

Deep Talk -tuokiomalli: Meritähti

Materiaalit: Meritähti-kertomus haluamallasi kielellä, hiekkasäkki, ”meritähti” (vähintään kolme kappaletta) ja puuhahmoja (vähintään yksi jokaiselle lapselle), pientä tarjottavaa kaikille.



Meritähtiä -tuokion kulku

OHJAAJALLE	TOIMINTA
<p><i>Eteistyöskentelytila</i></p>	<p>Nyt minä mietin -sanontaa voit käyttää kaikissa siirtymissä ja lausetta aloittaessasi omien tunteistesi mukaan.</p>
<p>Lapset odottavat ryhmätilaan tulemista tai tulevat tilaan ja asettuvat rauhassa paikoilleen. Kysele kuulumisia, tervehdi ja katso jokaista vuorollaan silmiin. Kun tilanne on rauhallinen, kysy:</p>	<p>Oletko valmis kuulemaan kertomuksen?</p>
<p><i>Kerronnan tila</i></p>	<p>Aloitusrepliikki:</p>
<p>Hengitä syvään, anna kertomuksen rauhan asettua itseesi.</p>	<p>1. Kuuntele hiekan ääntä.</p>
<p>Paina katse alas ja esitä valitsemasi aloitusrepliikki.</p>	<p>TAI</p>
<p>Levitä hiekkaa rauhassa.</p>	<p>2. Autiomaan voi olla vaarallinen paikka. Tuuli tuulee siellä niin, että hiekka liikkuu ja ihmisen on vaikea löytää tietään. Päivällä on polttavan kuuma ja yöllä jäätävän kylmä. Autiomaassa ei kasva juuri mitään eikä siellä ole paljontaan syötävää tai juotavaa. Vain harvat menevät autiomaahan, jollei ole pakko. Joissain paikoissa vesi tulee lähelle maan pintaa, sinne ihmiset, eläimet ja kasvit voivat asettua asumaan.</p>
<p>Tee merenranta hiekalle ja levitä runsaasti meritähtiä rantaviivalle, selkeästi kuivalle maalle, rannalle.</p>	

<p>Kuljeta hahmoa pitkin merenrantaa.</p> <p>Pysähdy välillä ja heitä yksi meritähti veteen.</p> <p>Laita toinen hahmo kulkemaan toisen perässä samoissa askelissa.</p> <p>Siirrä kätesi ensimmäisen hahmon luo ja heitä yksi meritähti veteen.</p> <p>Nosta katseesi, luo kehon kielellä avoin ja ymmärtäväinen ilmapiiri. Nyt ei ole oikeaa ei väärää! Kysy ihmettelykysymykset tai ainakin yksi kysymys: ”Mistä pidit eniten?”</p> <p>Kerää esineet pois hiekalta yksi kerrallaan ja ota säkki käteesi.</p>	<p>Ihminen kulki pitkin merenrantaa, jossa myrsky oli heittänyt paljon, paljon meritähtiä kuivalle maalle.</p> <p>Aina välillä ihminen pysähtyi ja heitti veteen yhden meritähden.</p> <p>Hänen takanaan kulki toinen ihminen, joka sanoi: ”Tuosta ei ole mitään hyötyä, et voi pelastaa kaikkia meritähtiä.”</p> <p>Silloin edellä kulkenut kumartui taas, heitti meritähden takaisin mereen ja sanoi: ”Tälle meritähdelle siitä on hyötyä ja väliä.”</p> <p>Ihmettelykysymykset:</p> <p>Mistä pidit eniten?</p> <p>Minkä haluaisit jättää pois?</p> <p>Missä kohdassa itse olisit tässä kertomuksessa?</p> <p>Nyt kerään pois tämän ihmisen, joka seurasi ensimmäistä.</p> <p>Tämän ihmisen, joka pelasti aina välillä yhden meritähden.</p> <p>Nämä meritähdet, jotka myrsky oli ajanut rantaan.</p>
--	--

Nouse seisomaan ja pyydä lapsiakin nousemaan. Kävelkää piirissä rauhallisesti muutama askel ja istukaa alas.

TAI

Nouse seisomaan ja siirry istumaan toiseen kohtaan piirissä.

Leikin tila

Kysy lapsilta heidän päivästä ja levitä hiekkaa ryhmän kuvauksen mukaisesti. Voit esittää tarkentavia kysymyksiä ja varmentaa, että hiekkaan piirretyt muodot ovat lasten ajatusten mukaisia. Kätesi peilaa hiekalle ryhmän antamia ohjeita: huolen kuoppaa, jäätelökioskia, ilon aurinkoa jne.

Pidä kädessäsi yhtä meritähteä (aluksi piilossa), kun aloitat kysymisen. Kysy ensimmäinen kysymys pitämällä ensimmäistä meritähteä kädessäsi. Toisen kysymyksen kohdalla ota toinen meritähti käteesi. Kun vastauksia alkaa tulla, ota tähti näkyville ja laita siihen ne asiat ja henkilöt, joita lapset mainitsevat. Voit toistaa mainitun sanan ja koskettaa meritähteä.

Aseta molemmat tähdet ryhmän valitsemaan paikkaan.

Katso loppuja meritähtiä ja aseta nekin lasten ohjeiden mukaan hiekalle.

Nyt vaihdamme paikkaa.

Yhteisökysymykset

Minkälainen päivä sinulla on ollut tänään? (ilot, surut, jännityksen aiheet, kiireet)

Kertomuskysymykset

Kuka välittää sinusta?

Kenestä sinä välität?

Osa jää käyttämättä. Onkohan näilläkin kuitenkin joku, joka välittää?

Pidä pieni tauko ja siirry sitten keskustelemaan lapsen kanssa nykyhetkeen liittyvistä kysymyksistä. Kierrätä astiaa, jossa on hahmoja. Anna lasten valita itselleen hahmo. Pyri pitämään tilanne hiljaisena. Pyydä sitten lapsia laittamaan hahmo hiekkamaisemassa paikkaan, joka sopii hänelle.

Kun kaikki ovat saaneet hahmonsensa hiekkamaisemaan, aloita keskustelu syntyneen maiseman pohjalta. Anna riittävästi aikaa. Muista, että hiljaisuuskin voi kertoa sisäisestä puheesta. Kaikkea ei tarvitse sanoa ääneen.

Kun keskustelu on hiljentynyt, siirrä katseesi lapsista alas hiekkamaisemaan. Ole hetki hiljaa ja lopeta sitten leikin tila laittamalla kätesi maiseman ylle.

Juhlan tila

Ota esille tarjottavat (yksi viinirypäle/lapsi tms.) ja kerro siirtymisestä juhlan vaiheeseen.

Tarjoile kunnioittavasti jokaiselle ryhmäläiselle pieni syötävä. Aloittakaa yhdessä ja jutelkaa tunnelmista. Keskustelu voi olla vapaamuotoista.

Pohdintatehtävä kotiin

Anna lapsille pieni pohdintatehtävä juhlan yhteydessä. Tehtävä voi olla eri kerroilla samakin. Tyypillinen tehtävä voi olla jokin mietintätehtävä kotiin tai sitten jokin askartelutehtävä omassa ryhmässä heti hetken jälkeen toteutettavaksi. Tässä yksi esimerkiksi tehtäväksi: Mieti illalla päivän 1–3 kiitollisuusaihetta. Ne voivat olla mitä vaan eikä tarvitse kertoa muille, mutta saa jos haluaa.

Kun tätä on tehty 3 viikkoa, voi alkaa kertoa itselleen etukäteen, mistä huomenna kiittää. Tämä lisää ihmisen elämänhallinnan tunnetta ja positiivisuutta.

Laita itsesi tähän päivään. Mieti, missä itse haluaisit tässä maisemassa olla. Nyt voit käydä asettamassa hahmosi hiekalle niin kuin haluat.

Itseen liittyvät kysymykset

Mitä näet tässä?

Mitä haluaisit kertoa itsestäsi tänään?

Näin on hyvä.

Nyt vietämme pienen juhlan. Aloitamme syömisen yhtä aikaa.

Miltä tämä yhteinen hetki tuntui?

Mietin, haluaisitko kokeilla kotona pientä kiitollisuuden harjoitusta...

Kun menet nukkumaan illalla tai päiväunille, mieti onko mielessäsi asiaa, josta voisit kiittää.

Tee tätä joka ilta monta viikkoa ja sitten voit kysyä aikuiselta, mitä sitten tehdään.