

## Ajatusten virta

ARVOT JA ITSETUNTEMUS -SISÄLTÖOHJELMA

Nimi ja luokka

### Seikkailu on nyt takanasi

Tämä tehtäväpaperi on luottamuksellinen ja vain sinua itseäsi varten. Kun olet kirjoittanut, taita paperi kahtia ja palauta se ohjaajalle. Paperit suljetaan kirjekuoreen ja opettajasi avaa kuoren Purkutunnilla.

Seuraavat kysymykset auttavat sinua pohtimaan kokemaasi. Nyt ei ole kysymys oikeista tai vääristä vastauksista vaan siitä, mitä sinä koet ja mietit.

### Tee kolme tehtävää:

#### 1: Unelmien ranta

Ensimmäinen huone on Huolettomien unelmien ranta. Mikä on sinun unelmasi? Miksi unelmista on tärkeää pitää kiinni? Pohdi ja kirjoita ylös ajatuksiasi. Voit myös piirtää, jos kirjoittaminen tuntuu vaikealta.

#### 2: Silta

Seikkailun lopussa oli silta. Sillan alla olevassa kartassa luki "Aarre olet sinä itse". Mitä se tarkoittaa, että sinä olet aarre? Kirjoita millainen aarre olet itsellesi ja läheisillesi? Mistä mielestäsi näkee, jos joku ihminen ei arvosta itseään?

### Valitse vielä yksi kysymys alle olevista, johon vastaat.

Voit toki lukea ja tehdä muutkin tehtävät mielessäsi. Tarvittaessa voit jatkaa tekstiä kääntöpuolelle.

#### 3A: Paineiden virta

Pimeässä käytävässä kertoja puhui ihmisten eteen tulevista paineista ja siitä kuka tekee päätökset. Oletko kokenut, että muut ihmiset ovat painostaneet sinua jossain päätöksissä? Miten olet niissä tilanteissa toiminut? Kuka voisi oikeasti auttaa sinua päätösten tekemisessä?

#### 3B: Toiveiden teatteri

Peilin edessä sait miettiä mikä auttaa onnistumista ja mitkä ovat vahvuutesi. Mitkä asiat auttavat sinun onnistumistasi? Mitkä ovat vahvuuksiasi?

#### 3C: Elämäntaidon portaat

Seisoit portaikoilla, jossa jokaisella askelmalla esitettiin muutama kysymys. Mistä asiasta olet iloinen, kun ajattelet tulevaisuuttasi? Tunnet itsesi tarpeelliseksi, mitä silloin on tapahtunut? Tunnet läheisyyttä, kuka on sinulle tärkein ihminen?