

Kotihyvinvoinnintekijät

Tarkoitus: Tunnistaa ja tuoda keskusteluun kullekin kotihyvinvoinnin kannalta tärkeitä asioita. Konkretisoida sitä, miten jokaisella saa olla omat ja erilaiset asiat, jotka tekevät kodin tunteen. Purkaa kotiin liittyviä sosiaalisia paineita. Virittää keskustelua kotihyvinvoinnin näkökulmasta ja vahvistaa kunkin elämän tärkeitä hyvinvoinnin lähteitä.

Tarvikkeet: Kotihyvinvoinnin tekijät -laput tulostettuna ja levitettynä pöydälle.

Huomioitavaa: Ohjaajan voi olla hyvä osallistua ja heittäytyä tehtävään myös itse ja viestiä lempeää asennetta kotihyvinvoinnin teemaan.

Työvaiheet:

- 1) "Valitse pöydän lapuista 3, jotka ovat hyvinvoinnillesi tärkeitä asioita kodissasi"
- 2) Jakamiskierros ja keskustelua. Ohjauksen sanoituksilla tunnustetaan ja vahvistetaan jokaisen valitsemia tärkeitä asioita.
- 3) Voidaan myös valita yksi asia, jota omaan kotiin toivoisi, mutta jota siellä ei vielä ole.



Kotihyvinvoinnintekijät tulostettavaksi