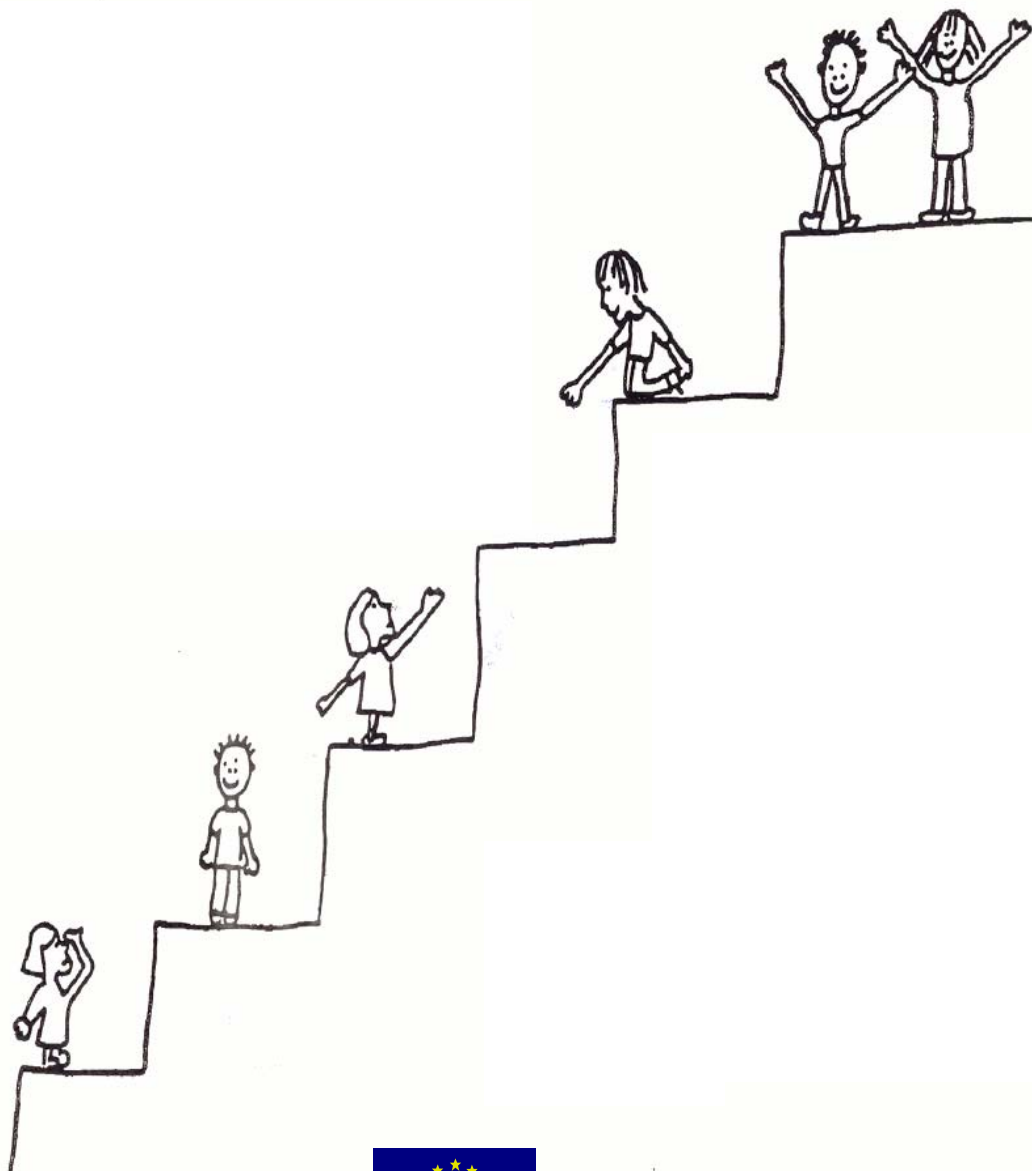


Toimitaan yhdessä!

NUORTEN OSALLISTAVA KOULUTUS



SISÄLLYS

I Alkusanat	1
II Nuorten osallistavan koulutuksen taustaa	3
Mitä nuorten osallistaminen tarkoittaa?.....	3
Mikä on ohjaajan rooli osallistavassa koulutuksessa?.....	6
Miten ohjaaja voi saada itselleen tukea?.....	8
Miten koulutus liittyy ehkäisevään päihdetyöhön?.....	8
Lähteitä ja lisätietoja.....	10
III Koulutuksen rakenne	11
ENSIMMÄINEN KOULUTUSKERTA.....	13
1 Aloitusharjoitukset.....	13
1.1 Tunnelman luominen.....	13
1.2 Nimien opettelu.....	14
1.3 Tutustuminen.....	14
1.4 Ryhmytyminen.....	16
2 Taustaselvitykset.....	18
3 Sääntöjen tekeminen.....	19
4 Lähiympäristön kartoittaminen.....	21
4.1 Arvot ja valinnat.....	21
4.2 Oma lähiympäristö.....	24
5 Tiedonkeruuta.....	26
6 Toiminnan suunnittelu.....	27
7 Ensimmäisen koulutuskerran päätös.....	30
VÄLITEHTÄVÄ.....	31
TOINEN KOULUTUSKERTA.....	32
8 Aloitusharjoitukset.....	32
9 Välitehtävien esittely.....	33
10 Ideoiden kehittäminen eteenpäin.....	34
11 Arviointi.....	36
12 Palaute.....	38
13 Koulutuksen päättäminen.....	40
VÄLIHARJOITUKSET.....	41
Piristysleikit.....	41
Rauhoittavat leikit.....	43
Liitteet	44
Yhteystiedot	46

I ALKUSANAT

Tämä aineisto on tarkoitettu tukioppilasohjaajalle, opettajalle, nuorisotyöntekijälle tai muulle aikuiselle, joka toimii nuorten ohjaajana. Tarkoituksenamme on tarjota tukioppilasohjaajalle helposti toteutettava, valmis materiaalipaketti tukioppilastoiminnan tueksi, innoitukseksi ja inspiraation lähteeksi. Aineisto sisältää koulutusohjelman, jonka avulla nuoria voidaan innostaa ja aktivoida vaikuttamaan oman lähiyhteisönsä hyvinvointiin.

Nuorten osallistava koulutusmalli on Mannerheimin Lastensuojeluliiton suunnittelema. Koulutusta kokeiltiin osana tukioppilastoimintaa ensimmäisen kerran MLL:n Tunti lapselle -kampanjassa vuonna 2001 ja sen kehittäely jatkui Euroopan Komission rahoittamassa ASK-projektissa vuonna 2002. Koulutusmallin kehittämisessä ovat olleet mukana Mannerheimin Lastensuojeluliiton asiantuntijat ja kouluttaja, joukko tukioppilasohjaajia eri puolilta Suomea sekä ASK-projektin puitteissa espanjalainen AID-järjestö ja kreikkalainen Protasi-järjestö. Yhteistyökumppaneiden yhteystiedot löytyvät materiaalin lopusta.

Mikä on Nuorten osallistavan koulutuksen tarkoitus?

Nuorten osallistavan koulutuksen tavoitteena on aktivoida nuoret miettimään, miten he voivat vaikuttaa lähiympäristöönsä ja lisätä sen hyvinvointia. Koulutuksen aikana nuoret myös toteuttavat ideansa käytännössä.

Koulutus on kehitetty ennaltaehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. Koulutuksen idea lähti liikkeelle, kun mietittiin miten nuoret itse voisivat vaikuttaa ystäväpiirinsä alkoholinkäyttöön tai huumekekeiluihin. Tutkimusten mukaan nuorten päihdekekeiluja ehkäistään parhaiten tukemalla nuorten ja heidän ympäristönsä hyvinvointia ja vahvistamalla niitä tekijöitä, jotka suojaavat nuoria varhaisilta päihdekokemuksilta. Koulutuksen sisältöä onkin painotettu hyvinvointia edistävään ja suojaavia tekijöitä tukevaan suuntaan tietopohjaisen valistuksen sijaan. Koulutuksessa nuoret itse ideoivat päihteidenkäytölle vaihtoehtoista toimintaa tai pyrkivät vaikuttamaan lähiympäristönsä päihteettömyyteen. Lisäksi koulutuksessa käytettävät harjoitukset tukevat yksittäisen nuoren tervettä kasvua ja itsetunnon vahvistumista, kehittävät sosiaalisia taitoja ja päätöksentekotaitoja sekä vahvistavat nuoren sosiaalista turvaverkkoa. Koulutuksessa opitaan myös projektityön perusteita; opittuja tietoja ja työtapoja nuoret voivat hyödyntää muussakin koulutyössä.

Miten koulutus toteutetaan?

Koulutus on suunniteltu toteutettavaksi tukioppilaiden jatkokoulutusohjelmana. Koulutus koostuu kahdesta erillisestä koulutuskerrasta, joiden välillä nuoret työstävät välitehtävän. Välitehtävä on nuorten itsensä ideoima, ja sen toteuttaminen voi jatkua koulutuksen jälkeenkin. Jos tehtävä on esimerkiksi nettisivuston toteuttaminen tai koulun pihan kunnostus, tekemistä riittää useiksi viikoiksi tai jopa kuukausiksi. Tällöin myös vaikutukset ovat pitkäkestoisempia. Koulutuksen kautta voidaan siis halutessa saada tekemistä tukioppilas-toimintaan koko lukuvuodeksi.

Koulutuksen ensimmäisen vaiheen voi toteuttaa joko yhden työpäivän mittaisena kokonaisuutena, viikonloppuleirinä tai useana lyhyenä koulutuksena esimerkiksi tukioppilaiden tapaamiskerroilla. Ensimmäisen vaiheen jälkeen nuoret tekevät välitehtävän, ja toisessa vaiheessa eli toisella koulutuskerralla välitehtävien ideat kootaan yhteen ja mietitään yhdessä miten jatketaan eteenpäin.

Mikä on tämän aineiston tarkoitus?

Tässä aineistossa esitellään Nuorten osallistavan koulutuksen malli ja esimerkkejä erilaisista harjoituksista. Voit toteuttaa koko koulutusrunгон sellaisenaan, tai poimia aineistosta yksittäisiä harjoituksia, tiettyjä osioita tai vain toimintavinkkejä omaan työhösi.

Keskeistä Nuorten osallistavassa koulutuksessa on osallistava työote. Osallistaminen on nuorisotyön menetelmä, jonka avulla pyritään saamaan kohderyhmän tieto mahdollisimman hyvin hyödynnettyä. Lisäksi osallistavien menetelmien käyttäminen auttaa motivoimaan ja sitouttamaan nuoret paremmin toimintaan. Osallistamisesta löytyy lisätietoa tämän materiaalin osasta II.

Osassa III on esitelty koulutuksen runko ja joukko harjoituksia, joita koulutuksessa voidaan käyttää. Kaikkia tässä materiaalissa esiteltyjä harjoituksia ei ole tarkoitus toteuttaa yhdessä koulutuksessa, vaan voit vapaasti valita materiaalista ne harjoitukset, joiden uskot toimivan parhaiten omassa tukioppilasryhmässäsi. Voit myös käyttää muita harjoituksia tässä esitettyjen sijaan. Koulutusta ei myöskään ole pakko toteuttaa kokonaisuudessaan, vaan voit poimia siitä vain ne osiot, jotka tuntuvat sopivilta omaan toimintaasi.

Mikäli Sinulla on kysyttävää koulutuksesta, voit ottaa yhteyttä Mannerheimin Lastensuojeluliiton keskustoimistoon tai pyytää vinkkejä mukana olleilta ohjaajilta. Apua koulutuksen järjestämiseen saat MLL:n keskustoimistosta tai piiritoimistoista. Piiritoimistojen yhteystiedot löytyvät MLL:n nettisivuilta www.mll.fi.

II NUORTEN OSALLISTAVAN KOULUTUKSEN TAUSTAA

Nuorten osallistavan koulutuksen punaisena lankana on nuorten omaehtoinen toiminta ja vaikuttaminen. Koulutuksen idea syntyi, kun mietittiin uusia keinoja puuttua nuorten pahoinvointiin, päihteidenkäyttöön ja muihin ongelmiin: Mitä jos kysyttäisiin kerrankin nuorilta itseltään mistä päihteidenkäyttö johtuu tai miksi nuoret voivat huonosti – ja annettaisiin heidän itsensä kertoa, mitä asioiden hyväksi voisi tehdä? Koulutuksen tarkoituksena on myös antaa nuorille mahdollisuus toteuttaa ideoitaan ja tukea heidän itsenäistä toimintaansa. *Osallistaminen* on keino saada nuoret innostumaan asiasta ja kehittämään ideoita konkreettiseksi toiminnaksi.

Mitä nuorten osallistaminen tarkoittaa?

Yleensä kun toimitaan nuorten kanssa, niin nuorisotoiminnassa kuin perinteisessä koulutyössä, aikuinen antaa nuorelle tehtävän ja määrittelee ne keinot ja menetelmät, joita tehtävän suorittamiseksi on käytettävä. Nuoret toteuttavat tehtävän annettujen ohjeiden mukaisesti. Nuorten motivaatio ja toiminnan tulokset riippuvat siitä, miten kiinnostavana he tehtävää pitävät.

Osallistavat menetelmät lähtevät liikkeelle siitä, että nuoret saavat itse suunnitella toimintaa sekä valita keinot ja menetelmät, joita he käyttävät. Osallistaminen käyttää hyväksi ryhmän asiantuntemusta niissä asioissa, jotka koskevat heidän omaa elinpiiriään ja kokemuksiaan. Koska nuoret ovat oman ympäristönsä asiantuntijoita, he pystyvät näkemään sellaisia vaikuttamiskeinoja ja -tapoja, joita ulkopuoliset, kuten aikuiset, eivät tule ajatelleeksi. Nuoret voivat myös toteuttaa ja viedä eteenpäin muutoksia ympäristöönsä luontevammin kuin ulkopuoliset. Osallistamisen perusideana on siis luottamus yksilön ja ryhmän kykyyn vaikuttaa omaan elinympäristöönsä.

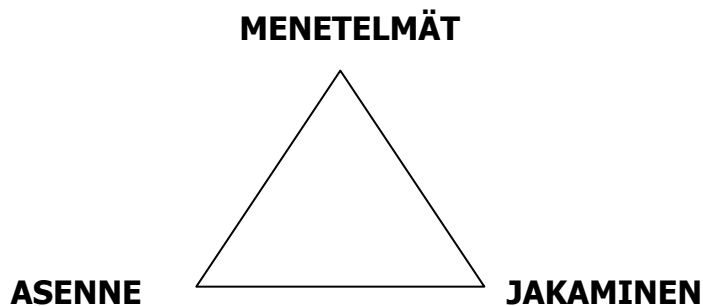
Osallistavat menetelmät ovat syntyneet kehitysyhteistyössä, kun on etsitty keinoja rakentaa kehitysmaiden hyvinvointipolitiikkaa ja lisätä paikallisten asukkaiden vaikutusmahdollisuuksia. Myöhemmin nämä menetelmät ovat levinneet ympäri maailmaa eri aloille, myös nuorisotyöhön. Empowerment eli voimaistaminen on käsitteenä hyvin lähellä osallistamista. Kolmas lähellä oleva käsite on sosiokulttuurinen innostaminen. Näille kaikille on keskeistä demokratian toteutuminen toiminnassa.

Nuorten osallistavassa koulutuksessa nuoret otetaan mukaan toiminnan suunnitteluun ja tavoitteiden asettamiseen. Kun nuoret saavat olla mukana miettimässä toimintakeinoja ja toteutustapoja, heidän motivaationsa on korkeampi ja toiminnan tulokset paranevat. Nuorten sitoutuminen kasvaa ja he kokevat asiat enemmän omikseen, koska he saavat todellista vastuuta ja ovat vaikuttamassa asioiden toteuttamiseen.

Vaikka osallistavassa koulutuksessa päätösvalta annetaan nuorille, se ei kuitenkaan tarkoita, että nuorten tulisi saada päättää kaikesta itsenäisesti. Nuoret tarvitsevat aikuisen tukea ja ohjausta niin ideoimisessa kuin ideoiden toteuttamisessa. Nuorten asiantuntemusta tulee kunnioittaa, mutta aikuinen kantaa lopullisen vastuun toiminnan toteutumisesta. Aikuinen on mahdollistaja, käynnistäjä, myötävaikuttaja ja ryhmän näkökulmien esille houkuttelija.

Osallistaminen etuna muihin koulutusmenetelmiin verrattuna on se, että oppiminen tapahtuu osana käytännön toimintaa. Opittua sovelletaan heti käytäntöön, se ei jää vain teoreettiselle tasolle. Näin myös ne oppilaat, jotka eivät menesty perinteisessä kouluopetuksessa, voivat innostua ja saada onnistumisen kokemuksia.

Osallistavat menetelmät perustuvat kolmeen periaatteeseen:



Asenne tarkoittaa erityisesti ohjaajan asennetta ohjattaviaan kohtaan. Jotta ryhmällä olisi mahdollisuuksia tehdä omia suunnitelmia ja hyödyntää omia voimavarojaan, on ohjaajan ikään kuin astuttava "askel taaksepäin" ja annettava ryhmän omille ideoille tilaa. Tämä periaate on lähimpänä empowerment-käsitettä: ohjaaja voimaannuttaa nuoria jakamalla heille valtaansa ja antamalla heille vaikutusmahdollisuuksia.

Perinteinen opettaja on autoritäärinen ohjaaja: hän antaa tarkat ohjeet toiminnalle, valvoo, että suoritus on ohjeiden mukainen ja johtaa toimintaa tiettyyn tavoitteeseen tai tulokseen. Osallistavia menetelmiä käyttävä ohjaaja ei voi olla yksin päättää asioista suunnitelmia tehtäessä ja toimintamalleja valittaessa. Ohjaajan on luovuttava osasta määräysvaltaansa, jotta hän voi antaa ryhmälle lisää valtaa ja mahdollisuuksia toteuttaa itseään.

Määräysvallasta luopuminen ei tarkoita sitä, että ryhmän tulisi antaa tehdä mitä vain. Ohjaajalla on edelleen vastuu koulutuksen onnistumisesta, joten hänen on löydettävä tasapaino koulutuksen tavoitteiden asettelun ja ryhmän osaamisen ja ideoiden väliltä. Ohjaajan rooli on erilaisissa ryhmissä erilainen ja voi samassakin ryhmässä muuttua ajan myötä kun ryhmä kehittyy ja sen tehtävä selvenee.

Esimerkki: Ohjaaja määrittelee harjoituksen tavoitteen, mutta antaa ryhmän tuottaa ideoita ja päättää siitä, miten tavoitteeseen päästäisiin parhaiten.

Jakaminen on tasavertaisuutta kaikkien osallistujien kesken. Tiedot, kokemukset ja resurssit pyritään jakamaan tasapuolisesti ja ohjaajan tehtävänä on tukea ja auttaa niiden osallistujien voimaantumisessa, jotka ovat muihin nähden marginaalisessa asemassa, poikkeavia tai syrjäytyneitä. Ohjaajan tulisi välttää oman tietonsa pitämistä ja opettamista ainoana totuutena, vaan ryhmässä annetaan painoa myös nuorten välittämälle tiedolle. Kaikilla on yhtäläiset mahdollisuudet ja oikeudet tuottaa tietoa ja eri näkökulmat koetaan rikkautena. Erilaisuus toimii siis yhtenä voimavarana, ei jarruna. Jaettu tieto ei ole ainoastaan kaikkien osallistujien tuottamaa, vaan se on myös kaikkien tavoitettavissa.

Tiedon jakamisen tavoitteena on saada mahdollisimman laaja-alainen kuva käsiteltävästä asiasta, jotta ymmärretään eri tahojen toimintojen taustoja ja motiiveja. Jotta tähän päästäisiin, on ohjaajan päämääränä luoda ryhmään luottamuksellinen ja turvallinen ilmapiiri, jossa jokainen saa sanoa mielipiteensä.

Tiedon jakamisen periaatteeseen kuuluu myös se, että ryhmän jäsenillä on oikeus ja velvollisuus tuoda poikkeavia näkökantoja esiin, jos ne vain ovat perusteltavissa. Perustelujen kautta pyritään pois hedelmättömistä eipäs-juupas väittelyistä. Tiedon jakaminen helpottaa ongelmanratkaisutilanteita. Kun ryhmän jäsenillä on tietoa asian eri puolista, he voivat helpommin löytää ratkaisuja ongelmaan. Ryhmän on myös helpompi luoda vaihtoehtoisia ratkaisumalleja samoihin ongelmiin.

Esimerkki: Keskustelu koulukiusaamisesta, jossa jokainen ryhmäläinen tuo näkemyksiään esiin siitä, miksi joitain oppilaita kiusataan ja joitain ei. Tämän keskustelun pohjalta ideoidaan yhdessä, kuinka näihin syihin voitaisiin vaikuttaa.

Menetelmät ovat kokoelma erilaisia harjoituksia, joita osallistavassa työtavassa suositellaan käytettäväksi. Yhteistä menetelmille on se, että niissä ei suljeta missään vaiheessa yhtäkään ryhmän jäsentä ryhmän ulkopuolelle. Liikkeelle lähdetään nuorten osaamisesta ja tieto-taidoista sekä pyritään kartoittamaan heidän toiveitaan ja pyrkimyksiään. Oppiminen, käytäntöjen ja asenteiden muutos tapahtuu alhaalta ylöspäin.

Ohjaaja toimii välittäjänä tai fasilitaattorina nuorten toiveiden, tietojen ja ideoiden kokoaamisessa, esittämisessä, suunnittelussa ja toteutuksessa. Tarkoituksena on, että ryhmän jäsenet saavat käyttöönsä tai löytävät itse niitä välineitä, joiden avulla he pystyvät aktiivisesti arvioimaan ja kehittämään toimintaansa. On tärkeää, että kaikki ryhmän jäsenet osallistuvat toimintaan tasavertaisina suhteessa toisiinsa. Ohjaajan tehtävänä on siis tarkkailla ryhmän sisäisiä valtasuhteita ja tukea niitä, joilla on vähän vaikutusvaltaa ryhmässä.

Menetelmistä on vaikea antaa valmista listaa, jonka varassa ohjaaja voi toimia. Lähes kaikki perinteisetkin ryhmätoiminnan harjoitukset ovat muunnettavissa ryhmää osallistaviksi, jos ohjaaja kunnioittaa ryhmän omaa osaamista ja kokemuksia. Yleisesti käytettyjä menetelmiä ovat ryhmäkeskustelut, ryhmän omien kokemusten ja ideoiden hyödyntäminen sekä esimerkiksi omaa sosiaalista kenttää kuvaavien karttojen piirtäminen.

Esimerkki: Ohjaaja haluaa selvittää missä nuoret yleensä viettävät aikaansa koulun jälkeen. Sen sijaan, että hän pyytäisi nuoria kirjoittamaan aiheesta, osallistujat saavatkin piirtää kartan tai sarjakuvan. Näin erot kirjallisen tekstin tuottamisessa eivät korostu.

Osallistaminen on paitsi koulutuksen työväline myös todellinen keino toimia nuorten parissa tekemättä toiminnasta ulkoa kohdennettua auttamista tai puuttumista. Sen käyttö ohjaustyössä ei ole helppoa, vaan vaatii ohjaajalta erittäin vahvaa muuntautumiskykyä sekä avointa mieltä uusille ideoille. Ohjaajan on jatkuvasti tarkkailtava itseään ja kyseenalaistettava omat perinteiset toimintatapansa. Kannattaa myös muistaa, että osallistamisen suurimpia sudenkuoppia on sen vaatima aika. Ajan puute johtaa usein ohjaajan tasapainoiluun ryhmän johtajan ja ohjaajan välisissä rooleissa.

Mikä on ohjaajan rooli osallistavassa koulutuksessa?

Kuten edellä todettiin, osallistamisen peruseriaate on ohjaajan asenne, se että hän antaa osan vallastaan koulutettaville. Kuitenkin ohjaajalle jää myös osallistavassa koulutuksessa tärkeitä rooleja. Ohjaajaa tarvitaan koulutukseen antamaan suuntaviivoja, koordinoimaan toimintaa, "tsemppariksi" ja tueksi. Aikuinen ohjaaja pitää huolta toiminnan kulmakivistä: koulutuksesta, ohjaamisesta ja palkitsemisesta.

Ohjaajan keinot osallistaa nuorta voidaan jakaa viiteen kohtaan. Ohjaajan tehtävänä on:

1. Saada nuori innostumaan.
2. Tukea nuoren innostusta.
3. Luoda toiminnalle puitteet.
4. Motivoida nuorta.
5. Palkita nuorta.

Innostuminen saadaan aikaan kun asia avataan nuorelle: mistä on kysymys, mitä tekeminen on, mitä se vaatii itseltä. Tässä koulutuksessa tarkoituksena on saada nuoret kiinnostumaan lähiympäristöstään ja innostaa heidät vaikuttamaan siihen. Siksi liikkeelle lähdetään nuorten arvoista ja lähiyhteisöstä. Konkreettiset, lähiympäristöön liittyvät harjoitukset ja havainnointi auttavat herättämään nuorten innostuksen toimintaan.

Kun innostus on saatu aikaan, ohjaajan roolina on kanavoida innostus oikeaan suuntaan. Ohjaaja jakaa vastualueet niin, että nuoret pystyvät itse toteuttamaan suunnitelmansa. Isotkin kokonaisuudet saadaan hoidettua, kun ohjaaja on mukana miettimässä ja listamassa, mitkä kaikki asiat pitää hoitaa ja kuka ne hoitaa. Nuorelle annetaan vastuu lopullisesta tekemisestä siten, että alkuvastuutuksen jälkeen aikuinen luottaa nuoreen eikä enää puutu yksityiskohtiin.

Nuoren **innostusta tukevat** vastuu ja vaikutusmahdollisuudet. Ne lisäävät nuoren aktiivista osallistumista. Asialla on myös kääntöpuolensa: nuorelle ei pidä antaa liikaa vastuuta, vaan vastuu on hyvä asia vain niin kauan kun tekeminen on kivaa. Aikuisen on huolehdittava siitä, ettei nuori "yliosallistu". Tukioppilaat ovat usein aktiivisia myös muussa kuin tu-

kioppilastoiminnassa, joten on pidettävä huolta, ettei nuori lupaa enempää kuin hän ehtii ja jaksaa.

Innostuksen tukeminen tapahtuu myös esimerkiksi siten, ettei nuoren tarvitse tehdä kaikkea yksin. Tukena ovat oma ryhmä ja aikuinen ohjaaja, jolta saa kysyä neuvoa. Ohjaaminen vaatii myös aikuiselta sitoutumista ja sitä, että on käytettävissä tarvittaessa.

Puitteiden luominen nuorten toiminnalle tarkoittaa, että ohjaaja huolehtii koulutustilasta, ruokailuista ym. perusasioista. Lisäksi ohjaaja auttaa tarpeen mukaan niissä järjestyksessä, jotka liittyvät nuorten työstämään tehtävään. Myös yleinen tiedottaminen nuorten toiminnasta liittyy puitteiden luomiseen. Esimerkiksi tukioppilastoiminnassa ohjaaja tuo esiin toiminnan hyviä puolia opettajanhuoneessa ja kokouksissa, tiedottaa koulutuksista ja tapahtumista, ja varmistaa siten myös toiminnan jatkuvuuden.

Nuoret innostuvat usein herkästi, mutta innostus voi hiipua nopeasti. Jotta innostus johtaisi konkreettiseen toimintaan, on tärkeää, että nuoret ovat sitoutuneita ja motivoituneita. Tärkeä askel nuorten osallistamisessa onkin miettiä nuorten **motiiveja**.

Jaana Lähteenmaa on tutkinut vapaaehtoistyön motiiveja. Jos toiminnan taustalla ovat itsekkäät syyt (saa uusia kavereita, pääsee järjestämään toimintaa, hyötyy koulutuksesta) motivaatio pysyy ja säilyy, mutta jos taustalla ovat epäitsekkäät syyt, kuten halu auttaa ja "laupias samarialainen" -asenne, motivaatio laskee ajan myötä. Tämän vuoksi on hyvä, että nuori pohtii itse toiminnasta koituvia hyötyjä ja löytää perusteluja mukaan tulemiselle.

Tukioppilaalle "itsekkäitä motiiveja" voivat myös olla esimerkiksi toisten oppilaiden ja opettajien huomio ja arvostus, joukkoon kuuluminen ja toisiin tukioppilaisiin tutustuminen tai se, että saa koulutusta ja oppii uusia taitoja. Kirjallinen todistus tukioppilaana toimimisesta on monelle oppilaalle tärkeä paperi kesätöitä tai opiskelupaikkaa haettaessa.

Innostuksesta ja motivaatiosta huolimatta toiminnassa voi tulla eteen jossain vaiheessa "puutumiskohta", toiminta ei enää kiinnosta, nuoret eivät jaksaa, toiminnan mielekkyys on kadonnut. Tällöin aikuisen "tsempparin" rooli on tärkeä. Yksi keino saada toimintaan lisää intoa on se, että vihelletään peli poikki ja tehdään hetken aika jotain, joka ei liity varsinaiseen aiheeseen mitenkään. Tehdään vaihteeksi jotain kivaa ja palkitsevaa. Asiaan palataan uudelleen vasta parin kolmen viikon päästä, jolloin se todennäköisesti tuntuu taas mielekkäämmältä ja nuorilla on uusia voimia jatkaa. Tauko toimii myös kiitoksena siitä, että nuori on ollut tähän asti mukana. Lisäksi pysähtyminen ja tulosten tarkastelu auttaa nuorta näkemään, mitä on saatu aikaan: toiminta ei ole ollut tarkoituksetonta.

Palkitsemiseen voidaan käyttää muitakin keinoja: palkitseminen voi olla materiaallinen palkinto: pikku lahja, matka tai leiri mukavaan paikkaan tai kirjallinen todistus toiminnasta. Tai se voi olla abstraktimpi, tunnustus, rehtorin kiitos keskusradiossa tai paikallislehden juttu. Monelle nuorelle tärkeä palkinto on saada merkintä tukioppilaana toimimisesta Nuorten Akatemian Harrastustoiminnan opintokirjaan. (Lisätietoja ks. www.nuortenakatemia.fi)

Miten ohjaaja voi saada itselleen tukea?

Myös tukioppilastoiminnan ohjaajan on oltava motivoitunut, jotta hän jaksaa pysyä mukana toiminnassa ja innostaa nuoria. Positiivinen kontakti tai palaute nuorilta motivoivat varmasti ohjaajaa eniten. Ohjaajaa voivat motivoida myös koulun, rehtorin tai muiden opettajien antama tunnustus ja positiivinen huomio. Tukioppilastoiminnan arvostuksesta koulussa kertovat työstä maksettu palkka (kerhopalkkio tai vuosiviikkotunti) tai sijaisen palkkaaminen koulutuksen ajaksi.

Tukioppilastoiminnan puitteissa ohjaaja saa kontakteja muihin aikuisiin myös koulun ulkopuolella. Yhteistyösuhteet tai lisäkoulutus, esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliiton tukioppilasohjaajakoulutus tai ohjaajapäivät, voivat antaa uutta puhtia toimintaan. Myös koulun sisäistä verkostoa voi hyödyntää toiminnassa, esimerkiksi oppilaskuntatoiminta kannattaa linkittää tukioppilastoimintaan. Toimivat yhteistyösuhteet ja vastuualueiden jakaminen vähentävät yhden ohjaajan työtaakkaa huomattavasti.

Myös työpari vähentää ohjaajan työpaineita ja helpottaa ajankäyttöä. Työparin voi löytää koulun sisäältä. Monissa kouluissa opettajan työparina tukioppilastoiminnan ohjaamisessa toimii opinto-ohjaaja, kuraattori, terveydenhoitaja tai oppilashuollon edustaja. Koulun ulkopuolella luontevia yhteistyökumppaneita ovat kunnan työntekijät (sosiaali- nuoriso- koulu- tai raittiustoimien työntekijät), seurakunnan työntekijät, MLL:n paikallisyhdistyksen toimijat tai vaikkapa tukioppilaiden vanhemmat.

Miten koulutus liittyy ehkäisevään päihdetyöhön?

Nuorten osallistava koulutus on kehitetty ehkäisevän päihdetyön menetelmäksi tukioppilastoimintaan. Koulutuksessa pääpaino on kuitenkin muussa kuin perinteisessä päihdevalistuksessa.

Koulutuksen taustaideologiana on ajatus siitä, että tavallisten nuorten päihdekokeiluja ja päihteiden ongelmakäyttöä ehkäistään parhaiten tukemalla nuorten tervettä kasvua ja hyvinvointia. Perinteisesti päihdekasvatus on ollut alkoholista, huumeista ja niiden vaikutuksista kertomista. Tutkimukset ovat kuitenkin osoittaneet, ettei tiedon lisääntymisellä ole vaikutusta nuorten käyttäytymiseen. Nuoret juovat alkoholia, polttavat tupakkaa ja kokeilevat huumeita, vaikka he ovat kuulleet niiden haitoista ja epäterveellisyydestä. Esimerkkinä voidaan pitää sitä, että tupakoitsija tietää tupakan aiheuttavan keuhkosyöpää, mutta jatkaa silti polttamista. Pahimmillaan tietopohjainen valistus voi jopa lisätä esimerkiksi huumeikokeiluja, koska se kasvattaa nuorten kiinnostusta aihepiiriä kohtaan.

Kun halutaan vaikuttaa nuoren käyttäytymiseen, ennaltaehkäistä nuorten päihteidenkäyttöä ja vakavia päihdeongelmia, tiedon lisäämistä tärkeämpää on suunnata huomio niihin tekijöihin, jotka pitkällä tähtäimellä vaikuttavat eniten päihdeongelmien syntyyn. Keskeistä on vahvistaa nuoren itsetuntoa, tuoda esiin selvän elämän etuja, tarjota nuorten vapaa-ajanviettoon päihdeettömiä vaihtoehtoja sekä vähentää niitä sosiaalisia paineita, jotka lisäävät päihdekokeiluja.

Riskitekijöinä päihdekokeiluille pidetään mm. vanhempien ja kaveripiirin päihteidenkäyttöä sekä huonoa koulumenestystä ja kouluviihtyvyyttä. Päihteiltä suojaavia tekijöitä taas ovat vahva itsetunto, hyvät sosiaaliset taidot, päihteettömät esikuvat, mielekkäät harrastukset, hyvät suhteet läheisiin sekä tunne siitä, että nuoresta välitetään ja hänen elämällään ja valinnoillaan on merkitystä. Merkitsevää on se, että nuori ymmärtää, miksi päihteistä on järkevää kieltäytyä, ja että hänellä on keinoja kieltäytymiseen ja kavereiden ehdotusten tai painostuksen vastustamiseen. Tukemalla päihdekokeiluilta suojaavia tekijöitä vaikutetaan siihen, että kokeilut siirtyisivät yhä myöhäisempään ikään, jolloin vakavien päihdeongelmien todennäköisyys pienenee.

Suojaavien tekijöiden vahvistamisen lisäksi koulutuksen toinen tärkeä tausta-ajatus on ollut se, että nuorten päihteidenkäyttö ei yleensä ole itse ongelma, vaan varsinaisten ongelmien oire. Oireilu näkyy usein eri yhteydessä kuin ongelmat. Nuoren ongelmat saattavat olla esimerkiksi kotona, mutta oireet näkyvät päihteidenkäyttönä vapaa-ajalla tai häiriökäytönä koulussa. Tai ongelmat saattavat olla kaveripiirissä, mutta oireet näkyvät riitoina vanhempien kanssa. On tärkeää miettiä nuoren ympäristöä kokonaisuutena, eikä keskittyä vain tiettyyn osa-alueeseen. Päihteidenkäyttöä ehkäistään parhaiten edistämällä nuoren ja hänen lähiympäristönsä hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Ehkäisemällä muiden ongelmien syntyä ehkäistään pitkällä tähtäimellä myös nuorten päihdeongelmia.

Nuoren kasvuun, käyttäytymiseen ja toimintaan keskeisimmin vaikuttavat tahot ovat koti, koulu, kaveripiiri ja harrastukset. Ehkäisevässä työssä on tärkeää kohdata nuori kokonaisuutena ja huomioida kaikki ne tahot, joiden parissa nuori toimii. Eri tahojen tulisi tukea toisiaan ja toimia yhdessä nuoren hyvinvoinnin takaamiseksi. Sekä päihdeongelmien ehkäisyssä että jo syntyneiden ongelmien selvittämisessä on tärkeää luoda verkostoja kodin, koulun ja muiden nuoren lähiympäristön aikuisten välille.

Nuorten osallistava koulutus sisältää harjoituksia, jotka tuovat esiin nuoren elämään ja toimintaan liittyvän kokonaisuuden. Ideana on antaa nuorille mahdollisuus ilmaista itseään, jolloin aikuiset voivat kuunnella, miltä maailma näyttää heidän silmissään. Nuoret itse saavat kertoa, mitä ongelmia tai kehittämiskohteita heidän lähiympäristössään on, sekä pohtia keinoja ja ottaa vastuuta siitä, mitä asioille voidaan tehdä. Päihde-sanalla sijaan voidaan puhua yleisemmin hyvinvoinnista, koska kaikki tekijät, jotka lisäävät hyvinvointia, ehkäisevät osaltaan myös päihteiden ongelmakäyttöä.

Koulutus vahvistaa ryhmähenkeä ja parantaa nuorten sosiaalisia taitoja. Yksittäisen nuoren kohdalla koulutus vahvistaa nuoren itsetuntoa tarjoamalla onnistumisen kokemuksia koulutukseen liittyvissä harjoituksissa ja välitehtävissä. Ohjaaja voi myös suunnata koulutusta enemmän päihdeteeman suuntaiseksi tuomalla esiin nuorten lisääntyneen päihteidenkäytön ja asettamalla tehtävänannossa tavoitteeksi vähentää nuorten päihdekokeiluja. Koulutuksessa on myös erinomainen tilaisuus käsitellä vaikeita asioita ja esimerkiksi päihteiden käyttöä erilaisissa ryhmäkeskusteluissa.

Lähteitä ja lisätietoa:

Allardt, Erik (1998): Hyvinvointitutkimus ja elämänpolitiikka. Teoksessa Roos, J.P. ja Hoikkala, Tommi: Elämänpolitiikka. Gaudeamus, Tampere.

Chambers, Robert (2002): Relaxed and Participatory appraisal: notes on practical approaches and methods for participants in PRA/PLA-related familiarisation workshops. The IDS Participation Resource Centre. (pdf.) (1/2002)

Hagquist, Curt and Starrin, Bengt (1997): Health education in schools - from information to empowerment models. Health Promotion International Vol.12 No. 3, 225-232. Oxford University Press, Oxford.

Kurki, Leena (2000): Sosiokulttuurinen innostaminen. Vastapaino, Tampere.

Kyttä, Marketta (1999): Lasten ja nuorten osallistuminen yhdyskuntasuunnitteluun arvioinnin kohteena. Teoksessa Paakkunainen, Kari (toim.): Arviointitutkimus ja nuorisotulosvastuusta dynaamiseen nuorisotoimintaan. Nuorisotutkimusverkosto, Helsinki.

Leimio-Reijonen, Susanna (2002): Innostajat ja innostajat – sosiokulttuurinen innostaminen ehkäisevässä päihdetyössä. <http://www.stakes.fi/neuvoa-antavat> (14.10.2002)

Lähteenmaa, Jaana: Nuoret vapaaehtoistyöntekijät. Motiiveja ja moraalipohdintoja. Tapauksitutkimus pääkaupunkiseudulta. Teoksessa: Helve, Helena; Päivärinta, Tuija; Saarikoski, Helena; Päällysaho, Katja; Lähteenmaa, Jaana ja Virtanen, Petri (1997): Nuorten elämänpolkuja lama-Suomessa. Nuorisotutkimus 2000 -julkaisu 3/97.

Nuorten huumeiden käytön ehkäisytoimikunnan mietintö. Komiteamietintö 2000:3. Sosiaali- ja terveysministeriö ja Oy Edita Ab, Helsinki.

Roos, J.P. ja Hoikkala, Tommi (1998): Elämänpolitiikka. Gaudeamus, Tampere.

Siitonen, Juha ja Robinson, Heljä (2001): Pohdintaa voimaantumisesta. Teoksessa: Muutoksen kautta kasvuun – Sytykkeitä ja tarinoita Kotilo ry:n toiminnan kehittämiseen. Kotilo ry, Pieksämäki.

Soikkeli, Markku (2002): Miten puhua huumeista. STAKES, Jyväskylä.

UNDP/CSOPP Documents: Empowering People – A Guide to Participation. Osoitteessa: <http://www.undp.org/csopp/CSO/NewFiles/docemppeople1.html> (15.10.2002)

Vehviläinen, Jukka ja Paju, Petri (2001): Valtavirran tuolla puolen – Nuorten yhteiskuntaan kiinnittymisen kitkat 1990-luvulla. Helsinki: Yliopistopaino.

Vesikansa, Sari (2002): Demokratia kouluissa ja nuorisotyössä. Teoksessa Gretschel, Anu (toim.): Lapset nuoret ja aikuiset toimijoina – Artikkeleita osallisuudesta. Suomen Kuntaliitto, Helsinki.

III KOULUTUKSEN RAKENNE

Nuorten osallistava koulutus koostuu harjoituksista, välitehtävästä ja nuorten itsensä ideoimasta tehtävästä tai toiminnasta. Koulutus on suunniteltu siten, että se rakentuu kahden koulutuskerran ja niiden välillä tehtävän ryhmätyön ympärille. Koulutusta saa kuitenkin vapaasti soveltaa käytettävissä olevan ajan ja ryhmän mukaan.

Kun toteutat koulutuksen, pidä mielessäsi seuraavat peruslähtökohdat:

- 1) **Osallistaminen.** Koulutuksen koko idea perustuu nuorten tiedon ja motivaation hyödyntämiseen. Sen sijaan, että ohjaaja kertoisi nuorille, miten toimia ja mitä tehdä, nuoret itse aktivoidaan kehittämään ideoitaan toiminnaksi.
- 2) **Tekemällä oppiminen.** Koulumaailmasta tutun luennoinnin sijasta asioita opetetaan erilaisten aktiviteettien, keskustelujen ja ryhmätöiden kautta.
- 3) **Kokonaisvaltainen näkemys.** Sen sijaan, että annettaisiin päihdevalistusta, koulutus keskittyy nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja sitä suojelevien tekijöiden tukemiseen.

Tässä esitellyn koulutusmallin tavoitteena on aluksi tutustuttaa nuoret toisiinsa ja luoda ryhmähenki. Mikäli kyseessä on toisilleen tuttu tukioppilasryhmä, joka on jo tottunut toimimaan yhdessä, tutustumiseen tai nimien opetteluun ei tietenkään tarvitse enää käyttää aikaa. Muutenkin koulutuksen eri osioita voi painottaa eri tavoin, ja siten muokata koulutusmallia juuri omiin tarpeisiin ja resursseihin sopivaksi.

Koulutuksen suunniteltu rakenne on esitelty seuraavalla sivulla.

Harjoitusten yhteydessä annetut aikamäärät ovat viitteellisiä. Koulutuksen kesto määräytyy sen mukaan, paljonko aikaa varataan keskusteluun ja ympäristön havainnointiin. Mikäli nuorten ideomat tehtävät ovat työläitä ja pitkäkestoisia, ohjaajan tukea saatetaan tarvita enemmän. Tällöin koulutusosioiden väliin voidaan varata aikaa myös välitapaamisille, joissa tavoitteita voidaan kirkastaa.

NUORTEN OSALLISTAVAN KOULUTUKSEN RAKENNE

ENSIMMÄINEN KOULUTUSKERTA

- 1 Aloitusharjoitukset
 - Tunnelman luominen
 - Nimien opettelu
 - Tutustuminen
 - Ryhmäytyminen
- 2 Taustaselvitykset
- 3 Sääntöjen tekeminen
- 4 Lähiympäristön kartoittaminen
 - Arvot ja valinnat
 - Oma lähiympäristö
- 5 Tiedonkeruuta
- 6 Toiminnan suunnittelu
- 7 Ensimmäisen koulutuskerran päätös

VÄLITEHTÄVÄ

TOINEN KOULUTUSKERTA

- 8 Aloitusharjoitukset
- 9 Välitehtävien esittely
- 10 Ideoiden kehittäminen eteenpäin
- 11 Arviointi
- 12 Palaute
- 13 Koulutuksen päättäminen

ENSIMMÄINEN KOULUTUSKERTA

1 Aloitusharjoitukset

Koulutus on hyvä aloittaa tutustumis- ja lämmittelyharjoituksilla. Jos ryhmän jäsenet eivät tunne toisiaan entuudestaan, nimien opettelu ja tutustuminen luovat pohjaa yhdessä toimimiselle. Jos taas ryhmä on entuudestaan tuttu, tutustumisharjoitukset virittävät ryhmän yhdessä työskentelemistä varten.

Ensimmäiset leikit ja harjoitukset luovat perustan koko koulutukselle. Ne luovat tunnelmaa ja virittävät osallistujat samalle tasolle. Ensimmäinen harjoitus ikään kuin kertoo osallistujille, että nyt siirrytään tavallisesta koulupäivästä tai arjesta johonkin erikoiseen ja tavallisuudesta poikkeavaan. Lisäksi on tärkeää, että ohjaaja luo lämpimän ja avoimen ilmapiirin, jotta jokainen uskaltaa kertoa ajatuksiaan ja tuntemuksiaan. Onnistunut alkulämmittely luo edellytykset hyvälle ryhmähengelle.

Alkuharjoitukset on jaettu teeman ja tarkoituksen mukaan neljään eri ryhmään: tunnelman luominen, nimien opettelu, tutustuminen ja ryhmäytyminen. Harjoituksista voi valita niistä ryhmälle luontevimmat. Harjoituksia voi myös ripotella välipalaksi eri kohtiin koulutusta. Piristyspaloja ja rauhoittavia harjoituksia on koottu liitteeksi koulutusmateriaalin loppuun. Myös Mannerheimin Lastensuojeluliiton internet-sivujen (www.mll.fi) leikkipaikasta löytyy paljon leikki ja harjoitusvaihtoehtoja.

1.1 Tunnelman luominen

Tavoite: Virittää nuoret työskentelyyn ja yhdessä toimimiseen
Aika: 5-10 min

POSTIKORTIT

Ohjaaja asettelee joukon eriaiheisia postikortteja lattialle. Sen jälkeen hän pyytää osallistujia valitsemaan itselleen kortin, joka parhaiten kuvaa esimerkiksi osallistujan mielialaa tai tunnetta kyseisellä hetkellä. Kun jokainen on valinnut kortit, käydään vastaukset läpi ja kukin voi selittää, miksi valitsi kyseisen kortin.

KUULUMISKIERROS

Ryhmän jäsenet asettautuvat ympyrään. Jokainen saa vuorollaan kertoa kolme asiaa: mitä kuuluu, millainen on oma mieliala sekä mitä odottaa ja toivoo tulevalta koulutuspäivältä.

1.2 Nimien opettelu

Tavoite: Osallistujat oppivat tuntemaan toisensa nimeltä ja saavat jo jonkin verran kosketusta toisiinsa.

Aika: 15 min

MINÄ OLEN... JA MINÄ PIDÄN...

Yksi leikkijöistä sanoo nimensä ja jonkin asian, joka kuvaa häntä (esim. mitä hän vihaa tai rakastaa, mikä on hänen mieliruokansa tai suosikkieläimensä – teema voidaan valita etukäteen). Seuraava sanoo edellisen etunimen ja hänen valintansa sekä lisää perään omansa; kolmas toistaa edellisten nimet ja symbolit ja lisää omansa jne. Tämä harjoitus sopii hyvin ensimmäisiin tapaamiskertoihin, koska se auttaa katsomaan toisia silmiin heidän puhuessaan ja puhumaan suoraan toiselle. Esimerkiksi: "Sinun nimesi on Antti ja sinä pidät porkkanoista. Sinun nimesi on Sari ja rakastat suklaata. Minun nimeni on Kaija ja pidän kaalilaatikosta."

KERRO ETUNIMESI HISTORIASTA

Jokainen osallistuja piirtää oman nimensä paperille eri värejä käyttäen. Kun piirustukset ovat valmiita kaikki kokoontuvat ympyrään ja jokainen esittelee vuorollaan piirustuksensa ja nimensä historian muille: mistä nimi oikein juontaa juurensa, miksi juuri kyseinen nimi oli valittu jne.

MINÄ JA VÄRI

Leikkijät asettuvat ringiin ja yksi leikkijöistä aloittaa esittelemällä itsensä sanomalla etunimensä ja jonkin värin, joka alkaa samalla kirjaimella kuin leikkijän etunimi. Esimerkiksi "Olen Venla Vihreä." tai "Olen Pekka Pikimusta." Seuraava leikkijä toistaa edellisen nimen ja värin sekä lisää omansa. Hänestä seuraava toistaa kaikki edelliset ja lisää lopuksi omansa joukkoon. Näin jatketaan, kunnes kaikki ryhmän jäsenet ovat sanoneet nimensä.

1.3 Tutustuminen

Tavoite: Tutustua ryhmän jäseniin paremmin, rentouttaa tunnelmaa ja valmistella ryhmässä toimimista.

Aika: 30-60 min

TUTUSTU MINUUN

Leikkijät istuvat ympyrässä. Ohjaaja antaa pienen esineen, esimerkiksi avaimenrenkaan, kiertää ihmiseltä toiselle, kunnes hän sanoo "stop". Se, jonka kädessä avaimenrenkas on, kertoo nimensä ja jotain itsestään, esimerkiksi mieliharrastuksensa. Voidaan sopia aihe, josta esineen saanut kertoo, tai annetaan leikkijöiden kertoa mistä he haluavat. Leikkiä jatketaan kunnes kaikki ovat saaneet vuoron.

SISÄKKÄISET YMPYRÄT

Ohjaaja jakaa ryhmän kahtia. Nämä kaksi pienempää ryhmää muodostavat keskenään kaksi sisäkkäistä ympyrää siten, että kukin sisäympyrän jäsen seisoo kasvatusten yhden ulkoympyrän jäsenen kanssa. Kun ympyrät on muodostettu ja jokaisella on pari edessään, ohjaaja antaa jonkin keskustelun aiheen, josta parin on aikaa keskustella hetken aikaa, esimerkiksi minuutin verran. Ajan kuluttua umpeen ohjaaja antaa merkin, jolloin sisäympyrä pysyy paikallaan, mutta ulkoympyrässä olijat liikkuvat yhden henkilön verran oikealle. Ohjaaja antaa uuden keskustelun aiheen. Näin jatketaan, kunnes kaikki ulkoympyrän jäsenet ovat puhuneet kaikkien sisäympyrän jäsenten kanssa.

VAIHDETAAN PAIKKAA

Leikkijät muodostavat tuoleista ympyrän niin, että tuoleja on yksi vähemmän kuin leikkijöitä. Ilman tuolia jäänyt leikkijä asettuu ympyrän keskelle seisomaan muiden istuutuessa tuoleille. Ilman tuolia jäänyt toimii leikin johtajana ja käskee leikkijöitä vaihtamaan keskenään paikkaa aina jonkun jakamansa asian tai ominaisuuden mukaan. Esimerkiksi hän käskee niitä vaihtamaan paikkaa keskenään, joilla on valkoiset sukat tai jotka pitävät valokuvaamisesta. Samalla johtaja yrittää itse saada istumapaikan, jolloin joku muu joutuu keskelle pelinjohtajaksi. Leikkiin voi liittää myös musiikin mukaan. Silloin ohjaaja soittaa musiikkia taustalla ja aina musiikin loppuessa kaikkien tulee vaihtaa paikkaa.

TÄLLAINEN MINÄ OLEN

Osallistujille jaetaan paperi ja kynä. Ohjaajan on hyvä kertoa jo tehtävän alkuvaiheessa, että paperit näytetään koko ryhmälle. Paperi taitetaan neljään osaan ja keskelle kirjoitetaan oma nimi. Paperin vasempaan yläkulmaan kirjoitetaan jotain hyvää itsestä, oikeaan yläkulmaan jotain, mitä on saavuttanut. Vasempaan alakulmaan kirjoitetaan asia, jota ihailee ja oikeaan alakulmaan sellainen asia, jonka tekemisestä itse pitää. Kun kaikki ovat saaneet paperinsa valmiiksi, paperit kiinnitetään omaan paitaan niin, että muut näkevät tekstin. Kaikki saavat kommentoida ja kysellä tarkennuksia teksteihin. Myös ohjaaja osallistuu tehtävään. Tehtävän voi myös toteuttaa niin, että tuloksena on kuvallisempi tuotos itsestä, esimerkiksi oma vaakuna, joka ripustetaan seinälle.

SAA VALEHDELLA

Ryhmä jaetaan pareihin. Pareille annetaan jonkin verran aikaa haastatella toisiaan ja kerätä toisistaan sen verran tietoja, että voivat esitellä toisensa muulle ryhmälle. Kun parit ovat valmiit, koko ryhmä kokoontuu yhteen ja parit esittelevät kukin vuorollaan toinen toisensa koko ryhmälle. Esittelijä saa lisätä kolme valhetta ystävänsä kuvaukseen samalla kun pari, jota esitellään, näyttellee esittelijän sanojen mukaan. Lopuksi ryhmä arvaa mitkä kolme asiaa eivät olleet totta.

1.4 Ryhmäytyminen

Tavoite: Luoda hyvä ryhmähenki, opetella ryhmässä toimimista ja sosiaalisia taitoja. Oppia ratkaisemaan ongelmia ryhmässä.
Aika: 30-60 min

KETJULORU

Yksi leikkijöistä aloittaa sanomalla, että hän on jokin tai joku, joka etsii tärkeää asiaa. Esimerkiksi: "Olen balettianssija ja etsin tanssikenkääni." Seuraava jatkaa "Olen tanssikenkä ja etsin jalkaa", josta kolmas jatkaa "Olen jalka ja etsin jalkapalloa". Näin jatketaan. Jos joku ei keksi sopivaa sanaa, voivat kaikki pohtia sitä yhdessä.

SOLMU

Yksi leikkijöistä menee oven ulkopuolelle. Muut muodostavat piirin ja ottavat toisiaan käsistä kiinni. Tarkoituksena on pujottautua tiukkaan solmuun ilman, että käsistä päästetään irti. Kun solmu on valmis, kutsutaan oven ulkopuolella oleva sisään. Hänen tehtävänä on selvittää solmu takaisin piiriksi antamalla suullisia ohjeita solmussa olijoille siitä, miten heidän tulee liikkua, jotta solmu purkaantuisi. Tavoitteena on, että solmussa olleet palaavat ohjeiden avulla piiriksi käsiä irrottamatta.

TUOLIT RIVIIN!

Ryhmä istuu rinkiin asetetuilla tuoleilla. Ohjaaja pyytää kaikkia miettimään, missä kohtaa parhaiten viihtyisi kyseessä olevassa huoneessa tai tilassa ja viemään itsensä ja tuolinsa siihen kohtaan. Kun kaikki ovat löytäneet itselleen mieluisimman kohdan, ohjaaja pyytää osallistujia nousemaan tuoleilleen seisomaan. Hän kertoo myös, että puhuminen ja äänteleminen ovat tästä eteenpäin kiellettyä, myöskään maahan tai lattiaan ei saa koskea. Osallistujat pysyvät kommunikoimaan ainoastaan ilmeiden ja eleiden avulla. Sitten ohjaaja pyytää osallistujia muodostamaan huoneen etuosaan yhtenäisen tuolirivin. Elekieli, yhteistyö ja kaikkien ryhmän jäsenten huomioon ottaminen ovat avain ratkaisuun.

LANKAKERÄ

Leikkijät istuvat piirissä ja heittelevät lankakerää ristiin rastiin. Ensimmäinen heittäjä sitoo langanpäähän sormeensa. Sitten hän sanoo nimensä ja heittää kerän jollekin toiselle sekä kysyy tältä jonkun kysymyksen. Toinen henkilö kertoo nimensä ja vastaa kysymykseen. Myös hän ottaa langasta kiinni ja heittää sitten kerän edelleen haluamalleen henkilölle ja esittää tälle kysymyksen. Kerää heitellään, kunnes lanka kulkee ristiin rastiin leikkijöiden välillä. Lanka keritään takaisin käymällä heittelykierros takaperin nimien kanssa. Leikki vaatii ryhmältä yhteistoimintaa, jottei lanka sotkeudu ja kerä pysyy koossa.

SYY JA SEURAUUS

Leikkijät muodostavat piirin. Ensimmäinen leikkijä keksii yksinkertaisen lauseen, kuten "Minulla on nälkä..." ja selityksen miksi, esimerkiksi: "...koska jääkaappi on tyhjä." Seuraava leikkijä jatkaa seuraavalla selityksellä "...koska

olemme palanneet lomalta." Leikkiä jatketaan kunnes jokainen on saanut vuoron tai niin kauan kuin mielekkäitä selityksiä löytyy.

TARINAHATTU tai OLIPA KERRAN...

Leikkijät asettuvat piiriin ja yksi leikkijöistä pitää päässään hattua. Hän aloittaa tarinan kertomisen muutamalla lauseella, jonka jälkeen hän antaa hatun seuraavalle henkilölle.. Seuraava leikkijä jatkaa tarinaa ja näin jokainen osallistuu tarinan kerrontaan vuorollaan. Leikkiä jatketaan kunnes kaikki ovat osallistuneet tarinan kerrontaan tai kunnes tarina loppuu luonnollisesti, joku lausuu lopetuslauseen.

2 Taustaselvitykset

Tavoite: Selvittää osallistujille mistä koulutuksessa on kyse.

Aika: 15 min

Alkulämmittelyn ja tutustumisen jälkeen on tärkeää selvittää osallistujille mistä koulutuksessa oikein on kysymys. Alkuharjoitusten aikana ohjaaja on saanut alustavan käsityksen siitä, mitä osallistajat odottavat koulutukselta, minkälaisia kysymyksiä ja epäilyjä heillä on ja toisaalta mitä he itse ovat valmiita pistämään peliin. Nyt on aika vastata kysymyksiin, selventää käsitteitä ja koulutuksen kulkua.

Osallistujien tulisi tietää, että koulutus rakentuu kahdesta osiosta ja välitehtävästä ennen kuin he tulevat ensimmäiseen koulutussessioon. Koulutuksen rakenne kannattaa muistuttaa nuorten mieleen kertaalleen ensimmäisen osion alussa, sillä on tärkeää, että nuoret sitoutuvat koko koulutusprosessiin.

Lisäksi on tärkeä käydä läpi käytännön asiat, ruokailut, mahdollinen majoittautuminen yms. Koulutusohjelman läpikäymisen voi toteuttaa myös heti ensimmäisen harjoituksen jälkeen, jonka jälkeen jatketaan nimien opettelulla ja tutustumisella.

3 Sääntöjen tekeminen

Tavoite: Sopia yhdessä tätä koulutusta koskevista pelisäännöistä ja opetella päätöksentekoa.

Aika: 30 min

Koulutuksen ajaksi on hyvä tehdä yhteiset säännöt siitä, miten koulutuspaikassa käyttäytyään. Osallistujat tekevät ikään kuin yhteisen sopimuksen säännöistä, jotka sitovat heitä tämän koulutuksen ajan. Harjoituksessa ohjaaja saa myös tietoa siitä, mitä osallistujat odottavat koulutukselta ja mitä he itse ovat valmiita antamaan. Tämän tehtävän kautta osallistujat voivat myös tuoda esiin koulutukseen liittyviä epäilyksiä ja huolia.

Sopimuksen avulla osallistujat sitoutuvat koulutukseen. Sopimus muodostetaan osallistujien omien odotusten ja osallistumisvalmiuden pohjalta. Myös ohjaaja tai ohjaajat voivat osallistua sopimuksen tekoon. Tarkoituksena on löytää yhteisiä toiveita ja sääntöjä, joiden pohjalta sopimus rakennetaan.

Sopimuksen teon aikana nuoret sitoutuvat koulutukseen määrittelemällä ja keskustelemalla itse niistä kriteereistä ja odotuksista, joita asettavat koulutukselle, itselleen ja ryhmälle.

SOPIMUS

Vaihe 1

Jokaista osallistujaa pyydetään kirjoittamaan paperille vastaukset seuraaviin kysymyksiin:

- a. Mitä odotat koulutukselta tai tältä ryhmältä?
- b. Mitä itse olet valmis antamaan tälle ryhmälle?
- c. Huolestuttaako sinua jokin seikka koulutuksessa?
- d. Mitkä ovat ryhmän positiivisia piirteitä?

Vaihe 2

Parikeskustelua siitä, mitä on vastattu kysymyksiin.

Vaihe 3

Parit kootaan 6-8 hengen pienryhmiin, joissa isolle paperiarkille listataan vastaukset neljään kysymykseen. Paperiarkki jaetaan niin, että yhteen kulman kirjoitetaan ylös kaikkien odotukset, toiseen kulmaan omat valmiudet jne.

Vaihe 4

Jokainen pienryhmä esittelee paperinsa muille osallistujille.

Vaihe 5

Mikäli mukana on useita aikuisia ohjaajia tai kouluttajia, he voivat tehdä oman paperinsa saman menetelmän mukaan. Ohjaaja voi myös tuoda esiin sääntöjä, joista on ehdottomasti pidettävä kiinni, kuten esimerkiksi fyysisen ja psyykkisen väkivallan kieltäminen. Ohjaajan on kuitenkin pystyttävä perustelemaan nämä säännöt niin että koko ryhmä voi sitoutua niihin.

Vaihe 6

Yhteinen keskustelu. Mitä yhteisiä asioita löytyy ohjaajien ja osallistujien listoista? Mistä ollaan samaa mieltä? Mitä sisällytetään kaikkien yhteiseen sopimukseen? Yhteinen sopimus työstetään kokoamalla yhteen asiat, joista oltiin samaa mieltä.

Vaihe 7

Sopimus hyväksytään ja kirjoitetaan puhtaaksi. Kaikki osallistujat allekirjoittavat sopimuksen, jonka jälkeen sopimus asetetaan jollekin keskeiselle paikalle koulutustilaan, niin että se on selvästi kaikkien nähtävillä.

4 Lähiympäristön kartoittaminen

Seuraavaksi käynnistyy koulutuksen keskeisin ja mielenkiintoisin osa. Tarkoituksena on pohtia omaa ja muiden hyvinvointia ja niitä asioita jotka siihen vaikuttavat. Harjoitukset liittyvät itsetuntemuksen parantamiseen, sosiaalisen ja fyysisen ympäristön havainnointiin sekä omien vaikutusmahdollisuuksien ymmärtämiseen. Nuoret voidaan johdatella aiheeseen monella tapaa. Tärkeää on ottaa huomioon nuorten ikä, sosiaalinen tausta ja valmiudet ymmärtää erilaisia käsitteitä. Esimerkiksi ”arvot” voi olla vaikeasti ymmärrettävä sana, joten sen sijaan voidaan puhua itselle tärkeistä asioista tai siitä mistä pitää.

4.1 Arvot ja valinnat

Tavoite: Pohtia mitkä asiat ovat itselle tärkeitä ja mitkä asiat tekevät elämästä elämisen arvoisen. Lisätä nuorten itsetuntemusta ja selvittää, mitkä asiat nuorten mielestä vaikuttavat hyvinvointiin. Pohtia mitkä asiat vaikuttavat valintoihin.

Aika: 60-120 min

KESKUSTELU ARVOISTA

Jokainen valitsee viisi itselleen tärkeintä arvoa ja miettii, mitä on tehnyt näiden arvojen hyväksi, minkälaisia valintoja hän on tehnyt arvojen pohjalta, mistä hän on luopunut näiden arvojen vuoksi tai miksi hän ei ole tehnyt arvojen vaatimia valintoja, vaikka pitää niitä tärkeinä. Yksilöpohdinnan jälkeen keskustellaan ryhmässä arvoista. Mitkä arvot ovat yleisimpiä ryhmän jäsenten keskuudessa? Mitkä arvoista on helppo toteuttaa käytännössä ja mitä puolestaan on vaikea seurata?

ARVOHUUTOKAUPPA

Ohjaaja toimii meklarina. Hän on etukäteen kerännyt 20-30 arvoa tai tärkeää asiaa huutokaupattavaksi (esimerkiksi rakkaus, terveys, raha, televisio, luottamus, trendikkäät vaatteet). Jokaisella ryhmän jäsenellä on käytössään mielikuvitusrahaa, vaikkapa 10 000 €. Jokainen saa listan arvoista ja hetken aikaa miettiä ja suunnitella mihin rahansa käyttäisi. Kun huutokauppa alkaa osallistujat yrittävät saada itselleen niin paljon asioita, kuin vain rahasummallaan saavat. Hinnan noustessa tavoiteltujen asioiden kohdalla, on tehtävä valintoja, luopuako esimerkiksi terveydestä jos sen hinnalla saa sekä uuden skeittilaudan että onnellisen perhe-elämän. Huutokaupan loputtua voidaan käydä läpi osallistujien tuntemuksia.

MIKÄ MINULLE ON TÄRKEÄÄ

Vaihe 1

Ohjaaja jakaa 5-10 paperinpala tai post-it -lappua jokaiselle osallistujalle. Osallistujat saavat hetken aikaa miettiä ja kirjoittaa papereille mitkä ovat 5-10 kaikkein tärkeintä asiaa heidän elämässään, mistä he eivät olisi valmiita luopumaan tai mitä he ehdottomasti haluavat saavuttaa.

Vaihe 2

Paperit kerätään ja kaikki tärkeät asiat kiinnitetään näkyville seinälle tai pöydälle, siten että kaikki voivat lukea mitä muut ovat kirjoittaneet.

Vaihe 3

Yhteinen keskustelu siitä, mikä olisi tärkeiden asioiden tärkeysjärjestys. Onko mahdollista tehdä asioista "top 10"?

Vaihe 4

Keskustelua siitä, mitä tärkeät asiat merkitsevät arjessa. Miten asiat näkyvät jokapäiväisessä elämässä? Miten ne vaikuttavat valintoihin? Ohjaaja voi korostaa sitä, että vaikka meillä kaikilla on omat arvomme, ryhmässä on myös paljon yhteisiä arvoja, jotka ovat tärkeitä kaikille ihmisille.

VALINNAT JA VAIKUTUKSET

Vaihe 1

Ohjaaja pyytää osallistujia miettimään mielessään jotain hiljattain tapahtunutta tilannetta, jossa joku toinen ihminen on yrittänyt vaikuttaa heidän päätöksentekoonsa (esimerkiksi joku on pyytänyt mukaan jonnekin, tarjonnut tupakkaa jne.). Kuka tai ketkä pyrkivät vaikuttamaan nuoren päätökseen ja millä tavalla?

Vaihe 2

Seuraavaksi osallistujien esimerkkitalanteet kootaan yhteen niin, että osallistujat keskenään asettavat tilanteet tärkeysjärjestykseen: tilanne, jossa vaikuttaminen oli merkityksellisintä ensimmäiseksi ja vaikutuskeinoiltaan heikoin tilanne viimeiseksi. Ryhmässä puretaan auki harjoituksen tuottamia ajatuksia: millä tavoin nuori itse tukee omaa päätöstään ja pitää kiinni omista ajatuksistaan? Millainen vaikuttaminen on tehokasta? Entä millainen vaikuttaminen ei toimi?

TIENRISTEYKSESSÄ

Ryhmä pohtii yhdessä jotain kysymystä, joka edellyttää valintaa: kyllä tai ei. Esimerkiksi "Kokeilenko huumeita?" Ohjaaja piirtää taululle tai fläpille tienristeyksen. Toinen haara merkitsee kyllä -vastausta ja toinen ei -vastausta. Yhdessä mietitään molempien vastauksien etuja ja haittoja, hyviä ja huonoja seurauksia.

KESKUSTELUN AIHEITA

- Miksi ihmiset käyttävät huumeita?
- Miksi suomalaisten nuorten humalajuominen on niin yleistä?
- Pitäisikö alkoholin ja tupakan ostamiselle olla ikärajaa?

Osallistujat saavat ensin tuottaa mahdollisimman paljon ajatuksia keskustelun aiheesta. Tarkoituksena on saada kattava käsitys aiheesta ja pyrkiä tarkastelemaan sitä eri näkökulmista. Ohjaaja ei pyri rajoittamaan keskustelua tai arvottamaan esitettyjä näkökulmia oikeiksi tai vääriksi. Tarkoituksena on, että nuoret perusteluja etsimällä päätyvät itse lopputulokseen, esimerkiksi siihen, että on hyvä rajoittaa alkoholin ostamista ikärajoilla.

4.2 Oma lähiympäristö

Tavoite: Tarkastella nuorten lähiympäristöä ja sen kehittämiskohteita. Herättää nuoret pohtimaan, mitkä asiat vaikuttavat yleiseen hyvinvointiin. Havaita, että omilla teoilla pystyy vaikuttamaan asioihin.

Aika: 30-60 min

MINÄ HÄMÄHÄKINVERKOSSA

Vaihe 1

Paperin keskelle piirretään oma kuva (ulkoasulla ei merkitystä) ja kuvan ympärille hahmotellaan hämähäkinseittä. Osallistuja lisää paperille niiden ihmisen nimiä tai määritelmiä (äiti, paras kaveri, bussikuski, lääkäri, jne.), joita hän on tavannut ja joiden kanssa hän on keskustellut seitsemän edellisen päivän aikana. Paperille kirjataan kaikki, joille on sanonut vain parikin sanaa – eli kaikki viikon aikaiset kohtaamiset. Ihmiset voi sijoittaa eri kohtiin seittä. Jos aikaa on käytettävissä enemmän, voidaan pohtia tarkemmin ja sijoittaa ihmiset lähemmäksi ja kauemmaksi itseä sen mukaan, minkä verran heidän kanssaan on toiminut viikon aikana.

Vaihe 2

Kun jokainen osallistuja on saanut kaikki ihmiset lisättyä omaan paperiinsa, ryhdytään täyttämään ohjaajan taululle tekemään seittiin yleistä nuoren verkostoa. Oma verkostoa ei tarvitse näyttää muille, vaan ryhmässä käydään läpi yleiskäsitteittäin millaisia ihmisiä verkostossa voi olla ja keitä viikon aikana voi tavata. Yhteiseen malliin ne nimetään yläotsikoittain; esimerkiksi opettajat, vanhemmat, kaverit.

Vaihe 3

Kun yhteinen verkkomalli on valmis, keskustellaan siitä, kuinka paljon meillä todellisuudessa on ihmisiä lähellämme. Osa kohtaamisista on merkittävämpiä kuin toiset, osa pidempiä ja osa lyhyempiä. Yksinäiseksi itsensä kokeva ihminen ei usein hahmota kaikkia niitä myönteisiä kontakteja, joita jokaiselle kertyy. Joku voi tuntea, ettei kukaan välitä hänestä. Verkostosta kuitenkin huomaa, että on paljon ihmisiä, jotka ovat olemassa juuri häntä varten.

Vaihe 4

Hämähäkinseitti osoittaa myös, kuinka merkittäviä sosiaaliset taidot ovat. Sitä miellyttävämpiä kohtaamiset ovat, mitä paremmin meillä on vuorovaikutustaitoja hallussa. Harjoitusta ohjaava aikuinen voi myös täyttää oman seittinsä. Tämän jälkeen voidaan verrata ohjaajan ja nuorten verkostoa. Miten kontaktit poikkeavat toisistaan? Osallistujat voivat hahmotella myös tulevaisuuden verkkoaan: keitä ihmisiä heillä on lähitulevaisuudessakin seittissään?

LÄHIALUEEN KARTTA

Vaihe 1

Parit hahmottelevat paperille ne kohteet, joissa useimmiten viettävät aikaansa. Kohteet löytyvät helpommin, jos miettii, missä on käynyt esimerkiksi kahden edellisen viikon aikana. Kohteet voidaan merkitä myös kartan muotoon. Kartalle merkitään mm. koti, koulu, nuorisotalo, kauppa, huoltoaseman kahvila – mitä tahansa missä käydään ja kulutetaan aikaa. Kohteista poimitaan paperille tärkeitä seikkoja; ketkä ovat muita käyttäjäryhmiä, millainen paikka on.

Vaihe 2

Kun kartalle on hahmottunut keskeisimmät kohteet, ryhdytään kohteita tarkastelemaan kriittisesti. Mitkä niistä tarvitsisivat parantamista? Miten hyvinvointia voisi lisätä? Mitkä seikat lisäisivät viihtyvyyttä? Miten kohteille saataisiin uusia käyttäjiä? Mitä epäkohtia kohteista löytyy? Jos kohteet itsessään tuntuivat liian suurille, voidaan ne jakaa osa-alueisiin.

Esimerkiksi koulun pihalla on nurkkaus, joka on epäsiistin näköinen, seinät töhritty ja ikkunan puitteet vuoleskeltu. Paikalla nuoriso viettää aikaansa perjantai-iltaisina. Tällöin ryhdytään miettimään, miten nurkkauksesta saataisiin viihtyisämpi tai mikä voisi estää nurkkauksen töhrimistä.

Ulkoisten seikkojen lisäksi on tärkeää löytää kohteita, joissa voidaan keskittyä henkisen ilmapiirin parantamiseen. Onko koulun liepeillä pyöräteline, jonne arat oppilaat eivät uskalla tulla hakemaan pyöräänsä? Voisiko nuorisotalon ilmapiiriä parantaa koulun ja kunnan yhteistyöllä?

5 Tiedonkeruuta

Tavoite: Kerätä lisää tietoa lähiympäristön hyvinvoinnista.

Aika: 30 min - ∞

Seuraavaksi osallistujat keräävät lisää tietoa lähiympäristöstään ja sen hyvinvoinnista. Jos nuoret ovat piirtäneet lähiympäristönsä kartan, se kannattaa suoraan liittää tähän harjoitukseen: nuoret keräävät lisää tietoa jostain kartalla näkyvästä kohteesta.

Mikäli aikaa on käytettävissä enemmän, nuoret voivat myös jalkautua ja havainnoida ympäristöään. He voivat myös tehdä haastatteluja tai kyselyitä muille oppilaille tai lähiympäristön aikuisille. Nuoret voivat käyttää esimerkiksi kertakäyttökameroita ja käydä kuvaamassa ympäristöään. Mahdollisuuksia on rajattomasti.

Tässä vaiheessa kannattaa antaa nuorten itsensä ideoida tiedonkeruuta. Ohjaaja ehdottaa menetelmiä tai antaa vinkkejä ainoastaan, jos näyttää siltä etteivät nuoret pääse omin avuin eteenpäin.

Mikäli aikaa on käytössä vähemmän, tämän koulutusvaiheen voi myös jättää välitehtävän aikana toteutettavaksi.

6 Toiminnan suunnittelu

Tavoite: Koota yhteen harjoitusten ja mahdollisen havainnoinnin anti. Tehdä näkyväksi hankittu tieto ja valmistella ideoita välitehtävää ja toimintaa varten. Harjoitella pitkäjänteistä suunnittelua, poimia omasta suunnitelmasta keskeiset kysymykset sekä työstää omaa ryhmätyötä

Aika: 45 minuuttia.

Nyt nuoret ovat miettineet omaa lähialuettaan ja kartoittaneet yhteisönsä sosiaalisia suhteita. On aika vetää havainnot yhteen. Harjoitusten perusteella on löytynyt ehkä useitakin kohtia, joihin nuoret voisivat vaikuttaa. Seuraavaksi on aika ryhtyä tuumasta toimeen ja suunnitella toimintaa, jolla epäkohtiin puututaan. Toiminta voi olla mitä lähes mitä tahansa: kannanotto, avoin kirje, näytelmä, video, teemapäivä – toimintamalli riippuu valitusta kohteesta ja toiminnan toteuttajista.

IDEAT NÄKYVIKSI

Vaihe 1

Ryhmät tekevät yhteenvedon siitä, mitä he ovat aikaisemmissa harjoituksissa havainneet ja oppineet. Yhteenvedon tekemisessä voidaan hyödyntää epätavomaisia keinoja, kuten piirtämistä, jotta havainnot ja ideat saadaan konkreettisesti näkyvään muotoon. Yhteenveto voi siis olla sarjakuva tai kuvakollaasi, tai vaikka pienimuotoinen näytelmä. Ryhmille annetaan noin 15 minuuttia aikaa yhteenvedon valmistelemiseen ja toteuttamiseen.

Vaihe 2

Tämän jälkeen pienryhmät esittävät aikaansaannoksensa koko ryhmälle. Sarjakuvat tai muut piirroukset voidaan kiinnittää luokan seinille, muiden tutustuttaviksi.

Vaihe 3

Kun kaikki ryhmät ovat esitelleet yhteenvetonsa, voidaan keskustella isossa ryhmässä siitä mitä yhteistä yhteenvedoista löytyy ja kerätä ideoita siitä, miten asioita voisi viedä eteenpäin.

TOIMINTASUUNNITELMA

Vaihe 1

Nuoret voivat toimia kaikki yhdessä tai jakautua pienryhmiin kiinnostuksensa kohteiden mukaan. Edellisten harjoitusten perusteella nuorille on todennäköisesti syntynyt paljonkin ideoita siitä, mitä he voisivat tehdä. Ensimmäiseksi kukin pienryhmä päättää, mihin kohteeseen halutaan vaikuttaa.

Vaihe 2

Kun toiminnan kohde ja toimintakeinot on päätetty, aletaan hioa yksityiskohdita. Toimintasuunnitelma kannattaa tehdä kirjallisena. Toimintasuunnitelman

ei tarvitse olla taulukon muotoinen, mutta on tärkeää, että suunnitelma on kirjattu paperille. Kun tavoitteet on eritelty paperille, ne on helpompi saavuttaa. Toimintasuunnitelmasta on myös hauska jälkepäin lukea, kuinka toiminta eteni ja mitkä asiat muuttuivat alkuperäisestä.

Toimintasuunnitelmaan on hyvä kirjata esimerkiksi seuraavia seikkoja:

- Kohde: Mihin halutaan vaikuttaa?
- Tavoite: Mihin asiaan kohteessa pyritään vaikuttamaan?
- Perustelut: minkä vuoksi valitsitte juuri tämän kohteen?
- Toimenpiteet: mitä aiotte tehdä?
- Kohderyhmä: kenelle toiminta on suunnattu?
- Yhteistyötahot: keneltä voi saada apua, lisätietoja, voimavaroja?

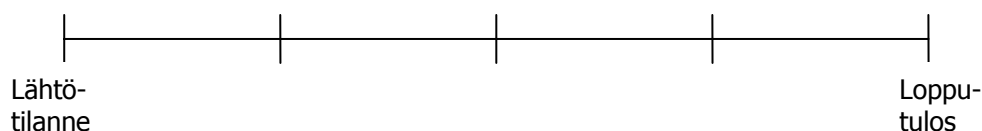
Vaihe 3

Tässä vaiheessa toimintasuunnitelmaa tehdään työnjako. Ryhmän jäsenten kesken jaetaan vastuualueet, laaditaan aikataulu, otetaan yhteys mahdollisiin yhteistyökumppaneihin ja suunnitellaan varsinainen toiminta niin, että sen toteuttaminen on mahdollista sovitussa aikataulussa. Ohjaajan on hyvä olla tukena suunnitelman teossa. Hän voi miettiä myös, miten tehtävien toteuttaminen nivoutuu muuhun tukioppilastoimintaan. Ohjaaja vastuulla on auttaa nuoria rajaamaan tehtävää niin, että sen toteuttaminen ei käy liian raskaaksi.

TAVOITTEET TODEKSI

Vaihe 1

Ensimmäisessä vaiheessa mietitään, missä tilanteessa olemme nyt ja mikä on meidän tavoitteemme, mikä on se ideaali tila, johon halutaan päästä. Nämä kohdat merkitään paperille aikajanalle: alkutilanne janan alkuun nykyhetkeen, lopputilanne ja tavoitetila aikajanan loppuun tulevaisuuteen. (Tässä kohdassa voi myös hyödyntää Toiminnan portaat -harjoitusta, joka löytyy kohdasta 10 sivulta 34.)



Vaihe 2

Seuraavaksi mietitään, mitä aikajanalla on tapahduttava, jotta nykyhetkestä päästään tavoitetilaan. Aikajanaa voidaan verrata portaisiin, joissa alhaalla on nykytila ja ylhäällä, portaiden päässä tavoitetila. Jokainen askelma on pieni hyppäys eteenpäin matkalla tavoitteeseen. Koko portaikkoa ei voi hypätä ylös

yhdellä kertaa, vaan toiminta on jaettava pienempiin askelmiin ja tavoitteeseen kiivetään askelma kerrallaan.

Vaihe 3

Aikajanaan merkitään myös niitä uhkia, jotka voivat estää tavoitteeseen pääsemistä. Voi käydä myös niin, että jossain vaiheessa on otettava pari askelta taaksepäin. Mitkä ovat niitä asioita, joihin toiminnan toteutuminen voi kariutua? Onko ajanpuute suurin ongelma, tarvittaisiinko toimintaan rahaa, vaikeuttaako kunnan hidas byrokratia tavoitteen toteutumista?

Ongelmiin voidaan miettiä myös ratkaisuja: voisiko nuorten projekti saada sponsorin jostain paikkakunnan yrityksestä tai löytyykö järjestöistä, esimerkiksi Mannerheimin Lastensuojeluliiton paikallisyhdistyksestä apua ja yhteistyötahoja? Miten koulun omaa osaamista, oppitunteja tai opettajien asiantuntemusta voisi hyödyntää toiminnassa?

Vaihe 4

Lopuksi aikajanaan merkitään todelliset päivämäärät: milloin tavoite on mahdollista saavuttaa, kun otetaan huomioon koulun ja oppilaiden muut tehtävät ja kiireet? Toiminnan kohteesta riippuen nuorten projekti voi kestää muutamasta viikosta jopa kuukausiin. Ohjaajan on hyvä olla mukana miettimässä, millainen aikataulutus on realistinen, jotta projekti on toteutettavissa. Näin ohjaaja voi myös ennakoida sitä, miten hän ohjaa toiminnan toteutusta; riittääkö yksi palautepäivä, vai tarvitaanko yhteisiä suunnitteluhetkiä vielä useita ennen kuin tehtävä on valmis.

Harjoitusta voi käyttää myös tilanteessa, jossa toiminta on jo käynnistynyt. Tällöin harjoitus tuo nuorille lisää motivaatiota tavoitteensa saavuttamiseen ja auttaa ratkaisemaan niitä ongelmia, joita toteutuksessa on mahdollisesti kohdattu.

7 Ensimmäisen koulutuskerran päätös

Tavoite: Päättää ensimmäinen yhteinen työskentelykerta. Antaa palautetta ryhmälle.
Aika: 20 min

Ensimmäisen koulutuskerran lopussa on vielä hyvä vetää yhteen ne asiat mitä koulutuksessa on tehty ja mitä on päätetty sekä kerrata nopeasti välitehtävien aiheet ja toimintasuunnitelmat. Lisäksi käydään läpi aikataulu ja käytännön järjestelyt, jotta jokaiselle on selvää milloin ja missä toinen koulutuskerta pidetään.

Koulutus on hyvä lopettaa harjoituksiin tai leikkeihin, joissa kootaan osallistujien tunteuksia koulutuksen annista ja tunnelmista. Lisäksi päätösharjoituksissa on mahdollista antaa palautetta ryhmälle hyvin tehdystä työstä.

PÄIVÄN LÖÖPPI

Tarkoituksena on tehdä iltapäivälehtien lööppejä vastaava juliste omista sen hetkisistä tapahtumista ja tuntemuksista. Jokainen kirjoittaa ja piirtää A3-kokoiselle paperille muutamia otsikoita: mitä itselle on tapahtunut edellisenä päivänä tai edellisellä viikolla, miltä tuntuu, mitä on mielessä. Lööpit kerätään vierekkäin seinälle ja tutustutaan muiden "uutisiin".

PALAUTETTA PELIKORTEILLA

Ryhmän jäsenet asettautuvat piiriin ja ohjaaja kiertää jokaisen luona korttipakan kanssa. Kukin nostaa vuorollaan yhden pelikortin. Kortin väristä ja numerosta riippuen kunkin tulee kertoa seuraavia koulutukseen liittyviä asioita:

- punainen 1-6 = jotain positiivista itsestä
- musta 1-6 = jotain kehitettävää itsessä
- punainen 7-13 = jotain positiivista ryhmästä
- musta 7-13 = jotain kehitettävää ryhmässä

VÄLITEHTÄVÄ

Tavoite: Kerätä lisää tietoa lähiympäristöstä, tarkentaa tai toteuttaa toimintasuunnitelmaa. Välitehtävän aihe riippuu siitä, mitä ideoita ensimmäisellä koulutuskerralla on syntynyt.

Aika. 1-2 viikkoa

Harjoitusten ja toimintasuunnitelman tekemisen jälkeen nuorille annetaan aikaa viedä toimintaansa eteenpäin välitehtävän avulla. Nuoret tekevät välitehtävän itsenäisesti vapaa-ajallaan, mutta on hyvä, jos ohjaaja pystyy olemaan nuorten tukena. Välitehtävä toteutetaan samoissa pienryhmissä, jotka laativat toimintasuunnitelman ensimmäisen koulutusosion aikana.

Välitehtävässä otetaan ensimmäiset konkreettiset askeleet tavoitteen saavuttamiseksi. Tehtävä riippuu valitusta kohteesta. Se voi olla esimerkiksi kohdetta koskevan kyselyn tekemistä muille oppilaille, lähiympäristön havainnointia ja epäkohtien kirjaamista, koulu-kiusaamista koskevan tiedon keräämistä tai muuta taustatiedon kartoittamista. Jos nuoret esimerkiksi tekevät videon ja toimintasuunnitelmaa tehdessä käsikirjoitus ja kuvaaminen on jo tarkkaan mietitty, välitehtävä voi olla videon toteuttaminen.

TOINEN KOULUTUSKERTA

8 Aloitusharjoitukset

Tavoite: Palauttaa mieliin ensimmäisen koulutuskerran tunnelma ja virittää ryhmä jälleen työskentelemään yhdessä.

Aika. 30 min

Toinen koulutuskerta on hyvä aloittaa jollakin leikillä, joka virittää osallistujat koulutukseen ja rentouttaa ilmapiiriin. Myös koulutuksen ensimmäisen osion alussa esitellyt aloitusharjoitukset käyvät tähän. Voit myös käyttää jotain omaa, hyväksi kokemaasi aloitusta.

PIRAIJAT

Osallistujat seisovat kapealla penkillä tai rivissä olevien tuolien päällä. Tarkoituksena on järjestäytyä riviin syntymäpäivän mukaan nuorimmasta vanhimpaan. Osallistujien tulee olla varovaisia, etteivät he tipahda penkiltä piraijoiden saaliiksi. Mikäli joku putoaa, on koko ryhmän palattava alkuperäisille paikoilleen ja aloitettava järjestäytyminen alusta.

SALAKULJETUS

Leikkijät, lukuun ottamatta yhtä, istuvat lattialla piirissä kädet nyrkissä siten, että kaikkien ranteet koskettavat toisiaan. Yhdellä osallistujista on nyrkissään pieni kivi. Ryhmän tehtävä on vaivihkaa siirtää kiveä nyrkistä nyrkkiin siten, että ulkopuolelle jäänyt henkilö ei huomaa. Tämä puolestaan yrittää arvata missä kohtaa kivi on menossa. Arvaajalla on mahdollisuus vain kolmeen arvaukseen.

AALLOT

Osallistujat istuvat piirissä tuoleilla. Tuoleja on yksi vähemmän kuin osallistujia joten yksi ryhmän jäsen, leikin ohjaaja, joutuu seisomaan. Hän antaa muille ohjeita siirtyä vasemmalle tai oikealle ja istujat seuraavat ohjeita. Leikin vauhti nopeutuu koko ajan. Tarkoituksena on saada istujat sekoamaan ohjeissa, jolloin ohjaajalla on mahdollisuus päästä johonkin väliin istumaan. Siitä, joka jää ilman istumapaikkaa, tulee uusi ohjaaja.

9 Välitehtävien esittely

Tavoite: Käydään läpi välitehtävänä tehdyt ryhmätyöt.

Aika: 30 min / pienryhmä

Välitehtävän tekemisen jälkeen nuoret kokoontuvat yhteen toiseen koulutuspäivän, jossa käydään läpi kunkin ryhmän tekemät tehtävät ja mietitään, miten jatketaan eteenpäin.

MITÄ SAATIIN AIKAAN?

Pienryhmät esittelevät koulutuksen välitehtävänä tekemänsä aikaansaannokset muille koulutuksen osallistujille. Esitystavat riippuvat siitä, millainen nuorten tehtävä on ollut.

10 Ideoiden kehittäminen eteenpäin

Tavoite: Työstää ryhmässä keinoja, joilla voidaan puuttua välitehtävän tekemisessä eteen tulleisiin kysymyksiin. Havaita että muillakin on samantyyppisiä ongelmia tehtävissään, mutta niihin on mahdollista löytää ratkaisu.

Aika: 60-120 min

Seuraavaksi työstetään välitehtävien ideoita eteenpäin ja etsitään ratkaisuja mahdollisiin ongelmakohtiin. Mikäli nuoret ovat saaneet tehtävänsä valmiiksi, voidaan miettiä miten toiminnasta tiedotetaan eteenpäin: vanhemmille, opettajille, kunnan päättäjille jne. Nuoret voivat myös miettiä haluavatko he jatkaa tehtävien toteuttamista tämän koulutuksen jälkeen ja suunnitella tulevaa toimintaa. Tämä osio kannattaa päättää jatkosta sopimiseen ja miettiä kokoonnutaanko vielä kolmannenkin kerran sitten, kun kaikki ryhmät ovat saaneet toimintasuunnitelmansa toteutettua.

TOIMINNAN PORTAAT

Ohjaajat jakavat osallistujat pienryhmiin ja antavat jokaiselle ryhmälle paperin, johon on piirretty toiminnan portaat (Liite, s. 45). Portaiden yläpää edustaa sitä tavoitetta, johon toiminnassa pyritään. Osallistujat ovat tehtävän tekoheikillä portaiden alapäässä. Mitä konkreettisia askelia tarvitaan, jotta tavoitettaisiin toiminnan päämäärä? Pienryhmissä mietitään askelia ja tekoja, jotka johtavat toivottuun päämäärään ja ne kirjataan paperin portaisiin. Lopuksi ryhmät kokoontuvat yhteen ja kunkin ryhmän ideapaperit esitetään muille.

LASKUVARJO

Tämän harjoituksen avulla voidaan kartoittaa toiminnan ongelmakohtia ja miettiä mitä haasteita saattaa tulla eteen tulevaisuudessa. Jokaiselle osallistujalle jaetaan kopio laskuvarjohyppy-piirustuksesta (Liite, s. 46). Piirustuksen kuvat symboloivat seuraavia asioita. Henkilö, joka hyppää, on osallistuja itse. Hänen laskeutumisaikansa on se tavoite, johon hän toimintasuunnitelmasaan pyrkii. Itse laskuvarjo esittää kaikkia niitä tahoja, jotka tukevat henkilöä tämän tavoitteeseen pääsyssään. Laskuvarjon köydet merkitsevät niitä kykyjä ja taitoja, joita hyppääjän tulee kehittää, jotta hän pystyisi käyttämään tarjolla olevaa tukea. Sää esittää kaikkia niitä olosuhteita, jotka vaikuttavat tavoitteen saavuttamiseen: ihmisiä, asioita ja tapahtumia, jotka voivat muodostaa yllättäviä esteitä tai etuja. Mutainen maa edustaa riskejä, jotka saattavat toteutua, ellei hyppääjä ole varovainen.

Osallistujat täyttävät laskuvarjopaperin eritellen siihen eri symbolien avulla omaan toimintasuunnitelmaansa ja tavoitteeseensa liittyviä vaaroja ja myötävaikuttavia tekijöitä.

RYHMÄSSÄ RATKAISUUN

Vaihe 1

Harjoitus aloitetaan yksilötehtävänä. Jokainen saa 3-5 paperilappua, joille kirjataan välitehtävän tekemiseen liittyneitä kysymyksiä, epäselviä asioita ja ongelmia. Yhteen lappuun kirjoitetaan yksi asia.

Vaihe 2

Kun kaikki ovat saaneet kysymyksensä kirjoitettua, laput kerätään ja kysymykset luetaan ääneen. Todennäköisesti huomataan, että vaikka ryhmien tehtävät ovat olleet erilaisia, niissä kohdatut ongelmat ovat kuitenkin samantyyppisiä. Todennäköisesti ongelmina koetaan ajanpuute, yhteistyötahojen löytyminen tai liian suureksi paisunut toiminta.

Vaihe 3

Seuraavaksi ongelmat ryhmitellään yläkäsitteiden alle. Yläkäsitteitä voivat olla esim. kunnan byrokratia, ajan puute, yhteistyötahojen puute jne. Tämän jälkeen muodostetaan pienryhmiä, jotka alkavat miettiä ongelmien ratkaisuja. Mikäli ongelmia on vähän, ratkaisuja voidaan miettiä myös koko ison ryhmän kesken.

IHMEKYSYMYS

”Kuvittele, että heräät huomisaamuna ja ihme on tapahtunut: tavoite jonka olit asettanut toimintasuunnitelmaasi, on toteutunut!” Mitä oikein on tapahtunut? Mikä on ensimmäinen seikka josta huomaat ihmeen tapahtuneen? Mitkä seikoista voit päätellä tavoitteesi toteutuneen ja jotain hyvää tapahtuneen? Ihmeen toteutumisen pohtiminen auttaa huomaamaan niitä eroja ja prosesseja, jotka erottavat nykyhetken tilan tavoitteeseen asetetusta tilasta. Sen kautta on helpompi tarkastella yksittäisiä askelia kohti ratkaisua. Keskustelua parin kanssa.

PAHINTA MITÄ VOISI TAPAHTUA...

Osallistujat jaetaan pienryhmiin, joiden tehtävänä on miettiä toimintasuunnitelmassa olevia mahdollisia riskejä ja riskitekijöitä. Jokainen ryhmä valitsee riskiehdotuksistaan kolme pahinta asiaa, jotka voisivat toteutua. Sitten edelleen pienryhmissä mietitään, miten riskejä voitaisiin ehkäistä ja onko jotain, mitä heidän tulisi nyt tehdä.

JATKON SUUNNITTELU

Ryhmäkeskustelua jatkoa koskevista kysymyksistä: Mitä osallistujat aikovat tehdä jatkossa? Onko toimintasuunnitelma toteutettavissa? Millaista tukea he tarvitsevat?

11 Arviointi

Tavoitteet: Kerätä tietoa onnistumisista ja epäonnistumisista sekä ohjaajan että nuorten näkökulmasta ja siten kehittää toimintaa. Oppia omista virheistään, oppia itsekritiikkiä ja itsearviointia. Vetää yhteen koulutuksen tulokset.

Aika: 30 min

Arvioinnin tavoitteena on aina kehittää toimintaa, jotta seuraavalla kerralla tulos olisi vielä parempi. Arviointi on myös toiminnan seuranta ja dokumentointia. Arviointi antaa ohjaajalle tai kouluttajalle tietoa siitä miten koulutuksen tavoitteet on saavutettu. Osallistujille arviointi tekee näkyväksi heidän toimintansa tulokset ja antaa tietoa siitä miten he ovat onnistuneet.

Arvioinnissa voidaan nähdä neljä eri tasoa:

- **Osallistujien reaktioiden arviointi.** Tarkoituksena on kartoittaa osallistujien mielipiteitä, asenteita, tunteita ja vaikutelmia toiminnasta.
- **Oppimisen arviointi.** Tarkoituksena on mitata osallistujien oppimista, uusien tietojen saamista toiminnasta, asioiden ymmärtämistä sekä toiminnan periaatteiden omaksumista.
- **Toiminnan arviointi.** Tarkoituksena on kerätä tietoa tapahtuneen merkityksestä osallistujille. Saivatko osallistujat toiminnasta itselleen uusia ideoita, pystyvätkö he muuttamaan omaa toimintaansa kokemansa perusteella?
- **Tulosten ja vaikutusten arviointi.** Tarkoituksena on tarkastella toiminnan vaikutuksia laajalti: onko koulukiusaaminen vähentynyt teemapäivän ansiosta, ovatko osallistujat aktiivisempia osallistujia kuin aiemmin?

Nuorten osallistavan koulutuksen arviointi voidaan toteuttaa monella eri tavalla. Koulutusta voi arvioida kokonaisuutena, tai molempia koulutuskertoja erikseen. Halutessaan ohjaaja voi kerätä kirjallista palautetta kyselykaavakkeen avulla. Arvioinnista tai koulutuksen järjestämisestä voi myös tiedottaa Mannerheimin Lastensuojeluliiton tukioppilastoiminnan ja nuorisotyön suunnittelijoille.

Arviointi voidaan myös rakentaa koko koulutuksen sisään osaksi osallistujien oppimisprosessia. Tällöin arvioinnin tulee alkaa jo ensimmäisestä tapaamiskerrasta, jatkua välitehtävän ajan ja toisen koulutuskerran loppuun. Arviointimenetelmät on myös suhteutettava ryhmän ikään ja tasoon.

ARVIOINTIKYSYMYKSET

Osallistujat vastaavat seuraaviin kysymyksiin:

- Mikä oli parasta koulutuksessa? Miksi?
- Mikä oli ikävintä koulutuksessa? Miksi?
- Mitä opit itsestäsi?
- Mitä opit ryhmästä?

- Mitä tietoja ja taitoja opit?
- Mitä muuta haluaisit sanoa koulutuksesta?

OPPIMISPÄIVÄKIRJA

Oppimispäiväkirjan pitäminen aloitetaan heti ensimmäisen koulutuskerran alussa. Osallistujille jaetaan vihko tai kirja, johon he kirjaavat ylös ajatuksiaan koulutuksesta säännöllisesti koko prosessin ajan. Huomioitavia asioita voivat olla ideat, tunteet, reaktiot, uusien asioiden oppiminen ja ryhmässä toimiminen.

ITSEARVIOINTI

Osallistujia pyydetään tarkkailemaan ja arvioimaan omaa toimintaansa koulutuksessa: mitä he oppivat, mikä oli heidän roolinsa koko ryhmässä tai pienryhmissä, missä he onnistuivat, mikä olisi voinut mennä paremmin. On tärkeää, että nuoret kirjaavat ylös myös positiivisia huomioita käyttäytymisestään, esimerkiksi omia vahvuuksiaan ja hyviä puoliaan.

12 Palaute

Tavoite: Antaa nuorille tilaisuus ilmaista tunteitaan ja mielipiteitään koulutuksesta ja antaa palautetta koko ryhmälle.
Aika: 15-30 min

Koulutus päättyy palautteen antamiseen ohjaajalle ja muille osallistujille. On tärkeää että jokaisella osallistujalla on mahdollisuus ilmaista niin positiivisia kuin negatiivisia tunteitaan ja ajatuksiaan koulutukseen liittyen. Koulutus on kuitenkin hyvä päättää positiiviseen palautteeseen ja myönteisiin ajatuksiin, jotta jokainen osallistuja saa ne ikään kuin mukaansa kotiin lähdettäessä.

Palautteen antamisen voi toteuttaa yksinkertaisesti siten, että jokainen saa puheenvuoron koulutuksen lopuksi ja voi kertoa ryhmälle niitä ajatuksia joita koulutus on hänessä herättänyt. Palautteen antamiseen on myös olemassa erilaisia harjoituksia, joita voi myös käyttää.

MYÖNTEISEN PALAUTTEEN ANTAMISEN SÄÄNNÖT

Tee näin:

1. Kuvaa tunteitasi ja ajatuksiasi...
2. Kuvaa sitä mitä tapahtui, miten hän menetteli, mitä hän ilmaisi...
3. Kuvaa käyttäytymistä enemmän-vähemmän -tyyliin...
4. Anna palaute toisen hyväksi...
5. Anna palaute näkyvästä käyttäytymisestä...
6. Anna tietoja ja ideoita...
7. Anna palaute tämän hetkisestä käyttäytymisestä...
8. Keskity siihen, mitä tapahtui, mitä on ilmaistu...
9. Keskity kertomaan havaintosi...
10. Keskity sellaiseen käyttäytymiseen, jota voi muuttaa...

...älä tee näin:

- ...älä arvioi kielteisesti toista
- ...älä arvioi häntä hyvä-paha asteikolla
- ...älä joko-tai vaihtoehdoin
- ...älä itsesi vuoksi
- ...älä henkilöstä
- ...älä neuvo tai kouluta, ellei sitä pyydetä
- ...älä muistele menneitä
- ...älä arvioi miksi äläkä leimaa käyttäytymistä yleensä
- ...älä ryhdy tulkitsemaan tai arvioimaan
- ...älä kuvaa toisen luonteenpiirteitä

KARKKIA JA KOHTELIAISUUKSIA

Osallistujat istuvat ringissä ja yhdellä on kädessään karkkipussi. Hän tarjoaa karkkia jollekin ringissä istuvalle sanoen tästä samalla jotain positiivista. Karkkipussi siirtyy karkinsaajalle ja on hänen vuoronsa tarjota karkkia jollekin toiselle, joka ei vielä ole saanut karkkia. Leikkiä jatketaan, kunnes kaikki ovat saaneet karkin ja positiivisen kommentin.

HYVÄN MIELEN PIIRI

Osallistujat istuvat piirissä ja yksi heistä aloittaa sanomalla jotain positiivista vieruskaveristaan. Tämä jatkaa sanoen positiivisen ajatuksen toisesta vieruskaveristaan ja näin jatketaan, kunnes ympyrä sulkeutuu ja viimeinen positiivinen kommentti tulee sille, joka aloitti leikin.

PALAUTETTA PARILLE

Ohjaaja kerää osallistujien ehdotuksia palautteen antamisen muodoista ja niistä valitaan yhdessä sopivin muoto parille annettavan palautteen toteuttamiseen. Muodon lisäksi pitää miettiä palautteen sisältöä. Miksi parille annetaan palautetta? Mitä oikein arvioidaan? Kun palautteet ovat valmiita, ne annetaan parille ja käydään läpi yhdessä etukäteen sovitulla tavalla.

”MUSTALAISEN PÄIVÄKIRJA”

Osallistujat ovat piirissä. Jokainen saa paperin, jolle hän kirjoittaa oman nimensä. Paperi annetaan vasemmalle puolella olevalle vierustoverille, joka kirjoittaa siihen myönteistä palautetta tai terveisiä sille henkilölle jonka nimi paperissa lukee. Sitten hän taittaa paperin niin, että henkilön nimi jää näkyviin, mutta palaute peittyi, ja antaa paperin jälleen vasemmalle puolelleen. Näin jatketaan kunnes jokainen on kirjoittanut jokaiselle palautetta. ”Päiväkirjan” saa lukea vasta illalla kotona.

13 Koulutuksen päättäminen

Tavoite: Kerrata sovitut asiat ja muistuttaa mahdollisesta jatkotapaamisesta. Luoda koulutukselle selkeä päätös, jonka jälkeen työskentely on päättynyt ja osallistujat voivat palata arkeen.

Aika: 15 min

Lopetukselle on myös tärkeä varata oma aikansa. Se saattaa koulutusprosessin päätökseen ja jättää hyvän mielen. Ennen viimeisiä harjoituksia on vielä hyvä kerrata koulutuksen anti ja jatkoa koskevat päätökset.

Viimeinen harjoitus luo päätöksen koko koulutukselle. On mukava tehdä vielä kerran jotain ryhmänä ennen kuin osallistujat hajaantuvat kukin taholleen ja palaavat normaaliin koulutyöhön tai koteihinsa.

Viimeinen harjoitus voi olla sama tai samantyylinen kuin ensimmäisen koulutuskerran ensimmäinen harjoitus. Näin luodaan symbolinen merkki ja jatkumo siitä, milloin koulutus alkaa ja milloin se loppuu.

POSTIKORTIT

Tämä on täsmälleen sama harjoitus kuin ensimmäisen koulutuskerran tunnelmanluomisessa. Päätösharjoituksessa lattialle asetelluista korteista valitaan se, joka parhaiten kuvaa koulutuksen lopetushetken tunnelmia. On mielenkiintoista kuulla, miten osallistujien tuntemukset ovat muuttuneet alun jälkeen.

YHTEISHALAUUS

Kaikki osallistujat halaavat toisiaan yhtä aikaa.

HALAUSJONO

Yhteishalauksen voi toteuttaa myös halausjonona tai –piirinä. Tällöin jokainen halaa vuorollaan jokaista henkilökohtaisesti. Koska koskettamien ei aina kaikista tunnu hyvältä, voidaan sopia jokin vaihtoehto halaukselle, kättely, vilkutus tms. Tärkeää on kuitenkin, että jokainen hyvästelee kaikki muut ryhmäläiset.

LANKAKERÄ

Sama harjoitus kuin tutustumisharjoitusten kohdalla. Osallistujat ovat piirissä ja heittelevät lankakerää toisilleen. Nyt heittäjä sanoo jotain ajatuksiaan koulutuksesta, pitää langanpään itsellään ja heittää kerän jollekin toiselle. Kun kaikki ovat sanoneet jotain, lanka-verkko puretaan heittämällä kerää takaisin päin ja sanomalla jotain koko ryhmälle.

VÄLIHARJOITUKSET

Tähän olemme keränneet leikkejä ja harjoituksia, joita voidaan tehdä koulutuksessa varsinaisen koulutusrungon mukaisten harjoitusten lisäksi. Jos koulutus toteutetaan esimerkiksi leirimuotoisena, oheisia harjoituksia voidaan leikkiä iltaohjelmalla. Muuten näitä harjoituksia voidaan käyttää tauottamaan koulutusta, pohdintaa ja syventymistä vaativien harjoitusten ja ryhmätöiden vastapainona.

Väliharjoitukset on jaettu piristäviin ja rauhoittaviin leikkeihin. Kun ryhmässä on havaittavissa väsymystä ja otteen herpaantumista, voi osallistujat saada innostuneelle mielelle tekemällä välillä jotain hauskaa ja virkistävää. Sen sijaan, jos ryhmä on hyvin levoton, voi kouluttaja saada ryhmän hallintaansa ja rentoutumaan rauhoittavilla leikeillä.

Piristysleikit

PYYKKIPOIKA

Jokaiselle osallistujalle jaetaan viisi pyykkipoikaa, jotka he kiinnittävät vaatteisiinsa. Leikin ensimmäisessä vaiheessa tarkoituksena on kerätä omiin vaatteisiin niin monta pyykkipoikaa kuin suinkin mahdollista. Käytännössä tämä tapahtuu varastamalla pyykkipoikia muilta siten, että ennen kuin leikkijä voi varastaa seuraavan pyykkipojan, pitää edellinen saalis olla kiinnitettynä omiin vaatteisiin. Varastelun jatkettua aikansa ohjaaja keskeyttää leikin ja katsoo, kenellä on eniten pyykkipoikia. Saman tien aloitetaan leikin toinen vaihe, jossa pyykkipojista pyritään pääsemään eroon niin, että niitä kiinnitetään yksi kerrallaan muiden osallistujien vaatteisiin.

ELÄINTEN EVOLUUTIO

Ohjaaja kertoo mistä leikissä on kysymys: osallistujien tulisi edetä eri evoluution tasojen kautta amebasta ihmiseksi. Näitä eri kehitystasoja ovat ameban jälkeen mato, jänis, gorilla, supermies ja lopuksi ihminen. Jokaisen tason oliolla on oma tapansa äännellä ja liikkua:

- ameba: tehdään käsillä uintiliikettä ja hoetaan: "ameba, ameba, ameba..."
- mato: tehdään luikertelevaa liikettä käsillä ja hoetaan: "mato, mato, mato..."
- jänis: liikutaan hyppien ja nostetaan kädet pään viereen korviksi. Hoetaan: "fluf, fluf, fluf..."
- gorilla: liikutaan takoen käsillä rintaa hokien: "gorilla, gorilla, gorilla"
- supermies: liikutaan "lentäen" pitäen toista kättä suoristettuna etuviistoon ja suhistaan: "Sssssssshhhhhhh..."
- ihminen: voittaja ja selviytyjä, poistuu pelistä

Leikkijät siis liikkuvat tilassa sikin sokin äännellen ja elehtien evoluutiotasonsa eläimen mukaisesti. Kun leikkijä kohtaa samalla tavalla äännelevän henkilön, he pelaavat ”kivi-sakset-paperi” –peliä (kivi voittaa sakset, sakset voittavat paperin ja paperi voittaa kiven). Pelin voittanut henkilö pääsee evoluutiotasolla yhden ylöspäin (esimerkiksi madosta jänikseksi), kun taas hävinnyt pelaaja putoaa yhden tason alaspäin (madosta amebaksi). Voittajia ovat ne, jotka onnistuvat kehittymään ihmisiksi ja pääsevät siten ulos pelistä.

FORMULA 1

Osallistujat istuvat piirissä ja yksi osallistujista alkaa äännellä kuin formula-auto, kellonsuuntaisesti seuraava henkilö jatkaa ääntä ja näin jatkuu kunnes joku omalla ääntelyvuorollaan päästää jarrutusäänen. Jarrutusäänen jälkeen suunta vaihtuu. Jos joku tekee auton äänen tai jarrutusäänen muuten kuin omalla vuorollaan, hän tippuu pois pelistä. Samoin tippuu, jos alkaa nauraa. Peliä jatketaan kunnes jäljellä on enää yksi henkilö.

RUUMIINOSAT

Ryhmän jäsenet kuljeskelevat ympäriinsä tilassa. Ohjaajan käskiessä heidän tulee muodostaa ryhmiä, jossa tietty määrä eri ruumiinosia koskettavat toisiinsa ohjaajan ohjeiden mukaan. Esimerkiksi ohjaaja sanoo: ”Kolme vasenta jalkaa!” jolloin ryhmä muodostuu kolmen vasemman jalan koskettaessa toisiinsa. Jos joku leikkijöistä jää ryhmän ulkopuolelle, hän putoaa pelistä pois. Leikkiä jatketaan kunnes jäljellä on enää kaksi osallistujaa.

ISTU SYLIINI

Leikkijät istuvat ringissä ja yksi heistä aloittaa kertomalla jonkin erikoisen tai harvinaisen asian jonka hän on tehnyt, esimerkiksi laskuvarjohyppy tai etanoiden syöminen. Jos ryhmässä on muita, jotka ovat tehneet saman asian, istuutuvat he väitteentekijän syliin. Leikissä voi ”fuskata” sanomalla jonkin todella tavanomaisen asian, jonka kaikki ovat tehneet, jolloin koko ryhmä yrittää istua toistensa syliin.

KALAT VERKOSSA

Leikkijät jaetaan kahteen ryhmään, josta toiset muodostavat käsi kädessä piirin ja toiset menevät sen sisälle. Piirissä olijat muodostavat verkon ja sisällä olijat ovat kaloja. Kalat yrittävät päästä verkosta (piiristä) pois. Piirissä olijat yrittävät estää sen. Kalojen päästyä verkosta ulos vaihdetaan tehtäviä.

NIMIEN AAKKOSJÄRJESTYS

Tätä leikkiä voi käyttää apuna jos on tarkoitus saada osallistujat jonoon esimerkiksi ryhmiinjako varten. Osallistujat seisovat tuoleilla ja yrittävät lattiaa koskettamatta järjestäytyä riviin nimiensä alkukirjaimen mukaiseen aakkosjärjestykseen.

Rauhoittavat leikit

RENTOUTUMISHARJOITUS

Osallistujat voivat istua tai maata silmät kiinni. Ohjaaja kertoo tarinan tai maa-lailee mukavaa mielenmaisemaa, joka auttaa rentoutumaan ja tuo hyvän olon. Taustalla soi tilanteeseen sopiva musiikki, joka jatkuu vielä ohjaajan puheen loputtua. Jokainen voi antaa ajatusten ja tuntemusten vaellella musiikin ja tarinan johdattamana.

EN OLE KOSKAAN...

Tämä harjoitus vaatii ryhmältä avoimuutta ja luottamusta, jotta se onnistuisi mahdollisimman hyvin. Tarkoituksena on paljastaa ryhmälle yllättäviä asioita, joita ei ole koskaan tehnyt, mutta joista kuvittelee että useimmat muut nuoret ovat tehneet sen. Esimerkiksi: "En ole koskaan ratsastanut hevosella. "Jos väitteentekijä on ainut, joka ei ole tehnyt asiaa, hän saa pisteen. Harjoitus voidaan purkaa keskustelemalla.

KESKITTYMISLEIKKI

Leikkijät muodostavat pareja. Parit seisovat selätysten vastakkain silmät kiinni. Parit kääntyvät hitaasti ympäri ja yrittävät löytää toistensa sormenpäät. Leikkiä voi jatkaa etsimällä seuraavaksi esimerkiksi parin kyynärpäät jne.

HYMYN HEITTO

Leikkijät istuvat piiriin. Joku alkaa hymyillä, vetää kädellään hymyn pois kasvoiltaan ja osoittaa jotakuta. Hymyn vastaanottanut henkilö aloittaa hymyilemisen ja heittää sen seuraavaksi jollekin muulle. Toiset eivät saa nauraa eivätkä hymyillä. Se joka nauraa joutuu pelistä pois.

PIIRRETTY JUORU

Leikkijät asettuvat yhteen tai useampaan jonoon. Takimmainen piirtää sormellaan edessä olevan selkään jonkin kuvion kuten sydämen, kolmion tai tähden. Kuvion saanut piirtää sen edessään seisovan selkään ja niin edelleen. Lopuksi kuvan lähettänyt ja viimeksi saanut piirtävät kuvat taululle. Minkälaisena viesti tuli perille?

TOIVEPIIRI

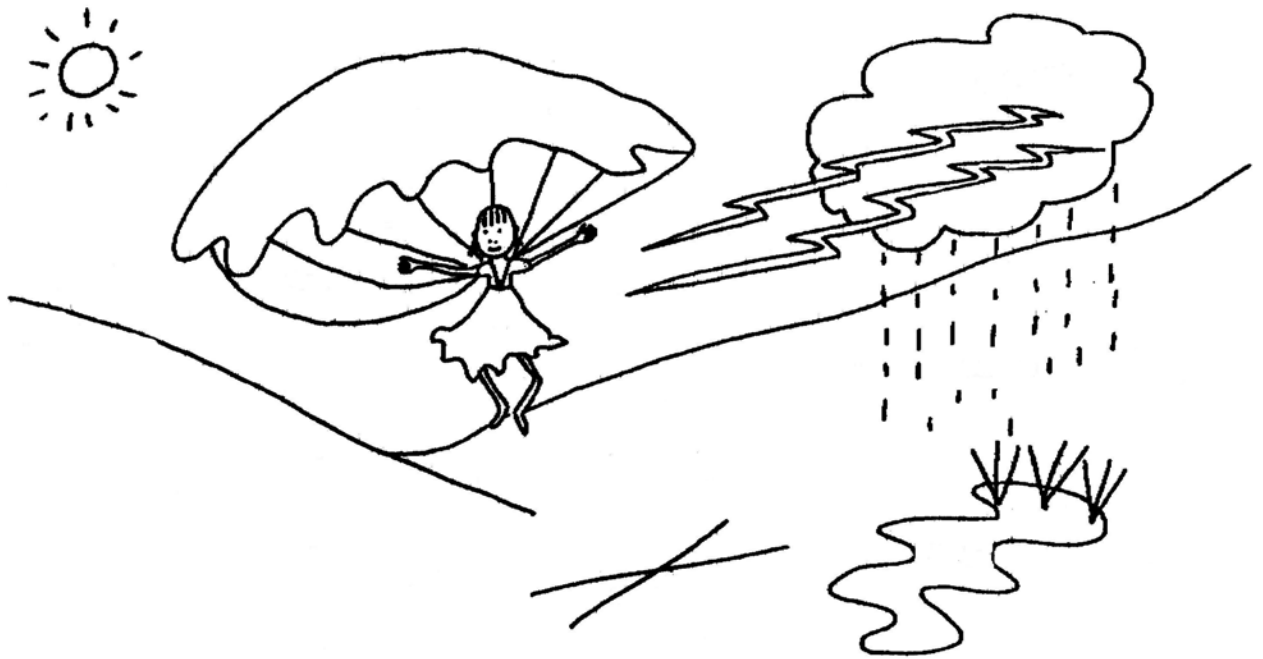
Leikkijät seisovat piirissä, käsi kädessä. Jokainen toivoo vuorollaan jotain itselleen tärkeää asiaa hiljaa silmät kiinni. Kevyt kädenpuristus on merkki seuraavan vuorosta. Kädenpuristus on kuin yhteinen pulssi, joka sykkii läpi piiriin.

KUUNNELLAAN ÄÄNIÄ

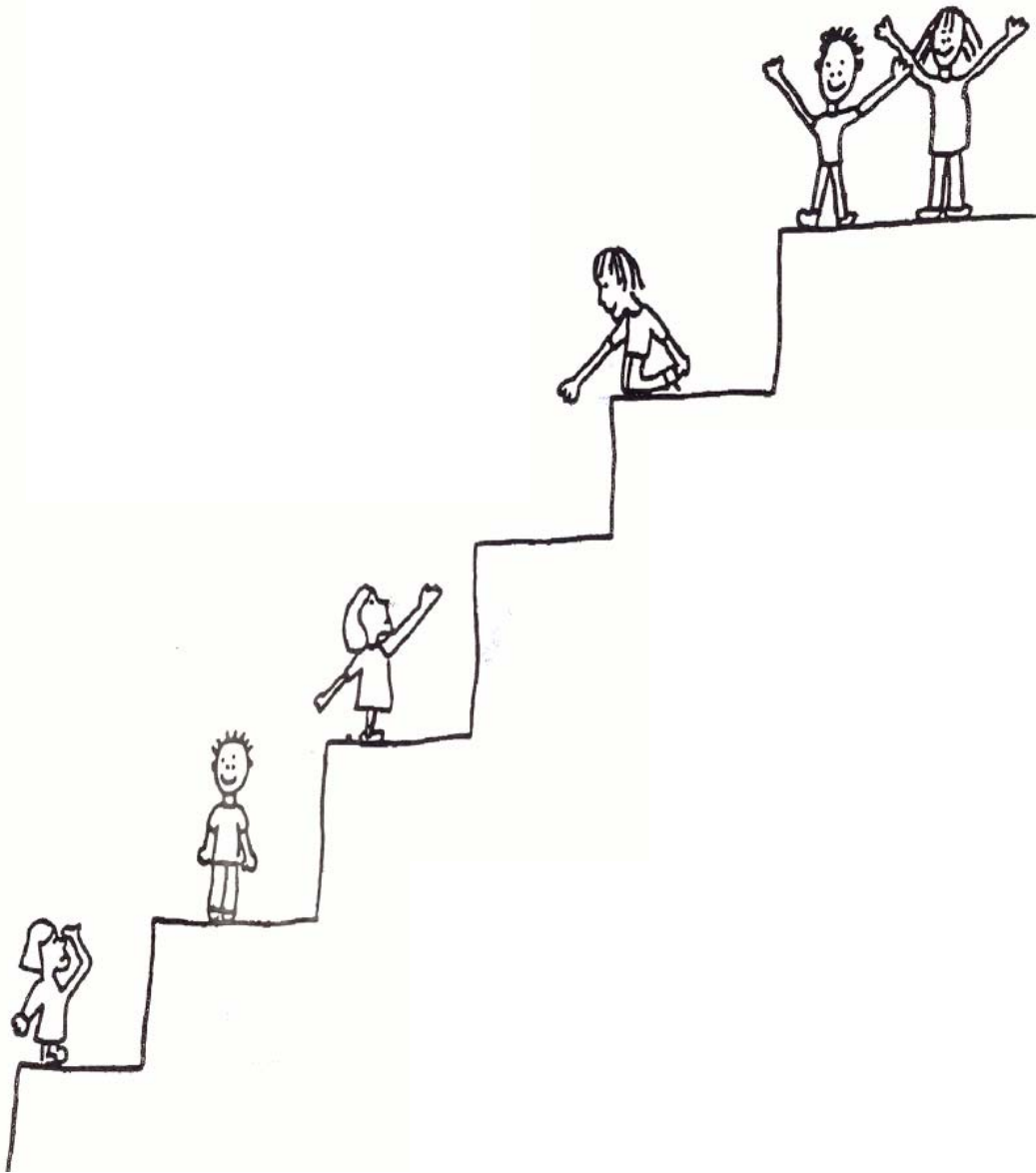
Leikkijät istuvat tai makaavat lattialla hiljaa ja keskittyvät kuuntelemaan ympäristön ääniä. Huoneen sisältä kuuluu hengitystä, rapinaa, kellon tikitystä jne. ja ulkoa oven kolahdus, hissien ääni, auton surinaa, lasten huutoja pihalta, lintujen viserrystä jne. Lopuksi voidaan keskustella, millaisia ääniä kukin kuuli.

Liitteet

"Laskuvarjo"



"Toiminnan portaat"



Yhteystiedot

Mannerheimin Lastensuojeluliitto
Toinen Linja 17
00530 Helsinki

puh: 09 – 348 11 500
e-mail: etunimi.sukunimi@mll.fi
www.mll.fi

Työryhmässä mukana olleet tukioppilastoiminnan ohjaajat:

Merja Danso
Nilon yläaste / Kuusamo
Merja.Danso@koulu.kuusamo.fi

Ilkka Eskola
Voionmaan yläaste / Jyväskylä
ilkkae@nic.fi

Raija Hakanen
Kummun koulu / Outokumpu
puh: 013-559259

Pasi Karjalainen
Pohjankartanon yläaste / Oulu
karjala@edu.ouka.fi

Heli Myyry
Lyseon peruskoulu / Joensuu
hmyyry@pelu.jns.fi

Eija Pääkkönen
Hankasalmen yläaste / Hankasalmi
eija.paakkonen@hankasalmi.fi

Johanna Ruusunen
Harjavallan yläaste / Harjavalta
johanna.ruusunen@harjavalta.fi

Anne Seppä
Sievin yläaste / Sievi
seppa9@saunalahti.fi

Ari Suhonen ja Tiina Välimäki
Sylvään koulu / Vammala
tiina.valimaki@edu.vammala.fi
ari.suhonen@vammala.fi

Irja Härkönen ja Pirjo Saarinen
Paltamon yläaste / Paltamo
irja.harkonen@koulu.paltamo.fi
pirjo.saarinen@koulu.paltamo.fi

ASK-projektin kansainväliset partnerit:

ACCIONES INTEGRADAS DE DESARROLLO (AID)
C/General Aguilera, 3 – 5 B
C.P. – 13001 Ciudad Real
Espanja
puh: +34 926 225 319
e-mail: aid@inteco.es

PROTASI
Sarantaporou St. 20
Patras 262 23
Greece
puh: +0030-0610 451790
e-mail: protasi@pat.forthnet.gr