

ELÄMÄNTARINAT VOIMAVARAKSI

TARINALLISEN RYHMÄN TYÖKIRJA

ESR/EQUAL

Koura-Kuriiri -hanke

Juhani Louhela 14.5.2005

Rovaniemi

SISÄLTÖ

Ohjaajalle tehtäväkirjan käyttämisestä	3
Tutustuminen	7
Jotakin itsestäni	9
Ryhmän nimi ja yhteiset sopimukset	13
Omat odotukseni	15
Oma tarinallinen maisemani	17
Itselle rakas esine tai asia	19
Erityinen paikka	21
Jotakin eri tavalla	23
Vierailut	25
Oman elämäni kohokohta	38
Esteet ja niihin vaikuttaminen	40
Sitä ihmistä en unohda	42
Unelmapolku	44
Elämänviivani	46
Onnistumisen kokemuksiani	50
Mihin yhteisöön minä kuulun?	52
Tulevaisuuden tarinani	55
Ryhmän päättäminen ja arviointi	57
Päätösjuhla	61

OHJAAJALLE TEHTÄVÄKIRJAN KÄYTTÄMISESTÄ

Hyvä ohjaaja!

Tätä tehtäväkirjaa on toteutettu kolme kuukautta kestäneissä, kahdesti viikossa kokoontuneissa ryhmissä. Ohjaaja suhteuttaa tehtäväkirjaa ryhmän luonteeseen ja keston. Tällöin ohjaajan haasteena, että hän käyttää tehtäväkirjaa joustavasti. Tehtäväkirja on sekä ryhmän ohjaajan että osallistujan käytännön työväline, joka auttaa tarinallisen ryhmän toiminnan tavoitteiden saavuttamisessa. Tarinallisessa ryhmässä osallistujalla on mahdollista saada lisää voimavaroja, oman elämän arvostusta ja tiedostaa uusia mahdollisuuksia.

Tehtäväkirjan tavoitteet

Tehtäväkirjan tavoitteena on, että osallistuja kykenee sen avulla muodostamaan kokemuksistaan tarinoita ja jakamaan niitä ryhmässä. Ohjaajalle tehtäväkirja on työväline, joka mahdollistaa ryhmässä osallistujien tarinallisia prosesseja.

Tehtäväkirja koostuu tarinallisista aiheista, jotka on muutettu tehtäviksi. Tämän tarkoituksena on, että osallistujat tuottaisivat tarinoita ryhmään. Tarinallisiin tehtävien luonteeseen sisältyy voimavaranäkökulma, menneisyyttä, nykyisyyttä ja lähitulevaisuutta koskettavia tehtäviä ja lähitulevaisuuteen suuntautumista.

Viihtyvyys ryhmässä

Tarinallisissa ryhmissä sovitaan yhdessä ryhmäläisten kanssa yhteiseen viihtyvyyteen liittyvistä asioista ryhmäkokoontumisissa. Tällaisia ovat olleet kahvin, teen, mehun tarjoaminen. Ryhmäkokoontumisten keskivaiheilla on pidetty pieni tauko, jolloin on nautittu tarjoiluja ja tupakoitsijat ovat pitäneet tupakkatauon. Myös ryhmätilojen viihtyvyys on ryhmän toimintaa tukeva asia.

Tehtäväkirjan rakenne

Ohjaajalle tarkoitettussa tehtäväosioissa tarinalliset tehtävät kuvataan rakenteen kautta, josta ilmenee **tarinallisen tehtävän tavoite, kesto, materiaali, järjestelyt, ryhmäkoko ja työskentely**. Tarinallisen tehtävän lopussa ohjaajaa pyydetään kertomaan seuraavan kerran tarinallisesta tehtävästä. Muutamilla kerroilla johdanto tarinalliseen tehtävään on kokoontumisten alussa. Tämän jälkeen on osallistujille jaettavaksi tarkoitettu sama tehtävä, jonka rakenne on muokattu osallistujan näkökulmasta.

Tehtäväkirjan käyttäminen

Ryhmän tarkoitus ja luonne

Tarinallisen ryhmän alkaessa ohjaaja kertoo osallistujille tehtäväkirjan tarkoituksesta ja käyttämisen luonteesta. Ohjaajan on hyvä käyttää esimerkkejä oman elämänsä kokemusmaailmasta. Ohjaaja korostaa tehtäväkirjan käyttämisen yksilöllistä luonnetta. Kokemus on osoittanut, että tarinallisissa ryhmissä enemmistö haluaa kertoa tarinoita, mutta on myös osallistujia, jotka kirjoittavat ja käyttävät kuvia tarinan ilmaisuun.

Tarinallisen ryhmän toiminnan vapaaehtoinen luonne on otettava huomioon tehtäväkirjaa käytettäessä. Ohjaaja kohtaa erilaisia tapoja, miten osallistujat käyttävät tehtäväkirjaa. Jos osallistuja ei jostakin syystä halua tehdä jotakin tehtävää, on tätä päätöstä kunnioitettava.

Johdanto tarinallisiin tehtäviin

Ohjaaja tukee tehtäväkirjan käytön lisäksi osallistujia tarinoiden tunnistamisessa johdattamalla jokaiseen tarinalliseen aiheeseen. Ohjaaja varmistaa, että osallistujat ovat ymmärtäneet annetun tehtävän. Johdanto seuraavaan tarinalliseen tehtävään on yleensä kokoontumiskerran lopussa. Muutamia tarinallisia tehtäviä osallistujat eivät tee kokoontumisten väliajalla, vaan ohjaaja johdattaa niihin ryhmän alussa. Näistä kerrotaan tarkemmin tarinallisissa tehtävissä. Tarinalliset tehtävät ovat luonteeltaan ja syvyydeltään erilaisia, mikä ohjaajan on huomioitava johdannossaan.

Osallistujien itsenäinen työskentely kokoontumisten väliajalla

Kokoontumisten väliajoilla osallistujat valmistautuvat itsenäisesti tarinan kertomiseen ryhmässä tehtäväkirjan ja ohjaajan johdannon avulla. Ohjaaja rohkaisee osallistujia etukäteen jäsentämään tarinaa, koska se laajentaa osallistujien vastuunottoa tarinan kerronnasta. Jäsentäminen tarkoittaa esimerkiksi, että osallistujat ranskalaisten viivojen avulla tunnistavat tarinaan liittyviä aiheita, käyttävät apuna valokuvia tai kirjoittavat tarinan.

Kun osallistujat ovat kokoontumisten väliajalla valmistautuneet kertomaan tarinan tehtäväkirjan avulla, alkaa tehtävien purkaminen ryhmäkokoontumisissa. Tarinallisen tehtävän kerronta on vapaaehtoista. Ryhmissä on erilaisia ihmisiä ja ryhmäprosessi ei kaikille osallistujille ole samanaikainen. On tärkeää, että ohjaaja osaa ohjata ryhmiä,

kohdata ryhmäilmiöitä ja tuntee tarinallista ajattelua. Tarinallisesta ryhmästä tehty tutkimuksessa on taustatietoa tehtäväkirjaan.

Isona ja pienryhminä toimiminen

Tarinoiden kertominen tapahtuu isossa ryhmässä ja pienryhmissä. Kokoontuminen alkaa ensin isona ryhmänä, välillä ollaan pienryhmissä ja palataan isoon ryhmään. Kahden pienryhmän käyttäminen antaa osallistujille tilaa keskusteluun ja samalla voi tutustua pienemmässä porukassa toisiin ryhmäläisiin. Jokaisella osallistujalla on halutessaan oltava mahdollisuus kertoa tarinoita ryhmässä. Tämä on tärkeää sopia osallistujien kanssa. Kun ryhmässä on osallistujia esimerkiksi kahdeksan, apuohjaaja helpottaa ohjaajan työtä. Apuohjaaja voi ohjata toista pienryhmää.

Ohjaaja varmistaa, että tarinaa kertoville osallistujille esitetään joitakin kysymyksiä ja ajatuksia ja syntyy keskustelua. Luontevaa on, kun ryhmän muut osallistujat esittävät niitä. Ohjaaja antaa esimerkkiä ja rohkaisee tähän, koska se palvelee tarinan kerronnan rakentumista uusilla näkökulmilla. Osallistujat ja ohjaaja huomioivat yksilöllisesti tarinan kertojaa.

Tehtäväkirjan käyttäminen ryhmän eri vaiheissa

Ohjaajan tulee suhteuttaa tehtäväkirjan toteuttamista tarinallisen ryhmän vaiheisiin. Tarinallinen ryhmä kestää kolme kuukautta ja kokoontuu kahdesti viikossa. Yksi kokoontumiskerta on kaksi tuntia. Joillakin kerroilla kokoontuminen voi olla pidempi kestoltaan. Kaikkiaan tehtäväkirjassa on kaksikymmentäkaksi eri aihetta. Tarinallisen ryhmän alkuvaiheen tehtävien tarkoituksena on luoda pohjaa innostavalle tarinan kerronnalle. Osallistujille mahdollistetaan onnistumisen kokemuksia, koska tehtävissä on osallistujille tuttuja asioita. On tärkeää, että alkuvaiheessa osallistujille syntyy onnistumisen kokemuksia, luottamusta ja he sitoutuvat ryhmään.

Tarinallisen ryhmän keskivaiheella tilaa annetaan tarinallisille aiheille, joita osallistujat itse nostavat esille. Tässä ryhmän vaiheessa ohjaaja käyttää tarinallisia tehtäviä vähemmän, koska osallistujien keskinäinen vertaistuki ja esteisiin vaikuttaminen tarvitsee oman ajan ja tilan ryhmässä. Keskivaihe on luonteeltaan etsivää tarinan kerrontaa, jossa voi esiintyä myös katkoksellisen tarinan kerronnan ilmiöitä, kun osallistujan elämäntilanne on epävakaa.

Keskivaiheelle ja osittain päätösvaiheeseen sijoittuu tehtäväkirjassa vierailijoiden kutsuminen ryhmään tai ryhmän tekemiä vierailuja. Näiden järjestäminen lähtee osallistujien tarpeesta. Ohjaaja tuo esille ryhmän alusta alkaen, että osallistujat voivat vaikuttaa ryhmän toimintaan. Kysymys on muutamasta järjestetystä vierailijasta tai vierailusta, koska ryhmän pääasia on tarinan kerronta.

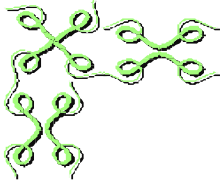
Ryhmän loppupuolella suuntaudutaan tulevaisuuden tarinoihin. Ryhmän alkaessa osallistujat ovat tienneet, että ryhmän on määräaikainen. Tehtävät palvelevat sekä ryhmästä irtautumista että katsomista lähitulevaisuuteen. Yhteinen päätösjuhla mahdollistaa vielä tunnekokemuksia ja luopumista ryhmästä.

Arviointi

Arviointi on jatkuvaa arviointia ja itsearviointia. Tehtäväkirjan arvioinnissa kiinnitetään huomiota tehtäväkirjan ymmärrettävyyteen ja toimivuuteen. Ryhmän muodostumisvaiheessa ohjaaja pysähtyy osallistujien kanssa hetkeksi arvioimaan, miten ryhmä on käynnistynyt ja miten osallistujat ovat ottaneet tehtäväkirjan käyttöön. Ryhmän lopussa osallistujat tekevät kirjallisen arvioinnin. Tässä yhteydessä käydään myös arviointikeskustelua. Tehtäväkirjan kehittäminen on ohjaajan ja osallistujien välistä yhteistyötä. Ohjaaja kuuntelee osallistujien toiveita. Ajankäytöllisesti voidaan tarvita enemmän aikaa joillekin aiheille, esim. syntyy keskustelua ihmissuhteista. Ryhmissä on eroja, jotka saattavat vaikuttaa tehtäväkirjan painotuksiin.

Tarinallisen ryhmän toimintamallista on tietoa tekemässäni tutkimuksessa Tarinallinen ryhmä – Pitkäaikaistyöttömät elämän palapeliä kasaamassa. Tutkimus tukee tehtäväkirjan käyttöä ja on tilattavissa seuraavasta osoitteesta:

Keski-Suomen Yhteisöjen Tuki
Vapaudenkatu 46 B
40100 Jyväskylä
<http://www.kyt.st>
Fax: 014 615 461
Sähköposti: etunimi.sukunimi@kyt.st



TUTUSTUMINEN

Tavoite: Helpotetaan osallistujan tulemistä ryhmään.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, alussa tarjoilua, välillä tauko

Materiaali: Käytetään kuvakortteja, esim. Habitat, jotka ovat tilattavissa Ensi –ja turvakotien liitosta. Kuvakortteja voi tehdä myös itse leikkaamalla lehdestä.

Järjestelyt: Tarvitaan pöytä tai lattialle riittävästi tilaa. Ollaan tuoliringissä. Luodaan ryhmätilasta viihtyisä. Kahvi, tee ja mehu tarjotaan ryhmän alussa.

Ryhmäkoko: Isona ryhmänä

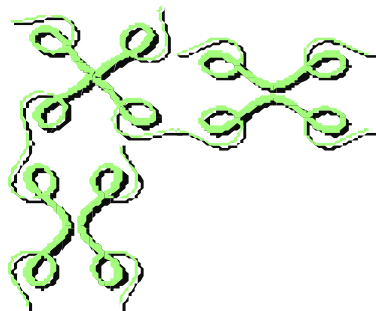
Työskentely: Tervetuloitovotuksen jälkeen osallistujille on tarjolla kahvia, teetä, mehua. Ryhmässä keskustellaan aloitukseen liittyvistä aiheista, ryhmän tarkoituksesta ja toimintatavasta ja luottamuksellisuudesta.

Ohjaaja kertoo tarinallisen ryhmän luonteesta, ryhmäohjelmasta, tehtäväkirjasta, sen käyttämisestä ja rohkaisee osallistujia kysymyksiin keskusteluun ja toiveiden esittämiseen. Luottamuksellisuus ja vaitiolovelvollisuus ovat ryhmässä tärkeitä periaatteita. Osallistujia pyydetään miettimään, ketä vierailijoita he haluavat ryhmään tai minne he haluaisivat mennä vierailemaan. Osallistujat saavat itselleen kansion, johon he laittavat tällä kertaa ryhmäohjelman. Lisäksi ohjaaja antaa kansioon paperia kuvien liimaamista ja kirjoittamista varten. Ryhmän kuluessa he lisäävät kansioon tarinallisia tehtäviä ja mahdollisesti muuta aineistoa.

Osallistujat alkavat tutustua toisiinsa kuvakorttien avulla. Osallistuja valitsee pöydälle jaetuista kuvakorteista kaksi tai kolme, joista tunnistaa itselle tärkeitä asioita. Kun kaikki, ohjaaja (t) mukaan luettuna ovat tehneet valintansa, jokaisella on mahdollisuus kertoa valitsemastaan kortista toisille. Osallistuja näyttää ryhmäläisille valitsemansa kuvakortit ja kertoo niiden avulla itsestään.

Seuraavaa kokoontumista varten.

Ryhmäkerran päätteeksi ohjaaja johdattelee seuraavan kerran tarinalliseen tehtävään: Jotakin itsestäni. Hän varmistaa, että osallistujat ovat ymmärtäneet annetun tehtävän. Ohjaaja painottaa, että tehtävän kautta osallistuja saa kosketusta myönteisiin voimavaroihin. Ohjaaja pyytää osallistujaa tekemään tehtävän kokoontumisten väliajalla ja kertomaan ryhmässä jotakin itsestään. Osallistujia rohkaistaan tehtävän tekemiseen. Ohjaaja kertoo taustaksi, että tässä tehtävässä on mahdollisuus tunnistaa omia voimavaroja ja jakaa niitä toisten ryhmäläisten kanssa vapaaehtoisuuden pohjalta.



TUTUSTUMINEN

Aluksi käymme läpi ryhmän luonnetta, ohjelmaa ja siihen liittyviä asioita. Saat oman kansion, johon tällä kertaa saat ohjaajalta ryhmäohjelman ja seuraavan kerran tarinallisen tehtävän. Ryhmän kuluessa saat lisää tarinallisia tehtäviä. Ne auttavat sinua tarinan kerronnassa. Työskentely perustuu vapaaehtoisuuteen.

Sinun toiveesi ovat tärkeitä ja niiden ilmaisemisella voit vaikuttaa ryhmätoiminnan sisältöön. Tarinallinen ryhmä on sinua varten.

Keskustelemme ryhmän alkamiseen liittyvistä kysymyksistä. Tutustumme toisiimme kuvakorttien avulla. Valitse pöydälle jaetuista kuvakorteista kaksi tai kolme kuvakorttia, joista tunnistat sinulle tärkeitä asioita. Kerro muille ryhmäläisille näiden korttien avulla jotakin itsestäsi.

JOTAKIN ITSESTÄNI

Tavoite: Osallistuja saa äänensä kuuluviin ryhmässä ja tunnistaa itsestään myönteisiä puolia.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, välillä tauko

Materiaali: kynä, osallistujille jaettava tarinallinen tehtävä, paperia. Osallistujat voivat tuoda mukanaan tehtävää elävöittävää materiaalia, esim. valokuvia, piirroksia.

Järjestelyt: Osallistujilla luonteva näkö –ja keskusteluyhteys toisiinsa. Kahvi, tee ja mehu tarjotaan ryhmän puolivälissä.

Ryhmäkoko: kaksi pienryhmää

Työskentely: Ryhmä alkaa ensin isona ryhmänä. Ohjaaja kertoo vielä tehtävän idean. Pienryhmätyöskentelystä sovitaan osallistujien kanssa. Keskeinen asia on, että jokaisella osallistujalla on mahdollisuus kertoa jotakin itsestään ja keskustella vapaaehtoisuuden pohjalta. Kukaan ei saa hallita yksin ryhmässä liikaa.

Jakaudutaan kahteen pienryhmään. Ohjaaja laittaa itselleen ylös ryhmäkoonpanot, että voi jatkossa huomioida erilaisia pienryhmien kokoonpanoja. Ohjaaja varmistaa, että ryhmät ovat käynnistyneet ja tarvittaessa selkeyttää pienryhmän toimintaa. Avustava ohjaaja työskentelee toisen pienryhmän kanssa. Jos avustavaa ohjaajaa ei ole, on ohjaajan käytävä molemmissa pienryhmissä. Tällä hän varmistaa, että työskentely pienryhmissä käynnistyy. Pienryhmien jälkeen tullaan isoon ryhmään, jossa on lyhyesti mahdollista kommentoida pienryhmätyöskentelyä.

Seuraavaa kokoontumista varten

Ohjaaja johdattaa ryhmän seuraavan kerran tarinalliseen tehtävään: Ryhmän nimi ja yhteiset sopimukset.

Johdatus on luonteeltaan motivoiva. Osallistujia pyydetään tunnistamaan sellaisia asioita, jotka auttavat heitä sitoutumaan ja luottamaan ryhmään. Osallistujilla itsellä on vaikutusmahdollisuus tuoda esille itselle tärkeitä asioita, joita he haluaisivat ryhmässä noudatettavan.

Alkuvaiheessa on tärkeää, että osallistujat alkavat vähitellen havaita, että heillä on ryhmässä vaikutusmahdollisuuksia. Kun ohjaaja kysyy, kuuntelee ja keskustelee osallistujien kanssa, osallistujat huomaavat tätä kautta, että heitä arvostetaan.

JOTAKIN ITSESTÄNI

Nimeni _____

Kolme asiaa, missä olen hyvä:

Kuka on minun sankarini? _____

Miksi hän on sankarini?

Mikä tekee minut iloiseksi?

JOTAKIN ITSESTÄNI

Tämä tehtävä tarjoaa sinulle mahdollisuuden tunnistaa myönteisiä ja tuttuja asioita elämästäsi.

Niiden kertominen voi joskus olla haasteellista, jos siihen ei ole tottunut. Samalla myönteisten asioiden kertominen on mahdollisuus uuden kokemiseen. Myönteiset asiat voivat olla arkipäivän pieniä asioita tai isompia asioita.

Oman sankarin tunnistaminen tarkoittaa esikuvaa, joka on vaikuttanut sinuun elämäsi jossakin vaiheessa. Tämä esikuva voi löytyä lähipiiristäsi. Hän voi olla myös kirjailija, filmitähti, poliitikko jne.

Voit tuoda ryhmäkertaa varten mukanaasi sellaista aineistoa, mikä liittyy tähän aiheeseen, esim. valokuvia, lehtileikkeitä ja näyttää niitä toisille ryhmässä. Ohjaajan antamaan tehtäväkirjaan sinulla on mahdollisuus liimata tyhjille sivuille tuomaasi materiaalia, joka elävöittää omistamaasi tehtäväkirjaa.

Ryhmätyöskentelyssä on tärkeää, että jokaisella on mahdollisuus vapaaehtoisuuden pohjalta kertoa tarinoita ja keskustella. Kuuntelemisella on tärkeä merkitys. Kukaan ei saa yksin hallita ryhmää.

JOTAKIN ITSESTÄNI

Nimeni _____

Kolme asiaa, missä olen hyvä:

Kuka on minun sankarini? _____

Miksi hän on sankarini?

Mikä tekee minut iloiseksi?

RYHMÄN NIMI JA YHTEISET SOPIMUKSET

Tavoite: Me -hengen ja luottamuksellisuuden lisääminen ryhmässä.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, välillä tauko

Materiaali: Fläppitaulu tai isoja papereita, teippiä, tusseja.

Järjestelyt: Osallistujat voivat liikkua ryhmätilassa ja vaihdella paikkoja.

Ryhmäkoko: koko ryhmä

Työskentely: Ohjaaja pyytää osallistujia esittämään ryhmälle omia nimiehdotuksiaan. Osallistujat kirjaavat näitä isolle paperille, joka on laitetu seinälle tai pöydälle. Fläppitaulu on myös toimiva ratkaisu. Ohjaaja avustaa tarvittaessa nimiehdotusten kirjaamisessa. Kun kaikki nimiehdotukset on saatu esille, osallistujat äänestävät ryhmälle oman nimen.

Jokaisella osallistujalla on viisi ääntä, jotka hän voi jakaa eri nimiesitysten kesken tai antaa vaikka kaikki äänet yhdelle ryhmän nimelle. Osallistuja käy merkitsemässä tussilla antamansa äänet nimiehdotusten perään pystyviivoilla. Eniten ääniä saaneesta ehdotuksesta tulee ryhmän nimi.

Tämän jälkeen osallistujien kanssa keskustellaan yhteisistä sopimuksista eli toimintasäännöistä, joihin kaikki osallistujat haluavat sitoutua. Kun ne on saatu sovittua, ohjaaja kokoaa sopimukset, kirjoittaa ne myöhemmin paperille ja antaa osallistujille takaisin, että he voivat liittää yhteiset sopimukset kansioon.

Ohjaaja rohkaisee osallistujia esittämään toiveita ryhmän toimintaa varten. Ryhmäohjelma kannattaa käydä vielä uudelleen läpi ja keskustella osallistujien toiveista. Tällä luodaan pohjaa yhteistoiminnalle osallistujien kanssa.

Seuraavaa kokoontumista varten.

Kokoontumiskerran päätteeksi ohjaaja kertoo, että seuraavalla kerralla käsitellään osallistujien odotuksia ryhmää kohtaan ja antaa heille tähän liittyvän tehtävän: Omat odotukseni. Minkälaisiin asioihin haluat muutosta tarinallisen ryhmän kautta?

Osallistujia pyydetään tunnistamaan, minkälaisia voimavaroja he odottavat saavansa itselleen ryhmästä. Ohjaaja keskustelee osallistujien kanssa, mitä voimavaroilla tarkoitetaan. Ne liittyvät esimerkiksi ajatuksiin, tunteisiin, ihmissuhteisiin, jaksamiseen, uskaltamiseen jne.

Osallistujia pyydetään kertomaan, mitä toiveita ja pelkoja heillä on tässä ryhmässä olemista kohtaan.

RYHMÄN NIMI JA YHTEISET SOPIMUKSET

Ryhmän alkuvaiheeseen kuuluu usein epävarmuuden kokemista. Keitä ovat muut ryhmäläiset ja ohjaaja? Miten yhteistyö toisten ryhmäläisten kanssa alkaa sujua? Vastaako tämä ryhmä toiveisiini?

Ryhmän nimen ja yhteisten sopimusten tekeminen helpottaa ryhmään sisälle pääsemistä. Voit vaikuttaa oman ryhmäsi nimeen ja sopimukseen. Ajattele, minkälaisen nimen haluaisit antaa tälle ryhmälle! Voit kirjoittaa nimiehdotuksesi tai useamman isolle paperille. Voit pyytää ohjaajaa kirjoittamaan, jos niin haluat. Yhteiset sopimukset tarkoittavat sellaisia asioita, jotka edistävät tarinallisen ryhmän toimintaa ja osallistujien tavoitteiden saavuttamista.

Kun kaikki nimiehdotukset on saatu esille, sinulla on viisi ääntä käytössä jotka voit jakaa eri nimiesitysten kesken tai antaa vaikka kaikki äänet yhdelle ryhmän nimiehdotukselle. Viisi ääntä käydään merkitsemässä seinällä tai pöydällä olevalle paperille pystyviivoin. Eniten ääniä saaneesta ehdotuksesta tulee ryhmän nimi.

Tämän jälkeen keskustellaan ryhmän yhteisistä sopimuksista. Sinulla on mahdollisuus esittää, mitkä sopimukset ovat sinulle tärkeitä, joihin haluaisit ryhmän sitoutuvan toiminnassaan.

Ryhmän ohjaaja kirjoittaa vielä erillisen paperin ryhmän nimestä ja yhteisistä sopimuksista. Saat sen omaan kansioosi. Se on siellä muistuttamassa kaikkia ryhmässä olevia, että ryhmä haluaa sitoutua yhteisiin sopimuksiin.

OMAT ODOTUKSENI

Tavoite: Osallistuja tunnistaa omia odotuksia tarinallista ryhmää kohtaa ja kertoo niistä ryhmässä.

Kesto: 50 minuuttia, välillä tauko

Materiaali: kynä, osallistujille jaettava tarinallinen tehtävä

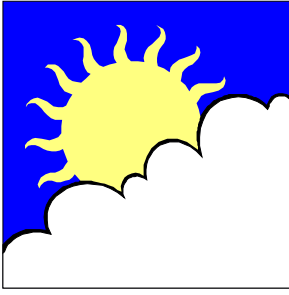
Järjestelyt: Istutaan pöydän ympärillä, osallistujilla luonteva näkö –ja keskusteluyhteys

Ryhmäkoko: koko ryhmä

Työskentely: Ohjaaja pyytää osallistujaa kertomaan tärkeimmät odotukset, mitä osallistuja toivoo saavansa tarinallisen ryhmän kautta. Odotuksia on myöhemmin vielä mahdollisuus tarkentaa. Mitä voimavaroja toivoo lisää elämäänsä? Lisäksi käydään läpi, mitä toiveita ja pelkoja osallistujilla on ryhmässä olemista kohtaan. Tehtävä puretaan isona ryhmänä. Ohjaaja kertoo, että seuraavan kokoontumiskerran alussa hän johdattaa silloin toteutettavaan tarinalliseen tehtävään: Oma tarinallinen maisemani.

OMAT ODOTUKSENI

Ajattele tämän hetken elämäntilannettasi! Minkälaisia asioita tunnistat, joihin tarinallisen ryhmän kautta haluaisit muutosta. Kerro/kirjoita tärkeimmät odotuksesi ryhmässä, mitä toivot saavasi tarinallisen ryhmän kautta. Mitä voimavaroja toivot lisää elämääsi? Mitä toiveita ja pelkoja sinulla on tässä ryhmässä olemista kohtaan?



OMA TARINALLINEN MAISEMANI

Tavoite: Osallistuja tunnistaa elämästään hänelle tärkeimpiä asioita ja muodostaa niiden avulla oman tarinallisen maiseman.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, välillä tauko

Materiaali: kangaspaloja, jotka ovat vähintään A 4 kokoisia, kangastusseja, värikyniä, lyijykyniä hahmotusta varten.

Järjestelyt: Varataan riittävästi pöytä –ja lattiatilaa. Osallistujat voivat jakautua samaan tilaan tai käyttää myös muita huoneita.

Ryhmäkoko: yksilötyöskentely ja tehtävän purku kahtena pienryhmänä

Työskentely: Ohjaaja havainnollistaa esimerkkien avulla, miten tarinallista maisemaa voi rakentaa ja rohkaisee osallistujia löytämään oman yksilöllisen tarinallisen maiseman. Esimerkkinä voi mainita, että osallistuja piirtää kuvan, käyttää symboleja tai kirjoittaa sanoja itselle tärkeistä asioista kankaalle. Tärkeät aiheet tarinalliseen maisemaan löytyvät elämän eri vaiheista, esimerkiksi perhe, luonto, työ, harrastus jne.

Osallistujat tekevät ensin yksilötyönä tarinallisen maiseman. He käyttävät apuna kankaan paloja, joihin tussien ja värien avulla tarinallinen maisema tehdään. Ohjaaja on lähellä saatavilla, jos osallistuja tarvitsee apua. Kun tarinalliset maisemat ovat valmiina, puretaan ne pienryhmissä. Jokainen osallistuja kertoo tarinallisesta maisemasta pienryhmässä. Osallistujilta voi kysyä, voidaanko tarinalliset maisemat laittaa näkyviin kokoontumisten aikana ryhmätilan seinälle.

Seuraavaa kokoontumista varten.

Ohjaaja johdattelee seuraavan kerran tehtävään: Itselle rakas esine tai asia. Hän pyytää osallistujia ennen seuraavaa tapaamista valitsemaan jonkin esineen tai asian, jonka he tuovat ryhmään. Jos esine on iso, voi tuoda siitä valokuvan.

Jossakin elämänvaiheessa olet löytänyt itsellesi rakkaan esineen tai asian, jolla on sinulle erityisen paljon merkitystä. Siitä et halua luopua ja se muistuttaa sinua olemassaolollaan. Esine tai asia voi olla mistä elämänvaiheestasi tahansa. Miten tulit kiinnostuneeksi tästä esineestä tai asiasta? Mistä nautit siinä? Minkälaisia muistoja siihen liittyy? Mitä se merkitsee tällä hetkellä?

Kerro ryhmässä tarina sinulle rakkaasta esineestä tai asiasta. Tuo se koko ryhmän nähtäväksi?

OMA TARINALLINEN MAISEMANI

Oman tarinallisen maiseman tekemisen kautta pääset tutustumaan sinulle tärkeisiin asioihin elämässäsi.

Kun ajattelet elettyä elämää, mitkä asiat siinä merkitsevät sinulle eniten! Ovatko ne esimerkiksi koti, ystävät, luonto, jokin harrastus jne. Kun löydät elämästäsi sinulle tärkeitä asioita, voit tehdä niistä tarinallisen maiseman.

Teet oman tarinallisen maiseman kangaspalalle, käyttäen apuna värikyniä. Voit ilmaista elämäsi tärkeitä asioita vaikkapa kirjoittamalla sanoja, piirtämällä kuvan tai käyttämällä erilaisia symboleja kuten aurinko, puu jne.

Kun olet saanut valmiiksi oman tarinallisen maisemasi, sinulla on mahdollisuus kertoa siitä pienryhmässä ja kuulla myös toisten kertomuksia heidän tarinallisesta maisemastaan.

Sinulle jää muisto tekemästäsi tarinallisesta maisemasta ja voit laittaa sen kotonasi haluamaasi paikkaan. Ryhmäkokoontumisten ajan tarinallinen maisema voi suostumuksellasi olla ryhmätilojen seinällä.

ITSELLE RAKAS ESINE TAI ASIA

Tavoite: Helpotetaan tarinan kerronnan alkamista

Kesto: 2 x 50 minuuttia, välillä tauko

Materiaali: tehtäväkirja, osallistujille jaettava tarinallinen tehtävä, osallistujien tuomat esineet ja asiat

Järjestelyt: Osallistujat näkevät toinen toisensa, luonteva keskusteluyhteys

Ryhmäkoko: Koko ryhmä

Työskentely: Ohjaaja palauttaa vielä osallistujien mieleen tehtävän. Kaikilla osallistujilla on mahdollisuus kertoa valitsemastaan esineestä tai asiasta. Ohjaaja rohkaisee osallistujia kysymään joitakin kysymyksiä ja kertomaan, mitä ajatuksia esineestä ja tarinasta heräsi.

Esine kiertää ryhmässä, kun osallistujat kertovat siitä. Toiset ryhmäläiset voivat konkreettisesti tunnustella esinettä ja kuunnella samalla siitä kerrottavaa tarinaa.

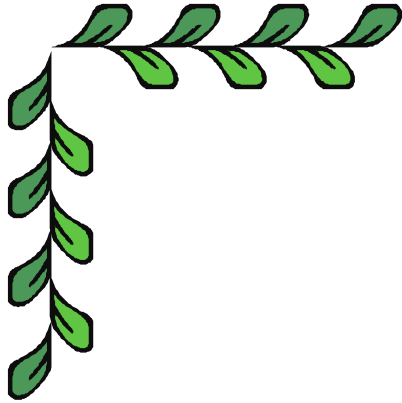
Ohjaaja esittelee myös itselle rakkaan esineen tai asian ja kertoo siitä tarinan. On tärkeää, että ohjaa tuo valituissa kohdin esille omaa tarinallista maailmaansa, säilyttäen painopisteen yhteistyössä ja ryhmän ohjauksessa.

Ohjaaja palaa osallistujien kanssa tarinallisen ryhmän toimintatapaan ja käyttää esimerkkeinä tähän mennessä toteutunutta ryhmätoimintaa. Alkuvaiheessa tämä auttaa osallistujia hahmottamaan, miten ryhmä toimii.

Seuraavaa kokoontumista varten.

Ryhmäkerran lopuksi ohjaaja kertoo seuraavaan kerran tarinallisesta tehtävästä: Erityinen paikka. Ohjaaja johdattelee aiheeseen käyttämällä esimerkkejä. Esimerkkejä voi ottaa asuinpaikan ja vapaa-ajan paikkojen merkityksestä. Niiden sisältä löytyy lisää esimerkkejä, vaikkapa keinutuoli, joenranta. Asumme aina jossakin paikassa. Se voi olla kaupunkia tai maaseutua. Elämän aikana muutetaan myös paikasta toiseen. Uuteen paikkaan siirtyminen aiheuttaa meille monenlaisia ajatuksia ja tunteita. Minkälainen on asuinpaikkamme ympäristö? Mitä teemme ja harrastamme siinä? Erityinen paikka voi olla myös kotiin, luontoon, tapahtumiin ja tekemiseen liittyvää.

Mikä erityinen paikka on jossakin elämäsi vaiheessa merkinnyt sinulle kaikkein eniten? Tälläkin hetkellä sillä on sinulle merkitystä. Kerro tähän paikkaan liittyvä tarina. Osallistuja voi havainnollistaa tarinaa, jos siihen liittyy esimerkiksi



ITSELLE RAKAS ESINE TAI ASIA

Jossakin elämänvaiheessa olet löytänyt itsellesi rakkaan esineen tai asian, jolla on sinulle erityisen paljon merkitystä. Siitä et halua luopua ja se muistuttaa sinua olemassaolollaan. Esine tai asia voi olla mistä elämänvaiheestasi tahansa.

Miten tulit kiinnostuneeksi tästä esineestä tai asiasta? Antoiko joku sen sinulle lahjaksi? Mistä nautit siinä? Minkälaisia muistoja siihen liittyy? Mitä se merkitsee tällä hetkellä?

Kerro tarina sinulle rakkaasta esineestä tai asiasta. Tuo se koko ryhmän nähtäväksi. Kun kerrot esineestä, esine kiertää ryhmässä ja toiset ryhmäläiset saavat tunnistella sitä läheltä, kun he samalla kuuntelevat sinun kertomaa tarinaa. Jos rakas esine on kooltaan suuri, tuo valokuva siitä ryhmään, jos sellainen on saatavissa.

Itselle rakas asia voi olla muu kuin esine. Esimerkki tästä on johonkin asiaan liittyvän muiston kertominen ryhmässä.

ERITYINEN PAIKKA

Tavoite: Osallistuja saa kosketuksen tärkeäksi kokemaansa paikkaan ja voi jakaa sitä tarinaa toisten kanssa

Kesto: 2 x 50 minuuttia, tauko välissä

Materiaali: paperia, kynä, osallistujille jaettava tarinallinen tehtävä. Osallistajat voivat tuoda lisämateriaalia, esim. valokuvia.

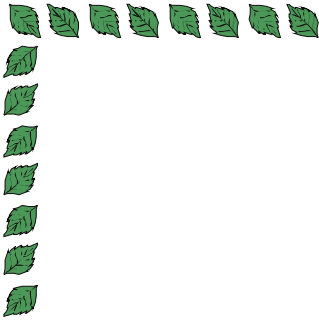
Järjestelyt: kaksi eri huonetta osallistujille

Ryhmäkoko: kaksi pienryhmää

Työskentely: Aloitetaan isona ryhmänä. Ohjaaja kertoo osallistujien kanssa pienryhmätoiminnan ideaa. Jokaisella osallistujalla on niin halutessaan mahdollisuus kertoa tarina käsiteltävästä aiheesta. Tällä kertaa se on erityinen paikka.

Pienryhmissä osallistajat kertovat vuorotellen tarinan erityisestä paikasta. Jokaisen tarinan jälkeen voi esittää muutaman lyhyen kysymyksen tai ajatuksen. Kun kierros on kokonaan käyty, osallistujilla on enemmän aikaa kysellä, kertoa ajatuksistaan ja keskustella käsiteltävästä aiheesta.

Lopuksi tullaan yhteen isoon ryhmään. Ohjaaja kertoo, että seuraavan kerran alussa hän johdattaa aiheeseen: Jotakin eri tavalla. Osallistajat voivat alustavasti miettiä, mitä he haluaisivat muuttaa elämässään. Muutosasia olisi oltava sellainen, johon osallistuja voi itse vaikuttaa.



ERITYINEN PAIKKA

Asumme aina jossakin paikassa. Se voi olla kaupunkia tai maaseutua. Elämän aikana muutetaan myös paikasta toiseen. Uuteen paikkaan siirtyminen aiheuttaa meille monenlaisia ajatuksia ja tunteita. Jotakin jää taaksemme, uutta avautuu edessämme.

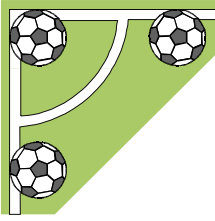
Pienenkin alueen sisällä tapahtuu muuttoja. Toisille meistä muuttoja kertyy enemmän, toisille vähemmän.

Minkälainen on asuinpaikkamme ympäristö? Mitä teemme ja harrastamme siinä? Erityinen paikka voi olla myös kotiin, luontoon, tapahtumiin ja tekemiseen liittyvää.

Joskus se on olohuoneen sohva tai keinutuoli.

Mikä erityinen paikka on jossakin elämäsi vaiheessa merkinnyt sinulle kaikkein eniten?

Tälläkin hetkellä sillä on sinulle merkitystä. Kerro tähän paikkaan liittyvä tarina.



JOTAKIN ERI TAVALLA

Tavoite: Osallistuja löytää muutosaiheen, johon voi itse vaikuttaa.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, tauko välissä

Järjestelyt: kaksi eri huonetta osallistujille

Materiaali: paperia, kynä, osallistujille jaettava tarinallinen tehtävä

Ryhmäkoko: yksilötyö ja kahtena pienryhmänä

Työskentely: Ohjaajan johdatus muutosaiheeseen ja muutoksen luonteen ymmärtämiseen. Muutoksen näkökulmia ovat havahtuminen, päätöksenteko, toiminta ja mahdollisten epäonnistumisten käsittely.

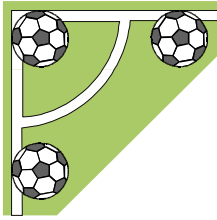
Tunnistamme ajoittain itsessämme halua muuttaa asioita elämässämme. Meillä on aiempia kokemuksia siitä, miten olemme onnistuneet muutosyrityksissä. Kun teemme asioita uudella tavalla, vaikuttaa se myönteisesti tunteisiimme ja ajatuksiimme. Aluksi on helpompaa muuttaa pieniä asioita elämässämme.

Valitse vähintään yksi asia, jota alat tehdä eri tavalla. Voit kävellä erilaista reittiä kuin ennen, herätä aamulla vähän aikaisemmin, lukea kirjastossa eri lehteä jne. Valitse sellainen asia, joka sinulle itselle on mahdollista toteuttaa.

Voit tehdä koko ryhmätoiminnan ajan valitsemaasi asiaa eri tavalla. Myöhemmin ryhmäohjelmaan on varattu aikaa, jolloin kerrot kokemuksistasi tarinan muille osallistujille, mitä eri tavalla tekeminen on sinulle merkinnyt.

Osallistujat tunnistavat ensin yksilötyönä muutosaiheen omassa elämässä. Tämän jälkeen tehtävää puretaan kahdessa pienryhmässä. Isona ryhmänä keskustellaan vielä muutoksen herättämistä ajatuksista ja tunteista.

Lopuksi ohjaaja kertoo, mikä on tilanne vierailujen järjestämisessä. Vierailujen järjestäminen käynnistyi ryhmän alussa yhteistyössä osallistujien kanssa.



JOTAKIN ERI TAVALLA

Tunnistamme ajoittain itsessämme halua muuttaa asioita elämässämme. Meillä on aiempia kokemuksia siitä, miten olemme onnistuneet muutosyrityksissä. Onnistumisen kokemukset ovat tärkeitä. Silloin kun muutoksen yrittäminen ei ole onnistunut, liittyy siihenkin mahdollisuus yrittää uudelleen.

Kun teemme asioita uudella tavalla, vaikuttaa se myönteisesti tunteisiimme ja ajatuksiimme. Aluksi on helpompaa muuttaa pieniä asioita elämässämme.

Valitse vähintään yksi asia, jota alat tehdä eri tavalla. Voit kävellä erilaista reittiä kuin ennen, herätä aamulla vähän aikaisemmin, kokeilla ruoan laittoja, lukea kirjastossa eri lehteä jne. Valitse sellainen asia, joka sinulle itselle on mahdollista toteuttaa.

Kerro ryhmässä toisille valinnastasi. Voit tehdä koko ryhmätoiminnan ajan valitsemaasi asiaa eri tavalla. Myöhemmin ryhmän loppupuolella sinulla on mahdollisuus kertoa, minkälainen kokemus eri tavalla tekemisestä sinulle tuli.



VIERAILUT

Tavoite: Vierailujen tavoitteena on, että osallistujien tarpeista lähtien joko kutsutaan ryhmään muutamia vierailijoita tai tehdään vierailukäynti johonkin paikkaan. Muutamat vierailijat ja vierailut täydentävät tarinallista ryhmää.

Kesto: Lähtökohta on 120 minuuttia. Kesto voi olla pidempi, jos ryhmä haluaa lähteä esimerkiksi laavuretkelle.

Materiaali: Vierailijoiden antama tai vierailupaikkaan liittyvä materiaali

Järjestelyt: Vierailijoiden kanssa selvitetään, mitä he tarvitsevat, esim. piirtoheitin, monistaminen. Jos mennään vierailupaikkaan, selvitetään kulkeminen sinne. Laavuretkelle mentäessä sovitaan, mitä syödään ja juodaan siellä.

Ryhmäkokoko: koko ryhmä

Työskentely: Jo ryhmän alkupuolella ohjaaja tuo esille, että ryhmän toimintaan liittyy vierailijoiden tai vierailujen mahdollisuus. Vierailut voivat olla keskusteleivia tai toiminnallisia. Osallistujien tarpeista lähdetään liikkeelle. Ohjaajalle jää aikaa järjestellä asioita.

Vierailut kannattaa sijoittaa ryhmän keski –ja päätösvaiheeseen. Tämä tuo vaihtelua ryhmän toimintaan.

Ohjaaja rohkaisee osallistujia ajattelemaan omia kokemuksiaan, mistä käsin voi kysyä vierailijoilta asioita, saada uutta tietoa ja esittää toiveita. Merkityksellistä on itse kohtaamistilanne, jossa on mahdollisuus keskustella.

Ohjaaja huomioi esimerkkien avulla erilaiset mahdollisuudet. Luonto on yksi suosittu vierailukohde. Sivulta 27 alkaen esitellään neljä toteutettua vierailua, mitkä sopivat pitkäaikaistyöttömille. Eri ryhmillä on erilaisia kiinnostuksen kohteita vierailujen järjestämisessä.



VIERAILUT

Tarinallisen ryhmän toimintaa voidaan sisällyttää muutamia vierailuja. Vierailut toteutetaan niin, että kutsutaan vierailija ryhmään tai mennään ryhmänä vierailupaikkaan. Vierailut ovat luonteeltaan keskustelevia tai toiminnallisia.

Osallistujana voit vaikuttaa, mitä vieraita ryhmään kutsutaan tai minne mennään vierailulle. Ohjaaja tiedustelee ryhmän alkuvaiheessa osallistujien mielipiteitä vierailuista ja päätökset tehdään yhteistyössä.

Vierailijat kertovat toiminnastaan ja osallistujat voivat kertoa omakohtaisia kokemuksiaan ja kysellä itseään kiinnostavista asioista. Vierailijat voivat olla esimerkiksi sosiaalityöntekijä, työvoimaneuvoja, viestintäkouluttaja. Eurojen riittäminen elämässä voi olla vierailun aihe. Myös tutustumiskäynnit koulutus –ja harrastuspaikkoihin ovat mahdollisia.

Toiminnallisia vierailuja ovat esimerkiksi luontoretken tekeminen. Aloite on ryhmän osallistujilla. Mitä sinä toivot? Ketä kutsuttaisiin vierailijoiksi tai mihin haluaisit, että mentäisiin tutustumaan.

SOSIAALITYÖNTEKIJÄN VIERAILU

Tavoite: Sosiaalityöntekijä kertoo ja tiedottaa sosiaalitoimen sosiaalityöstä, toimeentulotuesta ja kuntouttavasta työtoiminnasta. Hän keskustelee osallistujia kiinnostavista aiheista.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, tauko välillä

Järjestelyt: Istutaan pöydän ympärillä, luonteva kuulo ja näköyhteys

Materiaali: Sosiaalityöntekijän jakamat monisteet: toimeentulotuen lomakkeet, yhteystiedot

Ryhmäkoko: koko ryhmä

Työskentely: Sosiaalityöntekijä esittelee itsensä, samoin ryhmäläiset. Hän kertoo, miten sosiaalityöntekijään saa yhteyden, ajanvarauksista ja odotustilan vastaanotosta. Seuraavat asiat ovat toimeentulotuki ja kuntouttava työtoiminta.

Sosiaalityöntekijä jakaa osallistujille toimeentulotukihakemukset. Hän selvittää toimeentulotukinormit ja käyttää esimerkkejä apuna. Osallistujat voivat esityksen aikana kysyä toimeentulotukeen liittyvistä asioista omakohtaisten kokemusten kautta.

Kuntouttava työtoiminta on tarkoitettu pitkään työttöminä olleille ja sen tarkoituksena on parantaa heidän työllistymismahdollisuuksiaan. Osallistujan elämänhallintakykyä edistetään.

Kuntouttavaa työtoimintaa järjestetään työttömille, jotka saavat työmarkkinatukea tai toimeentulotukea. Laki velvoittaa kunnat ja työvoimatoimistot järjestämään yhteistyössä kullekin asiakkaalle sopivan palvelukokonaisuuden.

Sosiaalityöntekijä kertoo aktivointisuunnitelmasta ja sen toteuttamisesta. Aktivointisuunnitelma laaditaan, että löydetään pitkään työttömänä olleelle polku työelämään. Aktivointisuunnitelmaan voidaan sisällyttää työvoimatoimiston työllistymistä edistäviä palveluja sekä erilaisia sosiaali-, terveys-, koulutus- ja kuntoutuspalveluja sekä kuntouttavaa työtoimintaa.

Osallistujat esittävät kysymyksiä ja kertovat kokemuksiaan. Heillä on mahdollisuus saada uutta tietoa ja antaa palautetta.

TYÖVOIMANEUVOJAN VIERRILU

Tavoite: Työvoimaneuvoja kertoo ja tiedottaa työvoimatoimiston toiminnasta ja palveluista.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, tauko välissä

Järjestelyt: Istutaan pöydän ympärillä, luonteva kuulo ja näköyhteys

Materiaali: tiedotteet, monisteet

Ryhmäkoko: koko ryhmä

Työskentely: Työvoimaneuvoja esittelee itsensä, samoin ryhmäläiset. Hän kertoo työstään työvoimatoimistossa. Esityksessä selvitetään, miten palveluprosessi etenee, kun asiakas tulee työvoimatoimistoon: ilmoittautuminen, tilanne, alkuinfo, työnhakuryhmät, työnhakusuunnitelma, suunnitelman tarkistaminen.

Esillä ovat erilaiset tuet ja avustukset. Työvoimaneuvoja kertoo näkemyksiään työnhausta, menetelmistä ja kanavista. Piilotyöpaikkojen merkitys on lisääntynyt. Tämä merkitsee, että työnhaussa tarvitaan enemmän oma-aloitteista yhteydenottoa työnantajiin.

Osallistujat nostavat esille omia kokemuksia, kysymyksiä, joista keskustellaan yhdessä. Keskustelu liittyy työnhakuvalmiuksiin, koulutukseen ja suunnitelmien tekemiseen. Yksilöllistä tilanteistaan käsiin osallistujat saavat tietoa, kenen puoleen voivat työvoimatoimistossa kääntyä.

VIESTINTÄKOULUTTAJAN VIERAILU

Tavoite: Viestinnän kokonaisuus, sanaton viestintä ja sen merkityksen tunnistaminen

Kesto: 2 x 60, välillä tauko

Järjestelyt: avoin tila, istutaan tuoleissa

Materiaali: monisteet, kalvot, seinäpaperit

Ryhmäkoko: koko ryhmä

Työskentely: Aluksi on tutustumista, jolloin kouluttaja kertoo itsestään. Tämän jälkeen seinälle laitetaan papereita, joissa on kuvia ihmisistä. Osallistujat toimivat pienissä ryhmissä ja tunnistavat, mikä on kuvissa olevien ihmisten ammatti. Tätä puretaan viestinnän näkökulmasta.

Osallistujat saavat monisteen, jossa on kerrottu eri värien merkityksistä. He tunnistavat itselleen tärkeitä värejä ja katsovat monisteesta niiden merkitystä. Tämän jälkeen osallistujat kertovat ajatuksiaan väreistä.

Keskustellaan työnhausta ja viestinnän roolista työnhaussa, puhumisesta, kuuntelemisesta, elekielestä. Osallistujat tekevät vielä viestintäharjoituksen. Jokaisen osallistujan selkään laitetaan teipillä paperi. Liikutaan avoimessa tilassa. Jokainen kirjoittaa toistensa selkään, minkälaisia myönteisiä havaintoja on toisesta syntynyt ja lopuksi harjoitus puretaan.

Kuvan symboliikka, Maurice Deribere

VÄRI	TUNNE- PERÄINEN YHDISTÄ- MINEN	OBJEK- TIIVINEN YHDISTÄ- MINEN	PSYKO- LOGINEN VAIKUTUS	FYSIO- LOGINEN VAIKUTUS	FYYSINEN VAIKUTUS	LUONNE	USKONNOL- LINEN SYMBOLI (SAKRAALI)
PUNAINEN	rakkaus rikos synti	tuli veri	dynaaminen hermostuttava lämmittävä	ajatustoimintaa kiihottava lämmittävä mieltä kiihottava	silmiinpistävä	toiminnallisuus vitaalisuus	armollisuus heikkous lähimmäisen- rakkaus
ORANSSI	hehku verenkuohu	appelsiini auringonlasku tuli	kiihottava loistoa antava	ruoansulatusta edistävä, tunteita kiihottava	silmiinpistävä	rauhattomuus tai ärsyttävyys	
KELTAINEN	iloisuus	auringonvalo	dynaaminen henkimaailmaan liittyvä	hermoja, näköä ja tarmoa terästävä voi rauhoittaa	silmiinpistävä	iloisuus	oppi mahti tieto voima
VIHREÄ	vahingollisuus	luonto vihannuus	lepo, levollisuus rauhottava, tasapainoittava, tuoreus, turmiollinen	hypnoottinen lievittävä rauhottava	silmiinpistävä	kärsivällisyys levottomuus	totuus uskollisuus uudestisyntyminen
SININEN	avaruus kuulakkuus	taivas vesi	ilmavuus, keveys, läpi- kuultavuus, rakastettavuus selkeys, viileys	levollisuus rauhottava	silmiinpistävä lepuuttava	levollisuus rauhallisuus	kuolemattomuus viisautus älykkyys
PURPPURA	komeus salaperäisyys	kukat	helakkuus, hienous, levollisuus raskasmielisyys	tyynnyttävä	mukautumaton	kunnioittavuus tyytyväisyys	arvokkuus
VIOLETTI	arvokkuus suru	ametisti kukat	viileys	tyynnyttävä	huonosti havaittava	raskasmielisyys surullisuus	katumus, parannus, toivo
VALKOINEN	kirkkaus uskonyhteys vihkiminen	kukat	kohtuullisuus, puhtaus vaatimattomuus, valoisuus	tyhjyys	valaiseva	siisteys, vaatimattomuus	hyve, puhtaus, siveys, viattomuus
MUSTA	murhe, salaperäi- syys	kuolema, yö	suru	lepo	hämärä, pimeys	huono mielikuvitus	loppu, viimeinen

MIHIN EUROT RIITTÄVÄT:

Tavoite: Keskustelun ja jaettavan materiaalin avulla käydään osallistujien kanssa läpi heidän taloudenhoitoaan. Tavoitteena selvittää millainen kuluttaja itse kukin on ja minkälaisia työkaluja on olemassa rahankäytön hallintaan. Tutustutaan myös niihin vaihtoehtoihin, mitä on käytettävissä, kun rahat eivät riitä.

Kesto: 2x 45 minuuttia

Järjestelyt: Tuolit ympyränmuotoon asetettuna. Taloussuunnittelu- materiaali jaetaan jokaiselle

Materiaali: : Moniste: Taloussuunnittelu - on osa elämänsuunnittelua Moniste: Euronvenyttäjän tilikirja kotitalouden kirjanpidon avuksi. Marttaliitto: Penninvenyttäjän vaateaatteet ja Penninvenyttäjän keittokirja. (liite 1)

Ryhmäkoko: Koko ryhmä yhdessä

Työskentely: Keskustelu, esimerkit ja kokemusten vaihto osallistujien kesken.

TALOUSSUUNNITTELU

– on osa elämänsuunnittelua

Ihmiset ovat hyvin erilaisia raha-asioittensa hoitamisessa. Jotkut tietävät muita tarkemmin, minkä verran heillä on rahaa ja erääntyviä laskuja, ja ottavat sen huomioon. Yksi katsoo eteenpäin vuoden, toinen kuukauden ja kolmas päivän. Kaikissa tavoissa on omat hyvät ja huonot puolensa.

Kumppanin tai muiden läheisten myötä tilanteeseen tulee vielä lisäväriä. Tarpeettomia riitoja ja yllättäviä maksuvelvollisuuksia välttääkseen kannattaa tutustua läheisten rahankäyttötottumuksiin ja opetella neuvottelemaan taloudenpidosta yhdessä.

Taloussuunnittelu on osa elämänsuunnittelua. Se auttaa varautumaan yllätyksiin ja elämänmuutoksiin. Siitä on erityistä hyötyä silloin, kun rahaa on niukasti. Ennen muuta se vähentää eräpäivähikousta ja vapauttaa energiaa tärkeimpiin asioihin.

Millainen kuluttaja olet?

PITKÄJÄNTEINEN SUUNNITTELIJA

- Olen tottunut säästämään ja lykkäämään mielihyvää
- Pysyn päätöksissäni
- En juurikaan tee harkitsemattomia päätöksiä raha-asioissa
- Pidän raha-asioiden ja numeroiden pohtimisesta
- Minun on helppo sanoa ei

SATUNNAINEN HARKITSIJA

- Teen aina välillä budjetteja ja kirjanpitoa, mutta en jaksa kovin kauan.
- Joidenkin ostosten osalta ...käytän paljon aikaa kiertelyyn ja vertailuun.
- Olen säästänyt vähän, mutta sitten asia lopahtaa

JÄLKIVIISAS KULUTTAJA

- Saatan sortua johonkin turhaan
- Välillä raha-asiat stressaavat, mutta saan ne viime tipassa aina hoidetuksi.
- En kovin paljon suunnittele raha-asioita
- En yleensä tee kahta kertaa samaa virhettä.

ANTAA MENNÄ -KULUTTAJA

- Pidän kovasti heräteostoista.
- En yleensä tiedä, paljonko minulla ...on rahaa tai maksettavia laskuja
- Olen usein kavereilleni vippivelkaa.
- Maksut tulevat usein yllätyksenä ja ...kaatuvat niskaan.
- Saatan unohtaa eräpäivät
- En halua kuluttaa aikaa laskemiseen.

1. Työkaluja rahankäytön hallintaan

Raha-asioissa pysyy tilanteen tasalla, kun jollakin tavalla ennakoi tulonsa ja menonsa sekä seuraa niiden toteutumista. Keinoja rahankäytön hallintaan on useita.

Kotikirjanpito

Kirjanpitoa kannattaa kokeilla etenkin tiukkoina aikoina tai säästäessään johonkin erityiseen tarkoitukseen.

Tulojen ja menojen arviointi

Lomakkeelle merkitään jokaisen kuukauden kohdalle

1. tulot
2. säännölliset menot eräkuukauden mukaan
3. muut menot arvion mukaan

Tulojen ja välttämättömien menojen erotus on pelivaraa. Arvio kannattaa laittaa talteen, jotta voi verrata sitä myöhemmin kirjanpitoon.

Vastaavalla tavalla lomakkeeseen täytetään toteutuneet tulot ja menot.

Kirjekuorimalli

Kirjekuorimalli on esimerkki tilikirjalle käänteisestä tavasta hallita rahankäyttöä.

Pankin kautta hoidetaan pakolliset menot kuten vuokramaksut, puhelin- ja sähkölaskut tai lainan lyhennykset. Sen sijaan se summa rahaa, jonka kuukaudessa saa käyttää ruokaan ja muihin elämismenoihin, nostetaan kokonaisuudessaan heti rahojen tultua tilille.

Käytettävissä olevat rahat jaetaan sitten kirjekuoriin, joihin on merkitty rahojen käyttötarkoitus. Esimerkiksi osa rahoista kuoreen, jossa lukee ruoka, osa kuoreen, jossa lukee vaatteet, osa kuoreen, jossa lukee harrastukset jne. Kirjekuorista näkee koko ajan, onko tässä kuussa vielä mahdollista mennä herkkuosoksille tai ostaa jokin uusi vaate.

Kun rahat ovat kirjekuorissa, näkee tilanteen konkreettisemmin kuin pankkiautomaatin nostokuitista. Pankkien korkomaksut ovat nykyisin niin pieniä, ettei kuluttaja häviä juuri montakaan penniä nostamalla rahat pois tililtään.

2. Jos rahat eivät riitä

Maksujärjestelyt

Jos et pysty maksamaan laskua tai luoton maksuerää ajoissa, ota yhteys velkojaan ja kerro tilanteesta, jotta asiasta voitaisiin sopia. Muista, että tavallisen laskun maksamiseen ajoissa riittää, että se on maksettu esim. pankkiin eräpäivänä. Luotosta erääntyvien maksujen pitää sen sijaan olla velkojan tilillä jo eräpäivänä eli käytännössä on otettava huomioon pankkien tilisiirtoon kuluva aika. Ellet tiedä, kuka hoitaa asiaa, kannattaa kysyä puhelinkeskuksesta tai asiakaspalvelusta laskutusta tai maksujärjestelyjä hoitavaa henkilöä.

Vaikka tilanne tuntuisikin nololta, kannattaa tarttua puhelimeen. Tilapäisten maksuvaikkeuksien järjestely on rahoituslaitosten ja yritysten henkilökunnalle nykyisin arkipäivää ja yhteistyöhalua arvostetaan. Turhilta karhukirjeiltä tai takaajayhteydenotoilta vältytään.

Yhteistyösuhdetta velkojiin kannattaa hoitaa kaikissa tilanteissa. Ellei ymmärrä jotain, asian voi selvittää kysymällä. Vaikka jokin velkojan toimenpide turhauttaisi, ei passiiviseksi jättäytyminen auta, vaan kannattaa tehdä omalta puoleltaan parhaansa.

Jos sovit velkojan kanssa uuden maksusuunnitelman, vaadi epäselvyyksien välttämiseksi, että sopimus tehdään kirjallisena.

Laskun maksaminen myöhässä aiheuttaa nopeasti erilaisia viivästys- ja muistutusmaksuja, jotka yleensä lisääntyvät sitä mukaa kun aikaa kuluu. Velkojalla on oikeus tiettyjen pelisääntöjen mukaan periä tällaisia maksuja, sillä laskun tai velan maksaminen myöhässä on sopimusrikkomus.

Perintä

Mikäli jättää velkaerän maksamatta, velkoja yleensä siirtää perinnän 1-2 muistutuskirjeen jälkeen perintätoimistolle (niitä on useita). Perintätoimisto lähettää ensimmäisen perintäkirjeen, jossa velallista kehoitetaan maksamaan koko erääntynyt velka välittömästi tai ottamaan yhteyttä maksuohjelman sopimiseksi. Maksuajasta voi neuvotella. Jos elää esimerkiksi työmarkkinatuen varassa eikä pysty lyhentämään velkaa, asia kannattaa ilmoittaa heti rehellisesti perintätoimistolle. Näin vältetään turhat toimenpiteet, jotka voivat kasvattaa laskua.

Ellei velallinen ota määräajassa yhteyttä, perintätoimisto lähettää yleensä vielä kaksi kirjettä, joissa viimeisessä on ilmoitus perinnän etenemisestä tuomioistuimen kautta ulosottoon.

Viivästyskorko

Korko on lainaksi saadusta rahasta maksettava hinta. Viivästyskorkoa voidaan pitää erääntyneestä rahasta maksettavana hintana.

Viivästyskorko maksamattomalle velalle juoksee koko perinnän ajan. Tavallisen saatavan, esimerkiksi yrityksen laskun, viivästyskorko lasketaan Suomen Pankin vuosittain vahvistaman viitekoron mukaan.

Perintäkustannukset

Velan loppusumma kasvaa jokaisessa perintävaiheessa. Viivästyskoron lisäksi velallinen joutuu maksamaan perintätoimiston, tuomioistuimen ja ulosottomiehen palkkiot. Perintätoimisto laskuttaa jokaisesta toimenpiteestä ja sen osuus nousee pienestäkin velasta herkästi.

Luottotiedot

Suomen Asiakastieto Oy pitää yksityishenkilöiden maksuhäiriöistä rekisteriä ja välittää siitä tietoja luotonantajille.

Jos kuluttajalla on maksuhäiriö, hän ei saa uutta pankkilainaa, luottokorttia eikä osamaksuvelkaa. Opintolainalle voi kuitenkin saada valtion takauksen. Maksuhäiriö voi estää autonvuokrauksen ja joissakin tapauksissa vuokrasuunnan saamisen. Jos hakija on antanut kirjallisen luvan itseään koskevien tietojen hankkimiseen, luottotiedot saatetaan tarkistaa myös valittaessa työntekijää vastuulliseen tehtävään.

Kaksivuotinen maksuhäiriömerkintä tulee velkojan ilmoittamasta 60 päivää maksamattomana olleesta velasta tai lyhennyserästä (ellei myöhästymisestä ole sovittu). Merkintä seuraa myös, jos luotonantaja peruuttaa luottokortin tai osamaksukauppa purkaantuu maksamattomien erien vuoksi.

Viisivuotisen maksuhäiriömerkinnän saa, kun tuomioistuin on tehnyt ulosottokelpoisen päätöksen maksamattomasta velasta. Tietoihin tulee myös ns. varattomuusmerkintä, jos velallisen tulot ja omaisuus ovat niin pienet, ettei velkaa voida häneltä periä.

Velallinen saa kirjallisen tiedon hänestä tehtävästä maksuhäiriöstä. Omat luottotietonsa voi myös itse varmistaa Suomen Asiakastieto Oy:stä, PL 16, 00581 Helsinki. Tiedustelu tulee varustaa omalla allekirjoituksella ja liittää siihen jäljennös henkilöllisyystodistuksesta. Ensimmäinen tiedustelu on maksuton.

Maksuhäiriö poistuu rekisteristä automaattisesti em. aikojen umpeuduttua. Tieto ei ole julkinen eikä sivullisten saatavissa.

Ulosotto

Maksamaton velka joutuu loppujen lopuksi ulosottomiehen perittäväksi.

On tärkeää ottaa nopeasti yhteys ulosottoon, koska ensisijaisesti ulosotossakin pyritään sopimaan maksuista vapaaehtoisesti. Ellei sopimukseen päästä, ulosottomiehellä on oikeus velallisen palkan ja/tai omaisuuden ulosmittaukseen, kunnes velka on maksettu loppuun.

Ulosottomiehellä on oikeus periä yksi kolmasosa velallisen nettopalkasta (verojen jälkeen käteen jäävä palkka). Velalliselle on kuitenkin jätävä vähintään ns. suojaosuus, joka turvaa pienituloisten perustoimeentuloa.

Omaisuuuden ulosmittaukseen joudutaan turvautumaan, ellei muutoin päästä sopimukseen. Auto on tavallinen ulosmittauksen kohde, mutta siitäkin voi neuvotella. Suomen vanhentuneen ulosottolain mukaan kodin voisi melkein tyhjentää, mutta käytännössä tavallinen koti-irtaimisto ei juuri kiinnosta ulosottomiestä.

Verovelkaa lukuun ottamatta velkojat eivät yleensä päästä velkaa vanhenemaan. He jatkavat perintää odottaen omaisuuden tai tulojen ilmaantumista. Viime kädessä velkaa peritään eläkkeestä.

Velkajärjestely

Vuonna 1992 tuli voimaan laki velkajärjestelystä. Jos kuluttaja ei pysty selviytymään veloistaan, on tällä mahdollisuus ottaa yhteyttä velkaneuvojaan. Velkaneuvojan puoleen voi kääntyä kuka tahansa riippumatta siitä, mikä velkaantumisen on aiheuttanut.

Velkaneuvonta on luottamuksellista ja velkaneuvojaa sitoo vaitiolovelvollisuus. Velkaneuvonta on maksutonta kuntien, seurakuntien ja eri järjestöjen toimintaa.

Jos velallinen ja velkoja eivät pääse sopimukseen lainojen uudelleenjärjestelystä, voi kuluttaja hakea velkajärjestelyyn tuomioistuimen kautta. Velkajärjestely merkitsee tällöin:

- valmiutta selvittää ylivelkaantumiseen johtaneet syyt,
- 5 - 10 vuotta kestävä tiukkaa maksuohjelmaa, jossa kaikki elin- ja asuinkustannusten yli menevät tulot käytetään velkojen lyhennykseen,
- omaisuuden realisoimista lukuun ottamatta asuinirtaimistoa ja henkilökohtaisia tavaroita ja työvälineitä sekä kohtuuhintaista autoa, jos se on työn kannalta välttämätön,
- omistusasunnon voi myös tietyin, tiukoin edellytyksin säilyttää,
- merkintää velkajärjestelyrekisteriin, mikä estää uuden velan ottamista velkajärjestelyn aikana,
- velkojien oikeutta seurata velallisen tuloja, ja
- velallisen velvollisuutta ilmoittaa tulotason muutoksista välittömästi.

Velkajärjestely johtaa yleensä aina velan takaajan maksuvelvollisuuteen. Takaaja voi hakea velkajärjestelyä, jos hän ei pysty maksamaan takausvelkaa.

KODIN TALOUDEN ABC

A. Laske

- pidä kirjaa menoistasi ainakin kuukauden, että tiedät mistä rahavirtasi syntyvät
- Tee budjetti eli rahankäyttösuunnitelma
 - o paljonko käyttöösi jää pakollisten menojen jälkeen?

Vain tällä rahalla voit hankkia jotain päivittäisiä tarvikkeita suurempaa ja maksaa velkojasi, jos olet hankkinut jotain velaksi.

Apuvälineitä

- kirjanpito
 - o kuitit, tiliotteet, laskut jne.

B. Suunnittele

- Mitä tarvitset välttämättä?
- Milloin voit sen hankkia?
- Miten sen rahoitat?
- Voitko säästää menoistasi?
- Voitko korvata manojasi halvemmilla tai maksuttomilla palveluilla?
- Onko taloutesi epätasapainossa ja miten saat sen tasapainoon enne uusia päätöksiä?

Apuvälineitä

- tee itsellesi talouskansio

C. Valitse

- Sinä päätät itse, mihin rahasi menevät
- Käy jokainen menoerä tarkkaan läpi: Onko välttämätön, voiko korvata?
- Jos rahaa jää välttämättömien menojen jälkeen, älä päästä sitä tuntemattomaan puroon
- Sinä päätät, mikä elämässäsi on tärkeää ja minkälaisen elämän omilla rahoillasi rakennat, eivät kaverisi eivätkä kauppiaat!

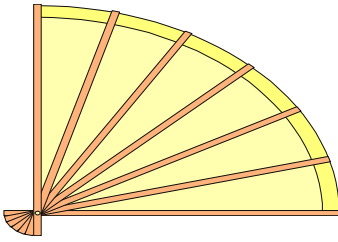
TEHTÄVÄ

Millainen kuluttaja olet?

- Olen tottunut säästämään ja lykkäämään mielihyvää
- Maksut tulevat usein yllätyksenä ja ...kaatuvat niskaan.
- Pysyn päätöksissäni
- En yleensä tee kahta kertaa samaa virhettä.
- Teen aina välillä budjetteja ja kirjanpitoa, mutta en jaksu kovin kauan.
- En juurikaan tee harkitsemattomia päätöksiä raha-asioissa
- En halua kuluttaa aikaa laskemiseen.
- Olen säästänyt vähän, mutta sitten asia loppahtaa
- En kovin paljon suunnittele raha-asioita
- Minun on helppo sanoa ei
- Joidenkin ostosten osalta ...käytän paljon aikaa kiertelyyn ja vertailuun.
- Pidän raha-asioiden ja numeroiden pohtimisesta
- Saatan sortua johonkin turhaan
- Välillä raha-asiat stressaavat, mutta saan ne viime tipassa aina hoidetuksi.
- Pidän kovasti heräteostoista.
- En yleensä tiedä, paljonko minulla on rahaa tai maksettavia laskuja
- Olen usein kavereilleni vippivelkaa.
- Saatan unohtaa eräpäivät

Testaa taloutesi tilanne

- Pidätkö kirjaa menoistasi?
- Pidätkö kirjaa pankki- / luottokorttiosastasi?
- Tiedätkö paljonko sinulla on käytössäsi rahaa kuukaudessa?
- Tiedätkö paljonko sinulla on lainojen lyhennyksiä ja korkoja kuukaudessa?
- Otatko uutta lainaa vanhan maksamiseen?
- Oletko vienyt panttilainaamoon tavaroita?
- Oletko saanut maksukehotuksia?
- Onko sinulla maksuhäiriömerkintöjä?



OMAN ELÄMÄNI KOHOKOHTA

Tavoite: Osallistuja tunnistaa jostakin elämänvaiheesta kohokohtan ja kertoo siitä tarinan.

Kesto: 2 x 45 minuuttia, välillä tauko.

Materiaali: tarinallinen tehtävä, kynä, osallistujien mahdolliset lisämateriaalit, esim. valokuvat, esineet

Järjestelyt: kaksi huonetta pienryhmille

Ryhmäkoko: Kaksi pienryhmää

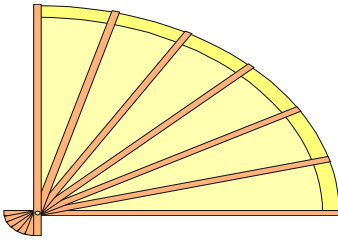
Työskentely: Ohjaaja johdattelee aiheeseen ryhmäkokoontumisen aluksi ja käyttää apuna esimerkkejä. Kohokohta –sanalla tarkoitetaan kokemusta, joka on ollut tavallista merkittävämpi jossakin elämänvaiheessa. Kohokohta voi olla juhlallinen tai arkinen asia. Osallistujia rohkaistaan luottamaan siihen, mikä heille itselleen edustaa kohokohtaa omassa elämässä.

Ohjaaja antaa osallistujille yksilöllistä aikaa palauttaa mieleen yksi kohokohta. Jollakin myönteisellä elämäntapahtumalla on meille aivan erityinen merkitys. Kerro, mikä on ollut sinun elämäsi kohokohta. Työskentely tapahtuu kahdessa pienryhmässä.

Seuraavaan kokoontumista varten.

Ohjaaja kertoo, että seuraavalla kertaa alkaa useita kokoontumiskertoja sisältävä aihe: Esteet ja niihin vaikuttaminen.

Osallistujilla on mahdollisuus tuoda ryhmään yhteisesti keskusteltavaksi heille tällä hetkellä tärkeä aihe, johon he haluavat löytää ratkaisuja. Ensin ryhmässä mietitään yhdessä, miten esteisiin voitaisiin vaikuttaa. Tämän jälkeen katsotaan, mitä muita mahdollisuuksia voisi löytyä.



OMAN ELÄMÄN KOHOKOHTA

Jollakin myönteisellä elämäntapahtumalla on meille aivan erityinen merkitys. Kun koemme elämässämme kohokohtia, siitä riittää pitkäksi aikaa meille iloa ja hyviä muistoja.

Tunteet ja ajatukset tiivistyvät silloin. Se koskettaa meitä ihmisinä. Kohokohtan tunnistaminen on yksilöllinen asia. Sinä itse olet paras kohokohtasi määrittelijä. Jos sinulla tulee mieleen useampia kohokohtia, valitse niistä yksi kerrottavaksi.

Muistele yhtä elämäsi kohokohtaa, joka on merkinnyt sinulle paljon. Mitä silloin tapahtui? Keitä ihmisiä kohokohtaan liittyi? Missä kohokohta tapahtui? Mitä tämä kohokohta merkitsee sinulle tällä hetkellä?

Kerro, mikä on ollut sinun elämäsi kohokohta!

ESTEET JA NIIHIN VAIKUTTAMINEN

Tavoite: Tunnistaa tärkeä este elämässä ja vaikuttaa siihen. Hyödyntää ympäristössä olevia virallisia ja epävirallisia verkostoja.

Kesto: Annetaan niin paljon aikaa, että jokaisen osallistujan aihe tulee käsiteltyä. Tämä tarkoittaa useampia kokoontumiskertoja.

Materiaali: paperia, kynä, tarinallinen tehtävä

Järjestelyt: kaksi huonetta pienryhmille

Ryhmäkoko: kaksi pienryhmää

Työskentely: Jokaisen osallistujan aiheesta keskustellaan yksilöllisesti ryhmässä. Toimitaan sekä isossa että kahdessa pienryhmässä.

Kerro tarina siitä, minkä koet elämässäsi tällä hetkellä kaikista tärkeimmäksi esteeksi? Mitä asioita, tapahtumia ja ihmisiä siihen liittyy? Kuinka olet voinut vaikuttaa tähän esteeseen? Onko jokin muu taho voinut vaikuttaa siihen?

Osallistuja, ryhmäläiset ja ohjaaja etsivät ensin esteeseen vaikuttamisen keinoja. Tämän jälkeen vaikuttamisen keinoja laajennetaan virallisten ja epävirallisten verkostojen suuntaan.

Seuraavaan kokoontumista varten.

Esteiden ja niihin vaikuttaminen-tehtävä edellyttää useampaa kokoontumiskertaa. Kun ryhmässä ollaan saatu tämä vaihe päätökseen, ohjaaja johdattaa seuraavan kerran tarinalliseen tehtävään: Sitä ihmistä en unohda. Osallistuja valitsee yhden tärkeän ihmisen jostakin elämän vaiheesta, joka on vaikuttanut hänen elämäänsä myönteisesti. Osallistuja kertoo ryhmässä, miten tämä ihminen vaikutti myönteisesti osallistujaan.

Osallistujia pyydetään kertomaan vielä, mitä he tällä hetkellä tuntevat ja ajattelevat valitsemaansa ihmistä kohtaan.



ESTEET JA NIIHIN VAIKUTTAMINEN

Esteet voivat olla elämässämme monetasoisia. Ne voivat liittyä olosuhteisiin, ihmissuhteisiin ja henkilökohtaiseen elämään.

Osaan esteistä voimme itse vaikuttaa, osassa olemme riippuvaisia muista ihmisistä ja viranomaisista. Konkreettinen este kuten pienen vian korjaaminen kotona saattaa ratketa pienellä neuvolla. On myös esteitä, joiden ratkaisuun tarvitsemme tietoa ja neuvottelua.

Minkä esteen sinä koet tällä hetkellä elämässäsi tärkeäksi? Kerro siitä ryhmässä tarina. Mitä asioista, tapahtumia ja ihmisiä liittyy esteeseen? Miten olet itse voinut vaikuttaa esteeseen? Mitä ratkaisuja olet itse yrittänyt? Onko jokin muu taho voinut vaikuttaa siihen?

Ryhmässä keskustelemme esteestä. Tälle aiheelle on varattu ryhmässä useampia kokoontumiskertoja, että jokaisella osallistujalla on mahdollisuus jakaa ryhmässä tällä hetkellä tärkeää aihetta. Etsimme yhdessä vaikutusmahdollisuuksia ensin ryhmässä ja myös ryhmän ulkopuolelta.



SITÄ IHMISTÄ EN UNOHDA

Tavoite: Osallistuja saa kosketuksen ihmiseen, jolla on ollut häneen myönteinen vaikutus ja kertoo siitä tarinan.

Kesto: 2 x 50 minuuttia, tauko välissä

Materiaali: tarinallinen tehtävä, kynä, lisäksi voi olla osallistujien tuomia valokuvia, piirroksia

Järjestelyt: kaksi huonetta pienryhmille

Ryhmäkoko: kaksi pienryhmää

Työskentely: Pienryhmissä osallistujat kertovat vapaaehtoisuuden pohjalta vuorotellen itselle tärkeästä ihmisestä, joka on vaikuttanut heihin myönteisesti. Ohjaaja rohkaisee toisia ryhmässä kysymään tästä ihmisestä lisää.

Tärkeitä ovat myös mielikuvien ja ajatusten ilmaiseminen, joita osallistujissa herää tarinan kerronnan aikana.

Seuraavaa kokoontumista varten.

Ohjaaja johdattelee seuraavan kerran aiheeseen: Unelmapolku. Hän käyttää esimerkkejä apuna. Unelma tarkoittaa jonkin tärkeän asian haluamista ja millä tavalla unelma tästä asiasta on toteutunut. Unelmia ovat esimerkiksi avioliitto, lasten saaminen, ammatti, työ, harrastus, matka, luontoon liittyvä jne. Osallistujat tekevät tehtävän väliajalla seuraavaa kokoontumista varten.

Valitse jostakin elämäsi vaiheesta unelma, joka oli silloin sinulle tärkeä. Millä tavalla olet vastannut tähän unelmaasi. Toteutuiko se? Tapahtuiko jotakin muuta? Mikä on tämän hetken unelmasi? Millä tavoin olet luomassa vastauksia nykyiseen unelmaasi? Työskennellään pienryhmissä.

SITÄ IHMISTÄ EN UNOHDA

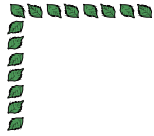


Elämäämme kuuluu yhteys toisiin ihmisiin. Olet kohdannut eri ihmisiä elämäsi aikana ja he ovat merkinneet sinulle monenlaisia asioita. Aluksi elämme läheisessä suhteessa omiin vanhempiiimme ja meillä voi olla sisaruksia.

Käymme koulua. Siellä opettajilla ja koulukavereilla on meille merkitystä. Myöhemmin parisuhde, perhe ja muut ihmissuhteet tulevat elämäämme. Harrastusten kautta tapaamme ihmisiä.

On myös mahdollista, että koemme yksinäisyyttä. Ihmissuhde on voinut katketa. Silloinkin meillä on toiveita, mikä meille olisi tärkeää ihmissuhteissamme.

Valitse yksi tärkeä ihminen jostakin elämäsi vaiheesta, joka on vaikuttanut sinun elämääsi myönteisesti. Kerro hänestä ja miten hän vaikutti sinuun myönteisesti! Mitä tunteet ja ajattelet hänestä tällä hetkellä?



UNELMAPOLKU

Tavoite: Tunnistaa unelmien merkitystä omassa elämässä

Kesto: 60 minuuttia

Materiaali: tarinallinen tehtävä, paperi, kynä, osallistujat voivat tuoda havainnollistavaa materiaalia

Järjestelyt: kaksi huonetta pienryhmille

Ryhmäkoko: kaksi pienryhmää

Työskentely: Kokoonnutaan aluksi lyhyen aikaa isona ryhmänä. Ohjaaja jakaa osallistujat kahteen pienryhmään. Ryhmien aikana on hyvä, että pienryhmissä tulee vaihtuvuutta.

Osallistujat kertovat vuorotellen valitsemastaan unelmasta ja mitä sille tapahtui. Ohjaaja rohkaisee unelmien kertomiseen. Ohjaaja rohkaisee unelmien kertomiseen, että osallistuja luottaa omiin valintoihin.

Unelmien kertomisen päätteeksi osallistujat voivat tuoda esille tämän hetken unelmiaan ja mitä ajattelevat niille tapahtuvan.

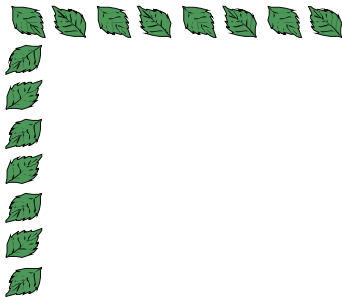
Seuraavaa kokoontumista varten.

Ohjaaja johdattelee aiheeseen ja havainnollistaa, esimerkkien kautta, miten elämänviivaa voidaan rakentaa.

Elämänviivassa katsotaan elettyä elämää lapsuudesta tähän päivään asti. Osallistuja tunnistaa elämänvaiheistaan myönteisiä tapahtumia ja vastoinkäymisiä. On tärkeää kertoa osallistujille, että he itse valitsevat sen tason, mitä ja miten kertovat elämänviivastaan. Tämä on suoja osallistujille, että liian kipeitä asioita ei nosteta esille.

Havainnollistamisessa on apuna seuraavalla sivulla oleva havaintoesimerkki, Elämänviivani. Osallistuja laittaa rastin valitsemiensa tapahtumien kohdalle aikajanalla. Tapahtumat voivat olla myönteisiä tai kielteisiä merkitykseltään. Kaaviossa olevat prosenttimäärät kuvaavat tapahtuman voimakkuutta.

Rasti ala –ja yläpuolelle voi antaa nimen laittamalleen tapahtumalle. Ohjaaja voi käyttää esittelyssä omaa kokemusmaailmaansa, jolloin tekee havaintokaavion sillä perusteella. Tyhjä Elämänviiva. kaavio annetaan osallistujille tehtävän tekemistä varten, joka käsitellään seuraavalla kerralla.



UNELMAPOLKU

Meillä on toiveita ja unelmia elämämme aikana. Unelmat suuntaavat elämäämme. Unelmamme voivat toteutua tai muuttua joksikin muuksi. Unelmiamme sävyttää elämänvaihe, jolloin unelma syntyi.

Unelmat voivat olla arkisia tai juhlallisia. Unelmapolun tarkoituksena on, että tunnistat jostakin elämäsi vaiheesta unelman, joka sinulla oli. Mitä unelmallesi tämän jälkeen tapahtui? Toteutuiko se?

Oletko pitänyt unelmasi sisälläsi vai kertonut jollekin toiselle ihmiselle siitä. Nyt ryhmässä voit halutessasi kertoa unelmistasi ja jakaa niitä toisten kanssa. Mitä nykyisin unelmat sinulle merkitsevät? Kerro myös jostakin tämän hetken unelmastasi?

ELÄMÄNVIIVANI

Tavoite: Osallistujat tarkastelevat omaa elämäänsä pitkällä aikavälillä

Kesto: 2 x 60 minuuttia, keskellä tauko, tarvittaessa annetaan lisäaikaa.

Materiaali: Elämänviivani –kaavio, kynä, lisäksi voi olla esim. osallistujien tuomia valokuvia, esineitä

Järjestelyt: Kaksi huonetta pienryhmille

Ryhmäkoko: Kaksi pienryhmää

Työskentely: Aloitetaan ensin isona ryhmänä. Ohjaaja palauttaa lyhyesti osallistujien mieleen tehtävän tarkoituksen.

Tämän jälkeen siirrytään kahteen pienryhmään. Osallistujat esittelevät niissä vuorotellen oman elämänviivansa. He valitsevat yhden tapahtuman elämänviivastaan, josta kertovat tarinan.

Kun kaikki halukkaat ovat kertoneen elämänviivastaan, voi niistä kysellä, kertoa ajatuksia ja keskustella. Ohjaaja pyytää osallistujia kertomaan, minkälaista on katsoa elettyä elämää pidemmältä ajalta.

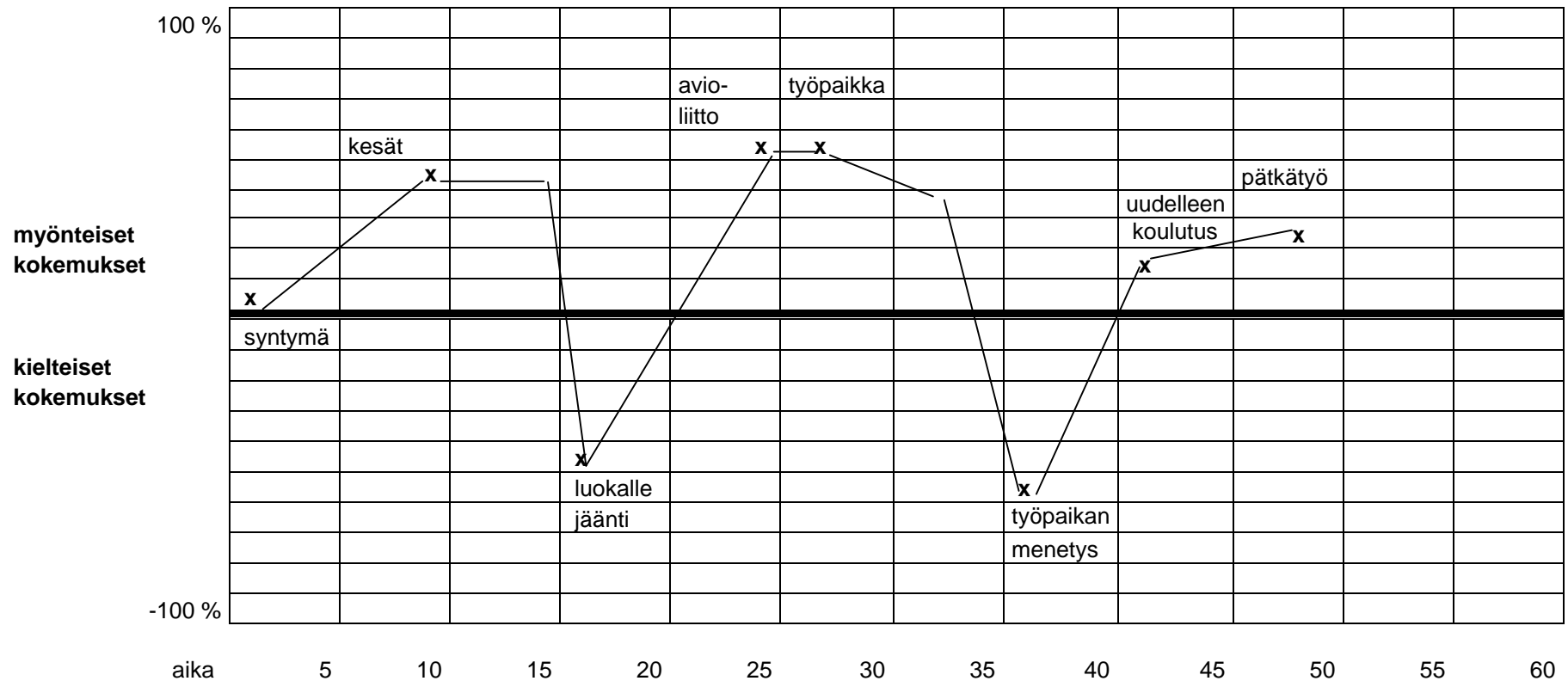
Osallistujalla on mahdollisuus havaita, että ryhmässä olevilla on elämässään eri vaiheita, nousuja, laskuja, ratkaisuja ja tarvetta selventää epäselviä asioita.

ELÄMÄNVIIVANI

lähde: Gergen Mary M 1988

Havaintoesimerkki

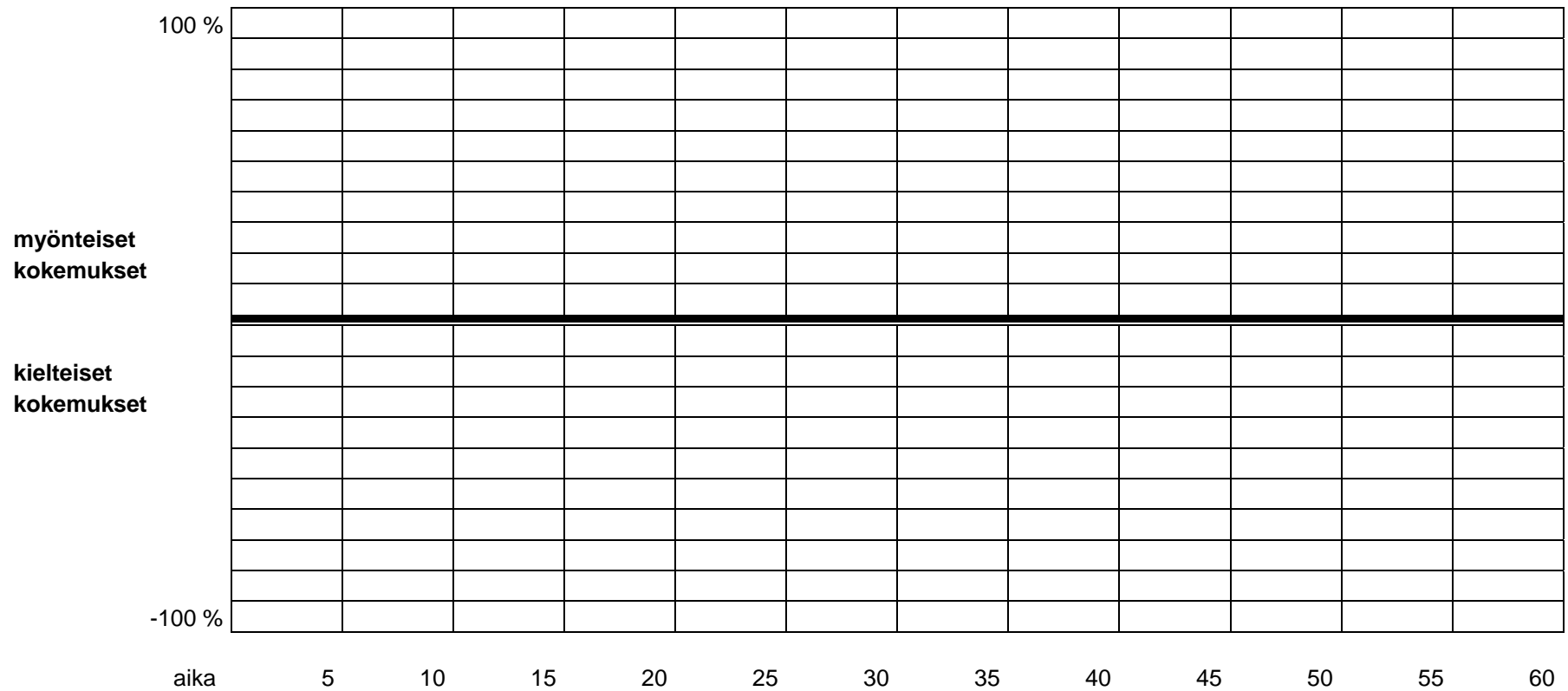
Laita rasti kaikkein tärkeimpien elämäkokemuksiesi kohdalle alkaen syntymästäsi. Viivan yläpuolelle tulevat myönteisiä kokemuksia kuvaavat rastit ja viivan alapuolelle negatiivisia kokemuksia kuvaavat rastit. Yhdistä lopuksi rastit viivalla, niin saat esille oman elämänviivasi Kirjoita ruudukon alle laittamasi rastin kohdalle kokemuksesi aihe.

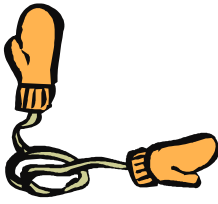


ELÄMÄNVIIVANI

lähde: Gergen Mary M 1988

Laita rasti kaikkein tärkeimpien elämäkokemuksiesi kohdalle alkaen syntymästäsi. Viivan yläpuolelle tulevat myönteisiä kokemuksia kuvaavat rastit ja viivan alapuolelle negatiivisia kokemuksia kuvaavat rastit. Yhdistä lopuksi rastit viivalla, niin saat esille oman elämänviivasi Kirjoita ruudukon alle laittamasi rastin kohdalle kokemuksesi aihe.





ELÄMÄNVIIVANI

Kun elämää katsoo pidemmällä aikavälillä, sopii sinne paljon tapahtumia ja elämänmuutokset ovat nähtävissä.

On aikakausia ja tapahtumia, joihin olet jo saanut etäisyyttä. Toiset asiat näyttävät selkeämmiltä. On myös asioita, joita on tarvinnut elämässään selkeyttää. Tunteet ovat myös mukana elämänviivassa. Tapahtumiin yhdistyy sekä myönteisiä että kielteisiä tunteita.

Voit lähteä liikkeelle lapsuudesta, edetä nuoruuden ja aikuisuuden kautta tähän päivään. Sinä itse teet valinnat, mitä tapahtumia haluat sisällyttää elämänviivaasi. Kun olet merkinnyt rastilla tapahtumat, voit lopuksi yhdistää viivalla rastit ja olet muodostanut elämänviivasi.

Esittele ryhmässä elämänviivasi ja kerro tarinoita niistä kohdista, mistä haluat. Voit itse valita, millä tasolla haluat asioista kertoa

ONNISTUMISEN KOKEMUKSIANI

Tavoite: Osallistujat tulevat kosketuksiin eri aikoina syntyneisiin onnistumisen kokemuksiin.

Kesto: 60- 75 minuuttia

Materiaali: tarinallinen tehtävä, paperia, kynä, lisäksi voi olla esim. valokuvia, musiikkia, esineitä

Järjestelyt: Osallistujilla toisiinsa näköyhteys

Ryhmäkoko: isona ryhmänä

Työskentely: Ohjaaja johdattelee aiheeseen ja pyytää osallistujia tekemään tehtävän ennen seuraavaa kokoontumista.

Osallistujat listaavat onnistumisen kokemuksiaan elämänsä ajalta. Aluksi he tekevät yksilötyönä alustavan listauksen ja tämä jälkeen valitsevat, minkälainen esitystapa heille sopii. Ohjaaja on saatavilla ja keskustelelee osallistujien kanssa.

Osallistuja kertoo isossa ryhmässä, minkälainen lista hänelle muodostui onnistumisen kokemuksista. Hän valitsee yhden onnistumisen kokemuksen ja kertoo siihen liittyvä tarinan.

ONNISTUMISEN KOKEMUKSIANI

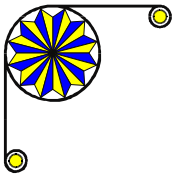
Jokaisella onnistumisen antaa meille iloa ja herättää kiinnostusta sekä itseämme että elämää kohtaan.

Elämän arki ja muutokset saattavat vaikuttaa meihin niin, että ajoittain emme tunnista riittävästi onnistumisen kokemuksia. Tästä voi seurata, että uusienkin onnistumisten kokemusten syntyemiselle voi tulla esteitä.

Siksi on välillä hyvä pysähtyä ja muistuttaa itseä, että onnistumisten kokemuksia on elämän aikana ollut.

Listaa paperille onnistumisten kokemuksia, joita sinulla on ollut. Pienetkin onnistumisten kokemukset ovat tärkeitä, koska sinä itse tiedät niiden merkityksen elämässäsi. Käy vielä läpi listaamasi onnistumisen kokemukset. Mitä ajatuksia ja tunteita sinussa herää. Minkälaisiin aiheisiin onnistumisen kokemukset liittyvät Kerro ryhmässä tarina onnistumisen kokemuksistasi ja esitele tekemäsi lista ryhmälle!

Ryhmän lopuksi ohjaaja mainitsee, että seuraavan kokoontumisen alussa hän johdattaa tarinalliseen tehtävään: Mihin yhteisöön minä kuulun?



MIHIN YHTEISÖÖN MINÄ KUULUN?

Tavoite: Vahvistaa osallistujien yhteisöön kuulumisen tunnetta

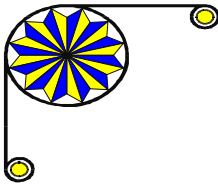
Kesto: 120 minuuttia, tarvittaessa annetaan lisää aikaa

Materiaali: Tehtävän liitteenä oleva kaavio, johon on piirretty ympyröitä, kynä

Järjestelyt: Pöytiä ja tuoleja eri puolella ryhmätilaa tai toisissa huoneissa yksilötyötä varten

Ryhmäkoko: Koko ryhmä

Työskentely: Ohjaaja johdattelee aiheeseen. Mistä olet kiinnostunut? Missä haluaisit tavata ihmisiä, joilla on samanlaisia kiinnostuksen kohteita? Onko sinulla olemassa jo yhteisöjä, johon kuulut? Mistä nauttisit kuulumisessa johonkin yhteisöön? Ohjaaja havainnollistaa esimerkeillä, miten yhteisöön kuulumisen karttaa rakennetaan. Osallistuja merkitsee seuraavalla sivulla keskellä olevaan ympyrään itsensä. Tämän jälkeen kirjoittaa häntä lähellä oleviin ympyröihin nimensä, mihin yhteisöön kuuluu ja mihin yhteisöihin haluaisi kuulua. Puretaan isona ryhmänä.



MIHIN YHTEISÖÖN MINÄ KUULUN?

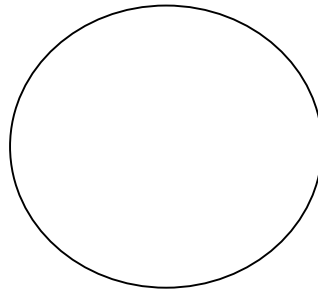
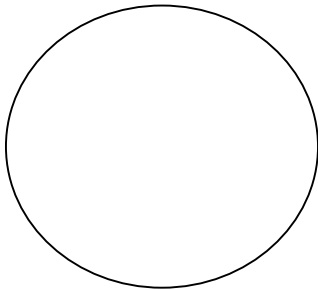
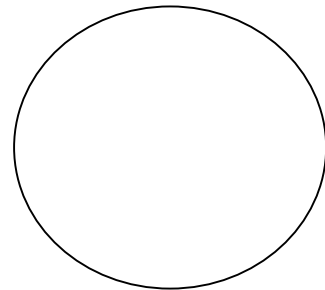
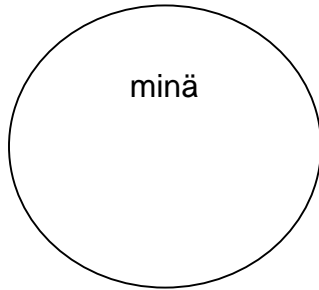
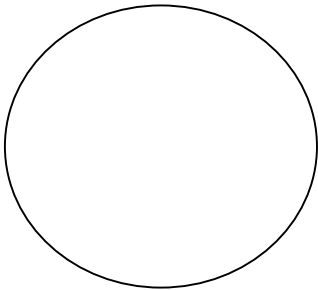
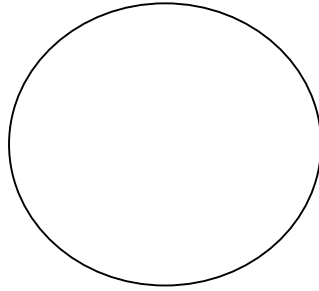
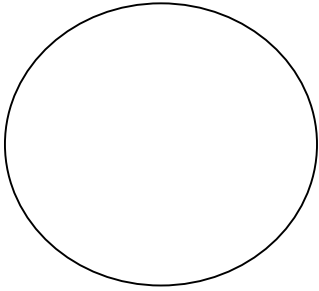
Mistä olet kiinnostunut? Missä haluaisit tavata ihmisiä, joilla on samanlaisia kiinnostuksen kohteita? Onko sinulla olemassa jo yhteisöjä, johon kuulut? Mistä nauttisit kuulumisessa johonkin yhteisöön?

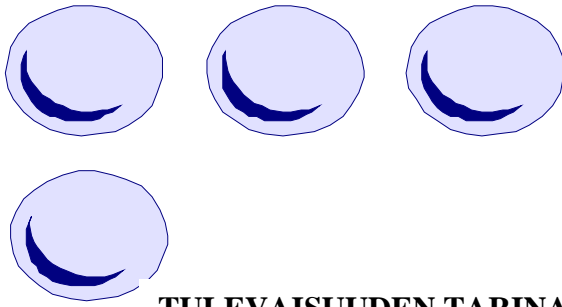
Merkitse seuraavalla sivulla keskellä olevaan ympyrään itsesi. Tämän jälkeen kirjoita itseäsi lähellä oleviin ympyröihin nimi, mihin yhteisöön kuulut ja mihin yhteisöihin haluaisit kuulua.

Yhteisöjä ovat esimerkiksi perhe, erilaiset harrastukset (liikunta, askartelu, musiikki, metsästys, kutominen jne), viralliset yhteisöt, järjestöt, epäviralliset tapaamisyhteisöt, ystävät, vapaaehtoistyö, tapahtumat, retkeily, kulttuuritapahtumat, seurakunta.

Kerro tarina kokemuksestasi johonkin yhteisöön kuulumisesta, mitä se on sinulle merkinnyt. Mikä on sellainen yhteisö, johon toivoisit pääseväsi! Minkälaisia mahdollisuuksia on siihen päästä? Miten olet yrittänyt päästä toivomaasi yhteisöön?

Mihin yhteisöön minä kuulun?





TULEVAISUUDEN TARINANI

Tavoite: Osallistujat suuntautuvat lähitulevaisuuteen..

Kesto: 2 x 60 minuuttia, välillä tauko

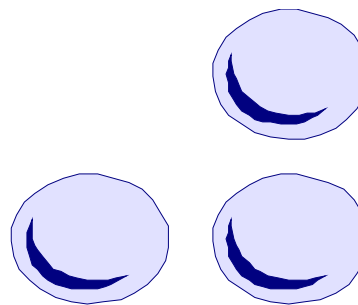
Materiaali: kynä, paperia

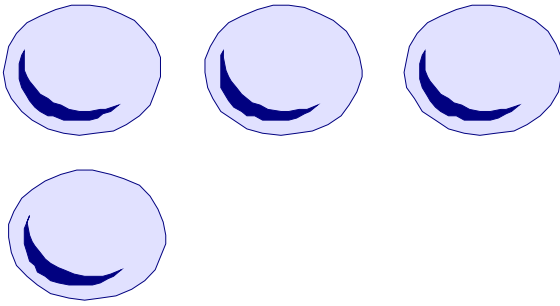
Järjestelyt:

Ryhmäkoko: Koko ryhmä

Työskentely: Osallistuja valitse itsellensä sopiva ajankohdan tästä eteenpäin, esim. yhden, kahden tai kolmen vuoden päähän. Sitten hän kertoo tarinan, mitä hänen elämäänsä kuulu silloin. Mitkä asiat ovat eri tavalla kuin nyt. Toimitaan isona ryhmänä. Osallistujat kertovat vuorotellen tulevaisuuden tarinansa ja niistä keskustellaan.

Lopuksi ohjaaja kertoo, että seuraavalla kerralla varsinainen ryhmätyöskentely päättyy ja silloin arvioidaan tarinallisen ryhmän toimintaa. Sen jälkeen on vielä yhteinen päätösjuhla.





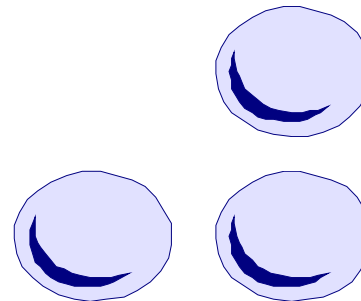
TULEVAISUUDEN TARINANI

Tulevaisuudesta meillä ei ole elettyä tietoa, mutta voimme aavistella, mitä tulevaisuudessa voisi tapahtua meille. Aavistelussa on vaikuttamassa aiemmat kokemuksemme, joiden pohjalta suuntaamme katseemme tulevaisuuteen.

Ihmismieli pystyy liikkumaan menneisyydessä, nykyisyydessä ja kurkottamaan tulevaisuuteen. Kun suuntaudumme lähitulevaisuuteen, vaikuttaa se meihin virittävästi ja herättää ajatuksia.

Valitse itsellesi sopiva ajankohta tästä eteenpäin, esim. yhden, kahden tai kolmen vuoden päähän. Kerro tarina, mitä sinun elämäsi kuuluu silloin. Mitkä asiat ovat eri tavalla kuin nyt.

Minkälainen kokemus on ajatella, mitä lähitulevaisuudessa tapahtuu?





RYHMÄN PÄÄTTÄMINEN JA ARVIOINTI

Tavoite: Helpotetaan siirtymävaihetta ja arvioidaan tarinallista ryhmää

Kesto: 120 minuuttia

Materiaali: Arviointilomake (liite 2), kynä, paperia

Järjestelyt: Pöytiä ja tuoleja, että osallistujat voivat tehdä yksilötyönä arvioinnin. Tarvitaan paperilappuja.

Ryhmäkoko: Koko ryhmä

Työskentely: Ohjaaja käy läpi arviointilomakkeen kysymykset, ennen kuin osallistujat täyttävät sen. Arviointilomake täytetään nimettömänä. Osallistujat täyttävät arviointilomakkeen, jonka pohjalta keskustellaan. Ryhmän eri vaiheissa on aiemmin ajoittain pysähdetty arvioimaan ryhmän toimintaa.

Osallistujille jaetaan niin monta paperia, että jokainen osallistuja voi antaa toisilleen kirjoittamalla myönteistä palautetta. Eri papereiden yläreunaan kirjoitetaan osallistujan nimi. Tämän jälkeen siihen kirjoitetaan sanoja tai lauseista, minkälaisia myönteisiä havaintoja osallistujasta on ryhmässä syntynyt. Lopuksi tehdyt palautepaperit jaetaan osallistulille. Kun kaikki ovat saaneet toisiltaan palautepaperin, osallistujat lukevat ne vuorotellen ääneen. He kertovat samalla, mitä myönteinen palaute heissä herättää.

Seuraavaa kertaa varten

Ohjaaja kertoo seuraavalla kerralla toteutettavasta päätösjuhlasta ja rohkaisee osallistujia tuomaan oman lisäpanoksen ohjelmaan.



RYHMÄN PÄÄTTÄMINEN JA ARVIOINTI

Tarinallinen ryhmä alkaa olla päätösvaiheessa. Kokoontumisia on vielä kaksi, joista ensimmäisessä päättyy varsinainen työskentely yhteiseen arviointiin.

Ohjaaja jakaa kokoontumisessa arviointilomakkeen, jonka osallistujat täyttävät itsenäisesti. Tämän jälkeen he voivat nostaa täyttämästään arviointilomakkeesta asioita esille yhteiseen keskusteluun. Arviointilomakkeeseen ei tarvitse laittaa omaa nimeä.

Seuraavaksi sekä osallistujat että ohjaaja (t) kertovat toisilleen myönteisiä havaintoja, joita ovat ryhmän kuluessa tunnistaneet toisistaan. Ohjaaja jakaa kaikille tyhjiä paperilappuja. Jokainen osallistuja kirjoittaa paperilapun yläreunaan, kenelle ryhmän osallistujalle myönteinen havainto annetaan. Jokaisen ryhmän osallistujan nimi tulee aina yhteen paperilappuun. Tämän jälkeen kirjoitetaan myönteisiä havaintoja jokaiselle osallistujalle. ne voivat olla sanoja, lauseita, ajatuksia.

ARVIOINTILOMAKE**TARINALLINEN RYHMÄ**

Ryhmän nimi _____

Alkamis –ja päättymisaika _____

1. Arvioi rengastamalla valitsemasi vaihtoehto, miten Elämäntarinat voimavaraksi –ryhmä vaikutti

1. Erittäin myönteisesti
2. Melko myönteisesti
3. Ei vaikutusta
4. Melko kielteisesti
5. Erittäin kielteisesti

ajatteluusi	1	2	3	4	5
tunteisiisi	1	2	3	4	5
toimintaasi	1	2	3	4	5
ihmiskon- takeihisi	1	2	3	4	5
omien tavoit- teidesi saavut- tamiseen	1	2	3	4	5

2. Kun ajattelet omaa kokemustasi Elämäntarinat voimavaraksi –ryhmäohjelmasta, niin kouluarvosanaksi annan (4 huono – 10 kiitettävä)

Aiheet _____

Työskentely _____

Ryhmähenki _____

Ohjaajan toiminta _____

3. Mikä ryhmän toiminnassa auttoi sinua omien voimavarojen löytämisessä? Mikä vaikeutti?

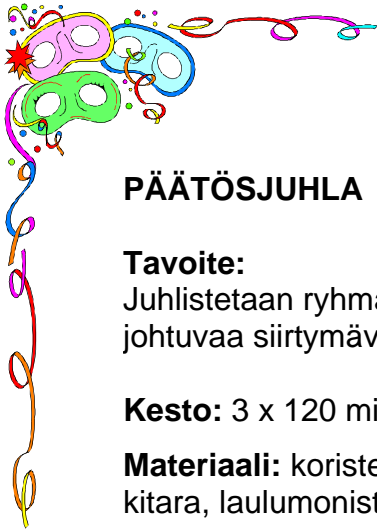
Auttoi: _____

Vaikeutti: _____

4. Suositteletko tätä ryhmää toisille työttömille? kyllä 1 en 2

5. Miten sinä kehittäisit tätä ryhmäohjelmaa?

6. Mitä muuta palautetta haluaisit vielä kertoa?



PÄÄTÖSJUHLA

Tavoite:

Juhlistetaan ryhmän päättymistä ja helpotetaan ryhmän päättymisestä johtuvaa siirtymävaihetta

Kesto: 3 x 120 minuuttia, tauko välissä

Materiaali: koristeita, pöytäliinoja, tarjoiluja, cd:illä, kaseteilla musiikkia, kitara, laulumonisteita

Järjestelyt: Kahvi, mehu, tee, kakut ja pullat laitetaan sivupöydälle. Keskelle jää avointa tilaa. Osallistujat istuvat tuoleissa ympyrän muodossa.

Ryhmäkoko: koko ryhmä

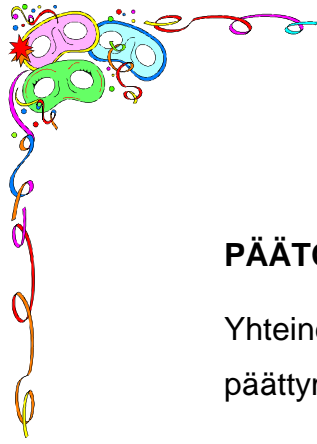
Työskentely:

Ohjaajat ja osallistuvat tekevät yhdessä juhlan, vaikka perusvastuu on ohjaajilla. Aloitetaan tervetuloivotukselle ja tarjoiluilla. Tämän jälkeen on matkimisleikkiä, johon kaikki osallistuvat. Ensimmäinen osallistuja aloittaa tekemällä liikkeen. Seuraava jatkaa ja lisää uuden osion liikkeeseen ja näin jatketaan eteenpäin kunnes viimeinen osallistuja on tehnyt kaikki aiemmat liikkeet.

Tehdään yhteinen verkosto punaisen langan avulla. Ollaan piirissä. Osallistujat ottaa käteen lankarullan ja heittää sen seuraavalle niin, että heittäjälle jää lanka käteen. heittäjä kysyy jonkin kysymyksen siltä, kenelle heitti lankarullan. Sitten jatketaan eteenpäin samalla tavalla, kunnes kaikki ovat heittäneet, esittäneet kysymyksen ja vastanneet. Takaisin lankarullaa heitetään käänteisessä järjestyksessä. Samalla toivotetaan toiselle jotakin hyvää ryhmän päättyessä.

Lauletaan monisteessa olevia yhteislauluja kitaran säestyksellä. Osallistujat esittävät laulutoivomuksia. Osallistujat esittävät omaa ohjelmaa: runoja, lauluja, leikkejä, tarinoita. Toteutetaan tietokilpailu, jossa osallistujat ovat jakautuneet neljään ryhmään. Voittaja palkitaan.

Keskustellaan vapaasti ja lopuksi osallistujat saavat todistuksen osallistumisestaan ryhmään.



PÄÄTÖSJUHLA

Yhteinen matkamme tarinallisessa ryhmässä on päätymässä ja on aika viettää päätösjuhla.

Päätösjuhlassa on järjestettyä ohjelmaa ja tarjoilua. Sinulla on halutessasi mahdollisuus esittää ohjelmaa päätösjuhlassa.

Samalla kun viihdymme yhdessä, jaamme yhteisiä kokemuksia ja suuntaudumme lähitulevaisuuteen.

Tervetuloa!

