

Tuntisuunnitelma 5, alkuopetus, 45 min

Pelkojen käsittely ja turvallisuuden tunne

Tavoite

Oppilaat oppivat tuntemaan Lapsen oikeuksien sopimuksen pääperiaatteet ja pohtivat, mitä ne tarkoittavat heidän elämässään ja toiminnassaan (L2). Oppilas harjoittelee tunnistamaan ja käsittelemään pelon tunnetta sekä muita tunteita (L3) omien kokemusten ja havaintojen sekä harjoitusten kautta (L1). Oppilas harjoittelee erilaisten tekstien ja kuvien tulkitsemista (L4) ja parin kanssa työskentelyä (L6) ja pohtii yhdenvertaisuuden teemoja (L7).

Oppiaineet

Ympäristöoppi, uskonto, elämäntutkimus, Suomen kieli ja kirjallisuus

Artiklat

Sopimus yleisesti. Sotaan liittyvät kohdat erityisesti 9., 10., 22. ja 38.

Avainsanat

Lapsen oikeuksien sopimus, sota, pelko, huoli, turvattomuus, ahdistus, suru, tunnetaidot, rentoutuminen

Tarvikkeet

Paperilappuja, kyniä, pussi/rasia paperilapuille, askartelutarvikkeita tai piirustusvälineitä turvapaikan tekemiseen

Tunnin kulku

Johdanto: Tarina ”Myrsky ja suuri möykky” + keskustelu (10 min)

Myrsky ja suuri möykky

Myrsky on reipas ja iloinen tokaluokkalainen. Hän pitää matematiikasta ja musiikista. Vapaa-ajalla hän harrastaa jalkapalloa ja soittaa pianoa. Myrsky on perheen ainoa lapsi ja viettää paljon aikaa yksin kotona koulupäivien jälkeen, sillä molemmat vanhemmat tekevät pitkiä työpäiviä. Myrsky tuntee joskus olonsa yksinäiseksi ja surulliseksi, vaikka tykkää leikkiä myös itseksensä. Hänellä on kivoja luokkakavereita, kuten Pyry ja Tuuli, jotka käyvät välillä leikkimässä Myrskyn kotona.

Kesäloma lähestyy, mutta Myrsky ei jostain syystä tunne itseään kovin iloiseksi. Ihan kuin olkapäällä painaisi raskas möykky, mitä Myrsky ei ymmärrä. Myrsky on nähnyt viime päivinä tv:stä pelottavia kuvia ulkomailta ja ne ovat tulleet hänen uniinsa. Myrsky joutuu myös usein iltaisin nukkumaan mentyään kuuntelemaan vanhempiansa riitelyä. Vaikka Myrsky tietää, ettei riitely ole hänen vikansa, hänen olonsa on kurja. Möykky seuraa Myrskyä kouluun. Se seuraa jalkapalloharjoitukseen. Pianotunnilla möykky tuntuu istuvan pianon päällä, eikä soittaminenkaan suju. Möykky kasvaa entistä isommaksi.

Kesä tulee ja silloin Myrskyn vanhemmat kertovat, että heidän on parempi jatkaa elämää erossa toisistaan, mutta ystävinä. Myrskyn äiti saa töitä uudelta paikkakunnalta toiselta puolelta Suomea ja Myrsky muuttaa hänen mukanaan. Myrsky tuntee surua siitä, ettei enää näe molempia vanhempiaan niin paljon, mutta samalla iloitsee siitä, että riidat on selvitetty ja heillä on nyt hyvä olla. Myrskyä myös surettaa, ettei hän enää pääse niin usein leikkimään Pyryn ja Tuulin kanssa. Möykkykään ei ole jättänyt häntä rauhaan. Myrsky ei ole puhunut siitä kenellekään ja uuden asuinpaikan ja uuteen kouluun tutustumisen myötä se on kasvanut jo lähes huoneen kokoiseksi. Saako sieltä kavereita? Onko siellä yhtä mukavia leikkipaikkoja? Möykky kasvaa niin suureksi, ettei Myrskyn tee enää mieli syödä aamupalaa tai edes leikkiä.

Uusi koulu tuntuu pelottavalta, eikä kavereitakaan oikein löydy. Sitten tulee päivä, kun Myrskyn uusi opettaja huomaa, ettei kaikki ole Myrskyllä hyvin. Myrskyä ei huvittaisi puhua opettajalle, mutta sitten hän kuitenkin aloittaa. Hän kertoo opettajalle möykystä, siitä kuinka iso se on. Hän kertoo huolistaan ja peloistaan, välillä häntä vähän itkettää. Opettaja lohduttaa ja kertoo, ettei ole hätää. "Kaikilla meillä on omat huolestukset. Helpottaa, kun niistä voi puhua." Opettaja kehottaa Myrskyä puhumaan huolistaan myös vanhemmilleen. Samalla möykky alkaa pienentyä ja pienentyä ja lopulta se on enää vain hiiren kokoinen. Puhumalla! Nyt Myrsky on löytänyt tavan, kuinka ikävästä möykystä pääsee eroon ennen kuin se kasvaa liian suureksi. Täytyy vain puhua jollekin turvalliselle aikuiselle. Puhuminen helpottaa Myrskyn oloa niin paljon, että hän lähtee hypellen koulusta kotiin.

Seuraavana päivänä Myrsky pääsee tekemään ryhmätyötä Pilvin ja Lumin kanssa. Kolmikko leikkii kaikki välitunnit yhdessä ja vielä koulupäivän jälkeenkin. Myrsky tuntee olonsa taas onnelliseksi ja toteaa, että seuraavan kerran kun möykky meinaa muuttaa hänen olkapäälleen, hän puhuu siitä oitis turvalliselle aikuiselle.

Keskustelu tarinasta ja pelosta:

- Millä toisella nimellä möykkyä voisi sanoa? (huoli, pelko)
- Mistä möykky voi syntyä?
- Kenelle kertoisit möykystä?

Pohtimista: Möykyn karkotuspussi (15 min)

Kirjataan tai piirretään lapuille asioita, joista tulee hyvä mieli (esim. hyvän kirjan lukeminen, leikkiminen lempiautolla). Laitetaan laput pussiin ja nostellaan niitä sieltä yksi kerrallaan. Käydään läpi yhteisesti sitä, että puhuminen auttaa aina, mutta on myös muita tapoja "möykkyjen" eli huolien, pelkojen ja huonon olon taltuttamiseen. Oppilaat ja opettaja voivat kertoa omia esimerkkejään näistä tavoista. Tarkoitus on huomata, että tapoja on monia ja jollekin toimii joku mikä jollekin ei.

Askartelutehtävä: Turvapaikka (20 min)

(Tämä tehtävä on mukailtu THL:n oppimateriaalista "Tunne- ja turvataitoja lapsille", tekijät Kaija Lajunen, Minna Andell ja Mirja Ylenius-Lehtonen, sivu 89.)

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/126027/Tunne-%20ja%20turvataitoja%20lapsille_WEB.pdf?

Alustus: Jokaisella lapsella on oikeus tuntea olonsa turvalliseksi. Missä ja milloin sinulla on turvallinen olo? Kun on turvallinen olo, ei pelota ja on hyvä olla.

Askarrellaan omat turvapaikat pienoiskoossa. Materiaalina voi käyttää mitä vain askartelutarvikkeita. Turvapaikan voi myös piirtää.

Johdattelevia asioita: Mikä luo sinulle turvaa? Onko siellä paikassa joku turvallinen ihminen? Onko siellä asioita ja tekemistä, mitkä tuovat sinulle iloa ja lohtua? Mitä turallisessa paikassa ei ainakaan ole?

Jos aikaa jää, voidaan tehdä "turvapaikkavierailuja" ja tutustua toisten turvapaikkoihin.

Eriyttäminen

Eriyttäminen tapahtuu toiminnan sisällä, jokainen suorittaa omalle tasolleen sopivalla tavalla.

Lisämateriaalit

Sodasta ja katastrofeista puhumisen tueksi materiaalia:

- Mannerheimin Lastensuojeluliitto: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/lapset-ja-media/lapsi-utistulvassa/>
- Suomen UNICEF: <https://www.unicef.fi/koulut/materiaalit-opettajille/oppaat-ja-julisteet/katastrofi-pelottaa-lastanain-voit-auttaa/>