

Käyttäytymisen haasteet

22.9.2010

Katri Leppänen

Laura Leijola

Kiitosten antaminen

“Elämän valoisa puoli”

Sosiaalis-emotionaaliset tavoitteet

-Lisätä positiivista ajattelua

Osallistujat

-8-vuotiaat ja vanhemmat

- suunnilleen 4-40

Materiaalit

-Kynä ja paperi jokaiselle osallistujalle

Harjoituksen kulku

Kun leikin johtaja sanoo, että aloitetaan, jokainen kirjoittaa ylös asioita, joista ovat kiitollisia. Aikaa on 2 minuuttia ja sen jälkeen jokainen vuorollaan kertoo yhden keksimänsä positiivisen asian ja ne kootaan yhteiseen listaan. Tavoitteena saada mahdollisimman monta eri asiaa, tavoitteeksi voi asettaa vaikka 30-40 eri asiaa ryhmän koosta ja käytetystä ajasta riippuen. Jos kierroksen viimeisten henkilöiden keksimät asiat ovat jo mainittu, voivat he silti kertoa muutaman keksimänsä asian.

Harjoituksen jälkeen

Voidaan keskustella esim. seuraavista asioista:

1. Mitä tunteita koit tehtävän aikana?
2. Mitä hyötyä voi olla positiivisesta ajattelusta?
3. Osallistujilta voi myös kysyä heidän viimeaikaisista positiivista kokemuksista

