

JUHLAPUHE MINULLE

TEHTÄVÄ: Tehtävä auttaa kirkastamaan omia tavoitteita ja vahvuuksia sekä tukee hyvinvointia arjessa. Yksilötehtävä, josta löytyy oma versio pari- ja ryhmätyöskentelyyn.

KOHDERYHMÄ: Aikuiset ja nuoret

TARVIKKEET: -

OHJEET:

1. Käytä mielikuvitusta ja siirry ajassa 5-25 vuotta eteenpäin. Kuvittele, että sinulla on tulossa merkkipäivä ja sen kunniaksi pidetään juhlat. Merkkipäiväsi voi olla esimerkiksi syntymäpäivä, eläkkeelle jääminen tai juhla jonkin saavutuksen kunniaksi.

2. Kuvittele, että sinulle pidetään puhe juhlissa. Puheenpitäjä on haastatellut yhtä ystävääsi ennen puheen pitämistä saadakseen sinusta lisää tietoa. Haastateltu ystävä on henkilö, joka tuntee sinut hyvin. Puheenpitäjä on päättänyt kirjoittaa puheensa sinusta sen pohjalta, mitä haastattelussa on paljastunut. Mitä kaikkea ystäväsi on sinusta kertonut?

Kuten puheissa on tapana, tässäkin keskitytään positiivisiin asioihin. Ystäväsi on kertonut ainakin saavutuksistasi sekä vaikeuksista, joista olet upeasti selvinnyt. Sen lisäksi ystäväsi on kertonut, miksi haluaa olla ystäväsi eli maininnut jotain persoonallisuudestasi ja tavastasi olla ystävä. Jos luonto on sinulle tärkeä, on todennäköistä, että puheessa mainitaan jotain myös siitä ja toiminnasta, johon olet osallistunut.

3. Asetu nyt hetkeksi puheenpitäjän rooliin ja kirjoita valmiiksi merkkipäivänäsi sinulle pidettävä puhe sen perusteella, mitä ystäväsi sinusta on kertonut. Huomioi, että haastattelu ja puhe pidetään vasta noin 5-25vuoden päästä tästä hetkestä, joten se sisältää myös tulevaisuudessa tapahtuvia asioita. Voit itse valita aikahaarukan.

4. Kun puhe on valmis, lue se itsellesi ääneen. Tunnustele mielialaasi. Jos puheen lukeminen ääneen tuottaa sinulle hankaluuksia, kokeile uudestaan niin pitkään, että se onnistuu. Säilytä puhe ja palaa siihen, kun tarvitset rohkaisua.

VARIAATIO: Tee tehtävä parin kanssa.

Kohdat 1-3 tehdään samoin kuin edellä. Viimeinen kohta toteutetaan siten, että pari esittää puheenpitäjää ja lukee tekstin ääneen eli pitää valmiiksi kirjoitetun puheen. Huom! Tässäkään variaatiossa pari ei kirjoita puhetta toisesta, vaan ainoastaan lukee valmiiksi kirjoitetun puheen ääneen. Lopuksi vaihtakaa vuoroja.

VARIAATIO: Tehtävä voidaan teettää myös luokassa (esimerkiksi opinto-ohjauksen tunnilla) siten, että opettaja antaa kohdat 1-3 kotitehtäväksi. Kohta neljä tehdään seuraavalla tunnilla, kuten yllä mainittu paritehtävä.

Isomman ryhmän voi jakaa 3-4 henkiön pienryhmiin, joissa jokainen lukee yhden puheista ääneen ja ”juhlakalu” kuuntelee puhetta. Huom! Ääneen luettava harjoitus sopii vain sellaisille ryhmille, joissa on turvallinen ilmapiiri.

