



Ideoita, jotka helpottavat vertaisohjaajan työtä

1. Suunnitelkaa ryhmän ohjelma yhdessä koko vuodeksi tai sovituksi ajaksi.
 - normaalit tapaamiskerrat
 - ottakaa huomioon paikalliset tapahtumat: ilmaiskonsertit, luennot, museot...
 - viettäköö juhlapäiviä: vuoden kulku ja osanottajien merkkipäivät
2. Keskustelun aiheita
 - katsokaa elokuva tai diaesitys ja keskustelkaa siitä mitä ajatuksia heräsi
 - lukekaa kirja ja keskustelkaa sen herättämistä tunteista ja ajatuksista
 - jokainen osanottaja kirjoittaa (10 min) ajatuksiaan valitusta aiheesta ja sen jälkeen keskustellaan tai luetaan tuotoksia
 - ryhmän jäsenet tuovat ryhmään omia tuotoksiaan; runoja, kirjoitelmia, tarinoita, puhe tai alustus omista oivalluksista
 - valmiiksi kirjoitettuja otsikoita/aiheita kirjekuoriin kätkeytyinä ja ne valitaan satunnaisesti
3. Vastuun jakaminen
 - opintopiirin perustaminen; jokainen jäsen valitsee ryhmän teemaan liittyvän asian, josta ottaa selvää ja esittelee sen muille
 - ryhmän jäsenet järjestävät vuoron perään ohjelmaa ryhmän kokoontumiseen
 - tehtävien jakaminen vahvuuksien ja sosiaalisten suhteiden mukaan – roolit ryhmässä
4. Vierailijat
 - puhuja tai paneeli
 - tuote- tai laite-esittelyt, terveystarkastukset
5. Kysy neuvoa ja pyydä tarvittaessa apua taustayhteisöltä.

Ideoita kokoontumisen alkuun; jään särkeminen, lämmittely

1. Kuulumiskierros: miltä sinusta tänään tuntuu? Millä mielellä tulit tänään tähän ryhmään? Mistä tuo tunnetila johtuu?
2. Kysy kenellä tänään on suurin tai polttavin tarve puhua ja anna hänen aloittaa. Sen jälkeen jokaisella on mahdollisuus puheenvuoroon – käytä tarvittaessa ajanottoa (tiimalasi, ajastin), että kaikki saavat yhtä paljon aikaa.

3. Kuvaile tunnetilaasi värien, numeroiden, (tunnesäätila)korttien tai eläinhahmojen avulla? Mikä väri kuvaa tämänhetkistä tunnetilaasi? Arvioi sitä numeroin yhdestä kymmeneen – ykköseen ilmaiseen alakulua ja kymppi huippufiliksiä. Jos, olisin eläin niin olisin kuin...
4. Kerro yksi hyvä asia, joka sinulle on tapahtunut kokoontumisten välillä.
5. Kerro yksi asia tai oivallus, minkä ryhmän teemaan liittyvä asia on sinulle opettanut.

Ideoita kokoontumisiin

1. Harjoitelkaa rentoutumista: rentoutumis- ja mielikuvaharjoitukset CD-levyiltä
2. Tehkää yhteinen käsityö tai taideteos – virkattu peite, kollaasi, palapeli...
3. Tehkää yhteinen retki, vierailu tai käykää yhdessä syömässä.
4. Järjestäkää yhdessä näyttökäsit
5. Järjestäkää arpajaiset, jonkun teeman mukaan; palkintoina vanhat esineet, joihin liittyy joku tarina, itse tehdyt palkinnot, palkinnot luonnon materiaaleista

Vaikuttaminen ja tiedottaminen

1. Kirjoittakaa yhdessä artikkeli lehteen tai päättäjille.
2. Kerätkää ryhmästä sellainen joukko, joka voi vierailla esimerkiksi kouluilla puhumassa ryhmään liittyvästä aiheesta.
3. Kerätkää yhdessä lehtileikkeitä, nettilinkkejä yms. ryhmän teemaan liittyvistä aiheista.

Ideoita tapaamisen lopuksi

1. Lopettakaa kokoontuminen mukavissa merkeissä: loppulaulu, positiivinen palaute, mietelause.
2. Kannusta ryhmän jäseniä vaihtamaan yhteystietoja ja pitämään yhteyttä keskenään.

