

Yhdeksän porrasta tunnetaitoiseen Käpylään

luokat 7-9
elokuu-toukokuu 2022-203

Porras 1: Edistän turvallisuutta

Ensin:

Piirrä ympyrä. Lisää ympyrääsi turvaverkkosi. Nimeä siinä olevat ihmiset. Voit myös piirtää useamman ympyrän.

Seuraavaksi miettikää yhdessä:

- 1) Kuka sinua omissa verkostoissasi (koulussa, kotona, harrastuksissa, kaveripiirissä)?
- 2) Kuka sinua auttaa, jos tarvitset apua?

Porras 2: Saan yrittää, erehtyä, oppia ja innostua

Esimerkkivirke: Jos olisin kirja, olisin Taru sormusten herrasta.

Täydennä virkkeet:

Jos olisin tunti, olisin...

Jos olisin kouluruoka, paikka koulussamme, musiikkikappale, urheiluväline, huonekalu, kirja, elokuva, vaate...

Purkakaa virkkeet ryhmässä. Miksi olisin tietty asia? Miksi valitsin tämän asian?

Porras 3: Annan tilaa toisille ja erilaisuudelle

Miten voisin osoittaa toiselle kunnioitusta ja arvostusta? Miten voi näyttää, että toinen saa olla juuri sellainen kuin on.

Esimerkkejä kunnioituksen ja arvostuksen osoittamisesta: tervehtiminen, paikan varaaminen, kaverin esitteleminen, toisen huomioon ottaminen, kuunteleminen, oven pitäminen auki, porukkaan mukaan pyytäminen.

Lopuksi esitelkää luokassa keksimänne keinot.

Porras 4: Annan työrauhan toisille

Pohtikaa pareittan:

Millaista on hyvä riitely? Mitä asioita on syytä muistaa riitatilanteissa, jotta riitely on rakentavaa, eikä toista loukata? Mitä eroa on riidalla ja väkivallalla? Miten voi toimia, jos kohtaa väkivaltaa? Mistä saa apua?

Millä eri keinoilla vihan tunnetta voi ilmaista ja purkaa rakentavasti ilman, että esim. vahingoittaa toista ihmistä? Mitkä keinot auttavat kontrollin säilyttämisessä silloin, kun on voimakkaan vihan tunteen vallassa?

Parit kirjaavat ylös omat vastauksensa.

Kirjoittakaa tai kuvatkaa hyvistä keinoista lista, runo, räppi, näytelmä, lyhytelokuva tai puhe.

Lopuksi ryhmässä käydään lopputulokset läpi.

Porras 5: Pidän huolta oppimisestani

Seiso peilin edessä tai katse kamerassa itsevarmassa asennossa. Ota päättäväinen ilme. Mieti omia vahvuuksiasi tai kannustavaa virkettä (esim. “Teen parhaani tänään, se riittää.”)

Toista virkettä peilin tai kameran edessä.

Harjoituksen voi tehdä myös parin kanssa, jos ryhmässä on kaikilla turvallinen olo.

Toista harjoitusta säännöllisesti.

Porras 6: Puhun hyvää toisista

Mieti erilaisia tekijöitä ja toimijoita. Esim. oppilas, lapsi, koripalloilija, poliitikko, antirasisti, jääkiekkoilija, muusikko...

Opettaja kirjoittaa näitä taululle.

Kirjoita tarralapuille kustakin sanasta ensimmäisenä mieleen tulevia asioita. Kaikki aloittavat yhtä aikaa. Asian tulee olla ensimmäinen mieleen juolahtava sana. Tavoitteena on olla nopea.

Kirjoitettuaasi käy kiinnittämässä tarralaput taululle oikeaan kohtaan.

Koko luokka purkakaakaan harjoituksen käymällä sanat yhdessä läpi.

Porras 7: Välitän, kuuntelen, kannustan

Kaveruuteen liittyy monia asioita. Välillä on hyvä pohtia, mitkä asiat ovat kaverisuhteissa tärkeitä.

Opettaja sanoo kaveruuteen liittyviä väittämiä. Oppilaat asettuvat seisomaan kuvitteelliselle janalle valitsemaansa kohtaan. Jos ei ole varma, voi asettua seisomaan myös janan keskelle.

Vaihtoehtoisesti oppilaat näyttävät peukulla oman mielipiteensä (kyllä/ei/ehkä).

- Hyväksi kaveriksi voi opetella.
- Kaverin kanssa on aina kivaa.
- Riidat on helppo sopia.
- Kaverille pitää kertoa kaikki omat asiat.
- Kaverin kertomia juttuja saa kertoa myös muille.
- Kaverin pitää tykätä samoista jutuista.
- Kavereita ei tarvitse olla monta, yksikin hyvä ystävä riittää.

Porras 8: Pidän paikat siisteinä

Omakuva-tehtävä

Kun olen tyytyväinen itseeni ja tunnen itseni hyvin, minun ei tarvitse sotkea muidenkaan ympäristöä.

Täydennä virkkeet:

1. Ystävät luottavat minuun seuraavissa asioissa:
2. Ihminen, jota ihailen suuresti, on
3. Jos voisin toteuttaa yhden toiveeni, toivoisin, että
4. Pelkään, että
5. Kolme tärkeintä päätöstä, jotka olen tehnyt elämässäni:
6. Haluaisin oppia
7. Kymmenen vuoden kuluttua
8. Pidän ihmisistä, jotka

Lopuksi puratte tehtävän pienissä ryhmissä. Jokainen saa valita itse, minkä virkkeen kertoo ryhmälleen.

Porras 9: Olen hyvä sellaisena kuin olen

Jokainen kysyy muulta luokalta vuorollaan mallin mukaan jonkin asian:

”Olenko ainoa, joka aamulla herätessä laittaa radion päälle?”

Ne, jotka laittavat radion heti herätessä päälle, nousevat seisomaan ja tervehtivät kysyjää. Sitten he istuvat alas.

Kyselijä jatkaa, kunnes löytyy ominaisuus, joka on tyypillinen vain hänelle. Näin käydään läpi kaikki osanottajat, kunnes kaikki ovat löytäneet jonkin oman asian.

Lopuksi keskustellaan ihmisten eroista ja yhtäläisyyksistä.