

LYHYITÄ AKTIVOIVIA HARJOITUKSIA HERÄTTÄMÄÄN AJATUKSIA KONFLIKTINRATKAISUUN LIITTYEN

Tiedostamalla omia käyttäytymismallejaan ja ajatuksiaan voi parantaa omaa ja ympäristön hyvinvointia. Riidat ovat luonnollinen osa ihmisyyttä, mutta ristiriidat ovat kuin pimeään pelko: kun valot sytyttää, pelkokin häviää. Kun ristiriidan tunteisiin tutustuu ikään ja kehitystasoon sopivalla tavalla, voidaan konfliktien syntymistä omassa elämässä ja ympäristössä ehkäistä.

MISTÄ HARJOITUKSESSA ON KYSE

- Kesto: noin 5-15 minuuttia per harjoitus
- Harjoituksissa oppilaita pyydetään keskustelun kautta pohtimaan ja kuvailemaan omaa suhtautumistaan ympäröiviin riitoihin.
- Pohdintaa voi syventää muilla lyhyillä keskustelutehtävillä.

HARJOITUKSEN TAVOITTEET

Näiden lyhyiden harjoitusten kautta oppilaat voivat tulla tietoisiksi omista ennakoasenteistaan, joita heillä on suhteessa ympäristössä ilmeneviin ja itseään koskettaviin riitatilanteisiin.

HARJOITUKSEN KULKU

Tähän harjoitukseen kuuluu monta lyhyttä osaa, joita voit yhdistellä tai valita tarpeen ja käytettävissä ollen ajan mukaan.

Edusta konfliktia -harjoitus

Harjoituksen tarkoitus on saada oppilaat tietoisiksi siitä, miten he itse käyttäytyvät konfliktitilanteissa, sekä pohtimaan syitä omaan tapaansa reagoida ja sitä kautta mahdollisesti ymmärtämään paremmin myös muita ihmisiä ja muiden konflikteja.

Asettaudu keskelle huonetta ja sano oppilaille:

- Kuvitelkaa, että minä olen konflikti. Pohtikaa, miten yleensä reagoitte, kun koette konfliktin henkilökohtaisesti tai kun näette sen syntyvän ja tapahtuvan lähellänne.
- Asettukaa sen jälkeen, suhteessa minuun, johonkin tämän huoneen kohtaan,

joka kuvaa ensimmäistä reaktiotanne kyseiseen konfliktiin tai ristiriitaan.

- Pohtikaa tietoisesti kehonne asentoa, katseenne suuntaa ja etäisyyttä konfliktiin.

Kun oppilaat ovat löytäneet oman paikkansa huoneessa suhteessa sinuun, pyydä henkilöitä selittämään miksi he seisovat juuri siinä paikassa. (Esimerkiksi oppilas halusi mahdollisimman kauas konfliktista, ei halunnut nähdä sitä, halusi jäädä lähelle ratkaistakseen konfliktin tai jäi sopivalle etäisyydelle tarkkailemaan jne.)

Voit myös kysyä: Jos tämä edusti ensimmäistä reaktiotasi, mikä mahtaisi olla seuraava reaktiosi, nyt kun olet pohtinut konfliktia?

Jos ryhmässä on esimerkiksi 20 oppilasta, on aikaa syytä varata vähintään puoli tuntia.

Kehitä riita -harjoitus

Tämän harjoituksen tavoitteena on auttaa oppilasta ymmärtämään mistä erilaisissa konflikteissa voi olla kyse. Kävele ryhmässä ja kysy oppilailta: “Mitä sellaista sinulla on, jonka vuoksi taistelisit jopa henkesi uhalla, jos joku yrittäisi ottaa sen sinulta pois?” (Tämä voi olla jokin esine tai konkreettinen asia tai jotakin abstraktia tai aineetonta, esimerkiksi hyvä maine tms.) Kysy sen jälkeen jokaiselta: “Miksi tämä on sinulle tärkeää?”

Keskustelkaa millaisista asioista eri tunnetuissa konflikteissa taistellaan.

Video Vuoristo-Karabahin rauhanprosessista: Peacefall

Katsokaa yhdessä video osoitteesta <https://www.youtube.com/watch?v=M3DxALDuBJI>.

Mahdollisia keskustelunaiheita videon katsomisen jälkeen:

- Mikä oli piirroselokuvan viesti? Keskustelun jälkeen voit kertoa tarinan: Videon tekijät ovat nuoria, jotka elävät Vuoristo-Karabahin konfliktin keskellä. He ovat jo toista sukupolvea, joka kärsii ratkaisemattomasta konfliktista. He kokevat, että jatkuvat konfliktit on tuhonnut heidän vanhempiensa elämän ja elinkeinot ja tekee nyt samaa heille – teini-ikäisille ja kaksikymppisille.
- Keksikää esimerkkejä konflikteista, henkilökohtaisella tai kansainvälisellä tasolla, jotka ovat jääneet kytämään ilman ratkaisua pitkäksi aikaa. Mitä on tapahtunut? Konflikteihin on puututtava mahdollisimman aikaisessa vaiheessa, ennen kuin väkivalta luo peruuttamatonta tuhoa ja yhä useampi jäljellä olevista yhteyksistä ja suhteista katkeaa.
- Miten ihmisryhmiä koskevat stereotyyppit vaikuttavat konflikteihin? Miten stereotyyppien luodaan ja ylläpidetään, ja kuka tai ketkä niitä luovat? Pohtikaa stereotyyppien osuutta konflikteissa, joissa olette henkilökohtaisesti olleet mukana. Muuttuivatko käsitykset vastapuolesta yksilönteisiksi ja mustavalkoiseksi? Mitä tämä vaikutti kykyyn käsitellä konfliktia? Entä kansainvälisellä tasolla, konflikteissa jotka vaikuttavat usein myös Suomeen – kuinka vastapuoli nähdään näissä tapauksissa? Yritättekö ymmärtää heitä vai turvaudutko helppoihin yleistyksiin?

Tulitikku-video

Katsokaa yhdessä video osoitteesta <https://www.youtube.com/watch?v=CZDCjIhGJe0>.

Mahdollisia keskustelunaiheita videon jälkeen:

- Missä vaiheessa konflikti alkoi? Mistä siinä on kyse? *Määrittele, mitä eroa on konfliktilla, rauhalla ja väkivallalla (mahdollinen viittaus: Galtung).*
- Miten konflikti olisi voitu pysäyttää? Millä toimilla sen ryöstäytyminen käsistä (eskaloituminen) olisi voitu estää? *Konfliktinratkaisu- ja rauhankäytöstä voi tehdä koska tahansa, monien eri toimijoiden johdolla ja monissa eri muodoissa, mutta ennemmin on aina parempi kuin myöhemmin. On aina parempi ehkäistä riitoja ennalta kuin antaa väkivallan tehdä tuhojaan.*
- Rinnastuuko animaatio johonkin tosielämän tilanteeseen? Millaisia konflikteja keksitte, jotka ovat saattaneet kehittyä tällä tavalla? *Samat peruskaavat toistuvat konflikteissa kaikilla tasoilla, henkilöiden ja ryhmien välisistä riidoista aina kansainvälisiin konflikteihin (mahdollinen viittaus: Galtung).*

Muita lyhyitä harjoituksia, joiden tarkoituksena on saada oppilaat tietoisiksi omista ajatuksistaan ja reaktioistaan konfliktitilanteissa.

- *Puolustautuminen:* Pyydä oppilaita kuvailemaan (joko suullisesti tai kirjallisesti) sellaista tilannetta, joissa he kokivat että heitä hyväksikäytetään, mutta he puolustautuivat. Mikäli oppilas ei keksi tällaista tilannetta tai ei halua sellaista kuvata, esimerkin voi ottaa myös esimerkiksi jostakin historiallisesta tapahtumasta.
- *Mitä tekisit...?* Kävele jokaisen oppilaan luo ja pyydä heitä vastaamaan tähän kysymykseen: "Jos näkisit riidan syntyvän kahden ihmisen välille, joita et tunne ennestään mitä tekisit tai miten toimisit?"
- *Kun riitaannun jonkun kanssa:* Kävele jokaisen oppilaan luo ja pyydä heitä täydentämään seuraava lause: "Silloin kun riitaannun jonkun kanssa, minä yleensä..."