

”Hopeareunus”

- Positiivisten puolien löytäminen huonoista kokemuksista

Sosioemotionaaliset päämäärät:

1. Rakentaa optimismia
2. Rohkaista positiivisiin ajatusmalleihin
3. Rohkaista sinnikkyyttä

Ikä:

8-vuotiaasta ylöspäin

Osallistujat:

2-30 osallistujaa

Tarvikkeet:

Kynä ja paperia jokaiselle joukkueelle

Ohjeet:

- Jaetaan osallistujat 2-4 henkilön joukkueisiin, joissa kaikissa sama määrä ihmisiä.
- Jokaisesta joukkueesta yksi kertoo muille joukkueen jäsenille jostain tapahtumasta, jonka johdosta on tuntenut olonsa pettyneeksi.
- Osallistujat yrittävät joukkueiden sisällä keksiä mahdollisimman paljon positiivisia puolia tässä tapahtumassa
 - o Mitä henkilö tapahtumasta oppi?
 - o Mitä hyvää siitä voi seurata?
- Joukkueilla on 5 minuuttia aikaa kirjoittaa positiiviset asiat ylös. Sen jälkeen he saavat mahdollisuuden jakaa ideansa muille joukkueille.
- Tämän jälkeen uusi kierros, jolloin seuraava joukkueesta kertoo kokemuksistaan. Kierroksia jatketaan niin kauan, kunnes kaikki ovat kertoneet oman kokemuksensa.

- Joka kierroksen jälkeen osallistujia keuhataan "hopeareunuksen löytämisestä".

Loppukeskustelua sosioemotionaalisten hyötyjen maksimointiin:

1. a) Missä määrin tunteesi riippuvat siitä, mitä ajattelet huonosta kokemuksesta?
b) Missä määrin voit kontrolloida ajatuksiasi kokemuksesta?
2. Rohkaise osallistujia etsimään tulevaisuudessa positiivisia puolia ikävistä tapahtumista. Jaa myös omia ikäviä kokemuksiasi mainiten positiiviset puolet.