

Tätä tehtävää varten ei tarvitse asettaa yhteisiä tavoitteita. Usein tehtävä saa aikaan paljon ajatuksia ja tunteita ryhmäläisissä, toisinaan jopa kumppaneissa, perheenjäsenissä ja ystävissä. Tehtävä voi kulkea mukana usean viikon ajan, ja siihen voidaan tapaamiskerroilla palata aina, kun joku ryhmäläisistä haluaa tuoda jotain havaintojaan esille. Havainnoista voi myös kirjoittaa verkkoalustalle.



## Jäähyväistehtävät

Ryhmän viimeisen tai viimeistä edellisen kerran tapaamisen tehtävien tarkoituksena on auttaa ryhmäläisiä käsittelemään päättymiseen liittyviä tunteita, jättämään jäähyväiset ja antamaan palautetta sekä toisilleen että ohjaajalle.

### Palaute nelikenttään

Ohjaaja jakaa fläppitaulun paperin nelikenttään ja kirjoittaa jokaiseen kenttään otsikon:

- Mitä sain ryhmästä?

- **Mitä jäin vaille?**
- **Mitä jään ikävöimään?**
- **Mikä on hyvää päättymisessä?**

Ryhmäläiset voivat puhua aiheista ensin pareittain. Sen jälkeen keskustelu kootaan ja pyydetään kutakin paria kertomaan yksi asia jokaisen otsikon alle. Käydään läpi niin monta kierrosta, että kaikki palaute on annettu. Näin päästään keskustelemaan siitä, että päättymiseen liittyy aina monenlaisia tunteita.

### **Jäähvyäiskukka**

**Ohjaaja piirtää fläppitaululle kukan keskustan ja ensimmäisen terälehdän. Jokainen ryhmäläinen voi vuorollaan sanoa yhden asian, joka herättää itsessä surua, haikeutta, ikävää, helpotusta tai muita tunteita ryhmän päättyessä. Asiat kirjoitetaan terälehteen.**

Yhteisen purun ja keskustelun avulla hahmottuu, mitä ryhmän päättyminen herättää. Harjoituksessa päästään puhumaan siitä, miten aiemmat päättymiset ja eroamiset ovat elämässä sujuneet ja miten kukin on niissä toiminut.

### **Lahja ryhmälle**

**Pohdi kotona ennen viimeistä tapaamistamme, mitä haluat antaa ryhmälle lahjaksi. Tuo se viimeiselle kerralle mukana. Lahjana kerrot ryhmäläisille itsestäsi jotain sellaista, mikä ei vielä ole tullut esille. Voit vaikkapa esitellä harrastuksesi tai jonkin sinulle tärkeän asian, esineen, kirjan, musiikin tai muiston. Jos et keksi mitään, sinun ei tarvitse jäädä tapaamisesta pois! Tärkeintä on, että tulet ja tuot lahjaksi itsesi ja läsnäolosi.**

Kun ryhmäläiset esittelevät toisilleen itseään lahjansa kautta, avautuu ryhmäläisistä viimeisellä kerralla usein aivan uutta. Jokaisessa on muutakin kuin jännitys- tai uniongelmistä kärsivä puoli. Tällaisissa purkutilanteissa jännittäjä on saattanut laulaa tai soittaa ryhmälle, johon on alkanut luottaa. Joku ryhmäläinen on tanssinut toisille, toinen on esitellyt kengänpohjallisensa ja kertonut siitä tarinan. Moni on esitellyt kissan, koiran, poikaystävän tai perheen kuvan. On luettu ääneen runoja, kuunneltu lempikappaleita tai syöty pala suklaata. Joku on jakanut kaikille muistoksi

kopioimansa sarjakuvan ja toinen sileän kiven. Ryhmäläiset voivat esitellä lahjan vapaavalintaisessa järjestyksessä. Oman elämän toisille avaaminen tällä tavoin on usein varsin koskettava kokemus ryhmäläisille ja tuo tunteen siitä, että on saatu toiselta arvokas lahja. Ohjaajan on hyvä kiittää jokaista lahjan antajaa lämpimästi.

### **Puhutaan hyvää selän takana**

Yksi kerrallaan jokainen ryhmäläinen istuu selkä ryhmään päin kuunnellen, kun muut puhuvat hänestä selän takana hyvää. Ryhmä antaa palautetta siitä, mitä on arvostanut toisen tavassa olla ryhmässä, mikä on koskettanut itseä, mistä on erityisesti pitänyt toisessa ja mitä jää ikävöimään hänessä.

### **Kosketusjäähyväiset**

Yksi kerrallaan jokainen istuu selkä ryhmään päin. Jokainen ryhmäläinen käy vuorollaan jättämässä jäähyväiset koskettamalla istujaa, esimerkiksi panemalla käden hetkeksi harteille tai halaamalla. Usein ryhmäläiset haluavat myös kuiskata hyvästeltävälle jotain henkilökohtaista.

### **Jäähyväiset korteilla**

Ryhmän loppumiseen liittyviä tunteita voidaan jakaa korttien avulla. Jokainen valitsee kortin, jonka avulla kertoo, miltä ryhmässä olo on tuntunut. Lisäksi voidaan valita ryhmälle kortti, jonka avulla voi antaa palautetta ryhmälle ja kertoa omista tunteistaan ryhmää kohtaan. Saman harjoituksen voi tehdä pienillä esineillä.

### **Hyvän palautteen haitari**

Tämän harjoituksen avulla ryhmäläiset voivat antaa toisilleen myönteistä palautetta nimettömästi kirjallisesti. Ryhmässä kiertävät paperit, joista jokaisen alareunassa on yhden ryhmäläisen nimi. Kukin kirjoittaa paperiin tästä ryhmäläisestä jotain hyvää, taittaa kirjoituksensa piiloon ja ojentaa paperin eteenpäin. Lopuksi jokainen saa haitarilla olevan paperin täynnä hyvää mieltä tuovaa palautetta. Harjoitus voidaan toteuttaa myös siten, että kullekin teipataan paperi selkään ja kierrellään ryhmässä kirjoittamassa palaute jokaisen paperiin.

