

## MENETELMÄPAKETTI

---

Tähän menetelmäpakettiin on koottu niitä ryhmätyöskentelyn menetelmiä, joita on sovellettu hankkeen järjestämien koulutusten aikana. Lisäksi tähän on liitetty muutamia muita vertaisryhmissä mahdollisia menetelmiä. Lopussa on myös kirjavinkkejä aiheesta enemmän kiinnostuneille.

### **Etunimet tutuiksi**

On tärkeää, että ryhmän jäsenillä on mahdollisuus tutustua toisiinsa ja oppia toistensa nimet. Etenkin ryhmän alkuvaiheessa kannattaa kiinnittää huomiota siihen, että kaikki esittäytyvät. Kukin osallistuja voi kirjoittaa etunimensä joko maalarinteipille tai hymiöön ja kiinnittää sen rintaansa.

**Esittely** siten, että osallistujat kertovat vuorollaan nimensä sekä jonkin mukavan asian - esim. vuodenaikaan liittyvän seikan. Tässä voi käyttää apuna hyvin kortteja.

### **Kuvat ja kortit**

Erilaisia kuvia tai kortteja voidaan käyttää virittämään tietyn teeman käsittelyyn. Esillä voi olla erilaisia kuvia, joista valitaan sellainen, joka parhaiten kuvaa esim. ryhmään tuloon liittyviä tunteita. Tämän jälkeen jokainen saa vuorollaan kertoa, miksi valitsi ko. kuvan.

### **Yhteiset sopimukset**

Ryhmässä kannattaa yhteisesti puhua ja sopia esim. ryhmän tavoitteista ja tehtävistä, luottamuksellisuudesta, toisten kunnioittamisesta, poissaoloista, myöhästymisistä, kännykkäkulutturista ja uusista jäsenistä. Ryhmän yhteisiä pelisääntöjä voidaan pohtia esim. koko ryhmässä, pienryhmissä tai pareittain. Lopuksi yhteiset säännöt kannattaa käsitellä yhdessä koko ryhmän kanssa ja kirjata ylös esim. fläppitaululle.

### **Lankakerä**

Soveltuu tutustumiseen sekä tunteiden ja palautteen keräämiseen. Ryhmän jäseniltä voi kysyä esim. millä mielellä kukin on tullut ryhmään. Ryhmän jäsen kertoo ensin nimensä ja millä mielellä on tullut. Sitten hän ottaa kiinni langan päästä ja antaa lankakerän jollekin toiselle ryhmäläiselle, joka taas kertoo nimensä ja tunteidensa ja langasta kiinni pitäen laittaa kerän eteenpäin. Näin langasta muodostuu verkosto ryhmäläisten välille. Langan voi kerä takaisin kysymällä esim. mitä ryhmän jäsenet odottavat ryhmältä. Jos lankakerä on punainen, voidaan puhua tapaamisen punaisesta langasta.

### **Ryhmätyöt**

Ryhmälle voi antaa tehtäviä, jotka liittyvät kyseisen tapaamisen teemaan. Erilaiset ryhmätyöt antavat osallistujille mahdollisuuden yhteistoiminnalliseen oppimiseen, kun he yhdessä prosessoivat käsiteltävää teemaa. Ison ryhmän voi jakaa pienryhmiin. Tällöin hiljaisillakin ryhmän jäsenillä on mahdollisuus tulla kuulluksi.

### **Ison ryhmän jakaminen pienryhmiin**

Monesti iso ryhmä kannattaa jakaa pienempiin ryhmiin. Ryhmiin jakaminen pyytämällä osallistujia laskemaan esim. neljään (jos pieniä ryhmiä halutaan neljä) on uusiin ihmisiin

tutustumisen kannalta toimivaa, koska tällöin ihmiset joutuvat yleensä eri ryhmään kuin itselle tutuimmat

henkilöt, joiden läheisyyteen on ehkä hakeutunut istumaan. Ryhmiin voidaan jakautua myös esim. siten, että osallistujat asettuvat aakkosjärjestykseen ja ryhmät jaetaan esim. synnyinkuukauden mukaan. Ryhmiin voidaan jakautua myös siten, että jokaiselle jaetaan palapelin (tai postikortin) pala ja kukin etsii muut, joilla on saman palapelin (tai postikortin) paloja.

### **Pariporina**

Kaikki eivät tuo mielipiteitään esille ryhmässä, mutta voivat kertoa näkemyksiään parille. Toisinaan ryhmän jäseniä voi pyytää keskustelemaan annetusta aiheesta vierustoverin kanssa. Näin kaikki saavat puheenvuoron. Lopuksi kuullaan, mitä parit haluavat jakaa käymistään keskusteluista koko ryhmälle.

### **Toiminnalliset menetelmät**

Ryhmässä kannattaa käyttää erilaisia toiminnallisia menetelmiä. Ne aktivoivat ryhmäläisiä osallistumaan ja ilmaisemaan itseään. Liikkuminen, siirtyminen, tekeminen eli kehon mukaan ottaminen työskentelyyn herättää ja virkistää aivotointaa. Toiminnalliset tuotiot vapauttavat ryhmän tunnelmaa ja tuovat uusia näkökulmia ja iloa ryhmän työskentelyyn. Toiminnalliset menetelmät kannattaa valita niin, että ne tuntuvat luontevilta ja sopivilta itselle ja kyseiselle ryhmälle.

### **Toiminnallisen ryhmätyöskentelyn rakenne**

1. Virittäytyminen
  - syntyy käsitys siitä, mitä ollaan tekemässä
  - turvallisuus
  - aktiivinen läsnäolo
2. Toiminta
  - syntyy jotakin uutta
3. Tunneilmaisuus eli jakaminen
  - mitä tehtiin, millaiselta toiminta tuntui?
  - ohjaaja ei arvota, ei arvioi kuinka hyvin osallistujat suoriutuivat
4. Loppukeskustelu
  - ohjaajan johdolla pohditaan mitä nähtiin, koettiin, tehtiin
  - löytyikö uusia ratkaisutapoja tai näkökulmia

### **Toronto-kättely**

Toronto kättelyssä ryhmän jäsenet kävelevät tilassa, kättelevät vastaan tulijaa, kertovat oman nimensä ja keskustelevat hetken annetusta aiheesta (esim. mitä aiot tehdä kesälomalla tai mitä toivot syntymäpäivälahjaksi). Kättelyä ei saa lopettaa ennen kuin on saanut toisella kädellä käteltäväkseen uuden henkilön. Toronto-kättelyä voidaan jatkaa, kunnes (lähes) kaikki ovat kätelleet toisensa.

### **Vapaa kävely**

Ihmiset kävelevät vapaasti tilassa (käytävässä tai aulassa tai kokoustilassa). Kun ohjaaja sanoo numeron 1, ihmiset kävelevät hitaasti katse maassa, kun ohjaaja sanoo

numeron 2, ihmiset kävelevät hiukan nopeammin, kun ohjaaja sanoo numeron 3, ihmiset kävelevät nopeasti.

Kun ohjaaja huutaa seis, ihmiset pysähtyvät ja kättelevät lähintä ihmistä, kertovat nimensä ja jonkun yhdessä sovitun asian (esim. mitä mukavaa tänään odotettavissa / mitä odottaa tapaamiselta jne.)

### **Tunnustusten piiri**

*Osallistujat seisovat piirissä kasvot keskustaan päin.* Ohjaaja aloittaa, ottaa askeleen kohti piirin keskustaa, kertoo nimensä ja jonkin asian esim. mitä tänään aamulla tapahtui / mitä odottaa tapaamiselta. Kaikki ne, joilla on ollut samanlainen sattumus tai ajattelevat samalla tavalla ottavat myös askelen piirin keskustaa kohti ja astuvat lopulta takaisin piiriin. Näin jatketaan osallistujalta toiselle.

### **Tunnustusten piiri**

*Osallistujat seisovat kasvot piiristä pois päin.* Ohjaaja aloittaa, kääntyy kohti piirin keskustaa, kertoo nimensä ja jonkin asian esim. mitä tänään aamulla tapahtui / mitä odottaa tapaamiselta jne. Kaikki ne, joilla on ollut samanlainen sattumus tai ajattelevat samalla tavalla kääntyvät myös piirin keskustaa kohti ja kääntyvät lopulta takaisin selkään keskustaa päin. Näin jatketaan osallistujalta toiselle.

### **Learning Café**

Ryhmä jaetaan pienryhmiin. Jokaiselle pienryhmälle annetaan tehtäväksi pohtia päivän teemaan liittyvää asiaa tai kysymystä. Pienryhmät keskustelevalle ja kirjaavat pohdintansa tuloksia. Jos ryhmiä on kolme, pohdittavia kysymyksiäkin voi olla kolme – tällöin jokainen ryhmä pohtii vuorollaan jokaista kysymystä. Lopuksi ryhmien tuotokset käydään läpi yhdessä. Menetelmästä on erilaisia muunnelmia. Ryhmä voi kirjata ajatuksiaan esim. fläppipaperiin/ paperiseen pöytäliinaan siinä pöydässä, jossa ryhmä istuu. Kun ryhmä on pohtinut kysymystä annetun ajan, ryhmät vaihtavat paikkaa ja alkavat miettiä seuraavaa, uuden pöydän ääressä pohdittavaa kysymystä. Eri pienryhmillä voi olla eriväriset kynät, jolloin ryhmien tuotokset erottuvat toisistaan. Voidaan myös sopia, että ensimmäisestä ryhmästä yksi jää pöydän ”emännäksi” tai ”isännäksi” eli hän kertoo seuraavalle pienryhmälle, mitä pöydässä on aiemmin keskusteltu ja lopuksi kuvaa koko ryhmälle, mitä annetusta aiheesta keskusteltiin ko. pöydässä ja mihin päädyttiin. Learning Café on hyvä menetelmä tiedon jakamiseen, ajatusten vaihtoon, yhteisen ymmärryksen synnyttämiseen ja ratkaisujen etsimiseen hankaliin kysymyksiin.

Koulutuksen aikana käytettiin learning café-menetelmää mm. Miten vanhempainilloissa voisi käyttää ryhmäytystä?/ Ryhmäytyksen ongelmakohtat/ Ohjaajan - aikuisen rooli ryhmässä -ryhmässä vai ryhmän äärellä?

### **Kuunteluharjoitus pareittain**

Harjoituksen tarkoituksena on herättää huomaamaan, miten tärkeää kuulluksi tuleminen on. Harjoitus auttaa myös kehittämään kuuntelemisen taitoja. Harjoitus tehdään pareittain.

1. Sopikaa, kumpi aloittaa puhumalla ja kumpi kuuntelemalla
2. Puhuja kertoo, minkälainen ajattelee olevansa vuorovaikuttajana. Miten hän keskustele, miten tuo näkökulmiaan esille? Miten kuuntelee?

3. Toinen kuuntelee keskeyttämättä ja vuoron saatuaan, kertoo omin sanoin, mitä kuuli (ilman tulkintaa).
4. Vaihdetaan osia.

### **Palaute**

Ryhmän toiminnasta kannattaa kerätä palautetta. Ryhmäläisten antama palaute auttaa ryhmän ohjaajia suuntaamaan ryhmän toimintaa niin, että se vastaa osallistujien tarpeisiin. Palaute toimii jatkosuunnitelmien pohjana. Lisäksi palaute auttaa ohjaajia kehittämään ohjaustaidoissaan.

Palautetta voidaan kerätä vapaamuotoisissa palautekeskusteluissa tai erilaisin toiminnallisin menetelmin tai arviointilomakkeiden avulla.

### **Kolmen K:n muistisääntö:**

**KIITÄ:** Kiitos kysymyksestä.

**KEHU:** Otit asian rohkeasti esille (vaikka minä olen asiasta vallan toista mieltä ☺)

**KYSY:** Mitä ehdottaisit / tekisit itse vastaavassa tilanteessa tms.

### **Mitä voi tehdä kovin puheliaan kohdalla:**

- voi antaa puheenvuoron muille, kysyä, mitä mieltä toiset ovat asiasta tai olisiko muilla jotain muuta asiaa
- hernepussi tai pallo puheenvuoron jakamisen merkinä
- tiimalasi, joka näyttää puheenvuoroon käytettävää aikaa

### **Mitä voi tehdä hiljaisen tai kovin pienen ryhmän kohdalla:**

- parikeskustelut oman parin tai vieraan ihmisen kanssa
- learning café on mahdollinen pienelläkin porukalla
- pyydetään ajatuksia asioista muistilapuille, helpottaa sellaista ihmistä, joka ei uskalla sanoa ryhmässä ääneen asioita
- sanotaan ääneen, että ryhmässä saa puhua tai olla puhumatta, luvan saaminen hiljaa olemiselle vapauttaa usein hiljaisenkin puhumaan edes hiukan

### **Lukuvinkkejä**

Tämän linkin takaa paljastuu opinnäytetyö Rytinällä ryhmäksi josta saa paljon hyvä kirjavinkkejä ja lisää käytännön harjoituksia, kannattaa tutustua jos aihe kiinnostaa:

[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/10850/Halonen\\_Anniina\\_Raunila\\_Carita.pdf.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/10850/Halonen_Anniina_Raunila_Carita.pdf.pdf?sequence=1)

Leskinen Eija (2009). Ryhmä toiminaan! Vinkkejä tutustumiseen, oppimiseen ja yhteistyöhön. Jyväskylä: PS-kustannus.

Aalto Mikko (2004). Ryppäästä Ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Ryttylä: My generation.