



Sunne arvosi.



Me ♥ Sinä

Savoitteet: Itsearvostuksen lisääminen sekä oman ainutlaatuisuuden tunnistaminen.

NON FIGHTING GENERATION RY

Harjoituksen ohjeistus ja toteutus

Harjoituksen aluksi asetetaan piiriin. Yksi osallistujista menee vuorollaan piirin keskelle istumaan. Muut alkavat kertoa tilanteita joissa keskellä oleva on tehnyt jotakin mukavaa, auttanut toisia, tai jonkin asian jossa hän on erityisen taitava. Lisäksi kerrotaan, mitä erityistä juuri keskellä oleva tuo porukkaan ja mitä porukasta jäisi puuttumaan ilman häntä. Keskellä oleva ei saa puhua, hänen tulee vain kuunnella mitä toiset hänestä kertovat.

Huomioita:

Miltä tuntui kuulla mukavia asioita itsestä? Olivatko asiat tuttuja, vai yllättikö jokin asia? Tunnistiko keskellä oleva itsensä mainituista asioista? Näkevätkö muut keskellä olevan erilaisessa valossa, kuin hän itse? Ovatko osallistujat aiemmin huomanneet, että jokainen tuo porukkaan oman ainutlaatuisen lisän?

Idea!

Vanhemmille osallistujille harjoitus soveltuu myös siten että kerrotaan toisen vahvuuksista.



