



YSI-ACT TYÖKALUPAKKI

Työkaluja solidaarisuuden, osallisuuden ja aktiivisen kansalaisuuden vahvistamiseen



Euroopan unionin
osarahoittama

TYÖKALUJA SOLIDAARISUUDEN, OSALLISUUDEN JA AKTIVISEN KANSALAISUUDEN VAHVISTAMISEEN

Ana Bustamante · Meritxell Martínez Bellafont · Anu Hagman · Francesca Pugliese
Ivan Kitanov · Kaisa Salminen · Kemal Ashik

BG | EN | ES | FI | GR
[YSI.ACT.EU](https://ysi.act.eu)

2025



Tämä opas on kehitetty osana hanketta
“YSI-ACT_ Youth in Action for Solidarity and Inclusion”
(Project No. 101147567 – YSI-ACT – CERV-2023-CITIZENS-CIV). Tämä julkaisu
heijastaa ainoastaan kirjoittajien näkemyksiä, eikä komissio ole vastuussa siitä, miten
tässä esitettyä tietoa mahdollisesti käytetään.

YSI-ACT -hankekumppanit:

Active Bulgarian Society (Bulgaria): www.activebulgariansociety.org
LAUREA University of Applied Sciences (Finland): www.laurea.fi
La Xixa (Spain): www.laxixa.org
Youth for Exchange and Understanding Cyprus (Cyprus): www.yeucyprus.org

Tämä julkaisu on lisensoitu Creative Commons -lisenssillä.



Euroopan unionin
osarahoittama

SISÄLLYS

1.	Johdanto	5
1.1	YSI-ACT -hanke	6
	- Kohderyhmät	6
1.2	Hankekumppanit	7
	- Associació La Xixa Teatre (Espanja)	8
	- Active Bulgarian Society (ABS) (Bulgaria)	8
	- Youth for Exchange and Understanding Cyprus (YEU Cyprus) (Kypros)	8
	- Laurea University of Applied Sciences (Suomi)	8
2.	Miten käyttää YSI-ACT työkalupakkia?	9
2.1	Mikä on YSI-ACT työkalupakki?	10
2.2	Kenelle YSI-ACT työkalupakki on tarkoitettu?	10
	- Nuoret (IKÄ 16–25)	10
	- Nuorisotyöntekijät ja kasvattajat	10
2.3	Teoreettinen tausta ja metodologia	11
	Teoreettinen tausta	11
	- Sosiaalinen syrjäytyminen ja identiteettiin perustuva syrjintä	11
	- Nuorten osallistuminen yhteiskunnalliseen päätöksentekoon	12
	- YSI-ACT -hankkeen fokusryhmien tulokset ja tunnistetut tarpeet	13
	- Solidaarisuustoiminnan rooli	14
	Menetelmät	17
	- Non-formaali koulutus	17
	- Sorrettujen teatteri	17
	- Tarinateatteri	18
	- Prosessityöskentely	19
	- Syvä demokratia	19
	- Osallistava toimintatutkimus	19
	- Nuorten osallisuuden ja yhteiskunnallisen muutoksen edistäminen	19
2.4	Vinkkejä ohjaamiseen	20
3.	Mentelmäpankki	21
3.1	Jäänmurtajat, lämmittelyharjoitukset & ryhmäyttävät harjoitukset	23
3.2	Solidaarisuus, osallisuus ja empatia	32
3.3	Sosiaalisen muutoksen aktivointi	42
3.4	Reflektio/Yhteenveto	48
4.	Liitteet	51
4.1	Kokemuksia paikallisista työpajoista Espanjasta	52
4.2	Siltojen rakentamista liikkeen ja vuorovaikutuksen avulla	55
4.3	Yhteyden luominen yhteisöön ja kasvun reflektointi	57
4.4	Konkreettiset tulokset ja vaikutukset	59
5.	Lähteet	61
	- Verkkolähteet	61
	- Kirjat ja artikkelit	62



1. Johdanto



1.1 YSI-ACT -HANKE

YSI-ACT "Youth Action for Solidarity and Inclusion" on 24 kuukauden mittainen hanke, joka saa rahoitusta Euroopan unionilta CERV-ohjelman (Citizens' Engagement and Participation) kautta. Hankkeessa on mukana kumppaneita Bulgariasta, Kyprokselta, Suomesta ja Espanjasta. Sen tavoitteena on edistää nuorten aktiivista osallistumista sekä vahvistaa sosiaalista osallisuutta ja solidaarisuutta eri puolilla Eurooppaa.

YSI-ACT keskittyy epämuodolliseen oppimiseen luovan ja osallistavan lähestymistavan kautta, tarjoten nuorille työkaluja ja menetelmiä syrjinnän ja stereotyyppien torjumiseen sekä yhteisölliseen vaikuttamiseen.

Hanke painottaa osaamisen ja materiaalien jakamista. Samalla se tarjoaa nuorille tilan osallistua ihmisoikeuksien, osallisuuden ja aktiivisen kansalaisuuden edistämiseen innovatiivisin ja osallistavin menetelmin.

Hankkeen tavoitteet ovat:

- Syrjinnän torjuminen ja ihmisoikeuksien edistäminen

Rohkaistaan nuoria keskusteluun ja reflektioon, sekä aktiivisesti kyseenalaistamaan ennakkoluuloja, stereotyyppioita ja syrjintää. Lisäksi tavoitteena on auttaa nuoria ymmärtämään paremmin Euroopan unionin keskeisiä mekanismeja, jotka suojelevat ihmisoikeuksia – kuten sopimuksia, peruskirjoja ja instituutioita.

- Tunne- ja vuorovaikutustaitojen tukeminen

Tarjotaan nuorille mahdollisuus kehittää taitojaan ja tunneälyään, jotta he voivat osallistua aktiivisemmin yhteisönsä toimintaan. Ohjelma tukee nuorten omia aloitteita, jotka edistävät keskinäistä kunnioitusta, solidaarisuutta ja osallisuutta. Tavoitteena on jakaa ideoita ja tehdä yhteistyötä uusien kansalaisvaikuttamisen strategioiden kehittämiseksi.

- Yhteistyötä ja luovia lähestymistapoja kansalaisvaikuttamiseen

Tehdään yhteistyötä nuorten parissa työskentelevien ammattilaisten kanssa inklusiivisten, epämuodollisten oppimismenetelmien toteuttamiseksi ja edistämiseksi. Voimme edistää kriittistä ajattelua ja ryhmän yhteenkuuluvuutta mm. Forum-teatterin ja tarinateatterin avulla.

- Inklusiivisten ja kestävien käytänteiden luominen

Tuetaan nuorten johtamia julkisia aloitteita, jotka käsittelevät yhteisön haasteita ja edistävät inklusiivisia arvoja. Aloitetyöskentelyssä pyritään luomaan monistettavissa oleva toimintamalli, joka yhdistää innovatiivisuutta ja osallisuutta jatkuvan yhteisöllisen vaikuttamisen edistämiseksi.



KOHDERYHMÄT

YSI-ACT -hanke on erityisesti suunnattu:

- **16-25 -vuotiaille nuorille**, etenkin niille, jotka tulevat heikommassa asemassa olevista taustoista tai kokevat sosiaalista syrjäytymistä.
- **Nuorisotyöntekijöille ja kasvattajille**, jotka edistävät oppimista ja kasvua ei-formaaleissa ympäristöissä.
- **osallisuutta ja aktiivista kansalaisuutta edistäville** yhteisöille ja paikallisille toimijoille.



1.2 HANKEKUMPPANIT



YSI-ACT-hanke perustuu monimuotoisen organisaatiokonsortion yhteistyöhön. Mukana olevat toimijat ovat sitoutuneet nuorten osallisuuden, sosiaalisen inklusion ja yhteisöjen kehittämisen edistämiseen. YSI-ACT Toolkit on syntynyt kumppaneiden osaamisen ja parhaiden käytäntöjen yhdistämisestä – aktiivisen osallistumisen, inklusiivisen yhteistyön ja ei-formaalien oppimisen näkökulmista.

LA XIXA (ESPANJA)



La Xixa on Barcelonassa toimiva voittoa tavoittelematon organisaatio, joka on erikoistunut osallistaviin menetelmiin ja ei-formaaliin oppimiseen yhteiskunnallisen muutoksen edistämiseksi. Taiteellisten työkalujen, kuten Forum-teatterin, sekä yhteisölähtöisten hankkeiden avulla La Xixa rohkaisee keskusteluun, reflektioon ja ryhmätoimintaan eriarvoisuuden käsittelemiseksi.

ACTIVE BULGARIAN SOCIETY (ABS) (BULGARIA)



ABS on organisaatio, joka on omistautunut edistämään nuorten kansalaisvaikuttamista. Se hyödyntää ei-muodollista oppimista ja yhteisöllistä osallistumista kansainvälisissä projekteissa parantaakseen nuorten osallisuutta, liikkuvuutta ja kulttuurienvälisiä ymmärrystä.

YOUTH FOR EXCHANGE AND UNDERSTANDING CYPRUS (YEU CYPRUS) (KYPROS)



YEU Cyprus on osa kansainvälistä verkostoa, joka pyrkii aktivoimaan nuoria yhteiskunnassa kulttuurienvälisen vuoropuhelun, ihmisoikeuskasvatuksen ja aktiivisen kansalaisuuden edistämisen kautta. He järjestävät työpajoja, koulutusohjelmia ja osallistuvat projekteihin, jotka kannustavat nuoria toimimaan aktiivisesti omissa yhteisöissään ja edistämään yhteiskunnallista muutosta.

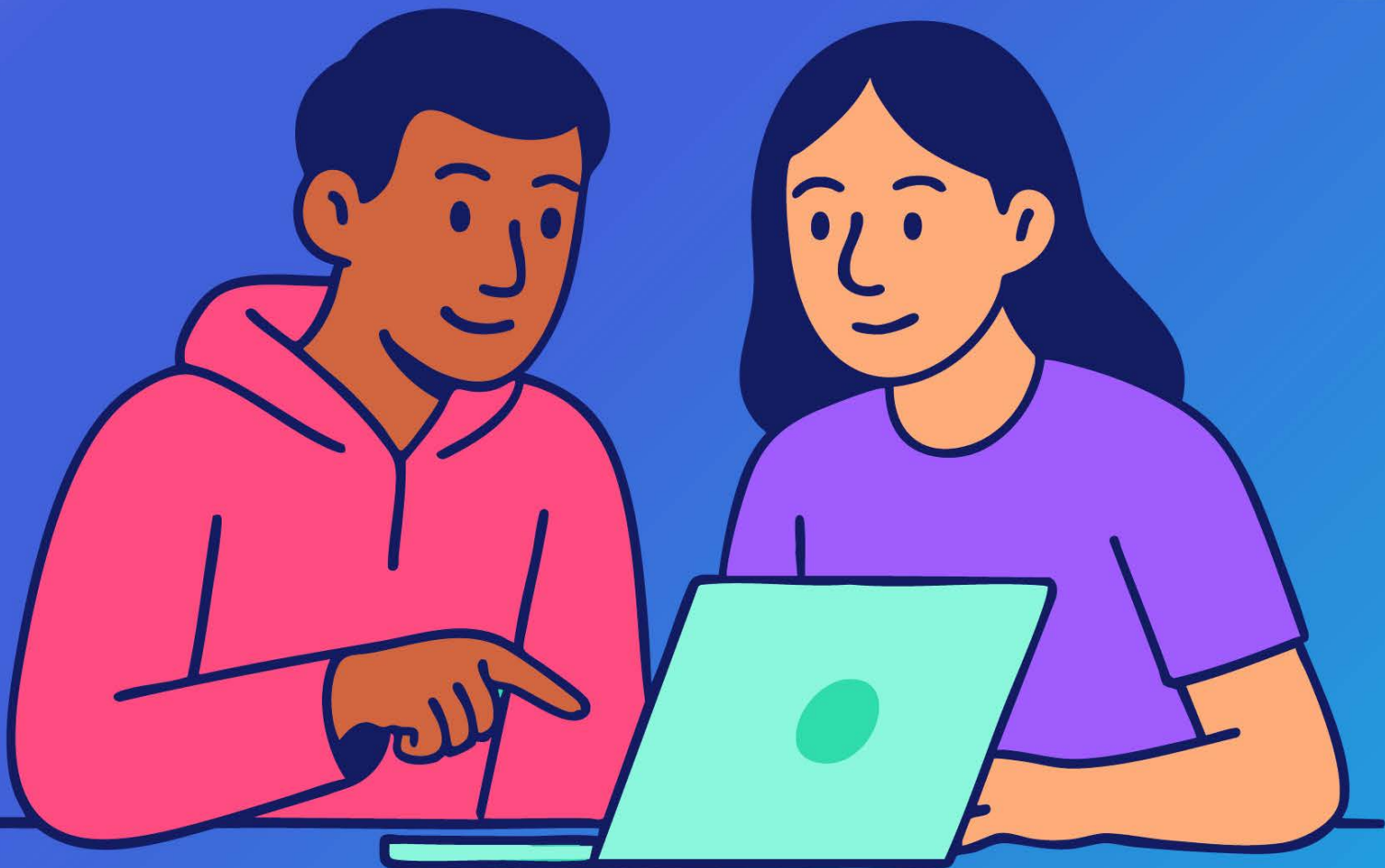
LAUREA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES (FINLAND)



Laurea on suomalainen ammattikorkeakoulu, joka tunnetaan soveltavasta tutkimuksestaan ja yhteisölähtöisestä opetuksestaan. Laurea tekee yhteistyötä paikallisten ja kansainvälisten kumppaneiden kanssa ratkaistakseen yhteiskunnallisia haasteita koulutukseen ja tutkimukseen perustuvien ratkaisujen avulla, painottaen erityisesti sosiaalista innovaatiota ja julkista hyvinvointia.



Miten käyttää YSI-ACT-työkalupakkia?



2.1 MIKÄ ON YSI-ACT -TYÖKALUPAKKI?

YSI-ACT -työkalupakki on käytännönläheinen työkalu, joka on suunniteltu auttamaan nuorisotyöntekijöitä, kasvattajia ja yhteisötoimijoita edistämään aktiivista kansalaisuutta, solidaarisuutta ja osallisuutta nuorten keskuudessa. Työkalupakin harjoituksissa hyödynnetään epämuodollisen oppimisen menetelmiä, jotka tukevat kriittistä ajattelua, empatiaa ja yhteiskunnallista osallistumista. Se tarjoaa ammattilaisille keinoja ennakkoluulojen ja stereotyyppien torjumiseen sekä inklusiivisempien yhteisöjen rakentamiseen erilaisten harjoitusten, osallistavien menetelmien ja innovatiivisten lähestymistapojen, kuten foorumiteatterin, osallistavan toimintatutkimuksen, syvän demokratian ja tarinateatterin avulla. Tavoitteena on kasvattaa uusi sukupolvi yhteiskunnallisesti tiedostavia kansalaisia ottamalla nuoret mukaan keskusteluihin ihmisoikeuksista, kansalaisvaikuttamisesta ja solidaarisuudesta. Tämä työkalupakki tarjoaa käyttäjille hyödyllistä materiaalia ja itsetutkiskeluun kannustavia harjoituksia, joiden avulla voidaan luoda tilaa vuoropuhelulle, ymmärrykselle ja yhteistyölle – olipa kyseessä nuorisotyöntekijä, opettaja tai okin muu yhteisötoimija.

2.2 KENELLE YSI-ACT -TYÖKALUPAKKI ON TARKOITETTU?

YSI-ACT -työkalupakki on tehty kahdelle pääryhmälle:

NUORET (16-25 -VUOTIAAT)

Nuoret saavat tarvittavaa tietoa, taitoja ja itsevarmuutta osallistuakseen ja rakentaakseen osallistavampia ja oikeudenmukaisempia yhteisöjä. Nuoret valittiin kohderyhmäksi, koska he ovat alttiimpia väärälle tiedolle ja vertaissuhteissa esiintyvälle väkivallalle. Lisäksi monet nuoret eivät tiedä, millaisia mahdollisuuksia heillä on osallistua yhteiskunnalliseen toimintaan.

NUORISOTYÖNTEKIJÄT JA KASVATTAJAT

Nuorisotyöntekijät, kasvattajat ja muut ei-muodollisen oppimisen ja nuorten osallisuuden parissa työskentelevät ammattilaiset ovat keskeisessä roolissa tukemassa nuoria. He voivat tarjota yhteisöllisyyttä ja solidaarisuutta vahvistavia oppimiskokemuksia.



2.3 TEOREETTISET TAUSTA JA MENETELMÄT

TEOREETTINEN TAUSTA

YSI-ACT-hanke on suunnattu eurooppalaisille nuorille, jotka kokevat sosiaalista tai identiteettiin perustuvaa syrjintää, ja heistä tuntuu ettei heidän äänensä pääse kuuluviin yhteiskunnassa. Hankkeen kohdemaita ovat Bulgaria, Espanja, Kypros ja Suomi. Hanke ei jää vain teoreettisen tarkastelun tasolle, vaan keskittyy konkreettisiin toimiin, jotka tukevat ja edistävät nuorten osallisuutta ja solidaarisuutta.

SOSIAALINEN SYRJÄYTYMINEN JA IDENTITEETIIN PERUSTUVA SYRJINTÄ

YK:n määritelmän mukaan sosiaalinen syrjäytyminen tarkoittaa tilannetta, jossa yksilöt eivät voi osallistua täysipainoisesti taloudelliseen, sosiaaliseen, poliittiseen tai kulttuuriseen toimintaan. Vuonna 2023 noin 21,4 % EU:n väestöstä – eli noin 94,6 miljoonaa ihmistä – kuului ryhmään, jolla oli kohonnut riski syrjäytyä sosiaalisesti ja ajautua köyhyyteen.

Jokaisella YSI-ACT-hankkeen kohdenmaalla on omat erityispiirteensä. Esimerkiksi Espanjassa on kohdattu haasteita maahanmuuttajiin kohdistuvan syrjinnän kanssa, erityisesti marokkolaistaustaisia ihmisiä kohtaan, mikä johtuu osittain kieli- ja kulttuurierosta.

Bulgariassa koulutus- ja työmahdollisuuksien epätasa-arvo lisää syrjäytymistä erityisesti romaniväestön keskuudessa.

Suomessa vahva sosiaaliturvajärjestelmä on vähentänyt syrjäytymistä, mutta ei ole poistanut työelämässä esiintyvää syrjintää ei-eurooppalaistaustaisia kohtaan.

Kyproksella on kehitetty nuorille suunnattuja osallisuutta tukevia ohjelmia, mutta siitä huolimatta tietyt ryhmät – kuten pakolaiset ja siirtotyöläiset – jäävät edelleen marginaaliin, ja tilannetta pahentaa taloudellinen epävakaus.

Identiteettiin perustuva syrjintä pahentaa sosiaalista syrjäytymistä kaikissa näissä konteksteissa ja korostaa tarvetta kohdennetuille toimille, jotka edistävät sosiaalista integraatiota ja puuttuvat rakenteelliseen eriarvoisuuteen.

NUORTEN OSALLISTUMINEN YHTEISKUNNALLISEEN PÄÄTÖKSENTEKOON

Nuorten osallistuminen yhteiskunnalliseen elämään on kehittynyt perinteisistä muodoista, kuten äänestämisestä, kohti dynaamisempia vaikuttamisen tapoja – kuten mielenosoituksia, boikotteja ja digitaalisia kampanjoita.

Espanjassa nuorten aktivismi yhdistää perinteisiä vaikuttamisen muotoja ja uusia liikkeitä, kuten 15M-liikkeen, osoittaen laajaa osallistumista ja digitaalisten alustojen hyödyntämistä vaikuttamistyössä.

Suomessa on olemassa institutionaalisia mekanismeja nuorten kuulemiseksi poliittisessa päätöksenteossa, mutta monet nuoret kokevat silti pettymyksen tunnetta, koska vaikutusmahdollisuudet eivät näy konkreettisina tuloksina.

Bulgariassa järjestöt, kuten National Youth Forum, edistävät nuorten ja päättäjien välistä jäsenelyä vuoropuhelua, mutta kiinnostuksen hiipuminen yhteiskunnallisiin asioihin sekä kansallisen nuorisostrategian puuttuminen hidastavat kehitystä.

Kypros julisti vuoden 2024 kansalliseksi nuorten vuodeksi ja käynnisti digitaalisia ja kulttuurisia aloitteita nuorten osallistumisen vahvistamiseksi. Taloudelliset paineet ja epäluottamus instituutioita kohtaan kuitenkin vaikeuttavat laajempaa osallistumista

Nämä kokemukset korostavat tarvetta osallistaville ja toimintaympäristön huomioiville strategioille, jotka vahvistavat nuorten asemaa ja edistävät merkityksellistä kansalaisaktiivisuutta. Eryityisesti nuorilla tulee olla pääsy tietoon vaikutusmahdollisuuksista ja kansalaisvaikuttamisen keinoista, jotta he ymmärtävät, että heidän aloitteillaan ja äänillään on todellista merkitystä.



YSI-ACT -HANKKEEN FOKUSRYHMIEN TULOKSET JA TUNNISTETUT TARPEET

Edellä mainittuihin sosiaaliseen syrjäytymiseen, identiteettiin perustuvaan syrjintään ja nuorten osallistumiseen liittyviin tarpeisiin ja haasteisiin keskittyneen taustatutkimuksen lisäksi YSI-ACT-hankkeen kumppanit toteuttivat fokusryhmän tapaamisen Kyproksella kansalaisjärjestöjen edustajien kanssa. Tavoitteena oli tarkastella nuorten osallistumista solidaarisuuteen perustuvaan toimintaan eri puolilla Eurooppaa. Keskustelu toi esiin useita keskeisiä havaintoja, jotka vaikuttivat tämän työkalupakin toimenpiteiden ja strategioiden suunnitteluun nuorisotyön tueksi. Fokusryhmän tulokset, yhdessä Bulgariassa, Suomessa ja Espanjassa toteutetun kyselyn kanssa, tarjosivat yksityiskohtaisen kuvan siitä, miten nuoret suhtautuvat solidaarisuustoimintaan, millaisia haasteita he kohtaavat ja miten järjestöt voisivat tukea heitä paremmin.

Yksi keskustelujen vaikuttavimmista havainnoista oli yhteinen ymmärrys solidaarisuudesta. Osallistujat liittivät sen johdonmukaisesti empatiaan, viestintään, yhteistyöhön ja tasavertaiseen tukeen ilman valta-asetelmia. Nämä käsitteet heijastavat solidaarisuustoiminnan ytimessä olevia arvoja ja korostavat yhdenvertaisten ja kunnioittavien suhteiden merkitystä tuen antajien ja saajien välillä. Ajatus solidaarisuudesta jatkuvana prosessina nousi vahvasti esiin, ja monet painottivat aktiivisen osallistumisen ja kuuntelemisen tärkeyttä. Tämä näkökulma toistui myös kyselyvastauksissa, joissa empatia ja tuki nähtiin keskeisinä tekijöinä solidaarisuustoiminnan onnistumisessa.

Solidaarisuuden tarpeellisimmiksi koetuissa teemoissa vastaukset eivät olleet täysin yhteneväisiä, mutta ne toivat esiin alueellisia haasteita. Suomessa ja Espanjassa sosiaalinen oikeudenmukaisuus tunnistettiin keskeiseksi alueeksi, jossa tarvitaan solidaarisuuteen perustuvia aloitteita. Bulgariassa painopiste oli koulutuksessa, jonka koettiin monin paikoin jäävän vaille riittävää huomiota ja resursseja. Nämä vastaukset heijastavat kunkin maan ainutlaatuisia yhteiskunnallista ja poliittista kontekstia, mutta osoittavat samalla yhteisiä nuoria koskettavia ongelmia, kuten eriarvoisuutta ja syrjäytymistä, eri puolilla Eurooppaa.

Vaikka tarpeet tunnistettiin laajasti, kävi myös selväksi, että järjestöillä on haasteita solidaarisuustoimien toteuttamisessa. Monet osallistujat ilmaisivat turhautumista hallinnolliseen kuormitukseen, joka usein vie huomion pois toiminnan alkuperäisistä tavoitteista. Tämä kuormitus yhdistettiin väsymykseen ja loppuunpalamisen tunteisiin hanketyötä tekevien keskuudessa. Sama huoli nousi esiin myös useissa kyselyn vastauksissa. Lisäksi riskienhallintaan liittyvien käytäntöjen puuttuminen nähtiin merkittävänä haasteena, joka heikentää projektien sujuvaa ja tehokasta toteutusta.

Toinen keskeinen havainto oli nuorten vähäinen osallistuminen solidaarisuustoimintaan. Kyselytulosten mukaan nuorten osallistumista arvioitiin asteikolla 1–5 neutraalista matalaan. Yleisimmiksi syiksi osallistumattomuudelle mainittiin ajan puute ja kiinnostuksen puute. Monet osallistujat toivat esiin, että jotta nuoret sitoutuisivat solidaarisuustoimiin, heidän tulisi voida rakentaa elämäänsä ilman taloudellisen epävarmuuden painetta – huoli, joka heijastaa laajempia epävarmuuden kokemuksia, joita monet eurooppalaiset nuoret kohtaavat.

Näiden esteiden poistamiseksi ja nuorten osallistumisen lisäämiseksi osallistujat esittivät useita

ehdotuksia. Yhteinen näkemys oli, että tarvitaan nuorten itsensä johtamia lähestymistapoja, joissa nuoret ovat aktiivisesti mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa aloitteita. Tämä ei ainoastaan varmistaisi, että toimet vastaavat paremmin nuorten kiinnostuksen kohteita, vaan myös vahvistaisi heidän toimijuuttaan ja tunnustaisi heidän kykynsä edistää myönteistä yhteiskunnallista muutosta. Lisäksi osallistujat korostivat reflektoitujen käytäntöjen merkitystä solidaarisuustoiminnassa, mikä mahdollistaisi jatkuvan kehittämisen ja osallistavamman arviointiprosessin. Tällainen lähestymistapa voisi osaltaan lievittää toimintaan liittyvää kuormitusta ja luoda osallistujille kannustavamman toimintaympäristön.

Myös sosiaalisen median roolia käsiteltiin laajasti. Vaikka osallistujat tunnustivat sen voiman viestien vahvistajana ja laajojen yleisöjen tavoittajana, he varoittivat, että yhteiskunnalliset aiheet voivat helposti jäädä ohimenevien trendien tasolle verkossa. Tämän haasteen ratkaisemiseksi ehdotettiin digitaalisen tarinankerronnan ja nuorille suunnattujen kampanjoiden hyödyntämistä, jotta nuoret saataisiin mukaan tavalla, joka puhuttelee heidän kiinnostuksen kohteitaan ja huoliaan. Näiden työkalujen avulla voitaisiin kuroa umpeen kuilua perinteisten osallistumismuotojen ja nuorten muuttuvien osallistumistapojen välillä

Lopulta fokusryhmän tulokset ja kyselyvastaukset korostivat tarvetta vuorovaikutteisemmalle, osallistavammalle ja nuorten itsensä ohjaamalle lähestymistavalle solidaarisuustoiminnassa. Näitä elementtejä hyödyntämällä nuorisotyöntekijät voivat rakentaa syvempiä yhteyksiä nuoriin ja edistää pitkäjänteisempää sitoutumista solidaarisuustoiimiin. Tulokset toivat esiin myös rakenteellisten ja sosioekonomisten esteiden purkamisen tärkeyden, jotta nuorilla olisi todelliset mahdollisuudet osallistua ja vaikuttaa merkityksellisesti omissa yhteisöissään.

SOLIDAARISUUSTOIMINNAN ROOLI

Solidaarisuustoiminnan muutosvoima piilee sen kyvyssä purkaa järjestelmällistä eriarvoisuutta, torjua sosiaalista syrjäytymistä ja vahvistaa marginalisoitujen ryhmien asemaa. Rakentamalla osallistavia verkostoja ja edistämällä kollektiivista toimintaa solidaarisuus auttaa vastaamaan identiteettiin perustuvaan syrjintään ja lisää nuorten osallistumista päätöksentekoon. Aloitteiden tulisi keskittyä vaikuttamistyön vahvistamiseen rakenteellisen tuen avulla – kuten rahoituksen, mentorointiohjelmien ja rakenteellisten uudistusten kautta.

Koulutuksen tulisi pyrkiä kehittämään nuorten kriittistä ajattelua sekä tietoisuutta yhdenvertaisuudesta ja ihmisoikeuksista. Tätä tulisi tukea kokemuksellisella oppimisella, kuten yhteisötoimintaan osallistumisella ja vaikuttamiskoulutuksella. Myös työllisyyspolitiikassa on painotettava yhdenvertaisuutta – varmistamalla nuorille pääsy mielekkäaseen työhön ja tukemalla sosiaalista osallisuutta esimerkiksi syrjinnän vastaisilla käytännöillä ja nuorille suunnatuilla osaamisen kehittämisohjelmilla.

Ohjelmat, kuten Solidarity Across Generations² -aloite, osoittavat sukupolvien välisen yhteistyön ja osallistavien päätöksentekorakenteiden merkityksen. Purkamalla yhteiskunnallisia hierarkioita ja tuomalla mukaan moninaisia näkökulmia nämä ohjelmat mahdollistavat nuorten aktiivisen roolin saavutettavampien ja oikeudenmukaisempien julkisten tilojen ja yhteiskunnallisten käytänteiden muotoilussa.

Solidaarisuus on enemmän kuin pelkkä tuen osoitus – se edellyttää aktiivista osallistumista

vaikuttamistyöhön ja vastavuoroiseen auttamiseen, jotta voidaan saavuttaa järjestelmätason muutos. Historialliset liikkeet, kuten Third World Liberation Front³, ja nykyaikaiset esimerkit, kuten Black Lives Matter, osoittavat, kuinka solidaarisuus eri identiteettien ja tavoitteiden välillä voi tehokkaasti vastata toisiinsa kytkeytyviin oikeudenmukaisuuden kysymyksiin. Lisäksi alustoilla, jotka vahvistavat haavoittuvassa asemassa olevien ääniä ja edistävät empatiaa, on keskeinen rooli erojen ylittämässä ja pitkäjänteisen yhteiskunnallisen yhteenkuuluvuuden rakentamisessa

Lopulta solidaarisuustoiminta, jota tukevat yhteistyöhön perustuvat strategiat ja vahvat panostukset rakenteellisiin uudistuksiin, muodostaa perustan yhdenvertaisuuden, osallisuuden ja oikeudenmukaisuuden edistämiseksi eri yhteisöissä ja sukupolvien välillä. Kun epäoikeudenmukaisuutta korjataan yhden ryhmän kohdalla, solidaarisuus vahvistaa koko yhteiskuntaa.



- 2 The **Solidarity Across Generations Initiative**, often celebrated as the European Day of Solidarity between Generations on April 29th, aims to promote intergenerational solidarity and cooperation. This initiative emphasises the importance of bridging different age groups to build a sustainable future and address global challenges. (<https://www.age-platform.eu/solidarity-between-generations-2025/#:~:text=On%2029%20April%202025%2C%20we.share%20common%20goals%2C%20such%20as:>)
- 3 The **Third World Liberation Front (TWLF)** was a coalition of student organisations at San Francisco State University and the University of California, Berkeley, formed in the late 1960s. The TWLF emerged in response to perceived racism, Eurocentric education, and lack of diversity in these institutions. The movement primarily focused on advocating for addressing the underrepresentation of diverse histories and perspectives. (<https://crg.berkeley.edu/third-world-liberation-front-research-initiative-twlf>)
- 4 The **Black Lives Matter (BLM)** movement is an international social and political movement that originated in the United States in 2013. It was founded by Alicia Garza, Patrisse Cullors, and Opal Tometi following the acquittal of George Zimmerman in the fatal shooting of Trayvon Martin, an unarmed Black teenager. The movement gained national recognition through street demonstrations after the 2014 deaths of Michael Brown in Ferguson, Missouri, and Eric Garner in New York City . <https://blacklivesmatter.com/>



MENETELMÄT

Tämä työkalupakki perustuu menetelmiin, jotka edistävät nuorten osallisuutta ja solidaarisuutta vahvistavia toimia sekä vastaavat haasteisiin, kuten sosiaaliseen syrjäytymiseen ja identiteettiin perustuvaan syrjintään. Jokainen näistä menetelmistä esitellään ja analysoidaan tarkemmin tässä oppaassa, joka tarjoaa käytännön työkaluja sitoutumisen lisäämiseen ja yhteiskunnalliseen muutokseen.

EPÄMUODOLLINEN KOULUTUS

Epämuodollisella koulutuksella tarkoitetaan kokemuksellista oppimista, joka tapahtuu perinteisten koulutusjärjestelmien ulkopuolella. Tämä lähestymistapa korostaa aktiivista osallistumista, kriittistä ajattelua ja yhteistoiminnallista ongelmanratkaisua. Epämuodollinen koulutus on suunniteltu saavutettavaksi ja osallistavaksi, ja se edistää voimaantumista ja sosiaalista osallisuutta auttamalla osallistujia käsittelemään todellisia yhteiskunnallisia kysymyksiä. Nuorten vetämät hankkeet ja yhteisölliset työpajat ovat esimerkkejä tästä menetelmästä, joka kannustaa nuoria kyseenalaistamaan yhteiskunnallisia normeja ja luomaan muutosta. Epämuodollinen koulutus on erityisen tehokasta tilanteissa, joissa muodollinen koulutus ei vastaa haavoittuvien yhteisöjen tarpeisiin, ja se kehittää taitoja, kuten johtajuutta, tiimityötä ja vaikuttamista (OECD, 2019).

SORRETTUJEN TEATTERI

Sorrettujen teatteri on brasilialaisen näytelmäkirjailijan Augusto Boalin kehittämä osallistavan teatterin innovatiivinen muoto, jonka tavoitteena on käsitellä ja haastaa yhteiskunnallisia epäoikeudenmukaisuuksia. Sen ytimessä on pyrkimys voimaannuttaa yksilöitä ja yhteisöjä muuttamalla passiiviset katsojat aktiivisiksi osallistujiksi, jotka etsivät ja esittävät ratkaisuja todellisiin ongelmiin. Tämä lähestymistapa tunnistaa taiteen – erityisesti teatterin – voimakkaana välineenä yhteiskunnalliseen muutokseen, edistäen vuoropuhelua, kriittistä ajattelua ja kollektiivista toimintaa.

Sorrettujen teatterin menetelmistä tunnetuin on foorumiteatteri. Siinä esitetään näytelmä, joka kuvaa yleisölle merkityksellistä konfliktia tai sortoa.esityksen aikana ohjaaja (Jokeri) keskeyttää tapahtumat ja kutsuu yleisön osallistumaan kohtaukseen ‘katsoja-näyttelijöinä’ (engl. spect-actors), ehdottamaan ja kokeilemaan vaihtoehtoisia ratkaisuja. Tämä prosessi muuttaa kohtauksen yhteiseksi tilaksi, jossa yleisö analysoi sorron taustalla olevia rakenteita ja etsii niihin vaihtoehtoja reaaliajassa.

Yksi Sorrettujen teatterin erityispiirteistä on ‘jokeri’ – fasilitaattori, joka toimii näyttelijöiden ja katsoja-näyttelijöiden välisenä sillanrakentajana. Jokeri ohjaa keskustelua, huolehtii osallistamisesta ja rohkaisee moninaisten näkökulmien esiin tuomista ilman, että tarjoaisi valmiita ratkaisuja. Tämä rooli on keskeinen kunnioittavan ja rakentavan ilmapiirin ylläpitämisessä, jossa jokaisen ääni tulee kuulluksi.

Sorrettujen teatteria on sovellettu maailmanlaajuisesti monenlaisissa konteksteissa, kuten opetuksessa, yhteisötoiminnassa, terveydenhuollossa ja konfliktien ratkaisussa. Sitä on esimerkiksi käytetty lähisuuhdeväkivallan käsittelyyn, työntekijöiden oikeuksien puolustamiseen ja syrjinnän torjumiseen. Edistämällä empatiaa ja kriittistä tietoisuutta sorrettujen teatteri auttaa osallistujia tunnistamaan sorron rakenteellisia ja ihmissuhteisiin liittyviä ilmiöitä sekä ottamaan konkreettisia askelia muutoksen suuntaan.

Sorrettujen teatteri ilmentää ajatusta, että taide voi toimia sekä peilinä, joka heijastaa yhteiskunnallisia ongelmia, että vasarana, joka muovaa oikeudenmukaisempaa tulevaisuutta. Osallistavien ja yhteistoiminnallisten prosessien kautta se antaa ihmisille voimaa kuvitella ja luoda polkuja kohti oikeudenmukaisuutta ja tasa-arvoa.

TARINATEATTERI

Playback Theatre, suomeksi tarinateatteri syntyi 1970-luvulla Yhdysvalloissa, kun Jo Salas ja Jonathan Fox kokeilivat Boalin Sorrettujen Teatteria, Morenon Psykodraamaa sekä intiaanikulttuurien suullisia perinteitä ja alkoivat kehittää siitä omaa esittävää muotoaan.

Tarinateatteri on yksi improvisaatioteatterin muoto, mikä tarkoittaa, että esityksissä ei siis nähdä mitään valmiiksi harjoiteltua tai ulkoa opeteltua näytelmää tai esitystä, vaan työtavassa tehdään näkyväksi yleisön jakamia kokemuksia elämästään. Nämä kokemukset voivat liittyä oman elämän tapahtumiin tai rajatusti jonkin teeman sisältöihin, kuten esimerkiksi unelmiin, nuoruus tarinoihin, elämänmuutoksiin, rakkauteen tai omaan oppimisprosessiin.

Käytännössä työpajaan tai esitykseen osallistuva henkilö kertoo jonkun hänelle tapahtuneen, teemaan liittyvän asian ohjaajan haastattelussa, ja näyttelijät ja muusikko improvisoivat ohjaajan valitseman tekniikan tai työtavan kautta näyttämölle tiivistelmän tai tulkinnan tästä kerrotusta kokemuksesta tai asiasta.

Kaikessa toiminnassa pyritään toisen kunnioittavaan, empaattiseen ja moninäkökulmaiseen kuulemiseen ja tarinan sisältöön liittyvien näkökulmien rikastamiseen. Rahmel, joka on kouluttanut ja ohjannut suomalaisia tarinateatterin tekijöitä jo -90 luvulta lähtien kuvaa kauniisti tarinateatterin prosessia seuraavasti:

“Tarinateatterissa ihmisen ja ryhmän kohtaaminen, hänen tarinansa ja siihen liittyvä identiteettiä tuodaan improvisaatioteatterin muodossa näyttämölle, ja se mahdollistaa kerrotun heräämisen eloon. Teatterin lumous tulee osaksi oppimista ja sitä tunnekokemusta, minkä oppiminen oppijassa herättää.”

Tarinallisuus onkin, jo nimestä päätellen, olennainen osa tarinateatteria. Tarinateatteri syntyy ja syytyy kerrotuista tarinoista ja niiden tulkinnasta teatterin keinoin. Tarinallisuus onkin ihmiselle luontainen tapa jäsentää omia kokemuksia ja ajatuksia, elämäntarinaa ja identiteettiä. Kertomisen kautta me luomme merkityksiä ja teemme tulkintaa elämäntapahtumista ja kokemuksistamme ja rakennamme samalla käsitystä ja kuvaa siitä, minkälaisia me olemme.

Hänninen jäsensi väitöskirjassaan ihmisen sisäisistä tarinoista ja tarinallisuudesta kolme eri tasoa. On se alkuperäinen tarina jostain välittömästi koetusta, on reflektiivinen tarina, joka muotoutuu omaa kokemusta reflektoidessa – se tulee näkyviin usein siinä, mitä ja kuinka ihminen kertoo tarinaansa itselleen koetun ja havaintojen pohjalta. Metareflektiiviseksi tarina muuttuu tietoisien jäsentelyn ja erittelyn kautta.

Tarinateatterin työtapoja ja tekniikoita voidaan hyvin käyttää myös osana työpajojen non-formaalina oppimisympäristöä. Tällöin työskentely ei tähtää esitysten tekemiseen vaan menetelmä tarjoaa toiminnallisen tutkimisen tavan tai muodon työpajassa käsiteltäville teemoille tai ilmiöille. Tarinateatterin työtapojen kautta voidaan tehdä esimerkiksi näkyväksi henkilön sisäisiä ristiriitoja tai elämässä tapahtuneita muutoksia. Tarinateatteri taipuu moneen; se tekee ihmisten tarinoita ja kokemuksia näkyväksi, tukee oppimista ja oivaltamista ja tarjoaa mahdollisuuden ihmisenä olemisen tutkailuun.

PROSESSITYÖSKENTELY

Arnold Mindellin 1980-luvulla kehittämä prosessityö (tai prosessisuuntautunut psykologia) yhdistää psykologian, konfliktinratkaisun ja ryhmäohjauksen. Tämä menetelmä korostaa yksilö- ja ryhmäkonfliktien taustalla vaikuttavien syvempien, usein tiedostamattomien dynamiikkojen esiin tuomista. Se hyödyntää työkaluja, kuten unianalyysiä, kehon signaaleja ja ryhmäkeskusteluja näiden dynamiikkojen tunnistamiseksi ja muuntamiseksi. Tietoisuutta lisäämällä prosessityö mahdollistaa sen, että yksilöt ja ryhmät voivat kohdata valtasuhteiden epätasapainot, haavoittuvat äänet ja konfliktien piilevät elementit, jotka muuten saattaisivat jäädä käsittelemättä. Menetelmän joustavuus tekee siitä soveltuvan moniin konteksteihin, kuten organisaatiojohtamiseen, yhteisökehittämiseen ja sosiaalisen oikeudenmukaisuuden edistämiseen (Mindell, 1992).

SYVÄ DEMOKRATIA

Prosessityön periaatteisiin pohjautuva Deep Democracy (syvä demokratia) on viitekehys, joka painottaa osallistavaa päätöksentekoa antamalla äänen kaikille näkökulmille – erityisesti niille, jotka usein jäävät huomiotta. Mindellin kehittämä lähestymistapa käsittelee perinteisten valtarakenteiden aiheuttamaa systemaattista marginalisointia. Arvostamalla jokaista mielipidettä, tunnetta ja konfliktia osana ryhmän kollektiivista viisautta Deep Democracy edistää keskinäistä kunnioitusta ja yhteistyötä. Menetelmä on ollut erityisen vaikuttava moninaisuuteen liittyvien kysymysten käsittelyssä ja vuoropuhelun edistämiseksi polarisoituneissa yhteisöissä. Se kannustaa muutosprosesseihin, joissa erimielisyydet ja ristiriidat integroidaan rakentaviksi ratkaisuiksi, varmistaen, että päätökset ovat oikeudenmukaisia ja kestäviä (Mindell, 2002).

OSALLISTAVA TOIMINTATUTKIMUS

Osallistava toimintatutkimus on yhteistyöhön perustuva menetelmä, jossa tutkijat ja yhteisön jäsenet työskentelevät yhdessä paikallisten ongelmien tunnistamiseksi, tutkimiseksi ja ratkaisemiseksi. Sosiaalisen oikeudenmukaisuuden periaatteisiin nojaava PAR pyrkii voimaannuttamaan marginalisoituja ryhmiä asettamalla heidän kokemuksensa ja asiantuntemuksensa tutkimusprosessin keskiöön. Menetelmä etenee suunnittelun, toiminnan, havainnoinnin ja reflektoinnin sykleissä, mikä mahdollistaa osallistujien kehittämisen ratkaisuja, jotka vastaavat suoraan heidän tarpeisiinsa. PAR:ia on laajasti sovellettu muun muassa koulutuksessa, terveydenhuollossa ja yhteisökehittämisessä systeemisten epäoikeudenmukaisuuksien käsittelemiseksi ja konkreettisen muutoksen aikaansaamiseksi (Kemmis & McTaggart, 2005).

NUORTEN OSALLISUUDEN JA YHTEISKUNNALLISEN MUUTOKSEN EDISTÄMINEN

Prosessityö ja Deep Democracy mahdollistavat valtasuhteiden ja osallisuuden syvällisen tarkastelun, kun taas osallistava toimintatutkimus (PAR) voimaannuttaa yhteisöjä yhteisen tiedon tuottamisen kautta. Non-formaali koulutus täydentää näitä lähestymistapoja tarjoamalla osallistujille käytännön taitoja aktivismiin ja johtajuuteen. Yhdessä nämä menetelmät muodostavat vahvan viitekehysten, joka tukee tasa-arvoa, solidaarisuutta ja merkityksellistä muutosta erilaisissa yhteiskunnallisissa konteksteissa.

2.4 VINKKEJÄ OHJAAMISEEN

Nuorten kanssa työskentely voi olla toisinaan haastavaa, mutta YSI-ACT-hankkeen kumppanit ovat koonneet listan hyödyllisistä vinkeistä ja käytännön ehdotuksista, jotka auttavat nuorisotyöntekijöitä organisoimaan osallistavia, innostavia ja tavoitteellisia työpajoja. Ohjaaja voi hyödyntää näitä näkökulmia herättääkseen pohdintaa toiminnan aikana, tukeakseen avointa keskustelua ja tutkiakseen ryhmädynamiikkaa. Vinkkien tavoitteena on vahvistaa ohjaajan itsevarmuutta ja kykyä toteuttaa työkalupakin harjoituksia tavoitteellisesti.

Ohjaajat vastaavat prosessin ohjaamisesta sekä luovat osallistujille turvallisen, osallistavan ja innostavan ilmapiirin. Tässä muutamia hyödyllisiä vinkkejä, joita kannattaa noudattaa:

- 1 Luo vastaanottava ja turvallinen ilmapiiri** varmistamalla, että osallistajat tuntevat olonsa mukavaksi ja mukaan otetuksi taustastaan tai kokemuksistaan riippumatta. Kunnioita toisten rajoja erityisesti silloin, kun jaetaan henkilökohtaisia asioita tai ollaan fyysisessä kontaktissa.
- 2 Kannusta avoimeen vuoropuheluun ja aktiiviseen kuunteluun** kunnioittavassa ilmapiirissä. Muistuta osallistujia siitä, että jokaisen ääni on tärkeä ja että ryhmän oppiminen perustuu erilaisiin näkökulmiin.
- 3 Mukauta toiminta ryhmän tarpeisiin** olemalla joustava ja valmis muuttamaan suunnitelmia ryhmän dynamiikan ja tunnelman mukaan. Jos osallistajat vaikuttavat välinpitämättömiltä tai olo näyttää olevan epä mukava, harkitse toiminnan muokkaamista.
- 4 Käytä aikasi viisaasti** ja seuraa jatkuvasti suunnitelmaa ja aikataulua, mutta ole valmis joustamaan, jos toiminnan reflektointi vaatii enemmän aikaa. Tasapaino avoimuuden ja rakenteen välillä on olennaista.
- 5 Panosta reflektointiin ja yhteiseen purkuun** jokaisen toimintakerran päätteeksi, ja anna osallistujille aikaa pohtia omia kokemuksiaan. Ohjaa heitä yhdistämään kokemuksensa laajempiin teemoihin, kuten solidaarisuuteen, osallisuuteen ja yhteiskunnalliseen muutokseen. Voit tukea tätä esittämällä ohjaavia kysymyksiä.
- 6 Ole kannustava ja tarkkaavainen** kiinnittämällä huomiota osallistujien tuntemuksiin, erityisesti jos joku vaikuttaa jäävän ulkopuolelle tai osallistuvan vähemmän. Rohkaise heitä ja anna ymmärtää, että he ovat turvallisessa tilassa – mutta kunnioita samalla heidän omaa mukavuuden tasoaan.
- 7 Juhlista mokia** korostaen, että nekin ovat osa oppimisprosessia. Luo ilmapiiri, jossa on sallittua tehdä virheitä, ja painota sitä, että ne edistävät sekä ryhmän yhteistä oppimista että yksilön kehittymistä.
- 8 Näytä empatiaa ja osallisuutta omalla toiminnallasi:** käyttäytymisesi vaikuttaa ryhmän ilmapiiriin. Osoita aktiivista kuuntelua, empatiaa ja hyväksy kaikki näkökulmat.
- 9 Pura jokainen toiminta** selkeän tavoitteen kautta avaamalla keskusteluja, jotka auttavat osallistujia pohtimaan, mitä he oppivat, miltä heistä tuntui ja miten kokemus liittyy solidaarisuuden ja osallisuuden teemoihin. Voit tukea tätä esittämällä ohjaavia kysymyksiä.



3. Työkalupakki



Tämä työkalupakki tarjoaa joukon harjoituksia, jotka tukevat nuorisotyöntekijöitä inklusiivisten, empaattisten ja yhteiskunnallisesti aktiivisten tilojen luomisessa. Harjoitukset on jaettu osioihin, jotka jäsentävät kokonaisuutta: tutustumis- ja lämmittelyharjoitukset, solidaarisuuden, osallisuuden, empatian ja yhteiskunnallisen muutoksen käsittely sekä prosessin arviointi.

Työkalupakissa ei ole määrättyä järjestystä tai pakollista määrää harjoituksia. Jokainen nuorisotyöntekijä voi mukauttaa sisällön omaan toimintaympäristöönsä, kohderyhmäänsä ja osallistujien ilmaisun mukavuustasoon. Olipa kyseessä uusi tai ennestään tuttu ryhmä, tämä työkalupakki toimii resurssina, joka ohjaa ja inspiroi osallistujalähtöistä, tilanteeseen reagoivaa ohjaamista.



Jäänmurtaja

Nimi ja pallo

Pariesittäytyminen

Ei kukaan kenenkään kanssa

1, 2, 3 Bradford

Pariporinat

Kohtaamispisteet

Jäänmurtaja, Tietovisa



Solidaarisuus, osallisuus ja empatia

Tervetuloa moninaisuuteen

Yksittäiset patsaat

Sosiometrinen Harjoitus – "Kuvitteellinen Jana" Lattialla

Sisäkkäiset ympyrät

Leikit ilman kieltä



Sosiaalisen muutoksen aktivointi

Kuvateatterista Forum-teatteriin

Ohitanssi

Tarinateatteri - Ristiriitapari

Puhu päälle, sydämelle ja käsille



Sulkeminen ja arviointi

Arviointi ja palaute

Sosiometria palautteen antamiseen

Pallonheitto



Aktiviteetin nimi **Nimi ja pallo**

Osallistujamäärä	10-15	Kesto	10 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Edistää osallistujien keskinäistä tutustumista. • Lämmitellä ryhmää ja luoda työskentelyä vahvistava ilmapiiri. • Auttaa nimien muistamisessa. • Tuoda huomio, mieli ja keho nykyhetkeen. • Ylittää virheiden tekemisen pelko ja harjoitella sitä käytännössä. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Iso huone tai avoin tila, jossa osallistujat voivat liikkua vapaasti. • Pieni pallo (jongleerauspallo tai tennispallo). 		
Valmistautuminen	Pyydä osallistujia asettumaan piiriin huoneen keskelle.		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Esittäytymiskierros
Aloita nopealla esittäytymiskierroksella, jossa jokainen sanoo nimensä, siihen liittyvän pronominin ja mistä on kotoisin.
2. Nimi ja pallo A
Pyydä yhtä osallistujaa heittämään pallo jollekin toiselle piirissä olevalle henkilölle ja sanomaan oma nimensä ääneen ja selkeästi. Seuraava jatkaa samaan tapaan, kunnes kaikki ovat olleet vuorossa.
3. Nimi ja pallo B
Toisella kierroksella osallistuja sanoo sen henkilön nimen, jolle aikoo heittää pallon, ja tällä toisella kierroksella sanomme sen henkilön nimen, jolle syötämme pallon. Ja näin toistetaan toinen kierros.
4. Nimen käänteinen järjestys
Tällä kolmannella kierroksella yritetään toistaa sama nimijärjestys, mutta käänteisessä järjestyksessä. Jos järjestys oli Ana-Maria-Joan-Albert, nyt Albert aloittaa, ja järjestys menee Albert-Joan-Maria-Ana.
5. Kaksi palloa samanaikaisesti
Tällä viimeisellä kierroksella otetaan käyttöön toinen pallo. Ensimmäinen pallo kiertää alkuperäisessä järjestyksessä ja toinen pallo lähtee viimeisestä osallistujasta takaisin ensimmäiseen. Pallot liikkuvat siis vastakkaisiin suuntiin samanaikaisesti.

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Ohjaajana voit rohkaista osallistujia kysymään toisen nimeä, jos se unohtuu – ja sanoa, ettei tarvitse tuntea huonoa omaatuntoa, jos ei heti muista. Kiinnitä huomiota siihen, kuinka helposti me ajattelemme, että nimet ”pitäisi” muistaa heti ulkoa. Joskus saatamme jopa tulkita, että nimen unohtaminen on merkki kunnioituksen puutteesta.
- On tärkeää, että teet osallistujille selväksi; nimien muistaminen ei ole tämän harjoituksen pääasia. Miten voimme rikkoo tämän oletuksen ja kysyä toisen nimen uudestaan ilman häpeää?
- Yhteiskunnassamme arvostetaan hyvää muistia, ja ne, joilla ei ole hyvää muistia, voivat tuntua vähemmän vaikutusvaltaisilta. Tämä harjoitus tarjoaa mahdollisuuden pohtia yleisiä vallan ja muistamisen vaatimuksia – ja miten me sisäistämme ne.



Aktiviteetin nimi **Pariesittäytyminen**

Osallistujamäärä	20+	Kesto	15-30 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Kannustaa osallistujia tutustumaan toisiinsa • Luoda rento ja vieraanvarainen ilmapiiri • Herättää ensikeskusteluja 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Tilava sisä- tai ulkotila, jossa on riittävästi tilaa osallistujille liikkua vapaasti. 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Varmista, että alue on esteetön ja järjestetty edistämään avointa liikkumista ja vuorovaikutusta. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Kehota osallistujia kävelemään rennosti tilassa.
2. Pyydä heitä pysähtymään ja muodostamaan pari jonkun kanssa, jota hän ei vielä tunne.
3. Pareittain kukin osallistuja saa minuutin aikaa esitellä itsensä ja kertoa jotain kevyttä itsestään, esimerkiksi suosikkiharrastuksensa.
4. Kahden minuutin kuluttua kokoa kaikki osallistujat piiriin.
5. Yksi kerrallaan jokainen osallistuja esittelee kumppaninsa ryhmälle puhumalla ensimmäisessä persoonassa, aivan kuin olisi tämä henkilö. Esimerkiksi: "Hei, olen Marta. Rakastan pyöräilyä joen varrella ja toivon, että naapurustossani olisi enemmän viheralueita."
6. Jatka, kunnes kaikki ovat sekä esitelleet parinsa, että tulleet itse esitellyiksi.

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Osa osallistujista voi tuntea olonsa epämukavaksi puhuessaan tuntemattomille tai vieraalla kielellä. Korosta, että jokaisella on lupa olla oma itsensä ja että mukavuus on tärkeintä.
- Rohkaise niitä, jotka epäröivät, etsimään pari, jonka kanssa he voivat jakaa yhteisen kielen tai jonka seurassa he tuntevat olonsa mukavammaksi.



Aktiviteetin nimi **Ei kukaan kenenkään kanssa**

Osallistujamäärä	20+	Kesto	10-30 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Tuoda fyysinen kontakti lempeästi turvallisella ja leikkisällä tavalla. • Edistää yhteyttä, yhteistyötä ja ryhmän yhteenkuuluvuutta. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • A largSuuri, avoin tila, sisällä tai ulkona, jossa osallistujat voivat liikkua mukavasti ja turvallisesti. 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Poista esteet liikkumisen tieltä. • Luo ilmapiiiri, joka tuntuu kaikille avoimelta ja hyväksyttävältä. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Jos ryhmä on hyvin suuri, harkitse sen jakamista kahteen yhtä suureen osaan.
2. Valitse yksi osallistuja "pomoksi" ensimmäiselle kierrokselle.
3. Pyydä kaikkia muodostamaan parit lähimmän henkilön kanssa .
4. Pomo antaa ohjeen ja pyytää kutakin paria muodostamaan yhteyden tiettyillä kehon osilla (esim. "Kosketa oikeaa polvea", "Yhdistä vasen käsi ja oikea jalka"). Ohjeita voi keksiä luovasti.
5. Hetken kuluttua pomo sanoo: "Ei kukaan kenenkään kanssa!"
6. Kaikki osallistujat liikkuvat sitten vapaasti tilassa ja muodostavat nopeasti uusia pareja.
7. Yksi osallistuja jää ilman paria, hänestä tulee seuraava pomo.
8. Toista harjoitus useilla kierroksilla- kannusta luovuuteen, nauruun ja vuorovaikutukseen.

Lopuksi

- Kiitä osallistujia energiasta ja osallistumisesta
- Kutsu ryhmä pohtimaan nopeasti:
 - Miltä heistä tuntui harjoituksen aikana?
 - Oliko jokin yllättävää tai erityisen hauskaa?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Tähän toimintaan liittyy kehollista kontaktia, joten on tärkeää olla tietoinen siitä, että jotkut osallistujat voivat tuntea olonsa epämukavaksi.
- Ole avoin ja kunnioittava, jos joku ei halua osallistua – se on täysin sallittua



Aktiviteetin nimi 1, 2, 3 Bradford

Osallistujamäärä	Vähintään 6 osallistujaa, enimmäismäärää ei ole, mutta osallistujamäärän tulee olla parillinen.	Kesto	10-15 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Edistää ryhmähenkeä ja luottamusta muihin osallistujiin. • Lämmittää kehoa ja tukee vaihtoehtoisten ilmaisutapojen löytymistä. • Harjoitella virheiden hyväksymistä ja sisällyttää ne osaksi toimintaa. • Tukea keskittymistä ja rikkoa automaattisia toimintamalleja – lisätä spontaanisuutta ja improvisaatiota. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Iso huone tai avoin tila, jossa osallistujat voivat liikkua vapaasti. 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Valmistele huone/tila niin, että se on mahdollisimman tilava, ilman esteitä. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Jaa osallistujat pareiksi.
2. Pyydä kutakin paria etsimään huoneesta tila, jotta he eivät törmää muihin
3. Pyydä pareja asettumaan kasvotusten
4. Ohjeista parit laskemaan vuorotellen 1-2- 3: toinen sanoo 1 ja 3, toinen sanoo 2. Ja seuraavalla kierroksella päinvastoin. Harjoitelkaa hetki.
5. Pyydä nyt toista pareista korvaamaan luku 1 jollain liikkeellä ja äänellä. Jatketaan laskemista.
6. Hetken kuluttua toinen osallistuja korvaa luvun 2 omalla liikkeellä ja äänellä.
7. Lopuksi kumpikin korvaa luvun 3.
8. Anna osallistujien nauttia ja leikkiä hetki ja katso mitä tapahtuu.
9. Kun lopetat toiminnan, voit pyytää vapaaehtoisia (tai kaikkia pareja) näyttämään, mitä he ovat luoneet.

Lopuksi

Keskustele lyhyesti kysymysten avulla:

- Miltä harjoitus tuntui?
- Oliko siinä jotain vaikeaa?
- Keksitkö tai huomasitko jotain uutta?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Tämän harjoituksen tavoitteena on edistää vaihtoehtoisia viestintätapoja ja harjoitella virheiden hyväksymistä hausalla tavalla.
- Huomaa, että jotkut osallistujat saattavat nauttia tästä harjoituksesta, kun taas toiset saattavat kokea sen turhauttavana.
- Purussa voi käsitellä myös osallistujien suhtautumista omiin odotuksiinsa ja kunnianhimoonsa.



Aktiviteetin nimi **Pariporinat**

Osallistujamäärä	8-20	Kesto	20-40 minuuttia, riippuen osallistujamäärästä
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Tutustuminen toisiimme. • Luottamuksen rakentaminen. • Vuorovaikutuksen rakentaminen. • Teeman lämmittely (jos työpajalla on selkeä teema). 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Ajastin. 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Harjoitukseen tarvitaan tyhjä tila, jossa osallistujat voivat liikkua vapaasti ja keskustella toistensa kanssa. • Ohjaajan kannattaa miettiä keskustelujen aiheet etukäteen. 		



Vaiheittaiset ohjeet

1. Lähde liikkumaan tilassa. Voit kuulostella omaa kehoasi ja liikettäsi – miltä kävely tuntuu juuri nyt. Sinun ei tarvitse vielä huomioida muita, kuin sen verran, ettet törmää kehenkään. Voit keskittyä omaan liikkeeseesi
2. Kiinnitä nyt huomiota muiden ihmisten sukkien tai kenkien väriin. Valitse keskustelukumppani etsimällä mahdollisimman samanlaiset tai samanväriset kengät/sukat. Keskustelu-aikaa on vain kaksi minuuttia aikaa puhua. Varmistakaa, että molemmat ehtiä puhua. Kerro parille jotain tästä aamusta/päivästä Miten se on mennyt, mitä olet tehnyt tänään? (Ja muistakaa kerrata toisten nimit.)
3. Kiittäkää paria keskusteluista ja jatkakaa liikkumista. Pienen kävelyn jälkeen ohjeista osallistujia etsimään uusi keskustelukumppani esimerkiksi paidan värin tai hiusmallin mukaan.
4. Hyviä keskustelunaiheita ovat ne, joissa ihmiset pääsevät kertomaan jotain menneisyydestään tai taustastaan, nykyisyydestään, ajatuksistaan tai toiveistaan. Keskustelunaihe voi olla myös yllättävä – ja toki jotkut keskustelunaiheet on hyvä liittää työpajan teemaan.

Tässä on muutamia vinkkejä keskustelun aiheisiin:

- Kerro meille käyttämästäsi vaatteesta – mistä sait/ostit sen? Miksi se on päälläsi juuri tänään?
- Milloin viimeksi tunsit myötätuntoa vierasta ihmistä kohtaan?
- Mikä on suhteesi hiuksiisi? Tämä kysymys herättää usein hilpeyttä ja paljon keskustelua – jopa niissä ihmisissä, jotka ovat tässä elämänvaiheessa ilman hiuksia.
- Miten haluat vaikuttaa asioiden kehitykseen yhteisössä tai yhteiskunnassa?
- Mikä on paras ryhmäkokemuksesi? Miksi?

Voit antaa enemmän aikaa tälle viimeiselle keskustelun aiheelle ja kuulla siitä myös jotain yhdessä, jos vain siihen on aikaa. Usein hyvän ryhmän elementit ovat melko samanlaisia.

On tärkeää, että sinulla on niin paljon kysymyksiä, että osallistujat voivat tavata kaikki ryhmän jäsenet ja käydä tämän pienen keskustelun.

Lopuksi

- Mitä pidit harjoituksesta?
- Kun katsot ryhmää nyt, tuntuvatko ihmiset tutummilta?
- Opitko jotain uutta tai yllättävää muista?
- Kiitä ryhmää yhteistyöstä.

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Keskustelunaiheet voivat vaihdella ryhmän tavoitteen, koon ja keston mukaan.
- Päättävänä on tutustua ihmisiin erilaisten lyhyiden keskustelujen kautta. Tutuus ryhmässä rakentaa turvallisuutta ja oman luovuuden herättämistä.
- Yllättävät ja hieman hassutkin keskustelunaiheet toimivat myös hyvänä jäänmurtajana ihmisten välillä.
- Harjoitus voidaan tehdä, vaikka kaikki osallistujat eivät pystyisi kävelemään, tässä tapauksessa kävelijät tekevät vain parivalinnan (ja joka kerta valitaan uusi keskustelukumppani).



Aktiviteetin nimi **Kohtaamispisteet**

Osallistujamäärä	Enintään 20	Kesto	20 minuuttia (voidaan säätää sen mukaan, kuinka monta kierrosta on tehty)
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Kannustaa yhteistyöhön ja tiimityöhön. • Antaa ryhmälle energiaa kannustamalla aktiiviseen osallistumiseen. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • N/A 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Jos toimitaan sisätiloissa, varmista että tilassa on riittävästi avointa tilaa liikkua. Pöydät/tuolit ja muut huonekalut voidaan työntää huoneen sivuille. • Harjoitus sopii myös ulos. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Kerro ryhmälle, että tämän harjoituksen aikana heidän tulee tehdä yhteistyötä yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi
2. Kokoa ryhmä keskelle tilaa, kaikki osallistujat keskelle huonetta/tilaa. Määrittele muutamat pisteet huoneessa (esim. ovenkahva, tuoli, työpöytä). Varmista, että kaikki osallistujat ovat tietoisia siitä, missä kukin näistä kohdista on.
3. Selitä, että osallistujilla on rajallinen aika (voit aloittaa 15 sekunnilla) luoda ihmisketju, joka yhdistää kaikki nämä pisteet. Yhteys voi syntyä eri kehonosien välillä (esim. kyynärpäät, kädet, jalat). Ohjaaja voi määrittellä, miten ketju muodostetaan.
4. Harjoitusta voi toistaa useamman kerran vaikeuttaen sitä esim. lisäämällä pisteitä tai lyhentämällä aikaa.

Lopuksi

- Piditkö aktiviteetista?
- Teittekö mielestänne hyvää yhteistyötä?
- Miten onnistuitte- tai miksi ette onnistuneet saavuttamaan tavoitteita?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Jos sinulla on ryhmä, jolla on erilaisia kykyjä, muista säätää pisteitä tai kestoja vastaavasti.
- Tarvittaessa voit käyttää apuvälineitä, kuten nauhoja, yhdistämiseen.

Lähteet

- Lähde tuntematon.
- [Peace Kites: Rauhankasvatuskäsikirja lasten ja nuorten epäviralliseen koulutustoimintaan](#)



Aktiviteetin nimi **Jäänmurtaja, Tietovisa**

Osallistujamäärä	20	Kesto	1 tunti
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Auttaa osallistujia tutustumaan toisiinsa ja kertomaan näkemyksiään osallisuudesta. • Kannustaa jakamaan henkilökohtaisia kokemuksia siitä, miten haavoittuvassa asemassa olevia henkilöitä kohdellaan eri maissa. • Edistää avointa keskustelua osallisuuden ja syrjinnän aiheista. • Luoda turvallinen ja lämmin ilmapiiri. • Rohkaista aktiiviseen osallistumiseen ja henkilökohtaiseen tarinankerrontaan. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • 4 korttia per osallistuja, joissa on merkintä: “Kyllä”, “Ei”, “Hyvä”, “Huono”. • 4 puutikkaa per osallistuja (korttien pitämiseen). 		
Valmistautuminen	<p>Valmistele kysymykset. Esimerkkejä:</p> <p>Lämmittelykysymykset (kevyet ja henkilökohtaiset).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nautitko uusien ihmisten tapaamisesta? • Kuvailisitko itseäsi ennakkoluulottomaksi ihmiseksi? • Pidätkö ryhmätoiminnasta? • Luuletko, että on helppoa saada ystäviä omassa maassasi? • Onko huumorilla merkitystä, kun tutustuu ihmisiin? <p>Siirtymäkysymykset (hieman henkilökohtaisempia ja syvempiä).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oletko koskaan tuntenut jääväsi ulkopuoliseksi ryhmässä? • Onko maasi vieraanvarainen ulkopuolisille? • Oletko koskaan puolustanut jotakuta, jota on kohdeltu epäoikeudenmukaisesti? • Onko helppoa puhua eroavaisuuksista omassa maassasi? • Uskotko, että kaikilla on samat mahdollisuudet elämässä? <p>Tärkeimmät keskustelukysymykset (osallisuudesta ja syrjinnästä).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Onko rasismi yhä ongelma maassasi? • Oletko koskaan tullut tuomituksi jostakin, mitä et voi muuttaa? sinua koskaan (kuten taustasi, aksenttisi tai uskomuksesi)? • Tehdäänkö kouluissa tarpeeksi osallisuuskasvatusta? • Kohdellaanko köyhistä taustoista tulevia oikeudenmukaisesti? • Koetko, että sinua edustetaan mediassa ja politiikassa? • Onko syrjinnästä puhuminen ihmisille epämukavaa? • Onko osallisuus enemmän kuin pelkkää suvaitsevaisuutta? <p>Päätös- ja pohdintakysymykset</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ovatko ajatukset osallisuudesta muuttuneet kuultuasi muiden tarinoita? • Oletko tietoisempi omista ennakkoluuloistasi? • Haluaisitko toimia edistääksesi osallisuutta omassa yhteisössäsi? • Oliko harjoitus hyödyllinen toisten näkökulmien ymmärtämisessä? <p>Valmistele kyltit, joilla ihmiset voivat vastata (tulostamalla, liimaamalla yhteen).</p>		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Aloita kertomalla harjoituksen tarkoitus ja säännöt.
2. Pyydä osallistujia muodostamaan piiri, jotta kaikki näkevät toistensa vastaukset.
3. Esitä kysymys ääneen. Jokainen osallistuja vastaa pitämällä yhtä kortistaan (Kyllä, Ei, Hyvä tai Huono).
4. Aloita kevyistä, yleisistä kysymyksistä ja siirry vähitellen kohti syvempiä kysymyksiä osallisuudesta ja syrjinnästä.
5. Pyydä jokaista kysymystä varten 2-3 osallistujaa selittämään, miksi he valitsivat vastauksensa (vapaaehtoisesti).
6. Salli kunnioittava, lyhyt keskustelu tai kommentointi muiden vastauksista ja kokemuksista.

Lopuksi

- Käykää yhdessä läpi, mitä oivalluksia syntyi
- Pyydä osallistujia pohtimaan, ovatko heidän näkemyksensä osallisuudesta muuttuneet
- Kysy lopuksi mielipide harjoituksesta kortteja käyttäen

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Pidä mieli avoimena, kuuntele aktiivisesti ja osoita kunnioitusta kaikkia osallistujia ja heidän näkökulmiaan kohtaan.





Aktiviteetin nimi Tervetuloa moninaisuuteen

Osallistujamäärä	10-15	Kesto	15-20 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Kannustaa osallistujia ymmärtämään toisiaan ja luomaan yhteyttä • Harjoitella aktiivista kuuntelua ja empatiaa • Pohtia ryhmän sisällä olevia yksilöllisiä identiteettejä • Tunnistaa ja arvostaa kokemusten ja taustojen moninaisuutta • Tutustua intersektionaalisuuden käsitteeseen – miten identiteetin eri osa-alueet muokkaavat kokemuksia yhteiskunnassa • Tunnistaa sosiaaliseen identiteettiin liittyviä valtasuhteita 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Iso huone tai avoin tila, jossa voi liikkua vapaasti 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Ei 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Pyydä osallistujia muodostamaan piiri kasvot kohti keskustaa.
2. Kerro, että luet erilaisia väittämiä. Jokaisen väittämän kohdalla ne, jotka ovat samaa mieltä, astuvat kohti piirin keskustaa. Muut jäävät paikoilleen.
3. Jokaisen väittämän jälkeen pyydä osallistujia katsomaan ympärilleen – ketkä astuivat eteenpäin ja ketkä eivät – ilman arvostelua.
4. Muistuta, ettei ole oikeita tai väriä vastauksia – tarkoitus on tunnistaa ja arvostaa ryhmän moninaisuutta.

Esimerkkejä väittämistä:

Astukaa eteenpäin, jos:

- Tunnet itsesi väsyneeksi.
- Olet utelias koulutuksen/sisällön suhteen.
- Matkasi tänne kesti yli puoli tuntia.
- Olet syntynyt samassa paikassa, jossa nyt asut.
- Olet syntynyt samassa paikassa kuin ainakin toinen vanhemmistasi.
- Olet syntynyt samassa paikassa kuin ainakin yksi isovanhemmistasi.
- Puhut yli kolmea kieltä.
- Haluat, että sinua puhutellaan "hänenä" (she/ he) (tämä väittäjä ei toimi suomen kielessä)
- Vietät mielelläsi vapaa-aikaasi luonnossa.
- Koet olevasi luova ihminen.
- Kannat huolta sosiaalisesta osallisuudesta ja solidaarisuudesta ja teet jotain sen eteen.
- Osaat määritellä käsitteen "solidaarisuus".

Kunkin väittämän jälkeen pyydä muutamaa osallistujaa (sekä niitä, jotka astuivat eteenpäin, että niitä jotka eivät), kertomaan miksi valitsivat paikkansa ja miten se vaikuttaa heihin.

5. Kun kaikki väittämät on käsitelty, kiitä osallistujia ja tunnista ryhmässä oleva moninaisuus – niin mainitut kuin mainitsemattomatkin, myös sellaiset, jotka eivät ehkä kosketa ryhmää suoraan mutta ovat olemassa yhteiskunnassa.

Vaiheittaiset ohjeet

6. Johdata keskustelua kohti ajatusta siitä, että moninaisuus ryhmässä on arvokasta. Korosta tietoisuutta siihen liittyvistä valtasuhteista. Moninaisuus ei saa jäädä huomaamatta – sen tunnistamiseen voidaan liittää rituaalinen merkitys ryhmässä. Käytä seuraavia esimerkkejä:
 - Tervetuloa niille, joista kehollinen työskentely voi tuntua epämukavalta. Läsnäolosi on tärkeä.
 - Tervetuloa niille, joilla ei ole vaikeuksia osallistua ja jotka voivat toimia täysipainoisesti.
 - Tervetuloa niille, joilla on tietoa sukupuolikysymyksistä – ja niille, jotka kokevat ettei heillä ole. Huomioi, että enemmän tietoa omaavilla voi olla enemmän valtaa ryhmässä, ja vähemmän tietoa omaavat voivat tuntea epävarmuutta.
 - Tervetuloa eri-ikäiset, tunnistaen että ikä vaikuttaa siihen, miten lähestymme asioita. Konservatiiviset ja edistykselliset näkökulmat ovat molemmat tervetulleita.
 - Tervetuloa hyväkuntoiset, jotka ehkä pitävät terveyttään itsestäänselvyytenä, ja tervetuloa ne, joilla on kroonisia sairauksia tai mielenterveyden haasteita. Kaikki ovat tervetulleita.
 - Tervetuloa kaikki kehot ja se moninaisuus, jota ne edustavat.
 - Tervetuloa eri koulutustasot
 - Tervetuloa erilaiset hengelliset ja uskonnolliset vakaumukset – pohditaan asioita myös näiden näkökulmien valossa.
 - Tervetuloa erilaiset alkuperät, muuttokokemukset ja ihonvärit.
7. Lopuksi pyydä ryhmää täydentämään listaa muilla heille tärkeillä moninaisuuksilla. Tietoisuuden lisääminen ryhmän moninaisuudesta auttaa luomaan turvallisen ja osallistavan tilan kaikille.

Lopuksi

Ohjaa istuntoa seuraavilla kysymyksillä:

- Mikä oli helppoa?
- Mikä oli vaikeaa?
- Löysitkö jotain uutta itsestäsi?
- Miten tapa, jolla asemoimme itsemme maailmassa tai elämässä, vaikuttaa ihmissuhteisiimme tai yhteiskuntaan?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Tämän harjoituksen tavoitteena on kohdata ryhmän moninaisuus ja käsitellä intersektionaalisuutta eli sitä, kuinka useat sosiaaliset tekijät, kuten sukupuoli, etnisyys, sijainti jne., muovaavat identiteettiä.
- Väittämät ovat muokattavissa ryhmän tarpeisiin – voit käyttää niitä intersektionaalisuuden, identiteetin ja koulutuksen keskeisten teemojen käsittelyyn.



Aktiviteetin nimi Yksittäiset patsaat

Osallistujamäärä	10-20	Kesto	15 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Auttaa osallistujia pohtimaan käsiteltyjä teemoja. • Aloittaa kehityöskentely. • Tutustuttaa osallistujat Forum-teatterissa käytettyyn kuva- ja patsastyöskentelyyn. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Iso huone tai avoin tila, jossa osallistujat voivat liikkua vapaasti. 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Valmistele huone/tila niin, että se on mahdollisimman tilava, ilman esteitä. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Pyydä osallistujia muodostamaan piiri keskelle huonetta, kasvot ulospäin.
2. Selitä, että sanot jonkin sanan, ja jokainen osallistuja tekee siitä "patsaan" käyttäen koko kehoaan – ei pelkästään käsiä. Patsaassa tulee näkyä, mitä sana merkitsee hänelle. Patsas tehdään rauhallisesti ja hiljaisesti. Kun osallistuja on valmis, hän kääntyy piirissä sisäänpäin ja esittää patsaan muille.
Esimerkkejä sanoista/väittämistä patsaaksi:
 - Vanhus
 - Nuori henkilö
 - Solidaarisuus
 - Sosiaalinen syrjäytyminen
3. Kun kaikki ovat tehneet patsaansa, pyydä heitä jäämään paikalleen ja katsomaan muita. Pyydä heitä pohtimaan, mitä yhtäläisyyksiä ja eroja patsaissa näkyy.
4. Tee pari kierrosta. Viimeisen patsaan kohdalla pyydä osallistujia muodostamaan 3-4 hengen ryhmiä sellaisten osallistujien kanssa, joiden patsaat vaikuttavat samankaltaisilta.
5. Seuraavaksi pyydä muodostamaan ryhmät sellaisten kanssa, joiden patsaat vaikuttavat hyvin erilaisilta.
6. Valitse yksi ryhmä, pyydä heitä jähmettymään paikoilleen, ja pyydä muita tulemaan katsomaan heidän patsastaan.
7. Kysy: "Mitä näette?" Keskustelkaa siitä, mitä ihmiset näkevät kuvassa. Korosta, ettei ole oikeita tai väärinä tulkintoja – kuvan voima on siinä, että jokainen voi nähdä siinä itsensä, kuin peilistä.

Lopuksi

Lopuksi ohjaavat kysymykset:

- Tulisiko mieleen jokin tilanne omasta elämästä?
- Herättikö tämä muistoja?
- Mikä oli vaikeaa?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Muistuta, että kuvia voidaan tulkita yhtä monella tavalla kuin on katsojiakin. Boalin sanoin: "Kuvateatteri toimii toisten näkemysten moninkertaisena peilinä." Kuvien kautta työskentely antaa tilaa luovuudelle ja mielikuvitukselle.
- Ne myös paljastavat sokeita pisteitä, joita yhteisen jakamisen kautta voidaan valaista.
- Älä kommentoi osallistujien tuotoksia – kuuntele aktiivisesti ja tue tarvittaessa.
- Voit kysyä osallistujilta, mihin he kohdistavat katseensa patsaassa, jolloin he voivat tarkentaa sen tarkoitusta.
- Kysy myös, miten koko ryhmäkuva vaikuttaa yksittäisen patsaan merkitykseen.

Lähteet

- Boal, A. (1974). Teatro del Oprimido y otras poéticas políticas. Buenos Aires: Ediciones La Flor.
- Boal, A. (1998). Juegos para actores y ei näyttelijöitä. Barcelona: Alban pääkirjoitus.





Aktiviteetin nimi Sosiometrinen Harjoitus - "Kuvitteellinen Jana" Lattialla

Osallistujamäärä	6-20	Kesto	10 - 50 minuuttia; riippuu kysymysten määrästä
Tavoitteet	<p>Sosiometria on J. L. Morenon kehittämä oppi ryhmän rakenteista ja vuorovaikutuksesta. Se on erinomainen työskentelytapa, jonka avulla voidaan tehdä näkyväksi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ryhmän rakennetta • Jäsenten välistä vuorovaikutusta • Ryhmän jäsenten rooleja • Ryhmän jäsenten suhdetta eri asioihin • Se on myös hyvä tapa antaa ja vastaanottaa palautetta. <p>Sosiometria mittaa aina senhetkistä tilannetta ja todellisuutta, se ei ole mitään kiveen hakattua pysyvää todellisuutta - tätä on syytä korostaa osallistujille. Sosiometrinen mittaus aina myös muuttaa ja vahvistaa ryhmän rakenteita, kun mittauksen kriteerit on harkittu huolella. Tässä harjoituksessa käytämme "kuvitteellinen jana" -menetelmää.</p> <p>Kuvitteellinen jana lattialla on yksinkertainen tapa tarkastella ryhmän jäsenen suhdetta tai kokemusta joistakin asioista.</p>		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • - 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • lihmiset voivat liikkua tilassa. Halutessasi lattialla voi olla symboleja, jotka osoittavat kuvitteellisen viivan päitä. 		

Vaiheittaiset ohjeet

Aloitetaan kevyellä lämmittelyllä mieltymyksistä ja epämieltymyksistä. Tässä on kuvitteellinen viiva. (osoita kuvitteellisen janan kohta lattiasa - tai voit jopa piirtää sen liidulla / maalarinteipillä) Toinen pää on "täysin samaa mieltä" ja toinen pää janaa on "täysin eri mieltä". Sinun ei tarvitse sijoittua ääripäihin, vaan juuri siihen kohtaan janaa, mikä tuntuu nyt oikealta.

Aloitetaan esimerkiksi tällä väittämällä:

"Aikainen aamu on paras hetki vuorokaudessa"

"Siirry kohtaan janaa, joka kuvaa suhdettasi aamuun." Kun kaikki ovat paikoillaan, kuunnellaan perusteluja tälle valitulle paikalle.

Ohjeista jokaisen seuraavan väittämän jälkeen samalla tavoin. "Siirry siihen kohtaan janaa, joka kuvaa ajatuksiasi tai kokemuksiasi". Kun osallistujat ovat löytäneet paikkansa, kuuntele heidän perustelujaan.

Kunkin kysymyksen jälkeen voit myös kysyä:

"Haluatko nyt vaihtaa paikkaasi, kun olet kuullut muiden perustelut?"

Muita väittämiä:

"Sosiaalinen media ja digitaaliset alustat vahvistavat ihmisten välistä solidaarisuutta."

"Yksi ihminen voi muuttaa maailmaa."

"Kodittomuus (tai huumeriippuvuus) on ihmisen omien valintojen seurausta."

Lopuksi

- Oliko oman mielipiteen ilmaiseminen helppoa vai vaikeaa?
- Oliko helppoa vai vaikeaa kuulla erilaisia mielipiteitä (kuin sinun)?
- Oliko oman mielipiteen muuttaminen helppoa vai vaikeaa?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Kun sosiometrinen harjoitus tehdään ensimmäistä kertaa, osallistujien mielet saattavat keskittyä enemmän tekniseen puoleen (osasinko valita oikean paikan janalla, mitä mieltä muut ovat jne.), mutta kokemuksen karttuessa harjoitusten tekeminen usein helpottuu.
- Aloita vastausten kuuleminen vuorotellen janan eri päistä.





Aktiviteetin nimi Sisäkkäiset ympyrät

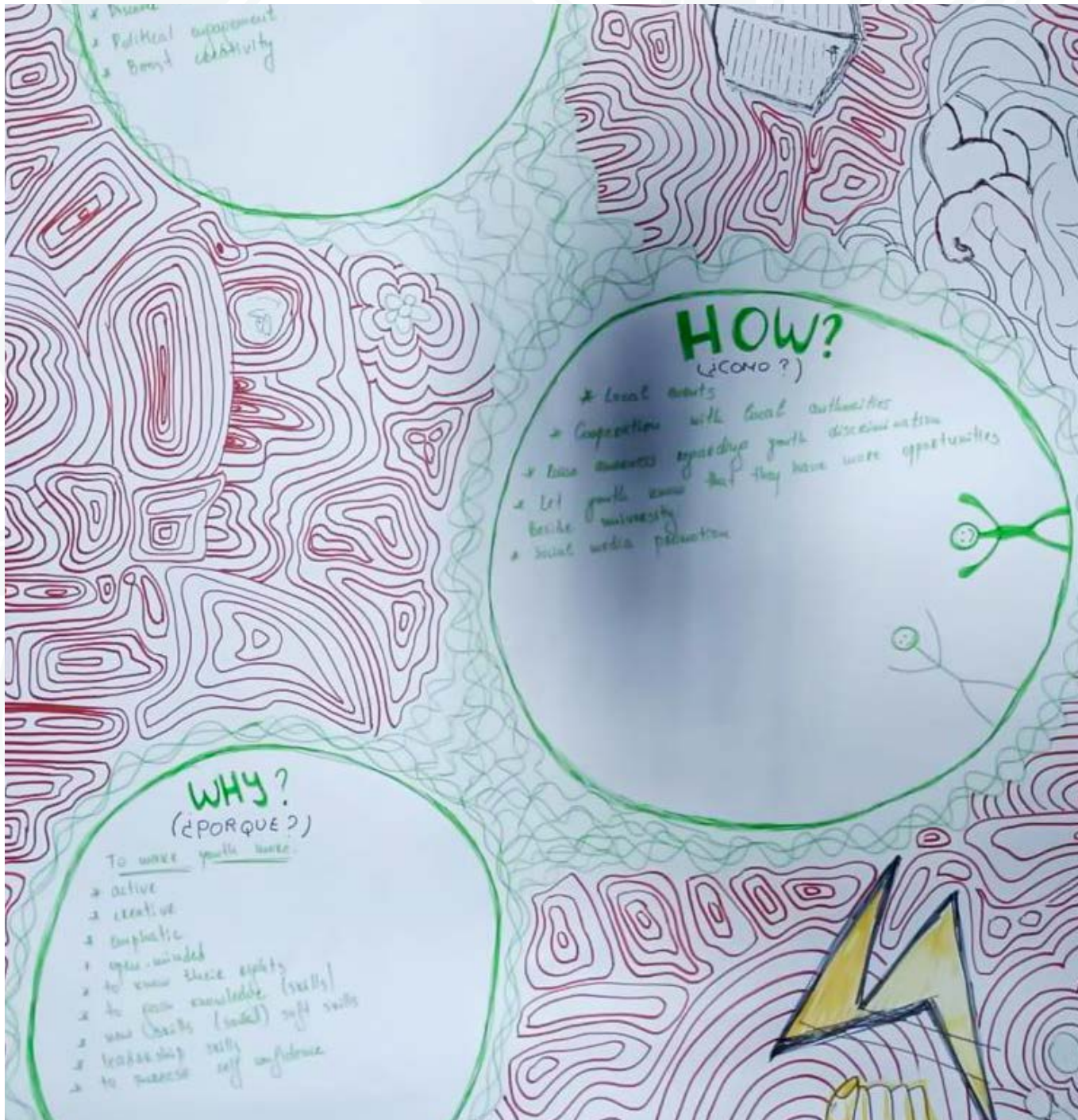
Osallistujamäärä	5-25	Kesto	60-100 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Kehittää ymmärrystä omista syistämme toimia tietyn aiheen puolesta • Yhdistää henkilökohtaiset motivaatiot yhteiskunnallisen muutoksen ajatukseen • Pohtia luovasti tapoja toteuttaa yhteiskunnallista muutosta 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Fläppitaulun paperi • Tussit (eri värejä) 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • N/A 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Aloita yksilötehtävällä, jossa osallistujat pohtivat jotakin harrastusta, ilmiötä tai toimintaa, joka kiehtoo heitä tällä hetkellä. He pohtivat, miksi juuri tämä asia kiehtoo. Usein on vaikeampaa ymmärtää, miksi pidämme jostain kuin miten toimimme sen parissa tai mitä se sisältää.
2. Pyydä osallistujia muodostamaan 4-5 hengen ryhmiä ja jakamaan keskenään nämä "kiehtovat asiat" ja syyt, miksi juuri ne kiehtovat. Tämä auttaa tutustumaan toisiin ja ymmärtämään kiinnostuksen kohteiden taustalla olevia motiiveja.
3. Kerro osallistujille, että he tekevät seuraavaksi samankaltaisen harjoituksen ryhmässä. Ryhmän tehtävänä on miettiä jokin yhteiskunnallinen ilmiö, josta he ovat intohimoisia tai jota he haluaisivat muuttaa, sekä asettaa siihen liittyvä konkreettinen tavoite.
4. Ryhmät saavat fläppipaperin ja piirtävät siihen kolme sisäkkäistä ympyrää. Jokainen ympyrä väritetään erivärisellä tussilla.
5. Ryhmillä on noin 10 minuuttia aikaa keskustella jokaisesta ympyrästä. Tarvittaessa he voivat jakaa roolit, kuten ajankäytön seurannan tai muistiinpanojen kirjaamisen.
6. Sisimmäinen ympyrä: MITÄ?
Tähän kirjoitetaan tavoite, joka liittyy valittuun yhteiskunnalliseen ilmiöön. Esimerkiksi
 - Lisätä urheiluvien tyttöjen ja naisten määrää
 - Lisätä nuorten äänestämistä vaaleissa
 - Lisätä tietoisuutta ihmisoikeuksien turvamekanismeista
7. Keskimmäinen ympyrä: MITEN?
Listataan välineitä, toimia ja aktiviteetteja, jotka edistävät tavoitteen saavuttamista. Kannusta osallistujia hyödyntämään aiemmin mainittuja kiinnostuksen kohteitaan ja miettimään, miten ne voisi yhdistää yhteiskunnalliseen muutokseen luovalla tavalla.
8. Uloin ympyrä: MIKSI?
Osallistujien tulee pureutua syvälle ja pohtia, miksi tämä tavoite on heille tärkeä. Taustalla voi olla esimerkiksi henkilökohtaisia kokemuksia, havaintoja tai saatuja tietoja.
9. Kun ryhmät ovat valmiita, he esittelevät ympyränsä. Esittely alkaa "MIKSI?", jatkuu "MITEN?" ja päättyy "MITÄ?"-osioon. Voit antaa kullekin ryhmälle n. 10 minuuttia esittelyyn. Jos aikaa on vähän, pyydä ryhmiä kiinnittämään työnsä seinälle muiden katsottavaksi, ja siirry sitten yhteiseen purkuun.

Lopuksi

- Miltä toiminta tuntui?
- Oliko jokin osa-alue erityisen vaikea? Mikä?
- Miksi on tärkeää ymmärtää toimintamme taustalla olevat motivaatiot?
- Miten "MIKSI"-taso voi innostaa muita liittymään mukaan toimintaan?





Aktiviteetin nimi **Leikit ilman kieltä**

Osallistujamäärä	20	Kesto	60 min
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> Vahvistaa yhteyden ja solidaarisuuden tunnetta osallistujien välillä Tutkia, kuinka osallisuutta voi rakentaa ilman yhteistä kieltä – empatiaa ja kehonkieltä hyödyntäen Rohkaista pohtimaan, miten sanatonta viestintää tapahtuu ryhmätilanteissa ja miten se vaikuttaa yhteenkuuluvuuden kokemukseen Kannustaa poistumaan mukavuusalueelta luottamuksen ja yhteistyön vahvistamiseksi 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> Paperilaput, joissa on erilaisia substantiiveja (esim. “pakolainen”, “yhteisö”, “ystävyyys”, “opettaja” jne. – jotkut liittyvät osallisuuteen/solidaarisuuteen) Paperiliuskat toiminnoilla (piirrä, jäljittele, kuvaile) Valinnainen: Taustamusiikki (instrumentaalinen tai emotionaalisesti resonoiva) 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> Valmistelee sanalapun, joissa on sekä neutraaleja että yhteiskunnallisesti merkityksellisiä sanoja Valmistelee toimintakortit Järjestä tila siten, että osallistajat voivat liikkua ja kohdata vapaasti Soita taustalla pehmeää musiikkia luomaan lämmin tunnelma 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Jäänmurtaja - Ihmissolmu (Hiljainen Solidaarisuusversio)

- Kaikki sulkevat silmänsä ja liikkuvat hitaasti tilassa.
- Ilman puhetta kukin tarttuu kahden eri ihmisen käteen.
- Kun kaikkien kädet ovat yhdistyneet toisten käsiin, avataan silmät.
- Ryhmän tulee selvittää solmu auki ilman puhetta tai käsien irrottamista.

2. Solidaarisuusnäkökulma:

- Tämä fyysinen tehtävä symboloi, kuinka osallisuus vaatii yhteistyötä, kärsivällisyyttä ja sanatonta ymmärrystä.

3. Lämmittely - “Kaksi totuutta ja valhe”

- Parit kertovat toisilleen 3 lyhyttä henkilökohtaista faktaa: 2 totta ja 1 valhe.
- Parin tehtävänä on arvata, mikä on valhe.
- Parit vaihtuvat 2 minuutin välein.

4. Osallisuusnäkökulma:

- Kannustaa uteliaisuuteen toisia kohtaan ja rikkoo ennako-oletuksia kevyellä tavalla..

Lopuksi

- Keräännyttään piiriin ja keskustellaan:
- Gather participants in a circle and invite them to reflect:
- "Millaista oli luottaa pelkkään kehonkieleen"?
- "Tunsitko itsesi osalliseksi ryhmässä? Miksi tai miksi et?"
- "Mitä tämä kokemus opettaa meille siitä, miten kohtelemme ihmisiä, jotka eivät puhu samaa kieltä tai tulevat eri taustoista"?
- Anna tilaa muutamille osallistujille jakaa ajatuksiaan avoimesti

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Tarkkaile, ketkä saattavat vetäytyä – ota heitä lempeästi mukaan
- Näytä itse esimerkkiä haavoittuvuudesta ja leikkimielisyydestä rohkaistaaksesi toisia mukaan
- Korosta, kuinka solidaarisuus ei aina vaadi sanoja – se välittyy myös teoista, eleistä ja läsnäolosta





Aktiviteetin nimi **Kuvateatterista Forum-teatteriin**

Osallistujamäärä	8-20	Kesto	45 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Kannustaa osallistujia pohtimaan harjoituksen aikana käsiteltyjä aiheita • Aloittaa työskentely kehon ja foorumteatterin kanssa • Esitellä kuvateatteria. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Iso huone tai avoin tila, jossa voi liikkua vapaasti 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Järjestä huone/tila mahdollisimman tilavaksi, esteettömäksi. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Valitse yksi kohtaus työstettäväksi:
Voit valita sen itse tai jakaa ryhmän kahteen osaan. Toinen puoli luo eläviä kuvia (kuvateatteri), toisen katsellessa. Katsojilta pyydetään palaamaan sen kuvan luo, joka herätti heissä eniten kiinnostusta tai vaikutti voimakkaimmalta. Eniten ääniä saanut kuva valitaan työstettäväksi.
2. Luo kuvasarja:
Toistakaa valittu kohtaus. Kun osallistujat ovat alkuperäisessä kuvassa, pyydä heitä siirtymään hahmonsaa seuraavaan liikkeeseen tai toimintaan ja pysähtymään uuteen jäätäneeseen kuvaan. Anna tähän merkki, esim. taputus.
Toista tätä vaihetta kolme kertaa. Lopputuloksena syntyy kolme erillistä kuvaa.
3. Käynnistä foorumteatteri:
Keskustelkaa yhdessä: Mitä tässä kuvassa tapahtuu? Muista: ei ole oikeita tai väriä tulkintoja.

Lopuksi

Ohjaa istuntoa seuraavilla kysymyksillä:

- Mitä mieltä olit harjoituksesta?
- Oliko siinä jotain vaikeaa?
- Löysitkö jotain uutta?
- Selitä tämän harjoituksen tarkoitus: vapaa tulkinta ja yhteistoiminnallinen kehollinen, yhteinen ilmaiseminen



Aktiviteetin nimi OHITANSSI

Osallistujamäärä	10-30	Kesto	30-60 min
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Vahvistaa ryhmäytötaitoja. • Tutkia, miten erilaiset asenteet ilmenevät kehossa ja ilmeissä. • Tarkastella jännitteitä, joita erilaisten asenteiden kohtaaminen voi aiheuttaa. • Vahvistaa empatiaa. • Jakaa omia kokemuksia loppukeskustelussa. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Taustalla on hyvä valita ja käyttää rytmistä musiikkia. Se helpottaa liikkeiden suunnittelua ja "tanssimista" toisten ohi. 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • äänentoistolaitteet 		

Vaiheittaiset ohjeet

Harjoitus tehdään neljässä ryhmässä. Ensin lasketaan neljään, jotta ryhmät muodostuvat. Kullekin ryhmälle annetaan eri tunne/teema pohdittavaksi:

1. Empatia
2. Ennakkoluulo
3. Solidaarisuus
4. Ulossulkeminen

Ryhmä keskustelee lyhyesti, miten kyseinen asenne näkyy ihmisten toiminnassa ja miten se voitaisiin ilmaista neljän tai viiden liikkeen sarjana.

Tämän jälkeen ryhmä harjoittelee liikesarjan (ensimmäinen askel -> ensimmäinen liike - toinen askel -> toinen liike jne.). Tavoitteena on pystyä liikkumaan rivissä ja suorittamaan liikkeitä ja askeleet mahdollisimman samanaikaisesti.

Kun ryhmät ovat valmiita, ryhmät 1 ja 2 asettuvat tilan vastakkaisille puolille ja "tanssivat ohitse" toisistaan. Tätä voidaan toistaa useamman kerran.

Sitten ryhmät 3 ja 4 tekevät saman.

Muut osallistajat voivat tarkkailla tanssia ja sitä, millaisia mielikuvia se heissä herättää.

Jos tarpeen, lopuksi voidaan ravistaa mahdollisesti syntyneet epämiellyttävät tunteet pois kehosta.

Lopuksi

- Millaisia tunteita tanssi herätti?
- Millaisia tunteita sen katsominen herätti?
- Kuinka helposti tanssin takana olevat asenteet olivat tunnistettavissa?
- Mitä oivalluksia sait katsojana/tanssijana?
- Kuinka paljon näistä asenteista näkyy maailmassa / elämässäsi?
- Onko jotain muuta, haluaisit sanoa?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Tässä harjoituksessa on hyvä antaa pienryhmille riittävästi aikaa suunnitella erilaisia asentoja ja harjoitella ilmaisua tanssimalla.
- Pienryhmissä toteutettavat ohitanssit voivat olla myös samankaltaisia - mitä tapahtuu, kun ennakkoluuloiset ja tuomitsevat ihmiset kohtaavat? Tai empaattinen ja solidaarinen?
- Jos sinulla on aikaa, voit lisätä harjoitukseen valoja tai kokeilla erilaista musiikkia.



Aktiviteetin nimi **Tarinateatteri - Ristiriitapari**

Osallistujamäärä	6-20	Kesto	30-60 min
Tavoitteet	<p>Ristiriitapari on tarinateatterin lyhyttekniikka, jonka avulla voidaan tutkia ja tehdä näkyväksi yksilön sisäisiä ristiriitoja.</p> <ul style="list-style-type: none"> • asiaan liittyvät ajatukset eivät välttämättä ole täysin vastakkaisia, mutta vetävät selkeästi eri suuntiin. • löytää uusia perspektiivejä sisäiseen ristiriitaan, kun niitä voi ulkoistaa ”näyttömölle”. • vahvistaa empatiaa kehollisen tarinakerronnan kautta. • vahvistaa empaattista kuuntelemista ja herkkyyttä heijastaa henkilökohtaisia kokemuksia improvisoidessa – tarinateatterin periaatteita soveltaen. 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Ei erityisiä materiaaleja • Valinnaiset: Rytmii- tai lyömäsoittimet 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Pyydä osallistujia istumaan puoliympyrään huoneen keskelle siten, että keskelle jää tyhjä tila ”näyttämölle” 		

Vaiheittaiset ohjeet

Tämä työtapa mahdollistaa osallistujien sisäisten konfliktien tutkimisen kollektiivisesti yhdessä

1. Aloitus:

Puolipiirin keskellä oleva tila toimii ryhmän yhteisenä näyttämönä. Kysy: ”Kuka haluaisi jakaa jonkun sisäisen ristiriidan yhteisesti. Se voi olla esimerkiksi jotain, joka tuli mieleen aikaisemman työskentelyn aikana”

2. Tarinankerronta:

Joku osallistujista jakaa tarinansa. Ohjaaja voi kysyä selventäviä tai tarkentavia kysymyksiä saadakseen paremman kuvan kerrotusta sisäisestä ristiriidastaan.

3. Näyttelijät:

Tarinankertoja valitsee kaksi paria (neljä ihmistä) esittämään näitä eri puolia sisäisestä konfliktistaan.

4. Ristiriidan katsomisen versiot:

Ristiriitaa voidaan tutkia kahden eri version avulla:

1. versio - Fyysinen

- Näyttelijät esittävät sisäisen ristiriidan eri puolia sekä sanallisen, että kehollisen vuorovaikutuksen kautta
- He voivat työntää tai vetää toisiaan, taistella tilasta tai liikkua vastakkaisilla tavoilla – toinen voi veltoilla, ja toinen yrittää puskea häntä pystyyn koko ajan
- Molemmat näyttelijöistä puhuvat tilanteesta minä-muodossa, vaikka he edustavatkin molemmat samaa ihmistä.

2. Versio - Sanallinen

- Näyttelijät asettautuvat seisomaan selkä selkää vasten. He kääntyvät hitaasti ympäri pitäen selät kosketuksissa. Silloin kun kasvot ovat kääntyneenä yleisöön päin, he voivat puhua.
- Oma puolta ristiriidasta saa esittää sekä sanallisesti, että kehollisesti
- On hyvä tehdä ainakin kaksi käännöstä (puheenvuoroa), jotta molemmat puolet ristiriidasta pääsevät tulemaan esille.
- Tämä versio tuo usein paremmin esiin sekä emotionaalisen jännitteen, että ristiriidan sanoittamisen, kuin fyysinen versio.

Lopuksi

- Miltä tuntui nähdä oma sisäinen ristiriita ulkoistettuna?
- Saitko jotain uutta oivallusta tai näkökulmaa?
- Miltä tuntui katsoa toisten sisäisiä ristiriitoja? Pystyitkö liittymään niihin?
- Tunsitko myötätuntoa tai empatiaa?
- Millaisia teemoja näimme tänään ristiriita-tarinoissa? Oliko niissä samankaltaisuuksia?
- What were the themes of the conflict stories? Were there any common patterns?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- Valitse kumpi versio (fyysinen vai sanallinen) sopii paremmin kerrotun tarinan luonteeseen. Voit myös antaa parin valita oman versionsa.
- Jokaisen ristiriitaparin esittämisen jälkeen varmista tarinankertojalta oliko hänen ristiriitansa tulkittu oikein. Jos ei, kohtausta voidaan täydentää tai tehdä uudestaan
- Jos on aikaa, pyydä seuraavaa osallistujaa jakamaan tarina sisäisestä ristiriidasta.
- Jos osallistujat eivät ole tehneet aiemmin tarinateatteria, he voivat tarvita enemmän rohkaisua
- Korosta, että tässä harjoituksessa ei ole kyse niinkään näyttelemisestä, vaan empatiasta, itseilmaisusta ja inhimillisestä yhteydestä
- Rohkaise tunneilmaisuun äänen, puheen ja kehollisen työskentelyn kautta
- Jos käytätte musiikkia / soittimia, niitä tarvitaan erityisesti tarinoihin liittyvien tunteiden kuvaamiseen äänimaisemina, eikä niinkään melodioiden tekemiseen
- Voitte tehdä soittimilla myös erilaisia äänimaisemia, joiden kautta voitte ilmaista ristiriitaan kuuluvia vastakkaisia elementtejä
- Painopiste työskentelyssä on
- ristiriitatarinoiden jakamisessa ja uusien näkökulmien löytymisessä ryhmäpohdintojen ja tarinoiden ulkoistamisen kautta



Aktiviteetin nimi Puhu päälle, sydämelle ja käsille

Osallistujamäärä	5-25	Kesto	60-90 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Ymmärtää viestinnän merkitys yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa • Harjoitella vaikuttavan viestin rakentamista ja toimintakutsun muotoilua 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Fläppitaulun paperi • Internet-yhteys (tarvittaessa) • Kannettavat tietokoneet/älypuhelimet (tarvittaessa) • Merkkejä 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • N/A 		

Vaiheittaiset ohjeet

- Aloita keskustelu tämän hetken yhteiskunnallisista ongelmista. Kirjaa osallistujien nostamat aiheet näkyville. Jos aiheita on käsitelty jo aiemmin, niihin voi palata.
- Jaa osallistujat 4-5 hengen ryhmiin.
- Ryhmät valitsevat yhden sosiaalisen ongelman, johon haluavat tarttua. (Jos aihe on jo valittu aikaisemmassa työskentelyssä, voit ohittaa tämän vaiheen.)
- Tarvittaessa ryhmät voivat etsiä lisätietoa (esim. tilastoja, uutisia) netistä tai käyttää jo tuntemaansa tietoa.
- Selitä, että seuraavaksi ryhmät rakentavat kampanjaviestinsä kolmesta näkökulmasta: **Pää**, **sydän** ja **käsi**. Voit näyttää nämä kategoriat diassa, paperilla tai selittää suullisesti:
- **Sydän**: Miten saada kohdeyleisö välittämään? Millaisia tunteita halutaan herättää?
- **Pää**: Mitkä faktat tai tilastot tuovat ongelman näkyväksi ja vakuuttavat?
- **Käsi**: Mitä yleisö voi tehdä? Miten voi toimia asian hyväksi?
- Ryhmät kirjoittavat fläppitaululle seuraavat:
- Tunnetilat, joita halutaan herättää (**sydän**)
- Keskeiset faktat ja tiedot aiheesta (**pää**)
- Toimintaehdotukset yleisölle (**käsi**)
- Tämän jälkeen ryhmät muotoilevat lyhyen ja selkeän kampanjaviestinsä, jonka he esittelevät muille. Samalla he kertovat, miten pää-sydän-käsi -elementit vaikuttivat viestin rakentamiseen.

Lopuksi

- Mitä ajattelit tästä aktiviteetista?
- Onko tämä mielestäsi tehokas tapa välittää viesti? Miksi?
- Mitä muita näkökohtia viestin luomisessa tulisi ottaa huomioon?

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

- N/A

Lähteet

- Euroopan nuorisofoorumi - Edunvalvonnan käsikirja
https://www.youthforum.org/files/230524-AdvocacyHandbook-150x240mm-digi_2023-05-25-092834_prmy.pdf





Aktiviteetin nimi **Evaluation and Feedback**

Osallistujamäärä	5-25	Kesto	15 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Arvioida koulutusta / työpajaa • Ilmaista toteutettuihin toimintoihin liittyviä tunteita • Avata keskustelua parannettavista asioista 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Materiaalit: iso huone tai avoin tila, jossa voi liikkua vapaasti, paperia, kyniä ja post-it-lappuja 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Käytä fläppipaperia 3 pisteen tekemiseen: menneisyys, nykyisyys, tulevaisuus 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Pyydä osallistujia miettimään hetki, miltä heistä tuntui ennen koulutusta, miltä heistä tuntui koulutuksen aikana ja miten koulutus voi vaikuttaa heidän tulevaan toimintaansa.
2. Pyydä osallistujia kirjoittamaan kolmeen eri post-it-post-it-viestiin tunteet, joita he ovat ajatelleet.
3. Pyydä heitä kiinnittämään post-it-lappunsa siihen fläppi-paperiin/ pisteeseen, johon ne kuuluvat.
4. Avaa keskustelu post-it -lapuissa kirjoitetun pohjalta.
Kaikki halukkaat voivat osallistua keskusteluun

Lopuksi

- Kiitä kaikkia aktiivisesta osallistumisesta toimintaan ja jaa positiivista palautetta heidän sitoutumisestaan ja osallistumisestaan.

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

Ohjaa istuntoa seuraavilla kysymyksillä:

- Mitä mieltä olit toiminnasta?
- Oliko siinä jotain vaikeaa?
- Löysitkö jotain uutta?

Korosta anonymiteetin tärkeyttä, jotta ihmiset voivat ilmaista tunteitaan.



Aktiviteetin nimi **SOSIOMETRIA** palautteen antamiseen

Osallistujamäärä	6-20	Kesto	20-30 minuuttia
Tavoitteet	<p>Sosiometria on J. L. Morenon kehittämä oppi ryhmän rakenteista ja vuorovaikutuksesta. Se on erinomainen työskentelytapa, jonka avulla voidaan tehdä näkyväksi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ryhmän rakennetta • Jäsenten välistä vuorovaikutusta • Ryhmän jäsenten rooleja • Ryhmän jäsenten suhdetta eri asioihin • Se on myös hyvä tapa antaa ja vastaanottaa palautetta. <p>Sosiometria mittaa aina senhetkistä tilannetta ja todellisuutta, se ei ole mitään kiveen hakattua pysyvää todellisuutta – tätä on syytä korostaa osallistujille. Sosiometrinen mittaus aina myös muuttaa ja vahvistaa ryhmän rakenteita, kun mittauksen kriteerit on harkittu huolella. Tämä sosiometrian muoto sopii erinomaisesti työpajan päättämiseen / palautteen antamiseen ja vastaanottamiseen.</p>		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • N/A 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Riittävästi vapaata tilaa, jotta ihmiset voivat liikkua vapaasti. 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. A Kävelkää ensin tilassa ja miettikää työpajaa sekä käytyjä keskusteluja.
2. Katso muita osallistujia kävellessäsi ja laita käsi sen henkilön olkapäälle, joka perusteli ajatuksensa selkeästi ja hyvin. Voit valita vain yhden henkilön!
3. Kun valinnat on tehty, kuullaan perustelut. On tärkeää, että puhe kohdistetaan suoraan valitulle henkilölle.
4. Kävelkää uudelleen tilassa ja tee uusi valinta, mutta et saa valita samaa henkilöä kuin aiemmin. Kriteeri: laita käsi sen henkilön olkapäälle, jonka ajatukset herättivät sinussa vahvaa empatiaa.
5. Kävelkää jälleen ja tee viimeinen valinta, jälleen eri henkilö kuin aiemmin. Kriteeri: laita käsi sen henkilön olkapäälle, joka sai sinut ajattelemaan aihetta uudella tavalla.
6. Jokaisen valinnan jälkeen kuullaan perustelut. Puhe kohdistetaan valitulle henkilölle suoraan.

Lopuksi

- Miltä tuntuu tehdä valintoja ja antaa palautetta?
- Miltä tuntuu saada palautetta?
- Onko täällä joku, joka ei ole saanut palautetta? Jos on, on tärkeää, että osallistujat voivat antaa sen nyt. On tärkeää, että kaikki saavat palautetta toiminnastaan työpajassa!

Lopetus ja ohjeita ohjaajalle

Kun sosiometrinen harjoitus tehdään ensimmäistä kertaa, osallistujien mielet saattavat keskittyä enemmän tekniseen puoleen (osaanko sanoittaa sen, mitä haluan, mitä muut ajattelevat jne.), mutta kokemuksen karttuessa sosiometrinen valintojen tekeminen on usein helpompaa.



Aktiviteetin nimi **Pallonheitto**

Osallistujamäärä	5-25	Kesto	10-30 minuuttia
Tavoitteet	<ul style="list-style-type: none"> • Työpajan reflektointi 		
Materiaalit	<ul style="list-style-type: none"> • Pallo 		
Valmistautuminen	<ul style="list-style-type: none"> • N/A 		

Vaiheittaiset ohjeet

1. Osallistujat seisovat piirissä, jossa kaikki näkevät toisensa.
2. Henkilöllä, jolla on pallo, on mahdollisuus pohtia kokemukstaan vastaamalla: "Mitä otat tästä kokemuksesta mukaasi?". Kun he vastaavat kysymykseen, he heittävät pallon toiselle osallistujalle. Tämä prosessi jatkuu, kunnes kaikki voivat puhua. Jos on osallistujia, jotka eivät halua puhua, he voivat vain heittää pallon jollekulle, joka ei ole vielä puhunut.
3. Kiitä osallistujia palautteen jakamisesta ja osallistumisesta työpajaan.





4. Liitteet



4.1 PAIKALLISISTA TYÖPAJOISTA ESPANJASTA

YSI-ACT:n paikalliset työpajat Espanjassa olivat antoisa kokemus, sillä ne keskittyivät haavoittuvassa asemassa oleviin nuoriin. Ohjelmassa painotettiin inklusiivisuutta, ja harjoituksia mukautettiin kielimuurien ylittämiseksi sekä sen varmistamiseksi, että jokainen osallistuja tunsi olonsa mukavaksi. Työpajat järjestettiin Barcelonassa Convive Fundación Cepaimin tiloissa, ja ohjaajat pyrkivät varmistamaan, että toteutetut harjoitukset vastasivat ryhmän tarpeita.

SILTOJEN RAKENTAMISTA LIIKKEEN JA VUOROVAIKUTUKSEN AVULLA

Ensimmäisessä työpajassa keskityttiin ryhmähengen luomiseen sekä osallistujille mukavan ja vastaanottavan ilmapiirin rakentamiseen. Jäänmurtajaharjoitukset, kuten "Nimi ja pallo" sekä "Pariesittely", auttoivat nimien oppimisessa ja nopean reagoinnin harjoittelussa. Samalla ohjaajat pyrkivät rakentamaan luottamusta ryhmän sisällä harjoituksilla kuten "Kosketuspisteet" ja "Ei ketään kenenkään kanssa", jotka rohkaisivat fyysiseen kontaktiin ja yhteiseen ongelmanratkaisuun ilman yhteistä puhuttua kieltä. Näitä harjoituksia vahvistettiin tehtävillä kuten "1,2,3 Bradford" ja "Kohtaaminen pareittain", jotka loivat tilaa nonverbaalille ilmaisulle ja mahdollistivat kokemusten jakamisen sekä sanallisesti että sanattomasti.

TÄRKEIDEN KÄSITTEIDEN OPPIMISTA TOIMINNAN KAUTTA

Merkittävä osa työpajoissa omistettiin monimutkaisten sosiaalisten käsitteiden ymmärtämiselle aktiivisen osallistumisen kautta. "Tervetuloa moninaisuuteen" -harjoituksessa osallistujat toivat esiin kielellisiä ja kulttuurisia taustojaan fyysisesti, mikä pohjusti syvällisiä keskusteluja muun muassa maahanmuutosta ja ennakkoluulojen kohtaamisesta. Työpajojen aikana käsiteltiin myös empatiaa, ennakkoluuloja, solidaarisuutta ja ulkopuolisuutta. Osallistujat tutkivat näitä teemoja paitsi keskustellen, myös luomalla eläviä patsaita kuvateatteri -työskentelyn avulla, muodostaen fyysisiä esityksiä abstrakteista käsitteistä. Tämä menetelmä mahdollisti käsitteiden monipuolisen tulkinnan ja vaihtoehtoisten tilanteiden tutkimisen. Samalla huomattiin, että teatteri voi vahvistaa kykyä yhteiskunnalliseen muutokseen.

YHTEYDEN LUOMINEN YHTEISÖÖN JA KASVUN REFLEKTOINTI

Työpajojen ohjaajien tavoitteena oli auttaa osallistujia löytämään keinoja solidaarisuustoiminnan toteuttamiseen ja kannustaa heitä aktiiviseen osallistumiseen yhteisössä. Yhteisöjärjestöjen, kuten Esplain ja Caun, edustajien vetämien osallistavien harjoitusten kautta osallistujat tutustuivat Barcelonan olemassa oleviin tukiverkostoihin, mikä rohkaisi heitä pohtimaan, miten he voisivat integroitua paremmin ja vahvistaa yhteisöllisiä suhteita. Työpajat huipentuivat refleктоivaan arviointiin, jossa osallistujat asettuivat fyysisesti tilaan ilmaisemaan tyytyväisyyttään ja tunnistamaan oppitua.

KONKREETTISET TULOKSET JA VAIKUTUKSET

YSI-ACT -työpajat Espanjassa olivat menestys. Näkyvin vaikutus oli osallistujien ilo ja tyytyväisyys sekä se, kuinka paljon he oppivat. Monet kertoivat, että kokemus lisäsi heidän itsevarmuuttaan – erityisesti silloin, kun piti puhua muiden edessä.

Osallistujat nauttivat todella yhdessä työskentelystä. He pitivät siitä, että saivat kohdata eri taustoista tulevia ihmisiä, jakaa ajatuksia ja oppia toisiltaan. Työpajojen tapa tukea jokaisen omaa tapaa osallistua sekä eri kielten huomiointi madalsi osallistumisen kynnystä ja loi inklusiivisen ilmapiirin. Eräs osallistuja kertoi, että mimiikkaan ja keholliseen liikkeeseen perustuvat harjoitukset olivat erityisen hyödyllisiä maahanmuuttajille, sillä ne auttoivat vähentämään pelkoa ja lisäsivät itsevarmuutta.

Osallistujat kertoivat myös ymmärtävänsä paljon paremmin tärkeitä aiheita, kuten ennakkoluuloja, solidaarisuutta, ulkopuolisuutta ja empatiaa. He kokivat, että asioiden näytteleminen ja luovat harjoitukset tekivät näistä vaikeista teemoista helpommin lähestyttäviä ja ymmärrettäviä.

Jokaisella nuorella oli omat suosikkihetkensä, mutta kokonaisuudessaan työpajat koettiin merkityksellisiksi. Ne tarjosivat tilan, jossa osallistujat saattoivat kasvaa, tuntea olonsa turvalliseksi, itsevarmemmaksi ja avoimemmaksi sekä kokea yhteisöllisyyden tunnetta.

JOHTOPÄÄTÖKSET

Työpajojen lopussa osallistujat kertoivat tuntevansa itsensä itsevarmemmiksi, yhteisöllisemmiksi ja tietoisemmiksi ympärillään olevista ihmisistä. Ryhmästä oli muodostunut luottamuksellinen tila, jossa jokainen tuli nähdyksi ja kuulluksi. Osallistujat lähtivät vahvempina, lempeämpinä ja valmiimpina toteuttamaan solidaarisia tekoja arjessaan.



4.2 PAIKALLISET TYÖPAJAT SUOMESSA

Suomessa toteutettiin kaksi neliosaista työpajasarjaa, joiden tarkoituksena oli tukea osallistujia solidaarisuuden käsitteen tutkimisessa, sen merkityksen pohtimisessa sekä sen mahdollisuuksien ja haasteiden tunnistamisessa. Prosessi yhdisti pienryhmäkeskusteluja, kehollisia harjoituksia, luovaa ilmaisua ja yhteistä reflektiota.

SOLIDAARISUUSKÄSITTEEN TARKASTELUA KÄYTÄNNÖSSÄ

Ensimmäinen työpaja alkoi ohjaavalla kysymyksellä: Mitä solidaarisuus tarkoittaa? Pienryhmissä osallistujat kuvasivat mielikuvia ja tunteita, joita sana herätti. Heidän pohdintansa toivat esiin solidaarisuuden yhteisöllisenä vastuuna, yhteenkuuluvuuden tunteena ja hyvänä tahtona toisia kohtaan – ei vain omassa lähipiirissä, vaan myös globaalisti. Tämän jälkeen osallistujat kiersivät eri pisteillä keskustellen kokemistaan solidaarisuuden teoista, tilanteista joissa niitä tapahtuu, sekä niihin liittyvistä motiiveista ja esteistä. Tämä loi yhteistä ymmärrystä ja avasi rehellistä vuoropuhelua mahdollisuuksista ja haasteista.

SOLIDAARISUUSTEOT RYHMÄSSÄ

Toisen työpajan painopiste siirtyi ryhmän sisäiseen toimintaan, ja osallistujia rohkaistiin tunnistamaan sekä toteuttamaan solidaarisuutta omassa ryhmässään. Alkulämmittelyt vahvistivat leikkillisyyttä ja luottamusta, minkä jälkeen osallistujat loivat patsaita, jotka ilmensivät solidaarisuutta ja itsekkyyttä. Tämä visuaalinen tutkimus avasi keskustelun siitä, miten nämä voimat vaikuttavat ryhmädynamiikkaan. Ryhmät listasivat konkreettisia solidaarisuuden tekoja, joita oli koettu työpajan aikana, ja muunsivat ne pysäytyskuviksi, jotka esittivät tilanteita “ennen”, “aikana” ja “jälkeen”. Kuvien tarkastelu ja tulkinta teki pienistä huolenpidon teoista näkyviä, vahvistaen empatiaa ja tunnistamista. Osallistujat päättelivät, että solidaarisuuden huomaaminen arjen vuorovaikutuksessa vahvistaa ryhmän yhteenkuuluvuutta ja innostaa toistamaan tekoja myös muissa yhteyksissä.

SOLIDAARISUUS JA SEN VASTAVOIMA

Kolmannessa työpajassa osallistujat osallistuivat liike- ja draamaharjoituksiin tutkiakseen osallisuuden ja ulkopuolisuuden teemoja. “Ohitanssin” kaltaisten harjoitusten kautta he eläytyivät empatiaan ja ennakkoluuloihin, kokien eroja ilmapiirissä ja ryhmän energiassa. Työskentely stereotyyppisiin mielikuviin perustuvien kuvitteellisten hahmojen kanssa auttoi hahmottamaan, miten ennakkoluulot synnyttävät tunteita ja täyttymättömiä tarpeita. Harjoitus rohkaisi pohtimaan, miten stereotyyppit vaikuttavat yhteiskunnassa ja omassa ajattelussa. Työpajan tuloksena syntyi syvempi ymmärrys ennakkoluulojen mekanismeista sekä työkaluja niiden taustalla olevien tarpeiden tunnistamiseen ja käsittelyyn.

SOLIDAARISUUS JA SEN VAIKUTUKSET

Cocktailkeskustelujen muodossa osallistujat jakoivat henkilökohtaisia kokemuksiaan solidaarisuudesta ja empatiasta. Sosiometrinen “kuvitteellinen jana” -harjoitus auttoi heitä asemoimaan itsensä kiistanalaisiin väittämiin, kuten “Yksi ihminen voi muuttaa maailmaa”, ja pohtimaan, miten toisten näkemykset vaikuttivat heidän omiin näkökantoihinsa. Lopuksi pienryhmät kehittivät miniprojekteja itselleen merkityksellisistä aiheista, tunnistaen viestit, tunteet, joita haluttiin herättää, sekä mahdolliset toimintatavat. Nämä yhteisölliset harjoitukset toivat esiin solidaarisuuden voiman sosiaalisessa vaikuttamisessa ja henkilökohtaisessa vastuussa. Osallistujat kertoivat lähtevänsä vahvistunein ajatuksin omasta kyvystään toimia ja edistää myönteistä muutosta.

LOPUKSI

Toiminnalliset menetelmät yhdistivät reflektiota, dialogia, liikettä ja draamaa, tehden solidaarisuudesta koetun ja jaetun kokemuksen. Osallistujien palautteissa korostui:

- Selkeämpi ymmärrys solidaarisuudesta ja sen arkipäiväisistä ilmenemismuodoista.
- Lisääntynyt tietoisuus ryhmän sisäisestä tuesta ja sen merkityksestä luottamuksen rakentamisessa.
- Oivallukset siitä, miten ennakkoluulot ja ulossulkeminen toimivat – ja kuinka empatia voi toimia niiden vastavoimana.
- Inspiraatio muuntaa solidaarisuus vaikuttamiseksi, nähden itsensä kykenevinä muovaamaan yhteisöjään.

Nämä työpajat eivät ainoastaan tuottaneet tietoa, vaan loivat myös jaettuja kokemuksia, jotka syvensivät yhteyttä, vahvistivat osallistujia ja tarjosivat käytännön keinoja solidaarisuuden soveltamiseen erilaisissa konteksteissa.



4.3 PAIKALLISET TYÖPAJAT KYPROKSELLA

KOKEMUKSET SOLIDAARISUUSTYÖPAJOISTA

Kyproksella järjestetyt paikalliset työpajat koettiin merkityksellisinä ja innostavina, ja ne tukivat osallistujia solidaarisuuden käsitteen tutkimisessa ja sen muuntamisessa konkreettiseksi toiminnaksi. Paikallisten osallistujien kesken toteutettiin neliosainen työpajasarja, jossa keskityttiin solidaarisuuteen, sen merkityksiin ja vastavoimiin. Työpajat yhdistivät pienryhmäkeskusteluja, kehollisia harjoituksia, luovaa ilmaisua ja yhteistä reflektiota.

JÄÄNMURTAJAT, RYHMÄN RAKENTAMINEN JA JOHDATUS SOLIDAARISUUTEEN

Ensimmäisessä työpajassa osallistujat johdateltiin solidaarisuuden käsitteeseen erilaisten virittäytymis- ja tutustumisharjoitusten kautta. Nämä alkuharjoitukset loivat yhteistyöhön kannustavan ilmapiirin ja virittivät osallistujat avoimeen vuorovaikutukseen. Ohjatut keskustelut johdattelivat osallistujia pohtimaan, mitä solidaarisuus heille merkitsee, millaisia mielikuvia tai assosiaatioita se herättää ja miten sitä voidaan toteuttaa sekä paikallisesti että globaalisti. Harjoitukset rohkaisivat aiheen syvempään tarkasteluun, kun osallistujat pääsivät jakamaan omia solidaarisuuden kokemuksiaan, niihin liittyviä tunteita sekä esteitä, jotka voivat vaikeuttaa solidaarisuuden tekoja.

SOLIDAARISUUDEN TARKASTELUA TOIMINNAN JA ILMAISUN KAUTTA

Toinen työpaja keskittyi solidaarisuuden käsitteen keholliseen ilmentämiseen. Ryhmäpatsaita ja pysäytyskuvaharjoituksia hyödyntäen osallistujat visualisoivat ja esittivät solidaarisuutta sekä sen vastakohtaa, itsekkyyttä. Harjoitukset toivat esiin, miten solidaarisuuden eleet voivat muuttaa ryhmän dynamiikkaa, vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta ja luoda osallistavan ilmapiirin. Osallistujat myös kartoittivat solidaarisuuden tekoja omassa ryhmässään, pohtien konkreettisia esimerkkejä vastavuoroisesta huolenpidosta ja siitä, millaisen vaikutuksen nämä teot voivat saada aikaan yhteisessä ympäristössä.

SOLIDAARISUUS JA SEN VASTAVOIMA: ENNAKKOLUULOT

Kolmannessa työpajassa käsiteltiin ennakkoluuloja solidaarisuuden vastavoimana. Liikkeeseen perustuvien harjoitusten ja stereotyyppien pohjalta luotujen mielikuvitusahmojen avulla osallistujat tutkivat, miten ennakkoluulot ja ulossulkeminen toimivat yhteiskunnassa. Harjoitukset tarjosivat turvallisen kehyksen tunnistaa syrjivän käyttäytymisen vaikutuksia ja samalla ymmärtää niiden taustalla olevia universaaleja inhimillisiä tarpeita. Purkukeskustelut rohkaisivat empatiaan, omien ennakkoluulojen tunnistamiseen ja vuoropuheluun siitä, miten ennakkoluuloja voidaan haastaa arjessa.

SOLIDAARISUUS JA VAIKUTUKSET

Parikeskustelujen, sosiometristen harjoitusten ja ryhmäprojektien avulla osallistujat pohtivat, miten yksilöt ja yhteisöt voivat aktiivisesti vaikuttaa ympäristöönsä solidaarisuuden tekojen kautta. Osallistujat tunnistivat yhteiskunnallisia kysymyksiä, jotka heitä koskettavat, keskustelivat siitä, mitä informaatiota he haluaisivat jakaa, millaisia tunteita herättää ja mitkä konkreettiset teot voisivat synnyttää muutosta. Ryhmäprojektien esittelyissä nousi esiin osallistujien luovuus ja halu hyödyntää solidaarisuutta yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa.

JOHTOPÄÄTÖKSET

Kaikissa työpajoissa korostettiin, että solidaarisuus ei ole vain abstrakti arvo, vaan myös elettyä käytäntöä. Solidaarisuusteot vahvistavat yhteenkuuluvuutta, resilienssiä ja keskinäistä luottamusta, mutta vaativat myös rohkeutta tuntemattoman, pelkojen tai itsekkyyden kohtaamisessa. Yhdistelemällä vuoropuhelua, kehollista ilmaisua ja reflektiota, osallistujat syvensivät ymmärrystään solidaarisuudesta sekä saivat käytännön esimerkkejä siitä, miten sitä voidaan edistää erilaisissa konteksteissa.



PAIKALLISET TYÖPAJAT BULGARIASSA

KOKEMUS: NUORTEN VOIMAANNUTTAMINEN SOLIDAARISUUDEN JA OSALLISUUDEN KAUTTA

YSI-ACT -hankkeen puitteissa toteutettiin neljä työpajaa Blagoevgradissa, Bulgariassa, Active Bulgarian Society (ABS) -järjestön johdolla. ABS:n ohjaajat mukauttivat työkalupakin harjoituksia paikalliseen kontekstiin ja esittelivät ne uudelle osallistujaryhmälle. Työpajat toimivat sekä koulutuksena että väylänä osallisuuden, moninaisuuden ja kansalaisvaikuttamisen arvoihin.

LUOTTAMUKSEN RAKENTAMINEN JA RYHMÄREFLEKTIO

Ensimmäisessä työpajassa luotiin turvallinen ja avoin ilmapiiri. “Tervetuloa moninaisuuteen” -harjoituksen avulla osallistujat asettuivat fyysisesti tilaan henkilökohtaisiin väittämiin vastaten. Harjoitus rohkaisi avoimuuteen, empatiaan ja erilaisten elämäkokemusten tunnistamiseen. Se loi perustan keskinäiselle ymmärrykselle ja toi esiin ryhmän moninaiset taustat, etuoikeudet ja haasteet.

KOMMUNIKOINTI ILMAN SANOJA

Toinen työpaja käsitteli kulttuurien välistä viestintää pantomiimiin perustuvan pelin kautta. Joukkueet esittivät arkipäivän tilanteita ilman sanoja, mikä herätti naurua ja korosti samalla, että merkityksellinen yhteys ei ole sidottu kieleen. Harjoitus vahvisti osallisuuden viestiä ja toi esiin, kuinka monin tavoin nuoret voivat olla vuorovaikutuksessa kulttuuristen ja kielellisten rajojen yli.

NÄKÖKULMISTA KESKUSTELUA

Kolmannessa työpajassa otettiin käyttöön sosiometrinen janatyöskentely, jossa osallistujat asettuivat janalle “Täysin eri mieltä” – “Täysin samaa mieltä” vastauksena provosoiviin yhteiskunnallisiin väittämiin. Harjoitus edisti kunnioittavaa vuoropuhelua, kannusti kriittiseen ajatteluun ja toi esiin ryhmän monipuoliset näkökulmat. Se käynnisti myös syvällisempiä keskusteluja syrjinnästä, eriarvoisuudesta ja solidaarisuuden roolista yhteiskunnallisten ongelmien ratkaisemisessa.

KOLLEKTIVINEN VISIO JA VOIMAANTUMINEN

Viimeinen työpaja keskittyi ohjaavaan kysymykseen: “Miksi ja miten meidän tulisi antaa nuorille tarvittavat välineet aktiiviseen osallistumiseen omissa yhteisöissään?” Osallistujat kartoittivat vastauksiaan visuaalisesti yhteiselle taululle, luoden kollektiivisen näkemyksen. Harjoitus korosti, miten nuorten johtamat aloitteet voivat synnyttää muutosta yhteisöissä, edistää ihmisoikeuksia ja vahvistaa osallisuutta.

JOHTOPÄÄTÖKSET JA REFLEKTIO

Neljän työpajan aikana nuoret käsitteivät solidaarisuutta, osallisuutta ja vuorovaikutusta liikkeen, pelien, debatoinnin ja luovan reflektion kautta. Työpajat toivat esiin EU:n arvoja ja tarjosivat osallistujille mahdollisuuden kasvaa sekä yksilöinä että ryhmänä

Eräs osallistuja kuvasi kokemustaan näin:

“Tämä oli ensimmäinen kerta ABS:n kanssa, ja tunsin heti kuuluvani joukkoon. Kukaan ei tuominnut minua, ja sain aina jakaa ajatuksiani. Parasta oli tutustua eri kulttuureista tuleviin ihmisiin ja tuntea yhteenkuuluvuutta. Tämä oli hauska ja vaikuttava tapa oppia osallisuudesta ja tiimityöstä.”

JOHTOPÄÄTÖKSET

Bulgarialaiset paikalliset työpajat osoittavat, miten ei-muodolliset menetelmät voivat vahvistaa itsevarmuutta, edistää vuoropuhelua ja rakentaa vahvoja yhteisöllisiä siteitä. Leikin, reflektion ja debatoinnin yhdistelmällä harjoitukset loivat yhteenkuuluvuuden tunnetta ja toivat esiin nuorten toiminnan muutosvoiman solidaarisuuden ja osallisuuden edistämiseksi osana YSI-ACT-hanketta



5 LÄHTEET

VERKKOLÄHTEET

1. European Commission/EACEA/Eurydice. (2013). Towards a Better Understanding of Youth Social Exclusion in Europe: A Comparative Study of Europe. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Available at: <https://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/reports/eurydice-study-social-exclusion-2013.pdf>.
2. European Commission. (2024). Cyprus - Youth Participation in Representative Democracy. Available at: <https://national-policies.eacea.ec.europa.eu/youthwiki/chapters/cyprus/52-youth-participation-in-representative-democracy>.
3. European Commission. (2024). Finland - Young People's Participation in Policy Making. Available at: <https://national-policies.eacea.ec.europa.eu/youthwiki/chapters/finland/54-young-peoples-participation-in-policy-making>.
4. Gallup International Balkan. (2020, March 9). Youth points of view reached main Bulgarian institutions in a special report by Gallup International Balkan. Gallup International Balkan. Available at: <https://www.gallupinternational.bg/en/43028/young-round-table-report/>.
5. National Youth Forum of Bulgaria. (2024). Youth Forum Website. Available at: <https://www.youthforum.org/members/nyf-national-youth-forum-of-bulgaria>.
6. European Commission. (2024). Exchanges Between Young People and Policy Makers on Global Issues. Available at: <https://national-policies.eacea.ec.europa.eu/youthwiki/chapters/bulgaria/93-exchanges-between-young-people-and-policy-makers-on-global-issues>.
7. OECD. (2019). Trends Shaping Education. OECD Publishing. Available at: <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/SEPDF/cache/67012.pdf>.
8. United Nations. (2016). Leaving No One Behind: The Imperative of Inclusive Development. Report on the World Social Situation 2016. Available at: <https://www.un.org/esa/socdev/rwss/2016/full-report.pdf>
9. De Keersmaecker, J., & Schmid, K. (2023, February). Preventing discrimination and social exclusion in Spain: The role of social contact between non-immigrants and immigrants. Social Observatory of "la Caixa". Retrieved from: <https://elobservatoriosocial.fundacionlacaixa.org/en/-/preventing-discrimination-and-social-exclusion-in-spain-the-role-of-social-contact-between-nonimmigrants-and-immigrants/>.
10. United Nations Development Programme (UNDP). (2016). Civic Participation of Youth in the Digital World. Available at: <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/migration/eurasia/Civic-Participation-of-Youth-in-the-Digital-Word.pdf>.
11. Transformative Studies Institute. Environmental Justice and Augusto Boal's Theatre of the Oppressed: a Unique Community Tool for Outreach, Communication, Education and Advocacy.

Available at: <https://transformativestudies.org/wp-content/uploads/2008/07/environmental-justice-and-augusto-boal2.pdf>.

KIRJAT JA ARTIKKELIT

12. Boal, A. (2000). *Theatre of the Oppressed*. Pluto Press.
13. Fox, J. (1994). *Acts of Service: The Magic of Theatre*. Tusitala Publishing.
14. Mindell, A. (1992). *The Leader as Martial Artist: An Introduction to Deep Democracy*. HarperOne.
15. Mindell, A. (2002). *The Deep Democracy of Open Forums: Practical Steps to Conflict Prevention and Resolution for the Family, Workplace, and World*. Hampton Roads Publishing.
16. Kemmis, S., & McTaggart, R. (2005). Participatory Action Research: Communicative Action and the Public Sphere. In Denzin, N., & Lincoln, Y. (Eds.), *The SAGE Handbook of Qualitative Research*.
17. Essomba, M. À., Nadeu, M., & Tarrés, A. (2023). Youth Democratic Political Identity and Disaffection: Active Citizenship and Participation to Counteract Populism and Polarization in Barcelona. MDPI. Available at: <https://www.mdpi.com/2075-4698/13/12/245>.
18. [1] Gonzalés Aguirre, A. 2016. *Teatro Participativo*.
19. [2] Rahmel, P. 2020. *Tell me, we'll see!*
20. [3] Hänninen, V. 1999. *Inner story, life and change*. Social Psychology Faculty of Social Sciences



BG | EN | ES | FI | GR

YSI-ACT.EU



Euroopan unionin
osarahoittama