

Toivomuskaivo

Tavoite

Tehdä jokaisen perheenjäsenen unelmat näkyviksi ja kuulluiksi

Tarvikkeet

Paperia, kyniä, sakset, ämpäri/kulho/lasipurkki, lisäksi voi olla kankaita, valoja, koristeita, askartelutarvikkeita

Kesto

Sopikaa toivomuskaivon rakentamiselle yhteinen ajankohta sekä toiveiden lukemiselle oma hetkensä.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Järvi-Suomen piiri



Unelmointi on tärkeää. Se antaa elämälle suuntaa ja merkitystä, jolloin tulevaisuus voi näyttää toiveikkaammalta. Ajan viettäminen unelmoiden voi lisätä hyvinvointia, vähentää stressiä sekä vahvistaa motivaatiota. Tavoitteita asettamalla unelmia voi toteuttaa pienin askelin. Luovuutta ja itsensä tuntemista voi kasvattaa säännöllisellä unelmoinnilla.

Unelmoidessa voimme ilmaista vapaasti omia toiveitamme ja tarpeitamme. Perheessä jokainen tekee kompromisseja omien tarpeiden ja halujen osalta. On hyvä ottaa koko perheen yhteistä aikaa ja pysähtyä hetkeksi kuulemaan toisten toiveita. Samalla saa mahdollisuuden sanoittaa omiansa.

Toivomuskaivo – hetki unelmille arjen keskellä

Toivomuskaivo muistuttaa, että unelmointi on tärkeää. Toivomuskaivo on paikka unelmille, pienille tai suurille haaveille. Voit antaa tilaa hiljaisille ajatuksille, joita et ehkä muuten sanoisi ääneen. Joskus jo pelkkä toivominen voi olla ensimmäinen askel kohti jotakin uutta ja ihmeellistä. Kun toive kirjoitetaan paperille, se saa muodon ja merkityksen. Jokainen toive, olipa se pieni tai suuri, on arvokas ja ansaitsee tulla kuulluksi!

Rakentakaa toivomuskaivo yhdessä perheen kanssa. Voitte tehdä siitä teidän perheen näköisen: pieni purkki, koristeltu ämpäri tai tyhjistä roskakorista askarreltu lumoava kaivo kankaiseen ja valoiseen. Kaivon ulkomuotoa tärkeämpää on heittäytyä unelmoimaan ja pysähtyä pohtimaan omia toiveitanne. Varatkaa kaivon viereen kyniä ja pieniä paperilappuja toiveita varten. Laput voi halutesaan koristella tai leikata kivaan muotoon.

Yhdelle lapulle sopii yksi toive. Toivomuskaivoon jätettävien toiveiden on hyvä olla aineettomia. Haave tulevaisuudesta, lämmin ajatus jollekulle tai oma salainen unelmasi. Toivomus voi olla sinulle itsellesi, läheisellesi, maailmalle tai vaikkapa jollekin, jota et ole vielä tavannut. Toive voi olla arjessa helppo toteuttaa tai sellainen, johon ei heti ole toteutusratkaisua, tai toive, johon ei voi itse vaikuttaa.



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Järvi-Suomen piiri

Tehtävä on osa Tuu mun kaveriksi -hankkeen verkkotehtäviä

Kun kaivo on valmis, on hyvä sopia toivomuskaivon käytöstä. Sopikaa, miten toiveet kaivoon laitetaan ja milloin niitä luetaan toisille. Kokoonnutteko yhden kerran kaikki toivomuskaivon äärelle? Onko toivomuskaivo koko ajan kotona näkyvillä, jolloin jokainen voi käydä tiputtamassa oman toiveensa kaivoon mieleen juolahtaessa? Otatteko toivomuskaivon esille säännöllisesti, esim. kerran kuussa? Toiveiden on tarkoitus tulla kuulluiksi lukemalla ne yhdessä ääneen. Toiveista on tärkeää myös keskustella yhdessä.

Kaivo voi rakentua vaikkapa näin:

