

Erätauko-keskustelu: Mistä rakentuu turvallinen yhteisö?

Erätauko-keskustelun käsikirjoitus

Kesto 45-120 min

*Keskustelun aihe: “**Mistä rakentuu turvallinen yhteisö?**”*

Yhteistyössä Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry ja Erätauko-säätiö

Erätauko-dialogin periaatteet ja käsikirjoitus

Tämä keskustelun käsikirjoitus on tukenasi, kun ohjaat Erätauko-keskustelua. Keskustelun tarkoitus on saada osallistujat tutustumaan toisiinsa sekä lisätä osallistujien luottamusta, vuorovaikutusta ja yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Jokaisessa keskustelussa olennaista on virittäytyminen tasavertaiseen ja luottamukselliseen ilmapiiriin, keskustelun syventyminen, oivallukset ja lopetus. Tästä käsikirjoituksesta löydät sivun vasemmalta puolelta ohjeet keskustelun etenemiseen ja oikealta esimerkkisanoitusta. Hyödynnä tätä käsikirjoitusta ja sovita se juuri omaan keskusteluusi sopivaksi!

Ohjaajana löydät käsikirjoituksesta valmiita kysymyksiä aiheen syventämiseen. Huomioithan, että kaikkia kysymyksiä ei tarvitse ehtiä käsitellä ja osaan saatetaan vastata ilman kysymyksen esittämistä. Kaikki tämä on okei.

Turvallisuuskeskustelua ovat valmistelleet Suomen ammatillisen koulutuksen kulttuuri- ja liikuntaliitto Saku ry ja Erätauko-säätiö yhteistyössä. Tavoitteena on lisätä rakentavaa keskustelua ammatillisen koulutuksen yhteisöjen turvallisuudesta ja rohkaista keskustelijoita pohtimaan omaa suhdetta sen rakentumiseen liittyen.

Lisätietoja.

Elisa Brusila, elisa.brusila@sakury.fi

Valtteri Tervala, valtteri.tervala@eratauko.fi

Ohjaajalle

Erätauko on menetelmä, joka tukee dialogi- ja keskustelutaitojen oppimista.

Erätauko on osallistujien ja ihmisten näköinen hetki, jossa ei tarvitse pyrkiä täydellisyyteen. Erätauon avulla voi harjoitella kuuntelemista, puhumista, asioiden puheeksi ottamista ja dialogin ohjaamista.

Erätauko nuorille -kokonaisuuteen kuuluu myös [erilaisia aktiviteetteja](#), joiden avulla voit harjoitella omia ja ryhmän dialogi- sekä keskustelutaitoja. Harjoittelu voi tapahtua joko hyvissä ajoin tai vaihtoehtoisesti juuri ennen omaa Erätauko-keskustelua. Harjoittelu sopii sekä nuorille että aikuisille.

Jokainen Erätauko-keskustelu on oppimiskokemus, ja seuraavassa keskustelussa voi taas hyödyntää oppimaansa. Mitä enemmän Erätauko-keskusteluja ohjaat, sitä enemmän opit. Ikinä ei tule valmiiksi, eikä se haittaa.

Varmista Erätauko-keskustelun ohjaajana ainakin nämä asiat:

1 Käy läpi rakentavan keskustelun pelisäännöt ja muistuta tarvittaessa niistä keskustelun aikana

2 Varmista, että jokaisella on tasapuolinen mahdollisuus kertoa omia kokemuksia tai ajatuksia

3 Jaa osallistujille paperia ja kynä ajatusten ja oivallusten kirjoittamista varten ja kerää tarvittaessa talteen oivallukset

Eripituiset keskustelut

Kaikki ajat ovat suuntaa antavia, ja niiden on tarkoituksena on auttaa hahmottamaan, miten kauan kuhunkin vaiheeseen kannattaa suurinpiirtein käyttää aikaa. Niitä ei ole tarkoitettu noudatettavan täsmällisesti aloitusta ja lopetusta lukuun ottamatta. Tässä näet kaksi eri ajastettua käsikirjoitusta 45 minuutin ja 75 minuutin keskusteluun. Voit valita kumman tahansa, riippuen siitä, paljonko aikaa sinulla on käytettävissä. Mikäli haluat pidentää keskustelun 120 minuuttiin, lisää aikaa keskustelun syventämiseen, yhteenvetoon ja purkuun.

45min

min	osio
8	Aloitus
5	Alustus ja oma pohdinta/pariporina
25	Avataan yhteinen keskustelu
2	Oivallusten kirjoittaminen
3	Oivallusten kertominen
2	Kiitos ja lopetus

Yhteensä 45 min

75min

min	osio
5	Aloitus
5	Alustus
5	Pariporina
40	Avataan yhteinen keskustelu
5	Oivallusten kirjoittaminen
10	Oivallusten kertominen
5	Kiitos ja lopetus

Yhteensä 75 min

Seuraava käsikirjoitus on toteutettu 45 minuutin keskusteluun. Jos järjestät 75 minuutin dialogin, voit muokata käsikirjoitusta esimerkin mukaan.

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

LUKUOHJE:

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan.

Min	Osio	Klo
8	Aloitus ja esittäytyminen	
5	Alustus ja oma pohdinta/ pariporina	
25	Avataan yhteinen keskustelu	
2	Oivallusten kirjoittaminen	
3	Oivallusten kertominen	
2	Kiitos ja lopetus	

Yhteensä 45 min

-> Jos kaikki osallistujat ovat toisilleen tuttuja, voi etunimen kertomisen jättää pois ja pyytää kertomaan vaikka, yhden asian, mikä on saanut keskustelijan hyvälle tuulelle viime aikoina
-> Jos osallistujat eivät tunne toisiaan, tehkää nimikyltit, jotta voitte puhutella toisianne etunimillä

Aloitus

Tervetuloa mukaan keskusteluun! Hienoa, että juuri sinä tulit tänään mukaan. Minun nimeni on xxx ja toimin tänään keskustelun ohjaajana.

Pyritään tänään syventämään ymmärrystä aiheestamme: "Mistä rakentuu turvallinen yhteisö?", sen merkityksestä ja siitä, että minkälaisia kokemuksia ja ajatuksia meillä kaikilla siihen liittyen on. Keskustelussa ei ole oikeita tai väärä vastauksia, vaan jokainen osallistuu omista kokemuksista käsin. Keskustelussa pohditaan asioita yhdessä erilaisista näkökulmista ja yritetään oppia ymmärtämään erilaisia näkökulmia.

Keskustelussa on tärkeää, että kaikilla on mahdollisuus osallistua. Toivon, että mahdollisimman moni teistä osallistuu keskusteluun, mutta annetaan tilaa myös muille. Saatan välillä kysyä suoraan, millaisia ajatuksia tai kokemuksia teillä on mielessä, jotta keskustelu olisi mahdollisimman tasavertainen. Jos sinulla ei kuitenkaan ole mielessäsi sanottavaa, ei mitään hätää. Aina ei tarvitse olla, ja tämä on tosi ok!

Käydään keskustelua luottamuksellisesti. Voit halutessasi kertoa, että olit mukana keskustelussa, mutta ei jaeta keskustelusta toisen juttuja ilman hänen lupaansa. On tärkeää, että kukin voi rauhassa osallistua keskusteluun. Keskustelussa myös kunnioitetaan muita osallistujia ja heitä, jotka eivät ole tänään paikalla. Kunnioittava keskustelu ei tarkoita sitä, että pitäisi hyväksyä syrjiviä sanoja tai tekoja.

Olisi kiva kuulla, keitä tänään on mukana. Käydään esittäytymiskierros. Esittäydytään omalla etunimellä vierustoverille. Kerro samalla yksi asia, mikä on saanut sinut hyvälle tuulelle viimeisen viikon aikana?

2 min

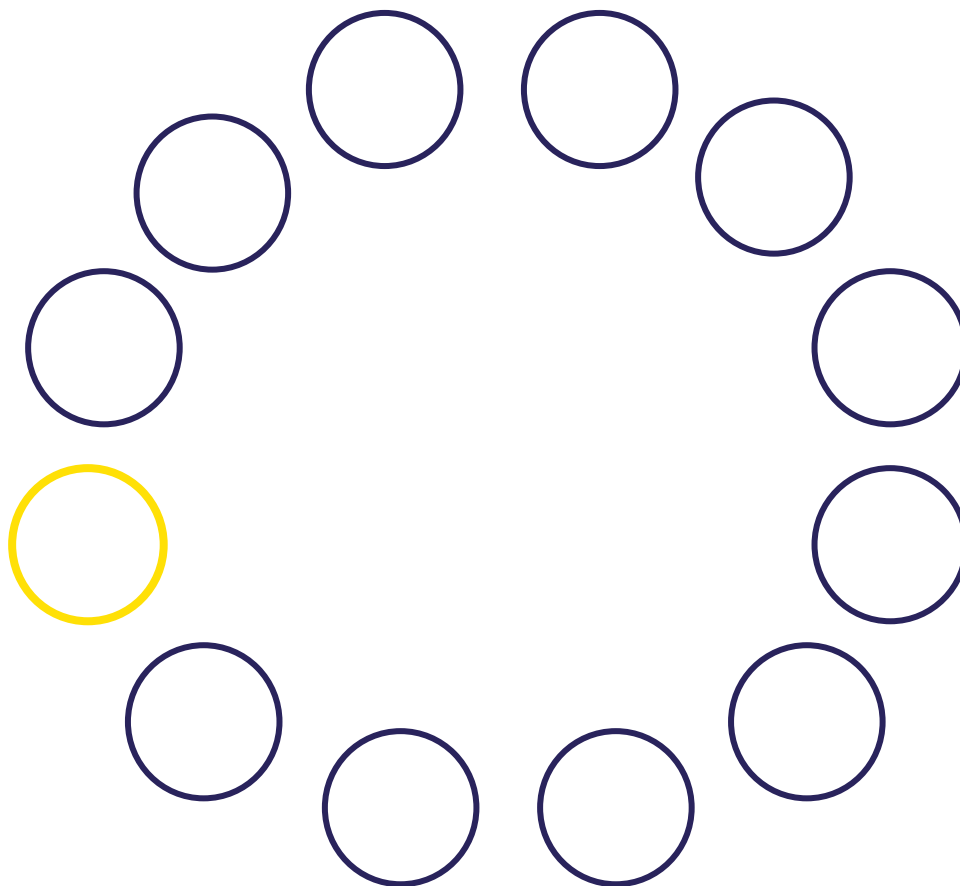
Osallistujat

Ohjaaja, kirjaa osallistujien nimet itsellesi ylös. Voit pitää tukkimiehen kirjanpitoa käytetyistä puheenvuoroista. Se auttaa mm. löytämään hiljaisempia keskustelijoita.

Muista kertoa osallistujille, jos keskustelussa toimii kirjuri ja kuka hän on. Kerro, että silloin muistiinpanot tehdään anonymisti.

Muokkaa itse ympyröiden määrä osallistujamäärän mukaiseksi.

Ohjaaja



Kirjuri/-t

ERÄTAUKO

3 min

Erätauco-pelisäännöt

1 Kuuntelen toisia, en keskeytä tai käynnistä sivukeskusteluja

“Jokaisella on tänään mahdollisuus kertoa rauhassa omia ajatuksiaan. On tärkeää, ettemme keskeytä toisiamme, emmekä supise vierustoverin kanssa. Keskitytään tähän hetkeen ja toisiimme. Pidetään kännykät poissa.”

2 Kerron omia kokemuksiani ja ajatuksiani

“Jotta voimme ymmärtää käsiteltävää asiaa ja toisiamme paremmin, on hyvä kertoa omia ajatuksia sekä omista kokemuksista aiheeseen liittyen. Tämä tarkoittaa, että kerrotaan toisille esimerkiksi siitä, mitkä asiat, tapahtumat ja tilanteet ovat vaikuttaneet omiin näkemyksiin. Voit jatkaa juttua siitä, mihin edellinen jäi.”

3 Annan tilaa keskeneräisyydelle ja eri näkökulmille

“Tänään pohdimme yhdessä tätä teemaa ja siihen liittyviä näkökulmia. Sinulla ei tarvitse olla oikeita vastauksia. Keskustelun aikana eikä sen jälkeen tarvitse olla samaa mieltä. Voit nostaa esiin asioita, jotka syyt tai toisesta ovat jääneet huomaamatta sekä kysyä suoraan toisten näkemyksiä.”

4 Kunnioitan toisia ja keskustelun luottamuksellisuutta

“Kunnioitetaan toisen ihmisarvoa. Myös heitä, jotka eivät ole tänään paikalla. Kunnioitus ei tarkoita, että pitäisi hyväksyä syrjiviä sanoja tai tekoja. Keskustelussa ei tarvitse väitellä eikä voittaa. Pidetään keskustelu luottamuksellisena, jotta voimme puhua mahdollisimman vapaasti.”

Kiitos kaikille esittäytymisestä. Mukavaa, että olette paikalla!

Keskustelussa käytetään [Rakentavan keskustelun pelisääntöjä](#). Käydään ne nyt lyhyesti läpi..

- [Pelisääntöjä on hyvä tulostaa näkyville valmiiksi](#)
- Ohjaaja käy läpi neljä pelisääntöä, jotka löytyvät vasemmalta.
- Voit myös halutessasi käyttää [Erätauco nuorille pelisääntöjä](#)

Herääkö teille jotain kysymyksiä näistä pelisäännöistä?

Sitoudummeko yhdessä näihin pelisääntöihin? (pyydä kaikilta hyväksyntä, vaikka näyttämällä peukkuja ylös tms.)

Jos joku ei ole samaa mieltä pelisääntöjen kanssa, pyri ensin keskustelemaan, että mikä pelisäännöissä tuntuu hankalalta. Kerro tarkemmin, mistä pelisäännöissä on kyse. Tarkoitus on luoda yhteiset pelisäännöt, jotka tukevat rakentavaa ja kunnioittavaa keskustelua.

Hyvä, jatketaan!

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

Min	Osio	Klo
8	Aloituis, pelisäännöt	
5	Alustus ja oma pohdinta / pariporina	
25	Avataan yhteinen keskustelu	
2	Oivallusten kirjoittaminen	
3	Oivallusten kertominen	
2	Kiitos ja lopetus	

Yhteensä 45 min

Oikealla sanoitus- ja ohjausvinkkejä ohjaajalle

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan itsellesi/aiheeseen sopivaksi.

Alustus

Tähän alkuun lue alustuksen aiheesta keskustelun virittämiseksi:

Vaihtoehto 1: Lue ääneen artikkeli tai sen alku tai osa siitä

<https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/mielenterveys-toisen-asteen-oppilaitoksissa/oppilaitoksen-mielenterveytta-edistava-toimintakulttuuri/>

Vaihtoehto 2: Lue ääneen artikkeli tai sen alku tai osa siitä

<https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/tietoa-mielenterveyden-vahvistamisesta/lapset-ja-nuoret/mielenterveys-toisen-asteen-oppilaitoksissa/opiskelijoiden-mielenterveyden-vahvistaminen-toisen-asteen-oppilaitoksissa/>

→ Ohjaaja lukee alustuksen

Mitä ajatuksia sinulla heräsi alustuksesta. Pohdi ensin hetken itse.

Nyt pyytäisin, että pohdit parin kanssa, että mitä pohdintoja/ajatuksia alustus herätti sinussa? Voit halutessasi kirjoittaa ajatuksiasi paperille. Käytetään tähän pari minuuttia ja avataan sen jälkeen yhteinen keskustelu, olkaa hyvä!

→ Helpota osallistujien parin etsimistä osoittamalla parit tai pienryhmät, jos jako ei mene tasan

→ Kirjaa itsellesi muistiin, mistä teemoista olette keskustelleet

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

Min Osio Klo

- 8 Aloitus, pelisäännöt
- 5 Alustus ja oma pohdinta / pariporina
- 25 Avataan yhteinen keskustelu**
- 2 Oivallusten kirjoittaminen
- 3 Oivallusten kertominen
- 2 Kiitos ja lopetus

Yhteensä 45 min

Oikealla sanoitus- ja ohjausvinkkejä ohjaajalle

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan itsellesi/aiheeseen sopivaksi.

Yhteinen keskustelu

Nyt olisi kiva kuulla, mitä sinulla tuli mieleen aiheesta TAI mistä keskustelitte parin kanssa. Pidetään omat puheenvuorot tiiviinä, jotta meillä kaikilla on mahdollisuus osallistua keskusteluun. Muistetaan myös äsken yhdessä sovitut pelisäännöt.

Kuka haluaisi aloittaa? Kiitos sinulle. Entä mistä te muut keskustelitte? Oliko samanlaisia vai erilaisia kokemuksia?

Kiitos teille. On tärkeää kuulla, mitä ajattelette. Seuraavaksi haluaisin kuulla teitä, jotka ette ole vielä kertoneet, että mitä näin alussa tuli mieleen. Mitäpä vaikka teille X ja Y ja Z nousi mieleen?

Kiitos kaikille. Nostitte esiin esimerkiksi seuraavia kokemuksia ja ajatuksia: ...

Jatketaan nyt keskustelua eteenpäin.

- *Voit myös helpottaa keskustelua kertomalla, että mitä ajatuksia sinulle itsellesi heräsi. → Miten teillä muilla, oliko samanlaisia vai erilaisia ajatuksia?*
- *Kysy tässä vaiheessa kaikilta jokin ajatus, vaikka he eivät itse pyytäisi puheenvuoroa. Muista kuitenkin, että osallistujan ei ole pakko puhua.*

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

Min Osio Klo

8	Aloitus, pelisäännöt
5	Alustus ja oma pohdinta / pariporina
25	Avataan yhteinen keskustelu
2	Oivallusten kirjoittaminen
3	Oivallusten kertominen
2	Kiitos ja lopetus

Yhteensä 45 min

Oikealla sanoitus- ja ohjausvinkkejä ohjaajalle

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan itsellesi/aiheeseen sopivaksi.

Yhteinen keskustelu jatkuu

Kiitos äskeisestä jakamisesta. Seuraavaksi pyytäisin teitä kuvittelemaan Itämeren. Mitä näet, kuulet tai tunnet? Voitte hetken aikaa pohtia rauhassa.

Noin. Kuka haluaisi aloittaa?... Kiitos. Millaisia ajatuksia tai kokemuksia teillä muilla tuli mieleen, kun kuuntelitte äskeistä?

- Mitä sinulle merkitsee tunne siitä, että on turvallista olla oma itsensä?
- Mitä sinä tarvitset ihmisiltä ympärilläsi, jotta voit tuntea olosi turvalliseksi?
- Miten ihmiset ympärilläsi osoittavat, että he luottavat sinuun? Entäpä miten luottamuksen voi rikkoa?
- Jos saisit rakentaa täydellisen turvallisen tilan - millainen se mielestäsi olisi?

Apukysymyksiä ohjaajalle:

- Miksi juuri nämä asiat nousivat mieleesi, mitä luulet?
- Minkälaiset tilanteen ja tapahtumat ovat vaikuttaneet siihen, että nostit näitä asioita esille?
- Onko jotain itsellesi tärkeää, mikä ei ole noussut vielä keskustelussa esiin?
- Onko jotain mikä herättää itsessäsi huolta tai toiveikkuutta aiheeseemme liittyen?

25 min

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

Min Osio Klo

8	Aloituspöytäkirjat
5	Alustus ja oma pohdinta / pariporina
25	Avataan yhteinen keskustelu
2	Oivallusten kirjoittaminen
3	Oivallusten kertominen
2	Kiitos ja lopetus

Yhteensä 45 min

Oikealla sanoitus- ja ohjausvinkkejä ohjaajalle

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan itsellesi/aiheeseen sopivaksi.

Oivallusten kirjoittaminen

Kiitos hyvästä ja rakentavasta keskustelusta! Olette jakaneet kokemuksianne liittyen Itämereen...

→ *Kokoa ja kerro lyhyesti, mistä teemoista on puhuttu*

Seuraavaksi kirjoitamme, mitä oivalluksia, tunteita tai ajatuksia yhteisestä keskustelustamme sinulle muodostui. Voit lisäksi kirjoittaa, mitä olet oppinut keskustelun aikana. Voit myös piirtää, jos se tuntuu helpommalta.

Kirjoita omaan paperiisi muutama oivallus, tunne tai jokin tärkeä ajatus, joka sinulle jäi mieleen keskustelusta.

Tähän on aikaa kaksi minuuttia.

Valitse yksi, jonka haluat jakaa tässä yhdessä kaikkien kanssa.

- *Jos aikaa on, voit pyytää jakamaan useamman oivalluksen, jos jollakin on useampi*
- *Jos haluat kerätä oivallukset myöhempään käyttöön, muista kertoa siitä osallistujille ja kerro, että osallistujat eivät kirjoita nimiä paperiin*

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

Min	Osio	Klo
-----	------	-----

8	Aloitutus, pelisäännöt	
5	Alustus ja oma pohdinta / pariporina	
25	Avataan yhteinen keskustelu	
2	Oivallusten kirjoittaminen	
3	Oivallusten kertominen	
2	Kiitos ja lopetus	

Yhteensä 45 min

Oikealla sanoitus- ja ohjausvinkkejä ohjaajalle

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan itsellesi/aiheeseen sopivaksi.

Oivallusten kertominen

Nyt pyydän, että n. yhdellä lauseella jokainen teistä jakaisi yhden oivalluksen, tunteen tai tärkeän ajatuksen, joka tästä keskustelusta tai aiheesta sinulle jäi.

Aloitetaan vaikkapa sinusta...

→ *Valitse aloittajaksi sellainen henkilö, joka on todennäköisesti valmis kertomaan omasta oivalluksestaan.*

Kiitos. Kuka jatkaisi tästä?

Kiitos kaikille.

Voit kysyä vielä loppuun, että:

- Mistä turvallisuuteen liittyvästä aiheesta haluaisitte keskustella seuraavaksi ja keiden kanssa? (kirjaa nämä lapulle ylös ja palauta oivallusten kanssa)

Erätauko-keskustelu turvallisesta yhteisöstä

Min	Osio	Klo
-----	------	-----

8	Aloitutus, pelisäännöt	
5	Alustus ja oma pohdinta / pariporina	
25	Avataan yhteinen keskustelu	
2	Oivallusten kirjoittaminen	
3	Oivallusten kertominen	
2	Kiitos ja lopetus	

Yhteensä 45 min

Oikealla sanoitus- ja ohjausvinkkejä ohjaajalle

Perusfontti - sano esimerkiksi näin

Kursivoitu fontti - ohjaajalle apua keskusteluun

Keltainen taustaväri: Muuta tarpeen mukaan itsellesi/aiheeseen sopivaksi.

Kiitos ja lopetus

Miltä tämä Erätauko-keskustelu ja aihe tuntui?

Minkälainen fiilis tai tunnelma teille jäi yhteisestä keskustelusta?

- Koittako keskustelun tasavertaiseksi?
- Onnistuinko keskustelun ohjaajana?

Voinko ottaa tästä porukasta kuvan ja jakaa sen somessa? Voit myös itse kertoa, että olet ollut mukana #hyvinvointivirtaa keskustelussa.

Älä kuitenkaan kerro ilman lupaa mitään sellaista, mikä paljastaa toisen henkilöllisyyden. Omia ajatuksiasi ja oivalluksiasi voit jakaa vapaasti.

Kiitos vielä ja mukavaa leirin jatkoa!

2 min

Hurraa! Ohjasit juuri Erätauko-keskustelun. Mahtavaa! Miten tänään sujui?

- ☐ Harjoittelin dialogia etukäteen
- ☐ Kutsuin mukaan osallistujia eri taustoista
- ☐ Valmistelin keskustelutilan
- ☐ Harjoittelimme ennen keskustelua hyödyntämällä aktiviteetteja

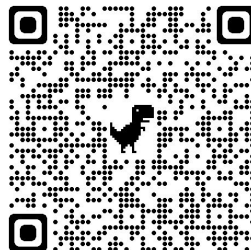
Keskustelussa

- ☐ **Kävimme yhdessä läpi rakentavan keskustelun pelisäännöt**
- ☐ **Pidin huolta, että rakentavan keskustelun pelisääntöjä noudatettiin**
- ☐ Kerroin, että keskustelu on luottamuksellinen
- ☐ Käytin “puhe-esinettä” sen selkeyttämiseen, että kenen vuoro on puhua
- ☐ Seurasin puheenvuorojen määrää ja kiitin heitä, jotka jakoivat ajatuksiaan
- ☐ Kehuin ja kannustin osallistumaan keskusteluun
- ☐ **Pidin huolta, että kaikilla on halutessaan tilaa ja mahdollisuus osallistua**

Huom! Jokainen keskustelu on erilainen, eikä kaikissa tarvita kaikkia ohjauskeinoja. On kuitenkin tärkeää, että **lihavoidut** kohdat tulee tehtyä.

Meistä olisi todella mukavaa, jos ehdit kertoa dialogista myös meille!

Voit kertoa kokemuksestasi joko sähköpostitse osoitteeseen vilja.vonweissenberg@eratauko.fi tai täyttämällä lomakkeen:



ERÄTAUKO 