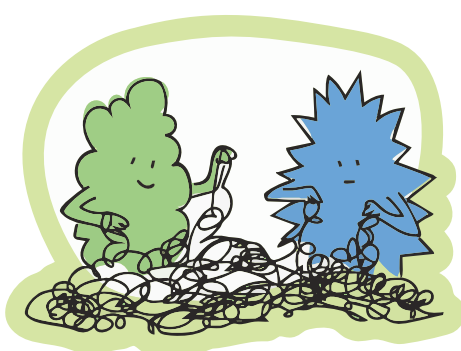


Milloin oikeudenmukaisuuttasi tarvitaan?

Millaisissa tilanteissa oikeudenmukaisuus on erityisen tärkeää?

Miten osoitat oikeudenmukaisuuttasi?

ratkaisukeskeinen



Mikä saa sinut säilyttämään suuntautumisen myönteisyyteen haastavissa tilanteissa?

Kuinka asetutaan samalle puolelle?

Kuinka etsitään ratkaisuja nuorta kuunnellen ja yhdessä nuoren kanssa?

luottavainen

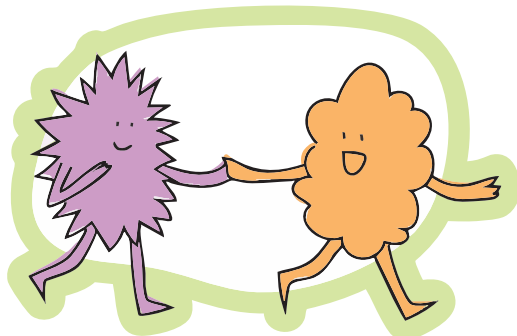


Mikä vahvistaa luottamuksen tunnetta itseen, nuoreen tai elämään?

Tuleeko mieleesi jokin haastava tilanne, milloin säilytit luottavaisuutesi?

Kuinka osoitan nuorelle luottamukseni häneen?

avulias

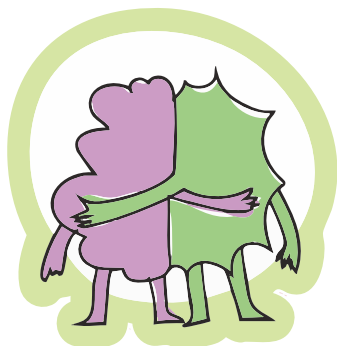


Millaisissa asioissa autat nuorta tai läheistä erityisen mielelläsi?

Meneekö avuliaisuutesi joskus liialliseksi?

Mikä motivoi sinua auttamaan?

kunnioittava

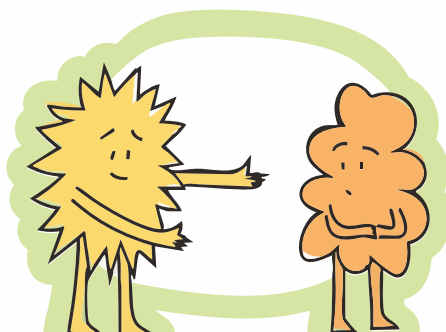


Millaisissa tilanteissa kunnioitusta tarvitaan?

Milloin nuoren kunnioittaminen on vaikeaa?

Miten nuori näkee, että kunnioitat häntä?

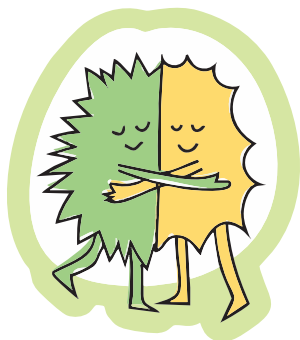
empaattinen



Millaisissa tilanteissa empatia on auttanut sinua tukemaan toista?

Kuinka empatia voi vahvistaa kokemusta kuulluksi tulemisesta?

ystävällinen



Kuinka osoitat ystävällisyyttä muille?

Odotatko vastavuoroista ystävällisyyttä?

Keneltä olet omaksunut ystävällisyyttä?

kiireetön



Mitä kiireettömyys tuo sinun ja nuoren kohtaamiseen?

Miten säilytät kiireettömyytesi?

Millaisissa tilanteissa kiireettömyydestä on hyötyä nuoren kanssa?

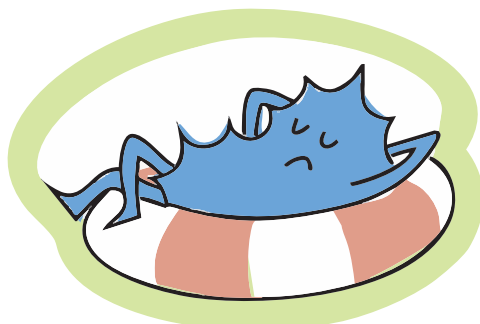
lämmihenkinen



Miten lämmihenkisyyys on vahvistanut suhdetta nuoreen?

Miten voi osoittaa nuorelle välittämistä arjen tilanteissa?

rento



Miten rento suhtautuminen voi helpottaa nuoren ja aikuisen välistä vuorovaikutusta?

Millaisissa tilanteissa olet huomannut rennon ilmapiirin tukevan nuorta?

aito

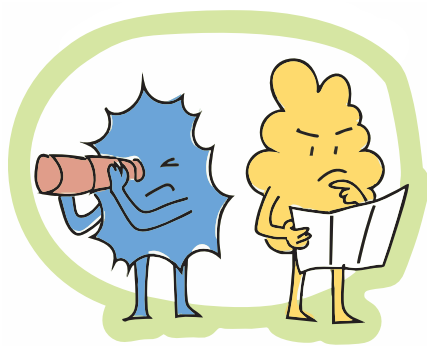


Millainen merkitys aitoudella on nuoren kohtaamisessa?

Aiheuttaako aitous joskus erilaisuuden kokemusta?

Mitä aitous sinulle tarkoittaa?

tavoitteellinen

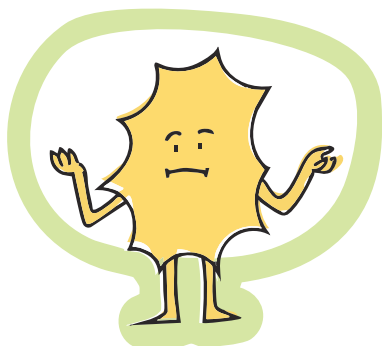


Ovatko omat ja nuoresi tavoitteet joskus ristiriidassa?

Kuinka tunnistat nuoresi tavoitteita?

Kuinka tuet nuorta hänen tavoitteissaan?

oivaltava

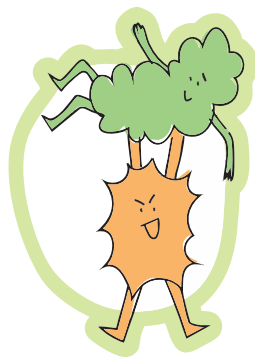


Miten oivaltavuutesi näkyy arjessasi?

Kenen seura saa sinut oivaltamaan?

Kuinka vahvuutesi auttaa sinua nuoren läheisenä?

toiminnallinen

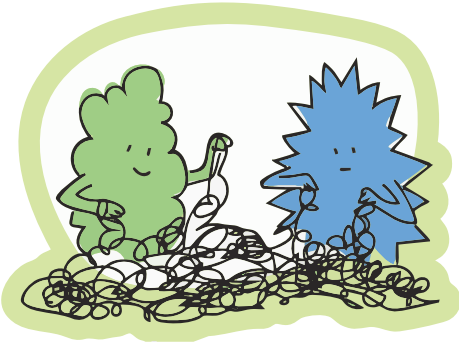


Miten toiminnallisuus näkyy arjessasi?

Onko yhteinen tekeminen vahvistanut suhdettasi nuoreen?

Mitä yhteistä tehdessä aika kuluu kuin siivillä?

kärsivällinen

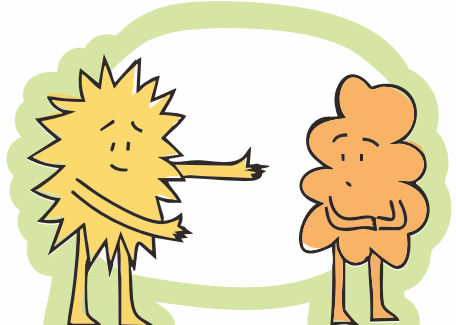


Miten nuoresi hyötty vahvuudestasi?

Missä kohtaa päivässä kärsivällisyyttäsi tarvitaan eniten?

Miten toimit silloin, kun muut eivät ole kärsivällisiä?

sinnikäs

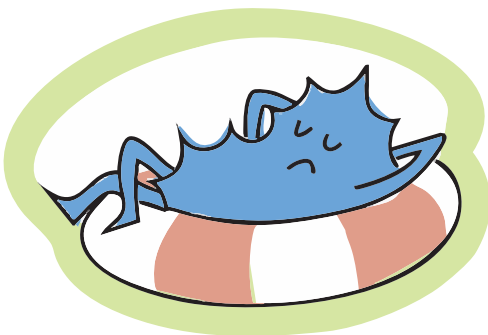


Miten sinnikkyys näkyy arjessa nuoren kanssa?

Oletko ollut sinnikäs lapsesta asti?

Onko sinnikyydestä hyötyä nuoren kanssa?

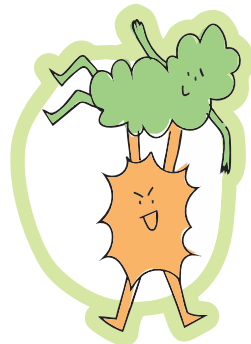
maltillinen



Milloin olet huomannut maltillisen suhtautumisen auttavan?

Kuinka voit osoittaa nuorelle, että pysyt hänen rinnallaan myös vaikeina hetkinä?

kannustava



Huomaatko milloin nuori tarvitsee kannustamista?

Millaisissa tilanteissa kannustus on auttanut nuorta eteenpäin?

Miten rohkaiset nuorta uskomaan omiin kykyihinsä?