

Opas tuotettiin osana opinnäytetyötä, sosiaalialan koulutusohjelman opiskelijoiden Jussi Leinonen ja Sami Tirkkonen toimesta. Opinnäytetyö tuotettiin Päijät-Hämeen Hyvinvoivat Äijät hankkeelle. Hanke pyrkii luomaan parempia mahdollisuuksia ammattikorkeakoulun opiskelijoille sosiaali-, terveys- ja liikunta-aloilla tukea sekä edistää nuorten miesten hyvinvointia.

## Sisällysluettelo

<b>Miksi ryhmäytyä?</b> .....	<b>3</b>
<b>Mitä ryhmäyttäminen on?</b> .....	<b>3</b>
<b>Ohjaajan rooli</b> .....	<b>4</b>
<b>Ryhmän jäsenten rooli</b> .....	<b>4</b>
<b>Ryhmän vaiheet</b> .....	<b>5</b>
<b>Harjoitteiden rakenne</b> .....	<b>6</b>
<b>Eri harjoitetyypit</b> .....	<b>7</b>
Kantaleikit.....	7
”Ice Breakers”.....	8
Itsensä ilmaisutehtävät.....	9
Kommunikaatio.....	10
Ongelmanratkaisu & yhteistyö.....	11
Luottamus .....	12
<b>Lisää infoa</b> .....	<b>13</b>
<b>Muistiinpanoja varten</b> .....	<b>15</b>
<b>Lyhyt kertaus</b> .....	<b>16</b>

## Muistiinpanoja varten

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Lyhyt kertaus

Tämän oppaan tarkoitus ei ole tarkkaan kertoa kuinka ryhmäyttäminen tulee tehdä, vaan enemmänkin saada aikaan omaa ajattelua. Tämän oppaan tehtävä on olla suunnannäyttävä sekä antaa muutama esimerkki kuinka harjoitteita voi varioida. Tärkeintä on, että ryhmänohjaaja kehittää ja muokkaa tuttuja harjoitteita niin, että ne ovat hänen näköisiään.

Harjoitteita ja leikkejä saa ja oikeastaan tuleekin muokata. Paras harjoite ohjaajalle on sellainen, jonka hän itse kokee omakseen. Harjoitteita ei tarvitse olla montaa. Parempi on varioida ja muuttaa muutamaa tuttua harjoitetta, kuin yrittää ylläpitää suurta katalogia erilaisista harjoitteista eri tilanteisiin.

Ohjaajan tulee muistaa, että tärkeimmässä asemassa ovat hänen tekemänsä havainnot sekä niiden purkaminen ryhmän kanssa. Harjoitteet ovat vain menetelmä, jotka antavat mahdollisuuden tarkkailla ryhmän toimintaa.

Pidä siis hauskaa ja hulluttele!



# RTO

- Ryhmäyttämistä tukeva opas

## Ohjaajan rooli

Ohjaajan tulee toimia omalla persoonallaan ja olla aidosti läsnä. Tärkeää on, että ohjaajalla on aidosti aikaa ryhmälle. Ominaisuuksia, joita ohjaaja tarvitsee ryhmäyttämisessä ovat harjoitteiden omaksuminen, ryhmän motivointi, havainnointi sekä tilanteisiin mukautuminen. Hänen tehtävänsä on myös luoda ryhmän kanssa säännöt, joiden puitteissa toiminta tapahtuu. Ohjaajan tulee luoda ryhmälle mielekkäitä ja sopivan haastavia harjoitteita niin, että ne tarjoavat kaikille onnistumisen kokemuksia. On myös hyvä huomioida, että epäonnistuminen harjoitteissa on täysin luonnollista sekä hyväksyttävää. Epäonnistuneen tehtävän jälkeen ohjaajan on hyvä tuoda ryhmän tietoisuuteen ne ryhmän seikat, jotka johtivat epäonnistumiseen.

### Hyvänä ohjeena ohjaajalle:

1. Ota ryhmän *huomio*.
2. Kerro ryhmälle toiminnan *tarve*.
3. Ohjaa kuinka *tarpeeseen voidaan vastata*.
4. *Kuvaile* kuinka asia voidaan ratkaista sekä mitä hyötyä siitä olisi.
5. Ryhmä alkaa *toteuttamaan* tehtävää. Seuraa ryhmän toimintaa ja kerää itselleen havaintoja joita voi käyttää myöhemmin tehtävän purussa
6. Tehtävän *purku*

Muistisääntönä:

ANSVA +R (Attention, Need, Solution, Visualization, Action +Reflection)

## Ryhmän jäsenten rooli

Jäsenten tulee sitoutua osallistumaan ryhmän toimintaan, että ryhmäyttämistä voidaan tukea. Ryhmän jäsenille tulee painottaa, että hyppäävät mukaan toimintaan eivätkä pyri passiivisuudellaan estämään sitä. Ryhmäyttäminen on toimintaa joka tehdään ryhmän jäseniä varten. Tärkeintä ryhmän jäsenille on, että he saavat nauttia ja pitää hauskaa.

## Lisää infoa

4H – Leikitään yhdessä

[http://www.4h.fi/kerhot/kerhonohjaajille/ohjaajan\\_avuksi/leikki\\_kerhossa/](http://www.4h.fi/kerhot/kerhonohjaajille/ohjaajan_avuksi/leikki_kerhossa/)

EDU – ryhmän ohjaus:

[http://www.edu.fi/perusopetus/oppilaanohjaus/hyvia\\_kaytanteita\\_esr-hankkeista/ryhmanohjaus](http://www.edu.fi/perusopetus/oppilaanohjaus/hyvia_kaytanteita_esr-hankkeista/ryhmanohjaus)

Kaikki erilaisia, Kaikki samanarvoisia:

<http://www.keks.fi/ideoita/harjoitteita>

MLL – Nuorten netti:

<http://www.mll.fi/nuortennetti/tukarit/leikkiasema/>

Nuori Suomi

<http://www.suunnittelenliikuntaa.fi>

Nuorisotiedon kirjasto

<http://www.nuorisotiedonkirjasto.fi/erikoisaineistot/seikkailukasvatus-kokoelma/>

Nuorten akatemia:

[www.nuortenakatemia.fi](http://www.nuortenakatemia.fi)

Suomen seikkailukasvatus:

<http://www.seikkailukasvatus.fi/>



## Kirjoja:

Arvoitusten ja ongelmien, leikkien ja pelien sekä eri harrastelualojen pikku jättiläinen – Vipunen, A. 1971

Developmental sequence in small groups – Tuckman, B. 1965

Elämypedagoginen ohjaaminen, Ajatuksia kokemuksellisesti oppimisesta – Outward Bound Finland ry. 2011

Ryhmä liikkeelle! – Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011

Ryhmä toimimaan! – Leskinen, E. 2009

Ryppästä ryhmäksi – Aalto, M. 2004

## Suuret kiitokset

Kuvat Jarkko Tuominen

Taitto Outi Heistman



## Miksi ryhmäytyä?

Opiskelijoiden hyvinvoinnin ja oppimisen kannalta on tärkeää tuntea oma ryhmä turvallisenä ja hyvänä toimintaympäristönä. Turvallisessa ryhmässä opiskelija keskittyy paremmin opiskeluun eikä hänen tarvitse miettiä mihin voi osallistua ja mihin ei. Ryhmäytymisen avulla pyritään sitomaan opiskelija kouluun ja ryhmään paremmin, joka lisää turvallisuuden tunnetta. Tällä taas on suoraan verrannollinen vaikutus oppimismotivaatioon, oppimisaktiivisuuteen ja ryhmässä viihtymiseen.

## Mitä ryhmäyttäminen on?

Ryhmä on kokonaisuus, joka muodostetaan jonkun tavoitteen takia. Ryhmillä on yleensä selkeä alku ja loppu. Koulussa ryhmällä tarkoitetaan yleensä luokkaa. Ryhmäyttäminen on pitkäkestoinen prosessi, joka alkaa ryhmän muodostumisesta ja kestää kunnes ryhmän hajoaa. Ryhmäyttämisessä keskitytään ryhmän jäsenten keskinäiseen vuorovaikutukseen, luottamukseen sekä viihtyvyyteen, niin sanottuun me- henkeen. Ryhmäytyminen itsessään tapahtuu aina vaikka siihen ei puututa, mutta sitä on mahdollisuus käyttää työkaluna ja tukea ryhmän kehitystä.



## Harjoitteiden rakenne

### Valmistelu

Ennen harjoitteita tulee ryhmälle kertoa tehtävän kuvaus sekä harjoitteen toiminnallinen tavoite. Ryhmän kehitysvaiheen tavoitteet sekä niiden arviointi harjoitteiden jälkeen on pääasiallisesti ohjaajan itsensä tiedossa.

### Harjoitteet

Harjoitteiden aikana ohjaajan tärkein rooli on tarkkailla ryhmän toimintaa ja kerätä itselleen havaintoja. Näihin havaintoihin perustuu harjoitteen purku. Harjoitteen aikana pitää antaa ryhmälle vapaus toimia itsenäisesti tehtävän kuvauksen mukaisesti.

Seuraavilla sivuilla kerrotaan eri harjoitetyypeistä. Esimerkeissä on käytetty samoja harjoitteita, mutta ne on räätälöity tavoitteiden mukaisiksi. Tarkoituksena on esimerkin kautta antaa tietoa kuinka on mahdollista muokata samoja harjoitteita eri tavoitteisiin.

### Purku

Harjoitteiden jälkeen tilanne tulee purkaa ryhmän kanssa. Yhteisen keskustelun kautta voidaan pohtia missä onnistuttiin ja missä ei. Näin ryhmä pystyy oppimaan oman kokemuksensa sekä saadun palautteen kautta.

Harjoitteiden jälkeen tilannetta voidaan avata erilaisin menetelmin. Voidaan käyttää esimerkiksi toiminnallisia tai draamallisia menetelmiä. Yleisesti käytetty on ”fiilis-jana”, jossa erilaisilla väittämillä haetaan osallistujien oma kokemus janaalla.

*Esimerkki. Ohjaaja määrittelee kuvitteellisen janan, jonka ääripäissä ovat ”osallistuin aktiivisesti” sekä ”osallistuin passiivisesti”. Tämän jälkeen osallistujat menevät seisomaan kuvitteelliselle janalle kohtaan, joka kuvaa parhaiten heidän osallistumistaan.*

## Ongelmanratkaisu & yhteistyö

Harjoitteet ovat yleensä monitahoisia, jolloin niiden tarkoitus onkin haastaa ryhmää. Ryhmän toiminta vaatii kykyä suunnitella, organisoida sekä toimia yhdessä. Ohjaajan tehtävänä on luoda haastava harjoite, jossa ryhmäläiset voivat kokea turvallisesti pettymyksiä ja onnistumisia.

### Kuka pelkää...

*Harjoite toteutetaan pareittain tai pienissä ryhmissä. Parit tai ryhmät sidotaan kiinni toisiinsa ja he joutuvat etenemään laidalta toiselle porukassa. Jos joku jää kiinni kaikki jäävät keskelle. Keskellä olijat pyrkivät ottamaan koskettamaan toisia ja näin ollen kasvattamaan keskellä olijoiden määrää.*

### Siirtymä

*Ryhmä kerätään kankaan tai muun vastaavan päälle. Ryhmän tehtävänä on siirtyä osoitettuun paikkaan niin, että kaikki ovat kokoajan kankaan päällä. Tehtävää voidaan myös varioida niin, että ryhmän pitää päästä paikasta A paikkaan B vain yhden sanomalehden sivun avulla. Muita esineitä joita voidaan käyttää siirtymään on esimerkiksi laatikot, korit, lankut tms.*

### Rakentelu

*Tehtävännannolla voidaan sivuuttaa oppiainetta. Tehtävän tulee olla haastava sekä sellainen johon kaikki pääsevät osallistumaan. Esimerkkinä mahdollisimman korkean tornin kasaaminen ryhmissä, joilla on käytettävissä sama määrä rakennusmateriaalia sekä tietty aika. Yhtenä variaationa on myös rakentaa kananmunalle tiputusalusta. Tässä harjoitteessa ideana on, että tiputettu kananmuna säilyy ehjänä.*

## Luottamus

Harjoitteiden avulla pyritään lisäämään ryhmän sisäistä turvallisuuden ja luottamuksen tunnetta. Luottamustehtävät ovat luonteeltaan haastavia. Ohjaajan tulee tarkkaavaisesti ennakkoon miettiä ja tehtävän aikana havainnoida, että luottamusharjoitteet eivät lisää epäluottamusta. Menetetyn luottamuksen uudelleen ansaitseminen on vaikeaa.

### Kuka pelkää...

*Harjoite toteutetaan pareittain. Toinen pareista sitoo silmänsä ja toinen pyrkii ohjeistamaan etenemistä toiselta laidalta toiselle. Ohjaaja seuraa sivusta ja havainnoi toimintaa sekä varmistaa turvallisen harjoitteen olosuhteet. Lisähaasteena jokaisen tulee poimia matkalta jokin sinne laitettu esine. Harjoitteen voi toteuttaa myös niin että pari ohjaa kevyellä kosketuksella toista.*

### Siirtymä

*Ryhmä jaetaan pareihin ja toinen henkilö parista sitoo silmänsä niin, että ei näe. Tämän jälkeen toinen pareista ohjaa kosketuksella toisen haluttuun paikkaan. Kosketuksen voimakkuutta voidaan säädellä halutun vaikeuden mukaan, esim. koko kämmen tai sormenpää, jolla toista ohjataan.*

### Rakentelu

*Tavoitteena ryhmällä on rakentaa istuin, jonka kestävyys tullaan testaamaan ryhmän kanssa. Tehtävää varten ohjaaja voi etukäteen kerätä lähestulkoon mitä materiaalia vaan, kuitenkin niin että tehtävä on haastava. Tavarointa tulisi olla riittävästi, että tehtävä on mahdollista suorittaa.*

## Ryhmän vaiheet

Ryhmän vaiheet koostuvat viidestä eri vaiheesta. Ryhmä ei välttämättä ole selkeästi jossain vaiheessa, vaan voi myös olla kahden vaiheen välillä. Toisinaan myös ryhmän kehityskaari voi taantua taaksepäin.

1. Muodostumisvaihe on ryhmän kehitysprosessin alku jossa tutustutaan toisiin ja luodaan yhteisiä sääntöjä ryhmälle.
2. Kuohuntavaihe sisältää usein ristiriitatilanteita, joissa tunteet pääsevät valloilleen ja esiintyy tyytymättömyyttä. Vaihe sisältää myös usein ihmetystä, mihin alun hyvä ryhmähenki on kadonnut.
3. Yhdenmukaisuusvaihe on yhteisöllistymistä ja ryhmä löytää enemmän yhteistä toiminnan pohjaa, jossa kaikilla on omat roolit. Palataan usein alussa luotuihin sääntöihin ja pyritään käsittelemään kuohunnassa valloilla olleita asioita.
4. Toimivan työskentelyn vaihe on nimensä mukaan vaihe, jossa työskennellään ryhmän tavoitteiden saavuttamiseksi tehokkaasti. Usein tässä vaiheessa ryhmä toimii parhaiten ja kaikki tietävät roolinsa ryhmässä.
5. Viimeisenä on lopettamisvaihe, sillä suurin osa yhdessä työskentelevistä ryhmistä loppuu aikanaan. Yleensä lopettamisen ohessa arvioidaan saavutuksia ja hyvästellään ryhmän jäsenet.

*Lähde: Tuckman, 1965*



## ”Ice Breakers”

Tavoitteena on rikkoa alkujännitystä, jota uusi ryhmä tai tilanne luo ihmisille. Harjoitteet toimivat yleensä tilanteiden keventäjinä sekä luovat yhteenkuuluvuudentunnetta. Ohjaajan tulee rikkoa syntyneitä jännitteitä sekä vapauttaa tunnelmaa.

### Hedelmäsalaatti

*Ryhmä jaetaan kolmeen osaan, yksi osa ryhmästä on banaaneja, toinen omenoita ja kolmas kirsikoita. Osallistujat istuvat tuoleilla, joita on yksi vähemmän kuin leikkijöitä. Keskellä oleva huutaa ”banaanit” ja kaikki, banaanit vaihtavat keskenään paikkaa. Keskellä oleva yrittää päästä istumaan jollekin tuoleista. Se, joka jää ilman tuolia jää seuraavaksi keskelle. Jos keskellä oleva huutaa ”hedelmäsalaatti”, kaikki vaihtavat paikkoja keskenään. Ohjaaja voi haastaa ryhmäläisiä ottamaan enemmän riskejä niin, että eivät mene aina lähimpään tuoliin.*

### Nimirinki

*Ryhmä on ringissä. Ensimmäinen kertoo nimensä, jonka jälkeen seuraava toistaa ensimmäisen nimen ja lisää omansa sen perään. Seuraava kertoo kaksi edellistä ja lisää oman nimensä listaan. Näin jatketaan kunnes kaikkien nimet ovat listassa. Harjoitteeseen voidaan lisätä uusi kierros, jossa lisätään kuvaava adjektiivi nimen yhteyteen. Adjektiivin voi alkaa samalla kirjaimella kuin nimi. Vaihtoehtoisesti nimeen voi myös liittää jokaiselle oman liikkeen.*



## Itsensä ilmaisutehtävät

Ilmaisun avulla pyritään saamaan ihmiset tutustumaan toisiinsa ja näin parantamaan ryhmähenkeä. Tavoitteena on antaa jokaiselle tilaa olla oma itsensä ja ilmaista itseään turvallisesti. Harjoitteet luovat ryhmähenkeä sekä tukevat muita harjoitteita. Ohjaaja luo helpon tilanteen ryhmäläisille olla oma itsensä ja tutustua toisiin.

### Kuka pelkää...

*Leikkiä varioidaan niin, että kiinnioittaja tai ryhmänohjaaja määrittää kuvaavien adjektiivien kautta miten leikkiin osallistujat liikkuvat. Esimerkiksi äänekkäästi, sirosti tai kissamaisesti.*

### Siirtymä

*Ryhmä muodostaa ison ringin, jonka ympäri juostaan. Juokseminen tehdään huutaen ja vain se matka mitataan, joka on juostu huutaen yhdellä hengenvedolla. Jokainen juoksee yksitellen ringin ympäri. Huudon tulee olla selkeä ja äänekäs.*

### Rakentelu

*Kaikilla on sama määrä tarvikkeita ja aikaa. Kyseisistä materiaaleista tulee luoda kouluaiheeseen liittyvä asia tai joku muu esimerkiksi ”kesän paras muisto”.*



## Kommunikaatio

Tarkoitus on aktivoida erityisesti ryhmän vuorovaikutusta ja viestintää. Kommunikaatio tehtävissä on mahdollista selkeyttää kommunikoinnin ongelmaa tai sen vahvuuksia. Kommunikaatioharjoitteet auttavat tutustumaan toisiin ihmisiin sekä oppimaan heidän tapojaan käydä keskustelua. Ohjaaja pyrkii tehtävällä saamaan aikaan kommunikointia.

### Kuka pelkää...

*Harjoite toteutetaan pareittain. Toinen pareista sitoo silmänsä ja toinen pyrkii ohjeistamaan etenemistä toiselta laidalta toiselle. Ohjaaja seuraa sivusta ja havainnoi toimintaa sekä varmistaa turvallisen harjoitteen olosuhteet.*

### Siirtymä

*Ryhmä jaetaan pareihin ja toinen henkilö parista sitoo silmänsä niin, että ei näe. Tämän jälkeen sokko kuuntelee parinsa ääntä ja pyrkii liikkumaan hänen ohjeiden sa mukana. Tehtävänä voi olla että sokon pitää mennä noutamaan esine ja viedä tämä ennalta määrättyyn paikkaan. Harjoitetta voidaan vaikeuttaa rajoittamalla mitä parille saa sanoa tai lisäämällä etäisyyttä mistä pari antaa ohjeita.*

### Rakentelu

*Ryhmä A ja B rakentavat molemmat puolet yhteisestä sillasta. Ryhmät ovat eri huoneissa/matkan päässä toisistaan, niin että eivät pysty näkemään ryhmää tai sillan toista puolta. Sillat kohtaa vasta tehtävän lopussa, kun kokeillaan kestääkö se esimerkiksi nitojan painon. Materiaalina voidaan käyttää mitä vain. Esimerkiksi sanomalehtiä, pätkeä teippiä, niittejä tai muuta vastaavaa. Materiaalia tulee olla rajattu määrä, että ryhmät joutuvat pohtimaan ja keskustelemaan kuinka toteuttavat sillan. Tehtävän toteutuksen kesto on ennalta määrätty. Tehtävää voidaan vaikeuttaa, kun kummastakin ryhmästä valitaan neuvottelijat, jotka ovat ainoita keskustelijoita ryhmien välillä.*

## Eri harjoitetyypit

### Kantaleikit

Käytämme tässä oppaassa kolmea leikkiä, joita voi helposti muokata eri harjoitetyyppeihin tässä oppaassa. Haastamme ryhmänohjaajaa käyttämään ennestään tuttuja leikkejä ja luomaan niistä uusia leikkejä ryhmän tarpeisiin.

### Kuka pelkää ...

*Valitaan yksi henkilö ryhmästä, joka toimii kiinniottajana keskellä. Rajataan alue niin, että muut ryhmästä yrittävät päästä alueen toiselta reunalta toiselle ilman, että keskellä oleva koskettaa häntä. Jos kiinniottaja koskettaa juoksijaa, tulee hänestä myös kiinniottaja.*

### Siirtymä

*Tarkoituksena on siirtyä ennalta määritelty reitti läpi. Reitti sisältää aloituspisteen, mahdollisia esteitä sekä päätöspisteen. Harjoitteeseen voi osallistua yksi henkilö, useampi henkilö tai vaikka koko ryhmä riippuen harjoitteen tavoitteista.*

### Rakentelu

*Rakentelu tehtävissä luodaan annetuista tarvikkeista, jokin luomus tai ratkaisu asetettuun tehtävään.*

*Lähde: Edu.fi ryhmäyttämismateriaali*

