TEACH PEACE

Dialogilla kohti rauha

VALMIITA TUNTIHARJOITUKSIA OPETTAJILLE JA KOULUTTAJILLE



Euroopan unionin osarahoittama

Erasmus+ aikuiskoulutukselle

Dialogilla kohti rauhaa

Teach Peace on Erasmus+ -kumppanuushanke, jonka tavoitteena on kehittää rauhankasvatusta aikuisille.

Hankkeen kesto: 01.09.2025–31.12.2026

Lisätietoja osoitteessa: https://teachpeace.info

Seuraa hanketta sosiaalisessa mediassa:

Teach Peace Project

teachpeaceproject.eu

teach-peace-project-eu

Teach Peace -hankkeen kumppanijärjestöt

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/ tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

Työkaluja kouluttajille

1 KOULUTUS-OHJELMA

2 KÄSIKIRJA OPPIMISKO-KEMUSTEN SUUNNITTE-LUUN

3 VALMIITA TUNTIHAR-JOITUKSIA

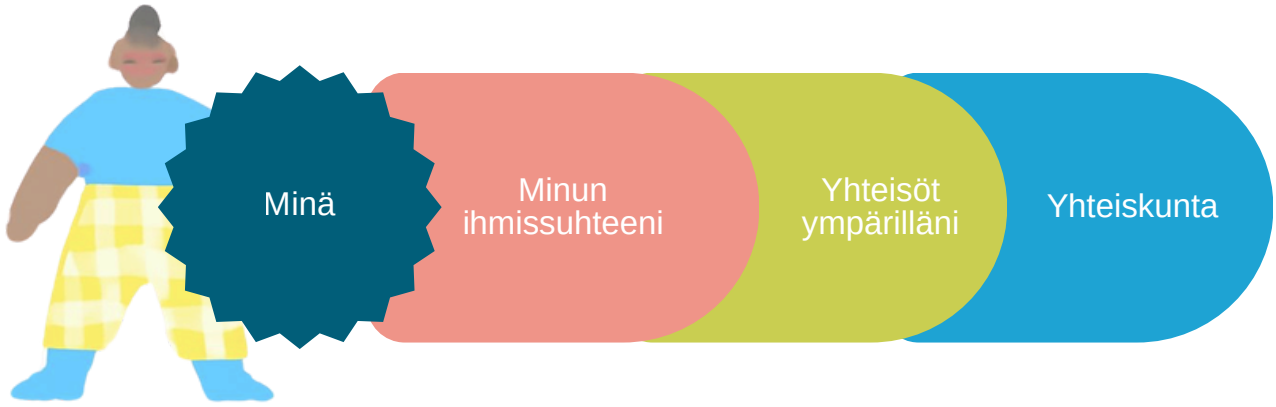
Tämä koulutusohjelma on osa laajempaa Teach Peace -materiaalipakettia. Verkkosivuiltamme löydät lisätietoa rauhankasvatuksesta, käsikirjan oppimiskokemusten suunnitteluun sekä valmiita aktiviteetteja liittyen rauhankasvatukseen.

TEACH PEACE:
JOHDANTO

Tervetuloa Teach Peace -hankkeen ja valmiiden tuntiharjoitusten pariin. Tässä oppaassa esitellyt harjoituskortit ovat helppo tapa hyödyntää rauhankasvatusta oppitunneilla ja koulutuksissa.

Meistä kaikista tulee rauhankasvattajia, kun työskentelemme muiden ihmisten kanssa. Kohtaamme erilaisia ihmisiä omine mielipiteineen. He ilmaisevat ajatuksiaan, kuuntelevat, väittelevät ja ajautuvat konflikteihin. Opimme ratkomaan ristiriitoja, löytämään kompromisseja, elämään rinnakkain ja luomaan arvokasta yhteistä aikaa. Vaikka emme suoraan kokisikaan tekevämme rauhantyötä, kaikki tämä auttaa meitä rauhanomaisen yhteiskunnan rakentamisessa. Rauha alkaa arjesta!

Ajattelemme usein, että emme voi juurikaan vaikuttaa asioihin yksilötasolla. Juuri yksilöinä olemme kuitenkin osa laajempia yhteisöjä. Pystymme vaikuttamaan omiin ihmissuhteisiimme. Ihmissuhteet taas muokkaavat ympärillämme olevia yhteisöjä, ja yhteisöt ovat osa laajempaa yhteiskuntaa. Jokapäiväiset tekomme ovat siis työkaluja, joita voimme käyttää käynnistämään muutoksia, joilla on laajempi vaikutus jokapäiväiseen elämään.



Kehitimme harjoituskortit auttamaan opettajia, kouluttajia ja yhteisöllisiä toimijoita hyödyntämään rauhankasvatusta tietoisemmalla tavalla. Kortteja on helppo käyttää oppitunneilla ja koulutuksissa, eikä niiden käyttö vie paljoa aikaa.

Tutustu kortteihin seuraavilla sivuilla!

HARJOITUS-KORTIT

DIALOGI-YMPYRÄ

Tutustu viiteen dialogitaitoon

TUNTEIDEN TUNNISTA-MINEN

Havainnoi omia tunteitasi

AKTIIVINEN KUUNTELU

Opettele huomioimaan yksityiskohtia musiikin keinoin

DIALOGI VAI KONFLIKTI?

Pohdi omia toimintatapojasi

TOIVO-LINSSIT

Opettelee näkemään toivon kautta

ARJEN KANSALAIS-VAIKUTTA-MINEN

Inspiraatiota yhteisölliseen toimintaan

SISU VAIKEINA AIKOINA

Tiedosta itsesi ja muiden sisukkuus

DIALOGI-YMPYRÄ

Omien dialogitaitojen arviointi. Parempi itsentuntemus. Henkilökohtainen kasvu.

Oppijoiden tuntemus ja kokemukset dialogista ja konflikteista vaihtelevat suuresti. Harjoitus auttaa oppijoita arvioimaan omia taitojaan ennen syvempää perehtymistä dialogiin. Harjoitus sopii hyvin kurssien ja koulutusten ensimmäiselle tapaamiskerralle. Kaavion tulostettavat versiot ovat seuraavalla sivulla.

---

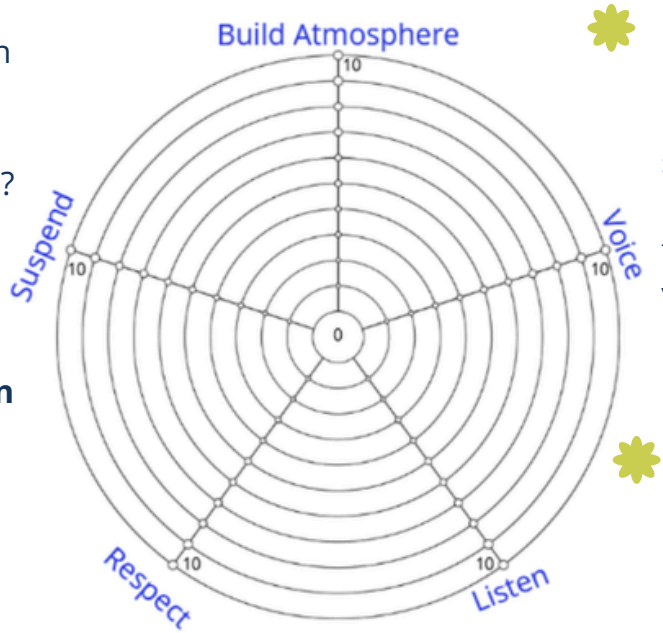
15 MIN.

Oppitunnin/koulutuksen alussa

Ohjeet:
Keskustelujen aloittaminen vaatii viittä taitoa: tarkkaavaista kuuntelua, mielipiteen ilmaisemista, oletuksista pidättäytymistä, hyvän tunnelman luomista ja muiden mielipiteiden kunnioittamista. Kirjoita jokainen taito alla olevan kaltaiseen ympyrään ja arvioi itsesi kunkin osalta asteikolla 0: (“En koe itseäni taitavaksi enkä itsevarmaksi tämän taidon suhteen”) - 10 (”Koen itseni erittäin taitavaksi ja itsevarmaksi tämän taidon suhteen”).
Keskustelkaa tämän jälkeen ryhmässänne: Mitä yhteistä teillä oli – ja mitä ei ollut?

Hyvän tunnelman luominen:
Kuinka hyvä olen luomaan tunnelmaa? Tunnenko vastuuta hyvästä ilmapiiristä?

Pidättäytyminen oletuksista:
Mietinkö ennen kuin muodostan mielipiteen muista? Onko minun helppo olla tuomitsematta ihmisiä?



Mielipiteen ilmaiseminen:
Kuinka hyvä olen sanomaan täsmälleen, mitä haluan? Kuinka tietoinen olen sanojeni vaikutuksesta muihin?

Muiden mielipiteiden kunnioittaminen:
Kuinka hyvin siedän erilaisia mielipiteitä?

Kuunteleminen:
Kuinka hyvin kuuntelen, kun joku muu puhuu?

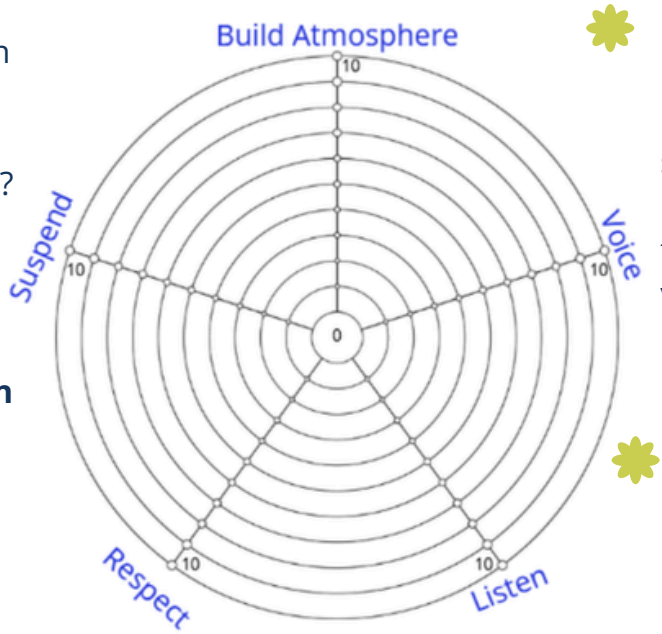
Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

Pidättäytyminen oletuksista:
Mietinkö ennen kuin muodostan mielipiteen muista? Onko minun helppo olla tuomitsematta ihmisiä?

Hyvän tunnelman luominen:
Kuinka hyvä olen luomaan tunnelmaa? Tunnenko vastuuta hyvästä ilmapiiristä?



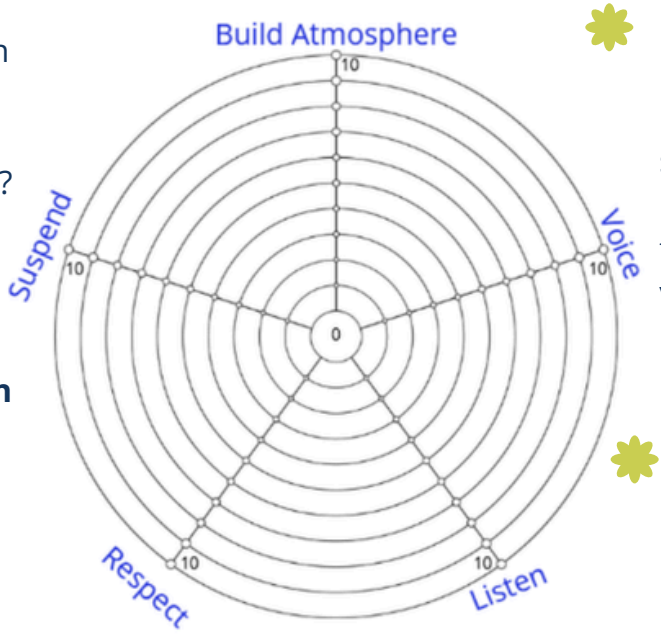
Mielipiteen ilmaiseminen:
Kuinka hyvä olen sanomaan täsmälleen, mitä haluan? Kuinka tietoinen olen sanojeni vaikutuksesta muihin?

Muiden mielipiteiden kunnioittaminen:
Kuinka hyvin siedän erilaisia mielipiteitä?

Kuunteleminen:
Kuinka hyvin kuuntelen, kun joku muu puhuu?

Pidättäytyminen oletuksista:
Mietinkö ennen kuin muodostan mielipiteen muista? Onko minun helppo olla tuomitsematta ihmisiä?

Hyvän tunnelman luominen:
Kuinka hyvä olen luomaan tunnelmaa? Tunnenko vastuuta hyvästä ilmapiiristä?



Mielipiteen ilmaiseminen:
Kuinka hyvä olen sanomaan täsmälleen, mitä haluan? Kuinka tietoinen olen sanojeni vaikutuksesta muihin?

Muiden mielipiteiden kunnioittaminen:
Kuinka hyvin siedän erilaisia mielipiteitä?

Kuunteleminen:
Kuinka hyvin kuuntelen, kun joku muu puhuu?

TUNTEIDEN TUNNISTAMINEN

Tunneäly. Tunnesanaston vahvistaminen.
Yhteisymmärrys tunteiden merkityksestä.

Ihmiset lähtevät usein tunneilta kantaen sanoittamattomia tunteita esim. tehtävän, ryhmäprojektin, esitelmän tai ihan vain pitkän päivän jäljiltä. Oppijat saattavat sulkeutua, käyttää huumoria tai vältellä omien tunteidensa ilmaisemista. Harjoituksen avulla voidaan normalisoida tunteiden ilmaisemista. Harjoitus sopii hyvin oppitunnin loppuun.

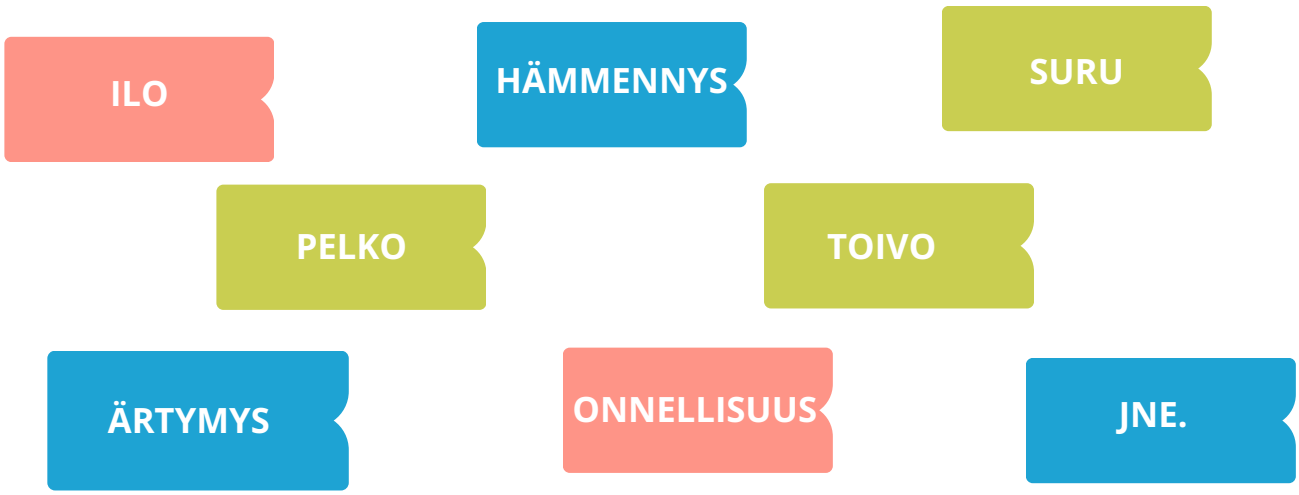
---

10 MIN.

Oppitunnin tai koulutuksen loppu

Ohjeet:

- Valmistele kortteja, joihin on kirjoitettu eri tunteita. Tunteet voi kirjoittaa myös taululle. Kirjoita jokainen tunne kahdesti, jotta oppijoilla olisi enemmän vaihtoehtoja. Esimerkiksi:



- Kaikki valitsevat yhden kortin, joka kuvaa heidän senhetkistä tunnettaan. Jakautukaa pienryhmiin. Pienryhmissä kaikki kertovat:

  Miksi he valitsivat juuri tietyn tunteen
  Mikä auttaa heitä hallitsemaan kyseistä tunnetta

- Lopuksi kaikki pohtivat yhdessä.

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

AKTIIVINEN KUUNTELU

Tarkkaavainen ja keskittynyt kuuntelu. Pienten yksityiskohtien, äänenvoimakkuuksien ja tunteiden huomaaminen. Dialogitaidot.

Ryhmäkeskusteluissa oppijat keskittyvät usein odottamaan omaa puheenvuoroaan sen sijaan että kuuntelisivat muita. Hyvät pointit katoavat yleiseen hälyyn. Harjoitus auttaa hidastamaan ryhmää. Se auttaa oppijoita keskittymään kuunteluun ennen tai jälkeen keskustelun.

20-30 MIN.

Oppitunnin tai koulutuksen loppu

Tarvittavat välineet: musiikin soittamiseen soveltuva laite (esim. kaiutin, tietokone tai matkapuhelin)

Ohjeet:

- Kehota oppijoita ottamaan mukava asento tuolilla.
- Soita kappale, josta sinä tai ryhmä pidätte (esim. instrumentaalikappale). Jos teillä ei ole äänentoistolaitetta, voitte kuunnella ulkomaailman ääniä.
- Pyydä kaikkia sulkemaan silmänsä ja keskittymään vain kappaleeseen.
- Kappaleen päätyttyä pyydä ryhmää pohtimaan kuulemaansa seuraavien kysymysten avulla:
  - Mitä soittimia kuulit?
  - Erottuiko joku instrumentti tai ääni?
  - Mitä muuta kuulit kappaleessa? Oliko siinä jokin tietty viesti, tunne tai tarina?
  - Muistuttiko musiikki sinua jostakin omassa elämässäsi?
  - Mitä muuta voimme kuulla tai huomata, kun kuuntelemme tarkkaavaisemmin ja syvällisemmin?

Yhdistä lopuksi harjoitus ajatukseen dialogista: kun hiljenemme ja kuuntelemme täydellä huomiolla, huomaamme enemmän - sekä musiikista että ihmisistä.

Esimerkkejä musiikista, jota voidaan käyttää tässä harjoituksessa:

- Dave Brubeck Quartet, „Take Five“
- Antonio Vivaldi, „Der Frühling“ aus Die vier Jahreszeiten (1st part)
- Eminem, „Lose Yourself“

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

DIALOGI VAI KONFLIKTI?

Erot dialogiin ja konfliktiin suuntautuvan käyttäytymisen välillä. Käyttäytyminen arkipäivän tilanteissa.

Kaikissa oppijaryhmissä voi ilmetä jännitteitä arkaluontoisten ja erimielisyyttä aiheuttavien aiheiden takia. Joskus jännitteet kärjistyvät niin, että ihmiset haluavat vetäytyä tai lähteä pois. Harjoitus auttaa ryhmää ottamaan perspektiiviä ja tiedostamaan käyttäytymismallit, jotka synnyttävät konflikteja. Harjoitus sopii hyvin kurssien keskivaiheille.

---

30 min.

Oppitunnin/kurssin aikana

Ohjeet:

Tarvittavat välineet: taulu/paperia, tusseja, kyniä, väriliituja.

- Jaa oppijat kahteen ryhmään. Kumpikin saa tehtävän:

Ryhmä A: Piirtäkää hahmo, joka edustaa dialogiin suuntautunutta henkilöä.
Ryhmä B: Piirtäkää hahmo, joka edustaa konfliktien ajamaa henkilöä.

- Pyydä ryhmiä luomaan yksinkertainen hahmo (henkilö, symboli, siluetti, sarjakuvahahmo - mikä tahansa käy). Ryhmät kirjoittavat hahmon ympärille sen ominaisuuksia ja käyttäytymismalleja. Voit ohjata oppijoita kysymyksillä:

Miten hahmo kuuntelee?
Miten se puhuu?
Millainen kehonkieli sillä on?

- Anna ryhmille 10–12 minuuttia aikaa piirtää ja kuvailla hahmojaan.

- Pyydä ryhmiä esittelemään hahmonsa muille. Kannusta ryhmiä selittämään, miksi he valitsivat tietyt ominaisuudet ja käyttäytymismallit.

- Ohjaa lyhyt keskustelu, jossa oppijat pyrkivät tunnistamaan omia taipumuksiaan ja tiedostamaan rakentavia käyttäytymismalleja:
  - Mitkä erot hahmojen välillä pistävät eniten silmään?
  - Mìtä käyttäytymismalleja tunnistat itsessäsi?
  - Mitkä käyttäytymismallit tukevat ymmärrystä ja mitkä kärjistävät konflikteja?
  - Mitkä pienet tavat voisivat auttaa muuttumaan konfliktihenkilöstä dialogihenkilöksi?

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

TOIVOLINSSIT

Rauhantyön mahdollisuuksien ja apuvälineiden tunnistaminen

Oppijat voivat tuntea olonsa lannistuneiksi, kun tunneilla on käsitelty raskaita aiheita, kuten syrjintää, eriarvoisuutta konflikteja tai ikäviä uutisia. Harjoitus auttaa ihmisiä näkemään taas mahdollisuuksia ja ottamaan seuraavia askeleita.

---

30 MIN.

Oppitunnin/koulutuksen loppu

Ohjeet:
Pohdi tai kirjoita muistiin:

Tarvittavat välineet:
muistiinpanoväli-neet (kynä, paperi, tietokone)

- Mikä antoi minulle tänään tai tällä viikolla toivoa?
- Kuka inspiroi tai tuki minua kohdatessani vaikeuksia?
- Minkä sellaisen teon tein, joka vei jotakin asiaa eteenpäin (edes pienen teon)?
- Mikä olisi yksi toiveikas teko, jonka voisin tehdä jo huomenna?
- Lisäkysymys kouluttajille: miten voisin sisällyttää ajatuksen *toivosta* rauhankasvatukseeni? Miten voisin ottaa sen huomioon yhteisöllisessä toiminnassa?

Harjoitus auttaa siirtämään huomion esteistä mahdollisuuksiin kieltämättä tosiasioita. Se auttaa pohtimaan, miten toivopohjaista aktivismia voitaisiin edistää paikoissa, joissa siitä olisi eniten hyötyä.

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

ARJEN KANSALAISVAI-KUTTAMINEN

Kansalaisvaikuttamisen keskeiset teemat.
Realistiset toimet yhteisöissä.

Oppijoiden voi olla vaikea nähdä oman arkielämänsä yhteyttä laajempaan yhteiskuntaan. Harjoitus auttaa oppijoita tunnistamaan heidän ympärillään tapahtuvaa kansalaisvaikuttamista ja muuttamaan tietoisuuden kollektiivisiksi teoiksi.

---

20 minuuttia

Oppitunnin/kurssin alku tai loppu

Ohjeet:
Jaa oppijat 3-4 hengen ryhmiin. Pyydä heitä keskustelemaan:

"Mitä on kansalaisvaikuttamisen ja miten se näkyy arkielämässä? Missä näet kansalaisvaikuttamista omissa yhteisöissäsi ja ympäristössäsi?"

Tarvittavat välineet:
taulu, jolle oppijat voivat tehdä muistiinpanoja

Parin minuutin kuluttua pyydä ryhmiä kirjoittamaan ajatuksensa taululle.

Harjoituksessa ilmenee usein seuraavia teemoja:

- **Yhteisön hoiva ja tuki**
- **Vapaaehtoistyö**
- **Osallistava päätöksenteko**
- **Ympäristönsuojelu**
- **Digitalisaatio**
- **Nuorten ääni**
- **Osallistuminen**
- **Ihmisoikeudet ja inkluusio**
- **Yhteinen ongelmanratkaisu**
- **Dialogi ja vuoropuhelu**
- **Medialukutaito**
- **Misinformaation torjunta**

Jokainen ryhmä valitsee fläppitaululta yhden teeman, jonka parissa he haluavat työskennellä.
Pohtikaa sitten seuraavia kysymyksiä:

- Millaisia pieniä tekoja tai mikrotason strategioita voisin toteuttaa vahvistaakseni tätä teemaa?
- Kenet voisin kutsua mukaan?

Kirjatkaa vastauksenne ylös. Keskustelkaa niistä lopuksi koko ryhmän kesken.

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

SISU VAIKEINA AIKOINA

Sisäiset vahvuudet ja hyvät toimintatavat. Haasteista puhuminen. Resilienssin rakentaminen.

Kun ihmiset ovat paineen alla, he saattavat vetäytyä tai hiljentyä. Harjoitus auttaa ryhmää selviytymään vaikeuksien kanssa ja rakentamaan yhteistä resilienssiä jatkoa varten.

---

20 MIN.

Oppitunnin/koulutuksen alku

Ohjeet:
Pyydä jokaista oppijaa jakamaan muille oma kokemuksensa:

- Vaikea hetki/tilanne, josta selvisit (ei tarvitse kertoa yksityiskohtia - riippuu henkilöstä, kuinka paljon he haluavat avautua)
- Yksi ulkoisen tuen muoto, jolla oli merkitystä
- Yksi sisäinen voimavara, joka auttoi heitä (esim. rohkeus, kiitollisuus, tunteiden hallinta) ja/tai ...
- Ihmiset, jotka osoittautuivat luotettaviksi ja jotka tarjosivat tukea

Muu ryhmä kuuntelee kunnioittavasti, ja lopuksi kaikki pohtivat yhdessä. Kaikki kirjoittavat yhdessä taululle keinoja selviytymiskyvyn vahvistamiseksi, esim. ‘uusi harrastus’, ‘vähemmän aikaa puhelimella’, ‘ystävän tapaaminen’. Lopuksi jokainen valitsee yhden keinon, jota haluaisi käyttää tulevaisuudessa.

Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin osarahoittama. Näkemykset ja mielipiteet ovat kirjoittajien/tekijöiden omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin näkemyksiä. Euroopan unionia ei voida pitää niistä vastuullisena.

Kaikki Teach Peace -materiaalit on lisensoitu CC BY-NC-SA 4.0 DEED -lisenssillä.

KIITOS ETTÄ TULIT MUKAAN TUTUSTUMAAN TEACH PEACE -KOULUTUSOHJELMAAN!

Toivomme, että materiaalista on sinulle hyötyä.

On aika suunnitella toimia ja käydä keskusteluja rauhan puolesta.

Tutustu muihin hankkeemme materiaaleihin ja perehdy lähemmin rauhankasvatuksen teoriaan ja käytäntöön.

Teach Peace -projektitiimi

Tuotoksen tekijät:
Teach Peace -projektitiimi