

OSALLISTAVAT RYHMÄLEIKIT / HARJOITUKSET



Terve kaveri!

1. Pyydä kaikkia osallistujia nousemaan ylös ja siirtymään huoneen keskelle, tai sinne missä on tilaa.
2. Pyydä heitä kävelemään ympäri huonetta ristiin rastiin. Kerro osallistujille millä vauhdilla tilassa kävellään asteikolla 1 (hidas vauhti) - 10 (erittäin nopea vauhti). Tai sitten voit vaihdella etenemistyyliä (karhukävelyä, toinen käsi maassa, takaperin jne.).
3. Pyydä heitä pysähtymään ja pyydä jokaista etsimään itselleen pari ja keskustelemaan esim. odotuksista alkavaa kerhoa (kurssia, ryhmän toimintaa...) kohtaan. Tätä voi myös varioida siten, että kohdataan pari aina eri mielellä (iloisesti, surullisesti, vihaisesti, rakastavasti jne.)
4. Vuorottele kävelyä ja pysähtymistä, samalla parit vaihtuvat joka kerta.
5. Päättää harjoitus, kun kaikki tai lähes kaikki ovat saaneet keskustella keskenään.

Muita parikeskustelun aiheita voivat olla esim.

- Miten aamu lähti käyntiin tänään?
- Mitä teit kesälomalla?
- Mitä muuta harrastat?

Sekakättely

Sekakättelyä käytetään vierustovereihin tutustumiseen. Sen avulla rohkaistaan osallistumaan ja luodaan avointa ja rentoa tunnelmaa mm. ryhmätyöskentelyn alussa. Sekakättely toimii kaikenlaisissa tiloissa: ahtaissa tiloissa, auditorioissa tai istuvalle yleisölle. Tavoitteena on myös paikkojen vaihtaminen ja ihmisten sekoittaminen.

1. Pyydä osallistujia kättelemään ensin vierustoverinsa ja esittelemään itsensä samalla kätellen.
2. Kun esittely on tehty, pyydä heitä, kättä irrottamatta, etsimään uusi käteltävä. Vasta kun uusi käsi on kädessä, voi irrottaa edellisen käden. Tilassa saa liikkua. Joissain tilanteissa voi joutua odottamaan vuoroaan.
3. Pyydä osallistujia jatkamaan kättelyä samalla periaatteella tutustuen muutamiin ihmisiin käytettävän ajan puitteissa.
4. Pyydä lopuksi osallistujia istuutumaan sinne, minne sattui päätymään.

Kättelijöitä voi myös pyytää esimerkiksi kertomaan, miksi he ovat tulleet tähän kerhoon tai tapahtumaan.

Mielipidehedelmäsalaatti

Pyydä osallistujia asettamaan tuolit rinkiin ja istuutumaan. Tai leikki voidaan toteuttaa myös ilman tuoleja tiiviissä piirissä vierekkäin seisten.

1. Selosta leikin säännöt ja tarkoitus eli vaihtaa mielipiteitä ilman sanoja.
2. Asetu vetäjänä keskelle (sinulla ei ole tuolia): "Kaikki joilla on harmaat sukat vaihtavat paikkaa". Ilman tuolia jäänyt jää keskelle ja kysyy seuraavan kysymyksen. Vetäjänä sinun on hyvä jäädä alussa pari kertaa keskelle ja esimerkin näyttämiseksi kysyä informatiivisempiakin kysymyksiä: "kaikki jotka ovat käyneet Helsingissä..." tai "kaikki, jotka ovat päiväkodissa..." tai "kaikki jotka vastustavat eläinräökkäystä..."

Yhteispiirustus

Yhteispiirustusharjoitus kehittää ryhmän yhteistyökykyä sekä turvallisuuden tunnetta. Yhteispiirustusta voidaan käyttää mm. päivän teemaan virittäytyessä ja lämmittelynä. Ryhmissä (4-6 henk.) maalataan tai piirretään kuva, joka näyttää yhtenäiseltä kokonaisuudelta. Varaa värikynät, vesivärit, siveltimet, A3- paperia tai suurempaa kullekin ryhmälle.

1. Muodosta ryhmät, kullekin ryhmälle värit ja yksi paperi
2. Pyydä kaikkia työskentelemään hiljaisuudessa vain musiikki taustalla.
3. Pyydä, että kussakin ryhmässä joku aloittaa ja valitsee ensimmäisen värin ja tekee yhden viivan tai siveltimen vedon.
4. Tästä eteenpäin jokainen vuorollaan valitsee haluamansa värin ja tekee viivan, vedon ja palauttaa värin pöydälle merkiksi osuutensa päättymisestä. Viivan tai vedon ei tarvitse jatkua edellisestä vain olla suhteessa muihin viivoihin.
5. Työn tekeminen jatkuu niin kauan, kunnes joku ryhmäläisistä kokee työn olevan valmis ja ehdottaa muille työn lopettamista. Jos toiset hyväksyvät ehdotuksen, ryhmäläiset allekirjoittavat työn.
6. Pyydä asetetaan työt nähtäville ja jokainen tutustuu töihin annetun ajan puitteissa.

Kokemus ja lopputulos: mitä tapahtui? millaisia tunteita herätti? mitä ongelmia?

Toteutusvaihtoehtoja:

1. Teema (vastakohtat, vuodenaajat, meidän kerho, meidän ryhmä.)
2. Aihe (puisto, talo, piha jne.)
3. Mielikuvitus (satu, komedia, henkilökuva jne.)

4. Tunne tai mieliala (rakkaus, suru, ilo, jne.)

Kuunteleminen

Millainen kuuntelija sinä olet?

Kuunteletko mielelläsi, kun muut puhuvat? Annatko muiden olla huomion keskipisteenä? Rohkaisetko toisia puhumaan? Otatko toisten mielipiteet huomioon? Keskeytätkö työsi, kun sinun pitäisi kuunnella? Katsotko puhujaa silmiin? Ajatteletko, mitä hän puhuu? Sallitko toisen puhua sanottavansa loppuun? Maltatko olla arvostelematta puhujan ajatuksia ennen kuin hän on lopettanut? Kuunteletko silloinkin, kun esitettävä ei miellytä sinua? Haluatko keskustella aiheesta? Rohkaisetko puhujaa?

1. Pyydä jokaista ottamaan itselleen pari ja istumaan tämän kanssa vastakkain. Valitaan yhdessä teema. Anna ohjeeksi, että jokainen puhuu 1 min. ajan valitusta teemasta parinsa kanssa yhtäaikaan. Molemmat puhuvat, kumpikaan ei kuuntele.
2. Keskustellaan 1 min. siitä, miltä kokemus tuntui.
3. Pyydä parit sopimaan keskenään kumpi aloittaa. Teema on sama, mutta toinen puhuu ja toinen kuuntelee tarkasti 1 min. ajan.
4. Pyydä kuuntelijaa kertomaan (1min.) puhujalle, mitä hän kuuli tämän sanovan.
5. Vaihdetaan osia.
6. Pyydä pareja muodostamaan 4 hengen ryhmiä. Pyydä näissä ryhmissä 2-3 minuutin ajan miettimään: ”Miltä näyttää / kuulostaa, kun toinen todella kuuntelee”.
7. Pyydä sattumanvaraisesti yhtä osallistujaa kerrallaan sanomaan yhden ajatuksen kummasta puolesta tahansa ja kirjaa se fläpille, joko näyttää tai kuulostaa puolelle.
8. Lopuksi keskustellaan miltä työskentely tuntui, miten se onnistui, mitä se opetti ja mitä kukin havaitsi itsestään ja muista.