

## 7. LUOKKA

### Mielen hyvinvointi ja arjen taidot

Tehtävien tarkoituksena on johdattaa oppilaat pohtimaan sitä, mitä turvaverkolla tarkoitetaan, ja keitä kaikkia nuoren turvaverkkoon voi kuulua.

**Välineet:** Bingopohja- ja Turvaverkkosi-tulosteet sivuilta 2 ja 3, kynä jokaiselle oppilaalle

#### **Aloitus:** BINGO

Jokaiselle oppilaille jaetaan bingopohja. Tämän jälkeen oppilaat kiertelevät luokassa etsimässä bingopohjassa oleviin väittämiin sopivat luokkakaverit ja kirjoittavat näiden nimet bingopohjan ruudukkoon. Saman henkilön nimi saa olla maksimissaan kahdesti ruudukossa. Voittaja on se, joka saa ensimmäisenä ruudukon täyteen.

#### **Työskentely:** TURVAVERKKO

Jokaiselle oppilaalle jaetaan Turvaverkko-tuloste. Oppilaita ohjeistetaan kirjoittamaan Turvaverkko-tulosteen keskelle oma nimi. Oppilaiden tehtävänä on kirjoittaa oman nimen ympärille sellaisten ihmisten nimiä, jotka ovat heille tärkeitä ja joiden puoleen he voivat kääntyä haastavissakin tilanteissa. Henkilön nimi tulee sitä lähemmäs, mitä tärkeämpi tämä henkilö oppilaalle on.

**ESIMERKKI** Näitä tärkeitä henkilöitä voivat olla esimerkiksi perheenjäsenet, kaverit, sukulaiset, opettajat, muut koulun aikuiset ja harrastusten ohjaajat tai muut tutut ja turvalliset aikuiset jne.

**HUOMIO** Omaa turvaverkkoa ei tarvitse näyttää muille.

**Lopetus:** Keskustelu piirretyn turvaverkon pohjalta

- Kuka on sinulle läheisin ihminen?
- Millainen on luotettava aikuinen?
- Mistä tietää, että aikuiseen voi luottaa?
- Miltä aikuisilta voi pyytää apua, jos sitä tarvitsee?
- Millaisissa asioissa eri kehillä olevilta henkilöiltä haluaisit saada tai voisit tarvita apua seuraavissa tilanteissa: olen huolissani ystävästäni, olen yksinäinen, olen surullinen, koulunkäynti mietityttää minua.
- Miten aikuiset voivat auttaa, jos sinulla on huolia?

Lähteet [Turvallinen Oulu](#) ja [Mieli ry](#).

## BINGOPOHJA (tulosta & leikkaa)

Etsi luokkakaveri, ...

jolla on isosisko tai isovelii	joka viettää viikonlopun todennäköisesti kavereiden kanssa	joka tietää, mikä näköinen on koulumme kuraattori	joka tietää, mikä niminen opo luokallanne on	joka tietää naapurinsa nimen
joka on saanut kavereita harrastuksen kautta	jonka perhe syö yhdessä vähintään kaksi kertaa viikossa	jonka perhe on käynyt viime talvena Lapissa	jonka isovanhemmilla on mökki, jolla vierailee kesäisin	jonka isovanhemmat asuvat kaukana
jonka perheellä on yhteinen harrastus/ ajanviettotapa	joka tietää luokanvalvojastaan ainakin yhden muun asian nimen lisäksi	jolla on mukava harrastuksen ohjaaja/valmentaja	joka on saanut omalta luokaltaan uusia kavereita	joka kävi kesällä kavereiden kanssa reissussa
joka on perheensä ainut lapsi	joka joutuu tekemään kotitöitä	joka tykkää viettää aikaa myös yksinään	jolla on pikkusisko tai pikkuveli	jolla on vähintään viisi serkkua
jonka isovanhemmat asuvat lähellä	jonka perhe on käynyt ulkomailla viimeisen vuoden aikana	joka on tehnyt kumminsä kanssa jotain kivaa viime kesänä	joka on saanut kavereita somen/nettipelien tms. kautta	joka käy vapaa-ajalla nuorisotilalla

Etsi luokkakaveri, ...

jolla on isosisko tai isovelii	joka viettää viikonlopun todennäköisesti kavereiden kanssa	joka tietää, mikä näköinen on koulumme kuraattori	joka tietää, mikä niminen opo luokallanne on	joka tietää naapurinsa nimen
joka on saanut kavereita harrastuksen kautta	jonka perhe syö yhdessä vähintään kaksi kertaa viikossa	jonka perhe on käynyt viime talvena Lapissa	jonka isovanhemmilla on mökki, jolla vierailee kesäisin	jonka isovanhemmat asuvat kaukana
jonka perheellä on yhteinen harrastus/ ajanviettotapa	joka tietää luokanvalvojastaan ainakin yhden muun asian nimen lisäksi	jolla on mukava harrastuksen ohjaaja/valmentaja	joka on saanut omalta luokaltaan uusia kavereita	joka kävi kesällä kavereiden kanssa reissussa
joka on perheensä ainut lapsi	joka joutuu tekemään kotitöitä	joka tykkää viettää aikaa myös yksinään	jolla on pikkusisko tai pikkuveli	jolla on vähintään viisi serkkua
jonka isovanhemmat asuvat lähellä	jonka perhe on käynyt ulkomailla viimeisen vuoden aikana	joka on tehnyt kumminsä kanssa jotain kivaa viime kesänä	joka on saanut kavereita somen/nettipelien tms. kautta	joka käy vapaa-ajalla nuorisotilalla

## TURVAVERKKOSI

Kaikesta ei tarvitse selvitä yksin. Jokainen tarvitsee ympärilleen turvallisia ihmisiä, joiden kanssa voi jakaa iloja ja suruja. Näistä ympärillä olevista ihmisistä muodostuu turvaverkko.

### OHJEET

Piirrä itsesi alla olevan kuva keskelle. Pohdi, ketkä ovat sinulle tärkeitä ihmisiä. Apuna voit käyttää seuraavia apukysymyksiä:

- Kenelle voin kertoa kuulumisiani?
- Kuka on minulle tärkeä?
- Kenen kanssa on kivaa?

Sijoita nämä itsellesi tärkeät ihmiset turvaverkkoosi kirjoittamalla heidän nimensä sen sitä lähemmäs itseäsi, mitä tärkeämmiltä he sinusta juuri nyt tuntuvat.

