

# Hyvinvoinnin tekijät

**Tarkoitus:** Ryhmytyminen, tutustuminen, vuorovaikutuksen edistäminen, hyvinvoinnin tekijöihin tutustuminen

**Huomioitavaa:** Menetelmä on luontevaa kiinnittää ajankohtaan, jossa ryhmä on juuri muodostunut, ehkä opintojen aloituksessa sekä opiskeluhuvinvoinnin teemaan. Ohessa, opiskelijat saavat tilaisuuden tutustua toisiinsa yksilöinä ja ryhmänä.



Ryhmytymisharjoitteita usein toivotaan lukuvuoden läpi jatkuen.

Ohjaajalla / opettajalla on mahdollisuus muokata tehtävä ajankohtaisen teeman mukaan.

## Työvaiheet:

1. Leikkaa erillisestä hyvinvoinnin tekijät tiedostosta hyvinvoinnin tekijät erillisiksi lapuiksi. Jos käytät näitä usein kannattaa harkita laminointia.
2. Hyvinvoinnin tekijät isossa kasassa tai ämpärissä tms. TAI PILOTETTUNA mikäli sopiva tila
3. Ohjaaja / opettaja alustaa teeman (motivaatio) ja ohjeistaa menetelmän
4. Opiskelijat valitsevat itselleen sattumanvaraisesti kolme hyvinvoinnin tekijää (tai etsivät piiloista)
5. Opiskelijat lähtevät keskustelemaan muiden kanssa hv tekijöistä, pyrkivät löytämään itselleen mahdollisimman sopivat vaihtamalla muiden kanssa
6. Kun kaikki ovat löytäneet itselleen suunnilleen sopivat, käydään keskustellen läpi jokaisen tekijät. Tämä purku voidaan toteuttaa ryhmän ja käytettävissä olevan ajan mukaan. Esim. Jokainen voi kertoa kaikki tekijät tai vain yhden, tai purku voidaan tehdä pienryhmissä. Ohjaajalla on tässä rooli herätellä / houkutella / innostaa / rajata / jakaa keskustelua

## HYVINVOINNIN TEKIJÄT SAAT TÄÄLTÄ



Euroopan unionin  
osarahoittama

Tri<sup>ngeli</sup>



Juvenia

