

Vaakunakilpi

	Harjoitettavat osa-alueet
	Osaaminen
	Itsemääräämisoikeus
	Vaikuttavuus
X	Merkityksen kokeminen: Itsensä määrittäminen
	Myönteinen minäkuva
	Yhteisöllisyys

Harjoituksen tavoite

Osallistuja voi ”vaakunakilpensä” avulla kertoa minkälaiset asiat ovat hänelle tärkeitä ja esitellä mielipiteitään asioista.

Harjoituksen suoritustapa ja osallistujien määrä

Suoritustapa Yksittäin tai ryhmissä, luokkatilassa.

Osallistujamäärää ei ole rajattu

Toimintaohje

Tässä harjoituksessa on tärkeää, että osallistuja pystyy käyttämään kynää. Jos näin ei ole voi joku muu piirtää osallistujan puolesta, hänen ohjeidensa mukaan.

Annetaan ohjeeksi:

Piirrä itsellesi ”vaakunakilpi”. Kilven saa suunnitella itse, sen ei tarvitse olla samanlainen kuin liitteenä oleva malli, mutta siihen on sisällyttävä seuraavat asiat:

1. Oma missiosi elämässä, elämäntehtäväsi.
2. Sinua kuvaava metafora, jokin merkki tai piirros, joka tuo ilmi olennaisen sinussa.
3. Sinua loukkaavat tai ärsyttävät asiat. Millaisia asioita tai tilanteita et todella voi hyväksyä?
4. Arvot ja normit. Minkä asioiden puolesta olet valmis taistelemaan?



5. Odotuksesi valmennukselta. Mitä haluat oppia?

Kun jokainen on saanut "vaakunakilpensä" valmiiksi ne esitellään vuorotellen ja osallistujat voivat täsmentää ja selittää "vaakunakilpeen" laittamiaan asioita. Ohjaaja tekee tarkentavia lisäkysymyksiä ja innostaa muita osallistujia myös esittämään kysymyksiä.

Harjoituksen vaiheet ja ajoitus

Ohjeiden antaminen	5 minuuttia
Harjoituksen toteutus	10 minuuttia
Keskustelu ja arviointi	45 minuuttia

Yhteensä	60 minuutti
----------	-------------

Tarvikkeet

A4-paperia, kyniä, tusseja, teippiä.

Harjoituksen tulos ja kokemuksen hyödyntäminen

Ohjaaja voi odottaa kuulevansa "vaakunakilpiään" esitteleviltä osallistujilta sellaisia lauseenaloituksia kuin:

Minä luulen, että...

Minä haluan...

Minusta on tärkeätä, että...

Minusta asia on...

Minun päämääräni on...

Minulle tärkeintä elämässä on...

Minulle sisällön elämään antaa...

Yritän saavuttaa...

Lähde: VrijBaan Training module Empowerment

Käännös: Teuvo Tanner, Ammattiopisto Luovi

Liite: Vaakunakilpi

LIITE

Vaakunakilpi

MISSIO	
Kuvaa itseäsi metaforalla: jollain merkillä tai piirroksella	Millaisia asioita tai tilanteita et todella voi hyväksyä
Arvoja ja normeja	Odotuksia ja toiveita