Ilmastonmuutos minussa

Luovan kirjoittamisen opetusmateriaali ympäristökysymysten käsittelyyn nuorten kanssa

Henna Laininen

Sanataideyhdistys Yöstäjä 2022

Sisällys

Johdanto / 5

1. Ympäristötunteet / 24

Lämmittelyharjoituksia / 25
Ilmastokävely / 25
Tunnejana / 27
Asentoja ilmastotunteista / 27
Tunnesanaimprovisaatio / 29
Ilmastohirviö-improvisaatio / 30
Kiitollisuuspiiri / 31
Kehon kuunteleminen / 32

Pääharjoituksia / 33
Tajunnanvirtaa ympäristötunteista / 33
Tunteiden käsitekartta / 37
Tunnerytmi / 41
Ympäristötunteen sanakirjamääritelmä / 45
Ympäristötunteen maalaaminen / 47
Pysäytyskuvia ympäristötunteista / 51
Runo tai laulu omasta ilmastotunteesta / 53
Ympäristösuru: Muistokirjoitus tai itkuvirsi / 56
Pelko ja toivo: Huolipodcast / 63
Suuttumus: Runoroiskeita / 66
Tarpeet tunteiden taustalla / 71
Empatia: Varastettu ilmastomuisto / 74
Empatia 2: Ei-inhimillisen näkökulma / 78
Luontoyhteys: Luontorunoja / 80

2. Kestävä tulevaisuus / 86

Lämmittelyharjoituksia / 87
Paikka jossa haluaisin olla / 87
Ajatuksiani tulevaisuudesta -gallup / 88
Suullinen jatkotarina tulevaisuudesta / 90
Maailman piikikkäin paikka -liioitteluharjoitus / 91
Ihania ja kamalia sanoja / 92
Onnellisuuskierros / 92
Ajatuksiani tulevaisuudesta -lauseet / 93

Pääharjoituksia / 94
Kirje itselleni tulevaisuudesta / 94
Kirjeitä tuleville sukupolville / 99
Viesti menneisyydestä / 102
Utopia kestävästä kaupungista / 104
Ratkaiseva käänne -dialogi / 111
Tulevaisuuden keksintöjä / 114
Kestävän kulttuurin lainsäädäntö / 117
Kestävän kulttuurin resepti / 119

3. Minä ympäristövaikuttajana / 121

Lämmittelyharjoituksia / 122
Arvojana / 122
Pienryhmäkeskustelu ympäristöasenteista / 124
Jos kaikki olisi mahdollista / 125
Ympäristökriisin työkalupakki / 127
Matkatavaralista autiolle saarelle / 128
Aineettomia lahjoja -pantomiimi / 129
Runoselfie / 130

Pääharjoituksia / 133
Arvomuotokuva / 133
Turhien ja tarpeellisten tuotteiden mainoksia / 135
Minun ilmastotaitoni / 141
Vaikuttava keskustelu -sarjakuva / 145
Rohkeus: Räppiä paremman maailman puolesta / 147
Ilmastosankareita / 151
Sankarin matka / 155
Elokuva ilmastosupersankarista / 155
Omat yhteisöni / 157

4. Esimerkkityöpajoja / 160
Ympäristötunteet / 161
Kestävä tulevaisuus / 166
Minä ympäristövaikuttajana / 169

Liitteet / 171
Lukuvinkkejä / 188
Viitteet ja lähteet / 196
Kiitokset / 203
Tekijät / 205

Johdanto

Globaali ympäristökriisi ja ilmastonmuutos herättävät monenlaisia tunteita. Tutuista elinympäristöistä tai elämäntavoista luopuminen voivat tuoda mukanaan esimerkiksi ahdistusta, surua, pelkoa, syyllisyyttä tai vihaa. Toisaalta luontokokemukset ja ympäristötoimintaan osallistuminen saavat tuntemaan myös esimerkiksi iloa, kiitollisuutta, yhteenkuuluvuuden tunnetta tai innostusta.

Erityisen haavoittuvassa asemassa ilmastonmuutoksen suhteen ovat nuoret. Osa nuorista kokee voimakasta ympäristöahdistusta ja näkee tulevaisuuden synkkänä[1]. Samalla monet nuoret toivovat lisää tietoa konkreettisista vaikuttamismahdollisuuksista sekä päättäjiltä vastuunkantoa ja rohkeita tekoja[2]. Toisaalta nuorilla on myös paljon muita ikävaiheeseensa liittyviä huolenaiheita ja tunnekuohuja, ja osaa nuorista ympäristöongelmien ajattelu ei kiinnosta ollenkaan. Kasvattajat ovatkin haastavassa tilanteessa: miten kohdata ryhmässä erilaisia ympäristöön liittyviä tunteita ja asenteita?

Vaikeatkin ympäristötunteet voivat kääntyä voimavaraksi, mikäli yksilö löytää riittävästi tilaa tunteiden käsittelyyn ja riittävästi toimintamahdollisuuksia ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi[3]. Sekä nuoret että aikuiset tarvitsevatkin ympäristötunteiden ja tulevaisuusajatusten käsittelyä turvallisessa ryhmässä sekä mahdollisuuksia oman ympäristövaikuttamisen pohtimiseen ja toteuttamiseen. Näiden asioiden käsittely nuorten kanssa esimerkiksi taiteen menetelmiä hyödyntäen voi lisätä hyväksyntää

erilaisia tunteita ja asenteita kohtaan. Erilaisten tunteiden kohtaaminen on tärkeää, jotta opimme elämään tunteiden kanssa.

Tunteiden käsittely voi lisätä myös valinnanvapautta sen suhteen, mihin omien tunteidensa energiaa kanavoi. Esimerkiksi ympäristösuuttumuksen energia voi olla hedelmällistä suunnata toiminnaksi ympäristön puolesta. Ympäristövaikuttamisen pohtiminen ja toteuttaminen ryhmässä voivat lisätä nuorten luottamusta siihen, että aikuiset ottavat ympäristöongelmat tosissaan ja ovat halukkaita vaikuttamaan niihin yhdessä nuorten kanssa. Vaikuttamishalun tueksi tarvitaan toivoa ja kokemusta elämän merkityksellisyydestä, ja samalla ympäristötoimintaan osallistuminen on myös keskeinen toivon vahvistaja[4]. Ympäristötutkija Panu Pihkalan mukaan toivon voi nähdä asenteena, jossa pidetään kiinni elämän merkityksellisyydestä, vaikka onnistumisesta ei ole varmuutta[5].

Ympäristötunteiden ja ympäristövaikuttamisen käsittelyn tueksi on viime vuosina julkaistu hyviä suomenkielisiä materiaaleja kasvattajille, kuten *Toivoa ja toimintaa* -sivusto sekä *Luonto ja tunteet* -sivusto[6]. *Ilmastonmuutos minussa* -luovan kirjoittamisen opetusmateriaali täydentää kasvattajien työkalupakkia monipuolisilla luovan kirjoittamisen harjoituksilla, joita kannattaa hyödyntää myös yhdessä muiden aiheeseen liittyvien materiaalien kanssa.

Miten tätä opetusmateriaalia luetaan?

Tämä opetusmateriaali tarjoaa luovan kirjoittamisen harjoituksia ympäristötunteiden, kestävän tulevaisuuden ja ympäristövaikuttamisen käsittelyyn yhdessä nuorten kanssa. Harjoitusten tavoitteena on luoda tiloja ympäristötunteiden kuuntelemiselle ja jakamiselle turvallisessa ryhmässä, tulevaisuuteen liittyvän kuvittelukyvyn avartamiselle sekä oman ympäristötoimijuuden pohtimiselle. Harjoitukset edistävät perusopetuksen ja lukion opetussuunnitelman tavoitteita, kuten ekososiaalista sivistystä, kulttuurista osaamista, vuorovaikutus- ja ilmaisutaitoja, monilukutaitoa, hyvinvointiosaamista, monitieteistä ja luovaa osaamista sekä osallistumista, vaikuttamista ja kestävän tulevaisuuden rakentamista. Vaikka harjoitusten menetelmänä on luova kirjoittaminen, moni niistä sopii hyvin myös muihin oppiaineisiin, kuten maantieteen, biologian, terveystiedon tai tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppitunnille.

Samalla harjoituksissa tutustutaan sanataiteen eri osa-alueisiin. Sanataide on luovaa kielellistä ilmaisua, joka perustuu laajaan tekstikäsitykseen. Tekstejä voidaan tuottaa esimerkiksi kirjoittamalla, puhumalla, kuvittamalla tai audiovisuaalisessa ja digitaalisessa muodossa[7]. Tämän opetusmateriaalin harjoituksissa korostuvatkin sanataiteelle ominaiset ilo, leikki ja kokemuksellisuus. Harjoitukset rohkaisevat mielikuvituksen käyttöön ja oivaltamiseen erilaisten tekstityyppien ja tyylilajien avulla. Opetusmateriaalissa kokeillaan monenlaisia

luovan kirjoittamisen menetelmiä uusien sanojen keksimisestä aina runoihin, lauluihin, tarinoihin, mainoksiin ja resepteihin. Materiaali sopiikin myös kieli-, vuorovaikutus- ja tekstitaitojen kehittämiseen sanataiteen ja luovan kirjoittamisen ryhmissä sekä äidinkielen ja kirjallisuuden oppiaineessa.

Materiaalin harjoitukset soveltuvat erityisesti yläkoulu- ja lukioikäisille sekä aikuisille, mutta osaa niistä on mahdollista soveltaa myös nuoremmille kohderyhmille. Lasten kanssa työskennellessä kannattaa painottaa toiminnallisuutta puhumisen sijaan sekä käsitellä ympäristökysymyksiä lasten ikätasolle sopivalla tavalla[8]. Harjoitusten haastavuuden taso vaihtelee. Opettajan kannattaakin pohtia, mitkä harjoitukset voisivat soveltua parhaiten omalle ryhmälle ja miten harjoitukset voisi toteuttaa turvallisella tavalla, osallistujien yksityisyyttä kunnioittaen.

Osa harjoituksista on helpommin sovellettavissa koulumaailmaan, osa taas sopii paremmin luovasta ilmaisusta kiinnostuneille ryhmille, kuten sanataidekouluihin. Tästä opetusmateriaalista on myös käännetty lyhennetty versio englanniksi, jotta materiaalia olisi helpompi soveltaa monikielisten ryhmien työskentelyyn[9]. Monikielisessä ryhmässä osallistujia kannattaa rohkaista kirjoittamaan omalla äidinkielellään, jotta omien tunteiden ja kokemusten sanoittaminen helpottuu. Kirjoittaessa syntyneitä ajatuksia voi sitten jakaa ryhmän yhteisellä kielellä.

Tämän opetusmateriaalin ensimmäisessä luvussa “Ympäristötunteet” sanallistetaan, kehollistetaan ja jaetaan omia ympäristötunteita ryhmässä. Toisessa luvussa “Kestävä tulevaisuus” havainnoidaan omaa tulevaisuusajattelua ja laajennetaan kuvittelukykyä kuvittelemalla kestävää kulttuuria. Kolmannessa luvussa “Minä ympäristövaikuttajana” pohditaan omia arvoja ja konkreettisia vaikutusmahdollisuuksia ympäristöongelmiin. Lisäksi materiaalin lopussa on kolme esimerkkioppitunnin rakennetta, yksi jokaisen alaluvun teemasta.

Materiaalin harjoitukset on ryhmitelty niin, että jokaisen alaluvun alussa esitellään matalan kynnyksen lämmittelyharjoituksia, jotka sopivat ryhmätyöskentelyhetken käynnistämiseen. Lämmittelyharjoitusten tavoitteena on turvallisen ilmapiirin luominen ja vireystilan nostaminen ryhmätyöskentelyyn sopivaksi. Samalla lämmittelyharjoitukset virittävät jo kevyesti kyseisen alaluvun teemaan. Kasvattajana voitkin esimerkiksi poimia yhden tai kaksi ryhmällesi sopivaa lämmittelyharjoitusta ja sen jälkeen ohjata samaan teemaan liittyvän pääharjoituksen – tunnet itse parhaiten ryhmäsi ja sen, mikä oman ryhmäsi kanssa on mahdollista. Harjoitusten pohjalta voit myös kehitellä omalle ryhmällesi soveltuvia jatkoharjoituksia, kuten tekstien työstämistä toisten taiteenlajien keinoin.

Jokainen pääharjoitus sisältää lyhyen virittäytymisen harjoituksen teemaan sekä varsinaisen työskentelyn. Harjoituksen ja ryhmätyöskentelyn päätteeksi kannattaa varata myös riittävästi aikaa syntyneiden tekstien ja tuotosten jakamiseen

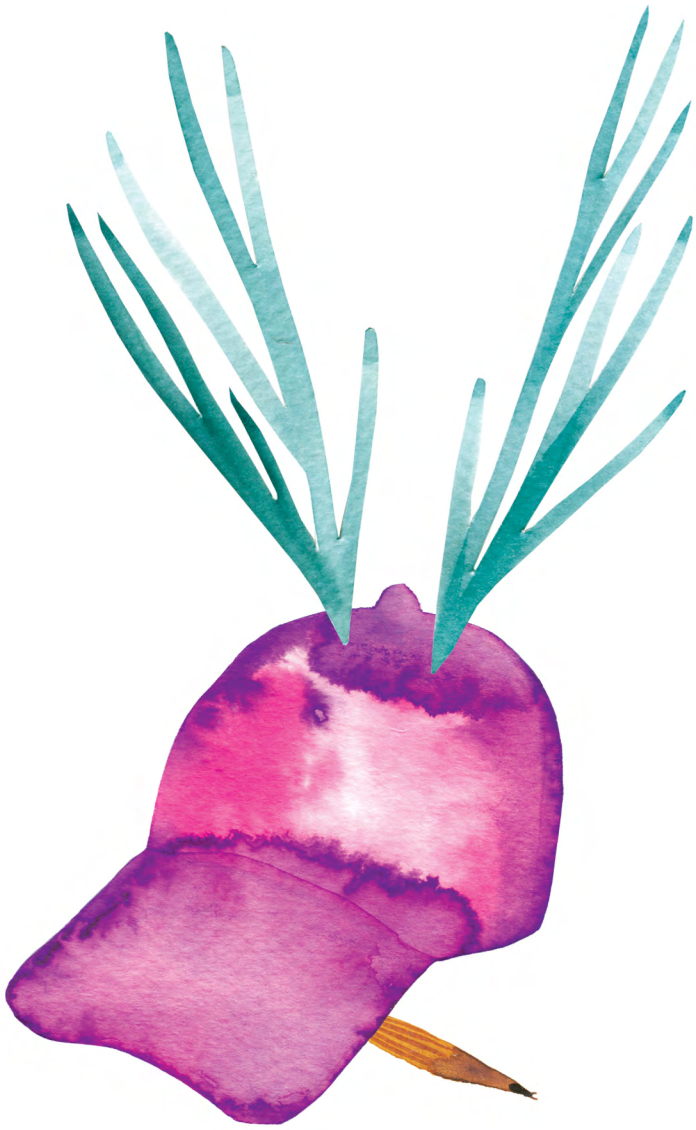
ja niistä keskusteluun. Lisää vinkkejä prosessityöskentelyn ohjaamiseen löydät teoksesta *Taidepolkuja ympäristö-empatiaan* sekä *Luonto ja tunteet* -sivustolta[10].

Ympäristöteemojen käsittely nuorten kanssa

Ympäristötunteiden käsittelyä tarvitaan sekä yleisesti osana kasvatusta ja ympäristöteemaisia oppitunteja että etenkin silloin, kun ryhmässä herää voimakkaita tunteita esimerkiksi ajankohtaisen ympäristöuutisen tai ilmasto-mielenosoitukseen osallistumisen johdosta. Sekä nuorilla että aikuisilla on erilaisia tunteita ja asenteita suhteessa ympäristöongelmiin, ja yksilöt ovat myös eri vaiheessa ympäristökriisin kohtaamisen ja käsittelyn prosessia. Osa nuorista ei ole kiinnostunut ajattelemaan aihetta, osa saattaa kaivata tietoa ja osa tunteiden jakamista, ja joidenkin kohdalla voi olla tarpeen oikaista virheellisiä käsityksiä tai stereotypioita. Nuorten hiljaisuudesta ei juurikaan voi tehdä päätelmiä siitä, kiinnostaako aihe vai ei, vaan työskentely vaatii aikaa ja luottamusta[11]. Välinpitämättömyys voi toisinaan olla myös suojatunne, joka auttaa siinä, että yksilö välttyy hankalampien ympäristötunteiden kokemiselta[12].

Jokainen kasvattaja voi ohjata ympäristöteemojen käsittelyä omien vahvuuksiensa mukaan. Tärkeintä olisi vähintään sanoittaa ympäristötunteiden olemassaolo ryhmässä. Kasvattaja voi esimerkiksi sanoa *Toivoa ja*

toimintaa -hankkeen ehdottamalla tavalla: “Ymmärrän hyvin, että monella teistä on erilaisia vaikeita tunteita esimerkiksi ilmastonmuutoksen ja muiden kestävän kehityksen kysymysten suhteen. Ne ovat niin suuria ja surullisia ongelmia, että meillä kasvattajillakin on monia vaikeita tunteita niiden suhteen. Niiden tunteiden kanssa voi kuitenkin oppia elämään yhdessä toisten kanssa.[13]”



Monien nuorten oloa voi helpottaa, jos kasvattaja myöntää, että hänellä itselläänkin on vaikeita tunteita suhteessa ympäristökriisiin. Lisäksi kasvattaja voi oman taitotasonsa mukaan tarjota keskustelumahdollisuuksia tunteista sekä edetä taiteen menetelmien hyödyntämiseen.

Ennen tunnetyöskentelyn ohjaamista kasvattajan olisi hyvä käsitellä omia ympäristötunteitaan, jotta hän pystyy tukemaan osallistujien prosesseja eikä tule projisoineeksi omia tunteitaan ryhmään[14]. Hyviä harjoituksia kasvattajille omien tunteiden käsittelyyn löytyy esimerkiksi *Toivoa ja toimintaa* -hankkeen sivuilta. Kasvattajan kannattaa myös kokeilla ryhmällä teettämiään harjoituksia ensin itse.

Ympäristökysymysten käsittelyssä kuunteleva ja hyväksyvä asenne on erityisen tärkeä. Kasvattaja voi työskentelyn alussa sanoittaa ääneen sen, että kaikenlaisten tunteiden ja asenteiden ilmaiseminen ryhmässä on sallittua mutta toisaalta ei ole pakko tuntea tai ilmaista mitään. Ryhmässä pyritään kunnioittamaan toisten tunteita ja asenteita eikä pyritä muuttamaan niitä. Turvallisen ilmapiirin luominen on nuorten kanssa olennaista, sillä nuoret voivat olla tutussakin ympäristössä arkoja avautumaan ahdistavista kokemuksistaan[15]. Ylipäätään teollistuneissa yhteiskunnissa ei ole totuttu puhumaan surun kaltaisista tunteista, jotka saattavat tuntua pelottavilta[16]. Olisikin tärkeää antaa kaikille mahdollisuus tulla kuulluiksi ja hyväksytyiksi mutta samalla suojella osallistujien yksityisyyttä. Erilaiset anonymiteetin takaavat menetelmät voivatkin olla avuksi kokemusten jakamisessa, kuten ajatusten jakaminen

nimettömänä esimerkiksi AnswerGarden-alustan tai muun sanapilvisovelluksen kautta tai keskusteleminen parin kanssa niin, että muu ryhmä ei kuuntele. Apuna yhteisten toimintatapojen sopimiseen ryhmän kanssa voi käyttää Turvallisen keskustelun huoneentaulua[17].

Kasvattajan kannattaa pyrkiä havainnoimaan herkästi, mitä ryhmä toivoo ja tarvitsee milläkin hetkellä. Toisille ryhmille ympäristötunteiden käsittely voi olla ajankohtaista, kun taas toiset saattavat kaivata konkreettiseen toimintaan ryhtymistä. Jokaiseen opetuskokonaisuuteen kannattaa kuitenkin suunnitella sekä tunteiden käsittelyä että käytännön tekemistä ja vaikuttamista. Ryhmän tarpeet saattavat vaihtua, joten kasvattajan on hyvä olla valmis muuttamaan suunnitelmiaan pitkin matkaa.

Erilaisten harjoitusten avulla voi etsiä tasapainoa ja vaihtelua raskaiden ja keveiden teemojen välille. Välillä voimakkaita tunteita voi olla helpompaa käsitellä etäännyttävän elementin avulla, kuten tekemällä tunteista runoja tai laulunsanoituksia. Myös huumori on olennainen selviytymiskeino, ja taidetyöskentelyn äärellä voikin olla helpottavaa välillä nauraa yhdessä. Samoin oman luontosuhteen pohtiminen luonnossa liikkumalla ja ulkona kirjoittamalla voi tarjota hengähdystaukoja vakavien teemojen keskelle.

Koska ympäristökriisi on valtavan monimutkainen ongelma, moni kasvattaja saattaa tuntea epävarmuutta sen äärellä, riittääkö oma tiedollinen ja taidollinen kapasiteetti

ympäristökriisin käsittelyyn. Sekä nuoret että aikuiset ovat muuttuvalla planeetalla uuden ja tuntemattoman äärellä. Ympäristöongelmia voikin lähestyä yhdessä tutkivalla asenteella, armollisesti ja oman keskeneräisyytensä hyväksyen. Se riittää, että kasvattaja on avoin ihmettelemään tilannetta ja ideoimaan toimintamahdollisuuksia yhdessä nuorten kanssa!

Kasvattajan eettisenä tehtävänä on ylläpitää merkityksellisyyttä ja siinä mielessä myös toivoa. Samalla on tärkeää, ettei kasvattaja vähättele ympäristöongelmia ja että ryhmässä uskalletaan viipyä myös vaikeiden tunteiden äärellä eikä yritetä kääntää niitä väkisin myönteisiksi. Samalla voi muistuttaa toivoa luovista näkökulmista, kuten siitä, että uutisointi on usein ongelmakeskeistä ja samalla maailmassa tapahtuu paljon hyvää ympäristöongelmien lievittämiseksi. Ilmastonmuutoksen ohella monet muutkin globaalit ongelmat, kuten pandemia ja sodat, saattavat kuormittaa nuoria. Olisikin tärkeää, ettei ilmastonmuutoksesta käytävä keskustelu lisäisi nuorten ahdistusta vaan tarjoaisi rakentavia selviytymiskeinoja.

Myös tiedon jakaminen vaikuttamismahdollisuuksista luo toivoa, mutta samalla kannattaa muistuttaa nuoria armollisuudesta itseä kohtaan. Omia vaikuttamismahdollisuuksia ei pidä vähätellä, mutta omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta huolehtiminen on tärkeää. On hyvä tuoda esiin, että vaikka ilmastonmuutos on pitkälti ihmiskunnan yhteinen haaste, ovat nuoret eriarvoisessa asemassa ympäristötoiminnan suhteen. Kaikilla ei esimerkiksi taloudellisista syistä ole yhtä paljon mahdollisuuksia vaikuttaa omiin

kulutustottumuksiinsa. On tärkeää, että nuoria ei syyllistetä heidän valinnoistaan ja että aikuiset myöntävät, että heillä on päävastuu ympäristökriisiin reagoimisessa.

Ympäristövaikuttamisen yhteydessä kasvattaja voi esimerkiksi muistuttaa ympäristöfilosofi Joanna Macyn näkemyksestä: jokainen voi oman lahjakkuutensa mukaan löytää itselleen luontaisen tavan vaikuttaa ympäristöongelmiin[18]. Pienilläkin teoilla voi olla kauaskantoiset seuraukset[19]. Ryhmää kannattaa muistuttaa myös kollektiivisen toiminnan tärkeydestä. Ympäristöongelmat ovat niin suuria haasteita, että kukaan ei voi ratkaista niitä yksin. Yksilösankaruuden sijaan tarvitaan laaja-alaista kansalaisvaikuttamista sekä suuryritysten, päättäjien ja ruohonjuuritason yhteistyötä kotimaassa ja kansainvälisesti.

Luova kirjoittaminen ympäristöpedagogisena välineenä

Taiteen menetelmät mahdollistavat ympäristökysymysten kokonaisvaltaisemman ja kehollisemman käsittelyn, jossa tehdään tilaa toisenlaisille tietämisen tavoille ja monilajisten suhteiden tunnustelulle[20]. Luova kirjoittaminen on tässä menetelmänä erityisen käyttökelpoinen. Kirjoittaminen on monelle jo lähtökohtaisesti tuttua, ja kirjoittamalla omia tunteita, ajatuksia ja kokemuksia voi tarkastella turvallisessa, yksityisessä tilassa. Kirjallisuusterapeuttiset tutkimukset osoittavat, että vaikeista tunteista ja kokemuksista kirjoittaminen voi lisätä sekä

fyysistä että psyykkistä hyvinvointia ja myönteisten selviytymiskeinojen kehittymistä[21]. Ympäristökysymysten kohtaamiseen onkin viime vuosina kehitetty välineitä myös luovan kirjoittamisen keinoin[22].

Ympäristökriisin käsittelyssä luovalla kirjoittamisella voi olla monenlaisia tavoitteita. Kirjoittaminen voi auttaa saamaan tunteen liikkeelle ja ilmaisemaan omia tunteita[23]. Samalla kirjoittaminen antaa tunteisiin etäisyyttä ja auttaa ajatusten jäsentelyssä[24]. Tekstien jakaminen ryhmässä mahdollistaa myös kurkistuksen toisten kirjoittajien sisäiseen maailmaan. Taiteen ja kirjallisuuden vastaanottaminen ja itse tekeminen voivatkin kehittää empatiataitoja, mikäli oppimistilanteessa kannustetaan empaattiseen vuorovaikutukseen pedagogisin menetelmin[25].

Erilaisten kirjoituskokeilujen avulla voi etsiä myös uudenlaista suhdetta luontoon ja kuvitella maailmaa ei-inhimillisestä näkökulmasta. Luonnonilmiöiden äärelle pysähtyminen kirjoittamalla auttaa huomaamaan, miten mieli, keho, toiset lajit ja luonnonprosessit ovat keskenään vuorovaikutuksessa[26]. Tunnesuhteen vahvistaminen luontoon voi samalla vahvistaa halua huolehtia ympäristöstä[27].

Tarinoita kertomalla voi pyrkiä vaikuttamaan siihen, minkälaista tulevaisuutta haluamme luoda – esimerkiksi kuvittelemalla yksilösankareiden sijaan lajienvälistä yhteiseloa ja yhteistyötä[28]. Tässä opetusmateriaalissa painottuu utopistinen työskentely, koska äidinkielen opetusmateriaaleissa ympäristökysymyksiä on useimmiten

käsitelty dystopioiden kautta[29]. Synkät tulevaisuustarinat voivat auttaa omien pelkojen kohtaamisessa ja käsittelyssä, mutta niiden rinnalle tarvitaan luottamusta ja innostusta lisääviä tarinoita, jotka näyttävät tulevaisuuden moninaisempana. Tulevaisuudentutkimuksen näkökulmasta on monia enemmän tai vähemmän mahdollisia tulevaisuuksia, ja niiden toteutumiseen on mahdollista vaikuttaa omalla toiminnalla[30]. Maailman muuttamiseksi tarvitsemmekin kuvittelukyvyn laajentamista ja taitoja ajatella tulevaisuutta rakentavalla tavalla[31].

Luova kirjoittaminen voi vahvistaa osallistujien motivaatiota ympäristövaikuttamiseen, ja kirjoittamalla voi suunnitella myös konkreettisia tekoja ympäristön hyväksi. Aikuisille ohjaamistani *Ilmastonmuutos minussa* -luovan kirjoittamisen työpajoista (2018–2020) kerätty kyselyaineisto osoittaa, että ympäristötunteiden ja oman ympäristötoimijuuden pohtiminen kirjoittamalla herätti osassa kurssilaisia halun vaikuttaa ilmastoasioihin. Myös kirjoittaminen itsessään voi muun toiminnan ohella olla eräs ympäristövaikuttamisen keino[32].

Luova kirjoittaminen on kuitenkin menetelmänä ollut pitkään sivuroolissa kirjallisuuslähtöisessä ympäristöpedagogiikassa, ja päähuomio on keskittynyt lukemisen merkitykseen[33]. Samoin sanataidepedagogiikka on ylipäätään ollut puutteellisesti tutkittua[34]. Luovan kirjoittamisen monet mahdollisuudet ympäristöpedagogiikassa ansaitsisivatkin enemmän huomiota.

Luova kirjoittaminen taipuu menetelmänä monimuotoisiin kokeiluihin: tekstejä voidaan kirjoittaa yhdessä lause kerrallaan, kirjoittamisen lähtökohtana voidaan käyttää moniaistisia kokemuksia, kuten liikettä ja musiikkia, ja syntyneitä tekstejä voidaan kehollistaa, maalata tai muovailla. Kannattaa rohkeasti lähteä kokeilemaan kirjoittamista myös ulkotiloissa, erilaisissa ympäristöissä ja sääolosuhteissa. Luonnossa kirjoittaminen voi mahdollistaa uudenlaisia aisti- ja tunnekokemuksia sekä tuoda teksteihin lisää yllätyksellisyyttä ja kehollisuutta.

Luovaa kirjoittamista voidaan yhdistää myös monialaisiin oppimiskokonaisuuksiin. Tällainen voisi esimerkiksi olla maantieteen, kotitalouden, terveystiedon ja äidinkielen oppimiskokonaisuus, jossa tutustutaan ilmastonmuutoksen syihin ja seurauksiin, mahdollisuuksiin vaikuttaa ja varautua ilmastonmuutokseen sekä ilmastonmuutoksen herättämien tunteiden sanallistamiseen luovan kirjoittamisen menetelmin. Ympäristötunteiden monialaiseen käsittelyyn taas sopisi esimerkiksi musiikin, äidinkielen ja kuvataiteen oppimiskokonaisuus, jossa toteutetaan räpvideoita ympäristötunteista. Koska kirjoittaminen on monelle tuttu työskentelymuoto, se sopii myös erityisen hyvin erilaisten ryhmätyöskentelyjen aloittamiseen, käsiteltyjen teemojen reflektointiin sekä omien ajatusten ja tunteiden tunnusteluun ennen kuin niitä jaetaan ryhmän kanssa.

Kun ympäristöteemoja käsitellään luovan kirjoittamisen menetelmin, on tärkeintä itse prosessi eikä lopputuloksen arviointi. Kirjoitettua tekstiä ei ole pakko jakaa toisten kanssa, vaan sitä voidaan käsitellä esimerkiksi itsekseen lukemalla ja tekstiä alleviivaamalla tai vain läheisen ystävän kanssa. Erityisesti nuorille voi olla turvallisempaa, että omista teksteistä jaetaan vain yksittäisiä sanoja tai katkelmia. Katkelmista voidaan esimerkiksi koostaa sana-kollaasirunoja luokan seinälle tai etäopetustilanteessa chat-ketjuun tai tehdä yhteisiä äänimaisemia muiden sanomia sanoja ääneen toistamalla. Samalla osallistujien jakamista sanoista muodostuu uusi teksti, joka voi synnyttää riemastuttavia assosiaatioita ja yhteisöllisyyden sekä yhdessä luomisen tuntua. Mikäli ryhmä on riittävän turvallinen tekstien jakamiseen, voidaan pitemmälle työstetyistä teksteistä antaa lyhyesti kannustavaa palautetta. Ryhmä tai opettaja voi esimerkiksi kertoa, mistä asioista piti tekstissä tai mitä käsiteltävään teemaan liittyviä ajatuksia tekstin kuuleminen herätti.

Osalle nuorista oman tekstin tuottaminen voi kuitenkin olla haastavaa. Digitaalisen mediakulttuurin myötä muut ilmaisukeinot voivat olla tutumpia. Samoin esimerkiksi maahanmuuttajanuorille tai muille erityisryhmille tekstin tuottaminen voi olla vaikeaa suomen kielen taitotason tai ylipäätään kielellisen ilmaisun haasteiden takia. Erilaiset valmiita tekstejä hyödyntävät kollaasitekniikat helpottavat osallistumista, kun tekstin voi koota valmiista aineksista. Samoin valmiiden lauseenalkujen tai tekstikaavan

pohjalta kirjoittaminen tai vapaa tajunnanvirta voi auttaa alkuun pääsemisessä. Itsekritiikkiä saattaa helpottaa myös tieto, että omaa tekstiä ei ole pakko jakaa toisille. Myös nuorten asenteet kirjoittamista ja taidetyöskentelyjä kohtaan vaihtelevat. Kasvattaja voi tuoda esiin sen, että luovan kirjoittamisen harjoituksissa ei tarvitse välittää kielioppisäännöistä, eikä ole oikeita tai vääriä tapoja kirjoittaa. Luovassa kirjoittamisessa on lupa kokeilla uutta ja järjenvastaista, leikitellä sanoilla ja ottaa vastaan erikoisetkin mielleyhtymät! Luovan kirjoittamisen avulla nuorten tunnetaidot ja tietoisuus ympäristötunteista vahvistuvat. Nuoret saavat mahdollisuuden kuvitella itsensä ilmastosankareina, eläiminä, uutistoimittajina, kirjailijoina, keksijöinä, tulevaisuuden kestävän kaupungin asukkaina tai muina toimijoina, joiden elämään ilmastonmuutos vaikuttaa. Siinä on kuvittelun aktivoiva voima.

1. Ympäristötunteet

Ympäristötunteet ovat ympäristöongelmiin, ympäristövaikuttamiseen ja luontoon liittyviä tunteita. Tässä luvussa opetellaan sanallistamaan omia ympäristötunteita. Minkälaisia tunteita avohakkuut, ennätyshelteet tai vilpoisassa metsässä kulkeminen sinussa herättävät? Missä kohtaa kehoa tunteet tuntuvat? Minkälaista liikettä ne synnyttävät?

Lämmittelyharjoituksia

Tavoitteet:
Ympäristötunteisiin liittyvien lämmittelyharjoitusten tavoitteena on rakentaa ryhmään turvallinen ja kannustava ilmapiiri sekä herätellä osallistujia oman kehon ja omien ympäristötunteiden havainnointiin. Yläkoulu ja lukio: Harjoitukset edistävät laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot* sekä *hyvinvointiosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitukset edistävät tavoitetta *sanataiteilijana kehittyminen* herkistämällä eri aistien käyttöön.

Ryhmässä:

Ilmastokävely
(10 min)

Vaellellaan vapaasti tilassa, opettajan antamiin ohjeisiin reagoiden:

1. Kävele vapaasti ja katsele ympärillesi. Mikä kiinnittää ympäristössä huomiosi tänään? Mitä ääniä kuulet? Mitä haistat? Mitä havaitset, kun katsot alas? Mitä näet silmiesi korkeudella? Entä yläpuolellasi? Miltä tänään tuntuu kävellä? Oletko väsynyt vai virkeä?

2. Ajattele seuraavaksi hetki ilmastonmuutosta. Miten ilmastonmuutos vaikuttaa tapaasi kävellä? Kuvittele, että kävelet jalkakäytävällä, jolle on tulvinut vettä. Miten kävelytapasi muuttuu? Jos haluat, voit liioitella liikekieltäsi. Kuvittele seuraavaksi, että kävelet kovassa myrskytuulessa. Miten nyt kävelet? Kuvittele, että sää vaihtuu nyt ennätyshelteeksi ja hiki valuu ihoasi pitkin. Miten kävelytapasi muuttuu?

3. Entä miten ilmastonmuutokseen liittyvät tunteet vaikuttavat tapaasi kävellä? Kuvittele, että tunnet nyt jotain raskasta, kuten pelkoa tai surua. Miten kävelytapasi muuttuu? Jos haluat, voit jälleen liioitella liikekieltäsi. Kuvittele seuraavaksi, että tunnet jotain kevyempää, kuten päättäväisyyttä tai toivoa. Miten nyt kävelet?

4. Palauta seuraavaksi mieleesi joku asia, josta olet tänään kiitollinen. Onko joku ehkä auttanut sinua? Tai oletko onnistunut jossain? Mikä tai kuka tuottaa sinulle hyvää mieltä kotona tai koulussa ja auttaa jaksamaan? Miten tämän asian muistaminen vaikuttaa tapaasi kävellä? Miltä käveleminen nyt tuntuu?

5. Palaa lopuksi ajatuksissasi tähän hetkeen. Kävele vapaasti ja uskaltaudu katsomaan vastaantulijoita silmiin. Voit myös hymyillä vastaantulijoille.

Harjoitus pohjautuu tutkija-draamakasvattaja Anna Lehtosen kehittämään harjoitukseen, ja sitä on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt Henna Laininen yhteistyössä Maria Siirosen kanssa.

Tunnejana
(5 min)

Osallistujat menevät seisomaan kuvitteellisen tunnejanan eri kohdille sen mukaan, mitä he tällä hetkellä tuntevat ilmastonmuutokseen liittyen.

pelko – rauhallisuus
suru – vain vähän tai ei yhtään surua
toivo – epätoivo
varmuus – epävarmuus
ahdistuneisuus – rentoutuneisuus
huoli – huolettomuus
innostus – välinpitämättömyys – lamaantuminen
halu toimia – halu vetäytyä

Harjoitus on muunnelma Janette Hannukaisen ja Veera Kivijärven Tunnejana-harjoituksesta opetusmateriaalista ***Rivien välissä: Sanataiteellinen mediakasvatuksen opetusmateriaali yläkouluikäisille*** *(Kirjan talo 2019).*

Asentoja ilmastotunteista
(15 min)

1. Huoneen keskelle asetetaan tuoli, joka peitetään kankaalla. Opettaja ohjeistaa: “Tämä tuntematon esine tässä on ilmastonmuutos. Kuinka läheiseltä aiheelta ilmastonmuutos tuntuu sinun elämässäsi? Asettaudu tilaan sellaiselle etäisyydelle esineestä, joka kuvaa

suhtautumistasi tänään. Jos ilmastonmuutos mietityttää sinua, voit asettua aika lähelle esinettä. Jos ilmastonmuutos ei kiinnosta sinua tai et haluaisi ajatella sitä, asetu mahdollisimman kauas esineestä. Jos taas ilmastonmuutos on sinulle todella tärkeä aihe ja haluaisit pystyä vaikuttamaan siihen, voit koskettaa esinettä. Muista, että voit nyt itse valita, mitä haluat kertoa muille itsestäsi, ja valita sijaintisi sen mukaan."

2. Kun kaikki ovat valinneet sijaintinsa, katsotaan hetki ympärille. Sen jälkeen muodostetaan pari itseä lähimpänä sijaitsevan henkilön kanssa. Opettaja ohjeistaa: "Asetu seisomaan vastakkain parisi kanssa. Sanon seuraavaksi sanoja, joihin pääset reagoimaan ottamalla tunnetilaasi sopivan ilmeen tai asennon. Esimerkiksi, jos sanon ´ilmastonmuutos´, ota sellainen ilme tai asento, joka kuvastaa tunnettasi, kun kuulet tämän sanan. Toinen parista reagoi ensin ja sitten toinen peilaa toisen ilmettä tai asentoa ottamalla mahdollisimman samanlaisen ilmeen tai asennon. Kun sanat on käyty läpi, vaihdetaan vuoroa, niin että molemmat pääsevät kokeilemaan molempia rooleja."

Sanat:
helleaalto, epävarmuus, luonnon monimuotoisuus, kasvisruoka, ilmastoahdistus, ilmastomielenosoitus, tulevaisuus, toivo

Tunnesanaimprovisaatio
(10 min)

Sanallistetaan eri tunnesanojen herättämiä mielikuvia. Opettaja sanoo yhden tunnesanan kerrallaan ja ryhmä reagoi siihen vastaamalla mielikuvia koskeviin kysymyksiin.

Tunnesanat: ilo, suru, rakkaus, viha, pelko, toivo

Mielikuvat:
– Minkä värinen tämä tunne mielestäsi on?
– Jos tämä tunne olisi ääni, miltä se kuulostaisi?
– Miltä tämä tunne tuoksuisi?
– Miltä tämä tunne maistuisi?
– Minkä muotoinen tämä tunne olisi?
– Jos voisit koskettaa tätä tunnetta, miltä se tuntuisi kädessäsi? Olisiko se esimerkiksi sileä, karhea, pehmeä tai piikikäs?
– Kuinka paljon tämä tunne painaa? Onko se esimerkiksi kevyt kuin höyhen vai painaako se tuhat kiloa?

Toteutustapa 1. Jokainen kirjoittaa sanan herättämät mielikuvat paperille.

Toteutustapa 2. Ryhmä ideoi mielikuvia suullisesti ja opettaja kirjaa taululle jokaisen tunnesanan alle sen herättämät mielikuvat.

Harjoituksen on kehittänyt taiteilija-tutkija Henna Laininen yhteistyössä ympäristötutkija Panu Pihkalan kanssa.

Ilmastohirviö-improvisaatio
(10 min)

Kevennetään tunnelmaa tekemällä humoristinen harjoitus: kuvitellaan yhdessä, minkälainen ilmastoahdistus olisi, jos se olisi fantasiatarinan hirviö eli ilmastohirviö. Opettaja kirjaa yhteiset ideat taululle.

– Minkä värinen hirviö ilmastoahdistus on?
– Minkälainen sen nahka on? Onko sillä turkki, höyhenet, piikit tai kenties suomut?
– Minkälaisin raajoin ilmastohirviö liikkuu? Onko sillä sorkat, lonkerot tai ehkäpä siivet?
– Minkälainen pää ilmastohirviöllä on? Onko sillä pitkä turpa, terävä nokka tai kenties ihmiskasvot?
– Minkälaista ääntä ilmastohirviö pitää?
– Mitä ilmastohirviö syö ravinnokseen?
– Mitä ilmastohirviö tekee, kun se kohtaa ihmisen?
– Miten ilmastohirviön voi kesyttää?

Esiintymisestä pitävissä ryhmissä ilmastohirviöitä voidaan ideoida myös pareittain ja esittää niitä kehollisesti.

Harjoituksen on kehittänyt taiteilija-tutkija Henna Laininen sanataide-opettaja Pia Krutsinin idean pohjalta.

Kiitollisuuspiiri
(10 min)

Opettaja ohjeistaa: “Mieti yksi pieni tai suuri asia, josta olet tänään kiitollinen ja jonka olet kohta valmis jakamaan muiden kanssa. Se voi olla esimerkiksi asia, joka saa sinut hyvälle mielelle tai tekee olosi turvalliseksi. Se voi olla jotakin kaunista, mitä näit koulumatkalla. Tai ehkä se on joku sinulle tärkeä ihminen, paikka tai esine. Nosta peukalo pystyyn, kun olet keksinyt oman kiitollisuuden aiheesi.”

Seuraavaksi jokainen kertoo vuorollaan, mistä on kiitollinen. Jos ryhmäläiset eivät entuudestaan tunne toisiaan, voi kiitollisuuspiiri toimia samalla esittelykierroksena, jolla kerrotaan oma nimi. Ympäristöfilosofi Joanna Macyn mukaan kiitollisuus on voimavara, joka auttaa meitä jaksamaan myös ympäristökriisin herättämiä vaikeampia tunteita.

Vaihtoehtoinen toteutustapa: Jokainen kertoo, mistä luontoon tai ympäristötoimintaan liittyvästä asiasta on tänään kiitollinen.

Lisää kiitollisuudesta: Joanna Macy & Chris Johnstone: ***Active Hope – How to Face the Mess We´re in without Going Crazy*** *(New World Library 2012).*

Yksin tai ryhmässä:

Kehon kuunteleminen
(10 min)

Lämmittely:
Ravistele käsivarsiasi ja jalkojasi. Jos pidät äänenkäytöstä, voit myös hengittää syvään ja puhallella happea ulos sekä tehdä äänelläsi jotain sellaista, mikä juuri nyt tuntuu hyvältä. Venyttele muutaman kerran eri suuntiin. Minkälaista venytystä tai liikettä kehosi kaipaa juuri nyt? Mene seuraavaksi kyykkyyn ja rutista itsesi mahdollisimman pieneksi. Rypistä samalla naamasi rusinaksi. Nouse seuraavaksi varpaillesi seisomaan, kurottele ylös ja venytä itsesi mahdollisimman suureksi. Avaa myös silmäsi ja suusi. Toista kyyristyminen ja avautuminen muutaman kerran.

Hiljentyminen:
Hiljenny sen jälkeen paikallesi istuma- tai seisoma-asentoon. Sulje silmäsi ja hengitä muutaman kerran syvään. Kuuntele hengitystäsi ja kehoasi. Havaitsetko tuntemuksia tai tunteita? Voit antaa niiden vain olla, ei ole tarvetta muuttaa niitä mitenkään.

Maadoittuminen:
Kuvittele, että jaloistasi kulkee ravitsevat juuret maahan. Ne kuljettavat sinulle vettä ja ravinteita ja pitävät sinut tiukasti kiinni maassa. Hengittele rauhallisesti ja tunne, miten juuret voimistavat sinua.

Kiitollisuus:
Mieti lopuksi joku asia, josta olet juuri tänään kiitollinen. Tunne, miten kiitollisuus hehkuu lämpönä rinnassasi. Tunne, miten kiitollisuus leviää lämpönä päähäsi, oikeaan käteesi, vasempaan käteesi, keskivartaloosi, oikeaan jalkaasi, vasempaan jalkaasi. Tunne, miten kiitollisuus täyttää lämpönä koko kehosi. Nyt voit avata silmäsi.

Pääharjoituksia

Tajunnanvirtaa ympäristötunteista
(25 min)

Tavoitteet:
Pyritään saamaan yhteys omiin tunteisiin vapaasti kirjoittamalla. Tehtävän purku ryhmässä tekee tilaa toisten tunteiden kuuntelemiselle ja ryhmän tunneilmapiirin kuulostelemiselle. Tajunnanvirta-harjoitus sekä sivulla 37 esitelty Tunteiden käsitekartta -harjoitus toimivat myös melko matalan kynnyksen aloituksena syvemmälle etenevään tunnetyöskentelyyn. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot*; *hyvinvointiosaaminen* ja *vuorovaikutusosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanallistamaan omia tunteita ja tutustutaan tajunnanvirtatekniikkaan luovan prosessin käynnistäjänä.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Opettaja alustaa lyhyesti siitä, miksi ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on tärkeää käsitellä. Kohderyhmästä riippuen tämän voi tehdä esimerkiksi seuraavilla tavoilla:

a) Videolla:
Katsellaan yhdessä Toivoa ja toimintaa -hankkeen video *(4 min)*, jossa Helsingin yliopiston tutkija Panu Pihkala kertoo, mitä ovat ilmastoahdistus ja muut kestävän kehityksen kysymyksiin liittyvät tunteet, miksi niiden huomioiminen on tärkeää ja mitä haasteita siihen liittyy: https://www.youtube.com/watch?v=uZoIIkWoqLw&t=195s

b) Suullisesti:
Opettaja lukee ääneen tai puhuu omin sanoin alustuksen "Miksi ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on tärkeää käsitellä?" (sivu 172) ja heijastaa alustuksen aikana kuvat "Maailman ongelmien herättämiä tunteita" (sivu 174) sekä "Suomalaisten tunteita ilmastonmuutokseen liittyen" (sivu 175).

c) Lukemalla:
Tutustutaan ympäristötunteisiin lukemalla etukäteen Panu Pihkalan teksti "Ilmasto meni tunteisiin": https://www.maailmankuvalehti.fi/2019/2/pitkat/ilmasto-meni-tunteisiin/
Opettaja voi myös vinkata ryhmälle Pihkalan kirjan *Mieli maassa? Ympäristötunteet* (Kirjapaja 2019).

Harjoitus *(10 min)*:
Kirjoita kuuden minuutin ajan tajunnanvirtaa ilmastonmuutokseen liittyvistä tunteistasi. Tajunnanvirta tarkoittaa, että annat käden liikkua paperilla tai näppäimistöllä pysähtymättä ja kirjaat ylös kaiken, mitä mieleesi juolahtaa. Kaikenlaiset sanat ja tunteet ovat sallittuja. Näitä tekstejä ei tarvitse lukea muille.

Aloita sanoilla:
"Kun ajattelen ilmastonmuutosta, tunnen..." Kun kolme minuuttia on kulunut, jatka kirjoittamista sanoilla: "Tällä hetkellä minulle antaa voimaa..." Kirjoita vielä kolmen minuutin ajan. Apuna tunteiden sanallistamisessa voi käyttää myös Tunteiden käsitekartta -harjoituksen tunnesanalistaa (sivu 40).

Vaihtoehtoisia toteutustapoja:
Harjoituksesta saa sanataiteellisemman, jos harjoituksen aluksi jokainen saa hakea satunnaisesti yhden opettajan tuomista, nurin päin olevista kummallisista lehtiotsikoista (esim."Kalan katkennut selkä osaa parantua itse"). Oman lehtiotsikon saa katsoa, kun on kirjoitettu kolme minuuttia, ja se pitää ujuttaa mukaan seuraavaksi kirjoittamaansa tekstiosuuteen. Harjoituksesta saa helpomman, jos kirjoitetaan useista lauseenaluista, minuutti kerrallaan:

– Kun kuulin ilmastonmuutoksesta ensimmäisen kerran...
– Kun nyt ajattelen ilmastonmuutosta, tunnen...
– Eniten minua huolestuttaa...
– Minua suututtaa tai turhauttaa...

– Tunnen myötätuntoa…
– Minut tekee iloiseksi…
– Toivoisin, että tulevaisuudessa…

Purku *(5 min)*:

a) Yksin:
Lue tekstisi läpi ja alleviivaa sieltä eri väreillä:
– sanoja tai aiheita, jotka toistuvat tekstissä usein
– ajatuksia tai asioita, joita haluaisit muuttaa
– ajatuksia tai asioita, joista saat voimaa

b) Ryhmässä:
Jokainen valitsee tajunnanvirrastaan 1–3 sanaa ja kirjoittaa ne isoille paperilapuille. Ryhmäläisten sanoista muodostetaan yhteinen kollaasiteksti lattialle tai seinälle lappuja kiinnittämällä. Lopuksi opettaja lukee tekstin ääneen.

Vaihtoehtoinen purkutapa
(esiintymisestä pitäville ryhmille):
Jokainen alleviivaa tajunnanvirrastaan yhden sanan, jonka haluaa jakaa muille. Mennään piiriin seisomaan. Jokainen sanoo vuorollaan oman sanansa ja tekee siihen sopivan asennon, liikkeen tai eleen. Muut toistavat sanan kaikuna ja peilaavat liikettä.

Harjoituksessa on hyödynnetty Toivoa ja toimintaa -hankkeen materiaaleja, kuten osia Maija Raikamon ideoimasta Prosessi-kirjoittaminen-harjoituksesta sivuilla toivoajatoimintaa.fi.

Tunteiden käsitekartta *(35 min)*

Tavoitteet:
Tutustutaan ympäristötunnesanastoon. Opetellaan tunnistamaan itsessä erilaisia ympäristötunteita ja jäsentämään omaa tunnemaastoa sekä tunteiden välisiä yhteyksiä. Opetellaan tunteiden jakamista toisten kanssa ja lisätään ymmärrystä toisten tunnemaastoista. Tunteiden käsitekartta -harjoitus sekä sivulla 33 esitelty Tajunnanvirtaa ympäristötunteista -harjoitus toimivat myös melko matalan kynnyksen aloituksena syvemmälle etenevään tunnetyöskentelyyn. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot*; *hyvinvointiosaaminen* ja *vuoro-vaikutusosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustutaan käsitekarttaan ideoinnin apuvälineenä, laajennetaan sanavarastoa ja luodaan metaforia.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Opettaja alustaa lyhyesti siitä, miksi ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on tärkeää käsitellä (ks. sivun 33 Tajunnanvirtaa ympäristötunteista -harjoituksen virittäytymismateriaalit).

Harjoitus *(15 min)*:
Tutustu sivulla 40 olevaan tunnesanalistaan. Poimi tunnesanalistasta sanoja, jotka kuvaavat ilmaston-muutoksen sinussa herättämiä tunteita. Tunteet voivat

liittyä suoraan ilmastonmuutokseen mutta myös siihen kytkeytyviin asioihin, kuten ilmastovaikuttamiseen tai metsiin, jotka sitovat hiiltä ja hillitsevät ilmastonmuutosta. Voit myös keksiä itse lisää tunnesanoja. Piirrä käsitekartta ilmastonmuutokseen liittyvistä tunteistasi. Voit esimerkiksi kirjoittaa voimakkaimmat tunteesi isoilla kirjaimilla ja vähemmän voimakkaat tunteesi pienillä. Voit myös yhdistellä toisiinsa liittyviä tunnesanoja viivoilla tai nuolilla ja lisätä karttaan kuvia.

Vaihtoehtoisia toteutustapoja:
Käsitekartta voidaan tehdä kohderyhmästä riippuen myös kestävän elämäntavan opetteluun tai ilmastoaktivismiin liittyvistä tunteista. Luovan kirjoittamisen ryhmissä käsitekartan avulla voidaan samalla harjoitella kielikuvien keksimistä omista ympäristötunteista. Jokainen piirtää kuvitteellisen maastokartan ja nimeää siihen paikkoja, joissa yhdistyvät paikat tai luontosanat ja niihin liittyvät tunteet (esim.“suuttumuksen suo”, “kaipauksen loputon aavikko”, “toivon lähde”, “rohkeuden rakennustyömaa”).

Purku *(10 min)*:
Kerätään osallistujien yhteinen tunnekartta AnswerGarden-alustalle (https://answergarden.ch/) tai muuhun sanapilvisovellukseen. Jokainen valitsee omalta käsitekartaltaan 3–5 itselle tutuinta tunnetta ja syöttää ne sovellukseen. Sanapilven avulla voidaan helposti visualisoida sitä, että ryhmässä on monenlaisia tunteita, joista isommalla fontilla olevat tunteet ovat saaneet enemmän mainintoja.

Vaihtoehtoinen purkutapa:
Mikäli ryhmän ilmapiiri on riittävän turvallinen, käsitekartat voidaan purkaa pareittain. Siinä tapauksessa opettaja kertoo ryhmälle jo ennen harjoituksen tekoa, että käsitekarttaa tullaan esittelemään parille sen verran, kuin siitä haluaa jakaa. Opettaja muistuttaa myös etukäteen siitä, ettei toisen jakamia asioita kerrota ulkopuolisille. Opettaja ohjeistaa: “Esittele käsitekarttaa parillesi vapaamuotoisesti, muutaman minuutin ajan. Jos et halua näyttää käsitekarttaa, voit myös kertoa, miltä sen tekeminen tuntui. Kun toinen puhuu, toinen keskittyy myötätuntoiseen kuuntelemiseen. Myötätuntoisella kuuntelemisella tarkoitan, että kuuntelet pariasi hyväksyvästi mutta et keskeytä tai kommentoi puhuttua. Kun molemmat ovat puhuneet, voitte lopuksi vielä keskustella, mitä ajatuksia jakaminen herätti.”

Tunteiden käsitekartta -harjoitus on Toivoa ja toimintaa -hankkeen kehittämä, ja laajempi johdatus harjoitukseen löytyy sivulta https://toivoajatoimintaa.fi/tunteet/tunnetehtavia/#2_Tunteiden_kasitekartta. Harjoituksen on tähän opetusmateriaaliin muotoillut Henna Laininen ja sanataiteellisen version kehittänyt sanataideopettaja Pia Krutsin.

Tunnesanalista:

elinvoimaisuus
myötätunto
kiitollisuus
suloisenhaikeus
turhautuminen
suuttumus
syyllisyys
hämmennys
ylitsekäyvyys
välinpitämättömyys
kyllästyminen
alakulo
ahdistus
väsymys
pelko
huoli
suru
kaipaus
toivo
terve ylpeys (itsestä tai toisista)
kunnioitus
arkuus
ärtymys
epäreiluuden tunne
hallitsemattomuus
helpotus
järisyttävyys
merkityksellisyys
riemu
rohkeus
riittämättömyys
ristiriitaisuus
ulkopuolisuuden tunne
turvattomuus
yhteenkuuluvuus
turva
into
tyyneys
ilo
uteliaisuus
kiintymys
hellyys
rakkaus

Tunnerytmi
(30 min)

Tavoitteet:
Otetaan etäisyyttä omaan ympäristötunteeseen leikittelemällä kielellä ja kevennetään vakavaa teemaa tekemällä välillä humoristinen harjoitus. Harjoitus sopii jatkoharjoitukseksi Tajunnanvirtaa ympäristötunteista -harjoitukselle tai Tunteiden käsitekartta -harjoitukselle.
Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *hyvinvointiosaaminen* ja *vuorovaikutusosaaminen*.
Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustutaan kokeellisten tekstien tuottamiseen rajoitteiden avulla ja tutkitaan tekstin rytmiä.

Harjoitus *(20 min)*:
1. Valitse yksi tajunnanvirrassa tai käsitekartassa havaitsemistasi ympäristötunteista. Kirjoita vapaasti sanoja ryöpyttäen seitsemän rivin mittainen teksti, jossa kuvailet tätä tunnettasi tarkemmin. Jos haluat, voit lainata tekstiin katkelmia tajunnanvirrastasi.

2. Käytä syntynyttä tekstiä aineksena uudelle tekstille, jonka teet seuraavan kaavan mukaan:

1) Jäljennä alkuperäistekstin 1. ja 2. rivi sellaisenaan.

2) Poimi alkuperäistekstin 2. riviltä kaksi peräkkäistä sanaa ja tee niistä seuraava rivi.

3) Toista alkuperäistekstin 3. rivi sellaisenaan.

4) Poimi alkuperäistekstin 2. riviltä kaksi muuta sanaa ja tee niistä seuraava rivi.

5) Toista alkuperäistekstin 4. rivi sellaisenaan.

6) Poimi alkuperäistekstin 4. riviltä kaksi irrallista tavua tai yksittäistä kirjainta ja toistele niitä sattumanvaraisessa järjestyksessä kahden rivin verran.

7) Poimi alkuperäistekstin 5. riviltä 3 sanaa ja tee niistä 5 riviä, joissa vyörytät sanoja sattumanvaraisessa järjestyksessä vapaasti asetellen.

8) Toista seuraavaksi alkuperäistekstin 1. rivi.

9) Poimi alkuperäistekstin 6. riviltä 1 sana ja tee siitä oma rivinsä.

10) Toista alkuperäistekstin 1. rivin 2 ensimmäistä sanaa ja lisää niiden perään alkuperäistekstin 7. rivin kaksi viimeistä sanaa.

Purku *(10 min)*:

a) Ryhmässä:
Jos ryhmän ilmapiiri on turvallinen, molemmat seitsemän rivin mittaiset tekstit voidaan lukea ääneen pareittain tai pienissä ryhmissä. Sen jälkeen voidaan keskustella siitä, minkälainen tunne teksteistä välittyi ja miten kyseisen tunteen kanssa voisi elää. Vaihtoehtoisesti tekstit voidaan myös tulostaa paperille nimettömänä ja tehdä niistä ympäristötunnenäyttely kokoontumistilan seinälle.

b) Yksin:
Lue molemmat seitsemän rivin mittaiset tekstit ja pohdi, minkälainen tunne niistä välittyy. Muuttuuko tunne jälkimmäisessä tekstissä, kun tekstin rytmi on muuttunut? Kuulostaako vihainen teksti entistä kiukkuisemmalta, kun samoja sanoja toistellaan peräkkäin? Tai lisäävätkö lyhyet rivit tekstiin hämmästyksen tunnetta? Voit myös miettiä, muuttuiko suhtautumisesi tähän tunteeseen, kun kirjoitit siitä. Esimerkiksi tuntuuko tunne kirjoittamisen jälkeen voimakkaammalta tai laimeammalta? Heräsikö kirjoittamisen seurauksena uusia tunteita?

Lapsuuteni kivi edustaa minulle jotain yhteyttä luontoon.
Nyt ilmastonmuutos saa turhautumaan ja vihaiseksi –
Turhautumaan ja
Vastakkainasettelun politiikka nostaa raivon pintaan
Saa vihaiseksi
Kun ajattelen ilmastonmuutosta, ajattelen miten se vaikuttaa koko maailmaan.
ko se ko seko seko kokokokoko sese
sesekosekokosesekokosesesekosekoseko kokoko se
Lapsuuteni kivi nostaa nostaa kivi lapsuuteni
nostaa kivi kivi kivi kivi
nostaanostaa nostaa nostaa
lapsuuteni nostaa lapsuuteni
kivikivikivikivikivikivikivikivikivi lapsuuteni
Lapsuuteni kivi edustaa minulle jotain yhteyttä luontoon.
Otsatatuointi
Lapsuuteni kivi yli turhautumisen?

Rytmikaavan pohjalta tehty runo. Ilmastonmuutos minussa -kurssin osallistuja, Helsingin Työväenopisto 2019, kurssin ohjaus: Henna Laininen.

Ympäristötunteen sanakirjamääritelmä *(30 min)*

Tavoitteet:
Pyritään sanoittamaan omaa tunnetta tarkemmin ja pohtimaan sitä eri näkökulmista. Sanakirjamuoto auttaa ottamaan etäisyyttä tunteeseen. Harjoitus sopii jatko-harjoitukseksi Tajunnanvirtaa ympäristötunteista tai Tunteiden käsitekartta -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *hyvinvointiosaaminen* ja *vuorovaikutusosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia tunteita, tutustutaan sanakirjamuotoon tekstityyppinä ja luodaan uusia sanoja.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Lue sivuilla 48–49 olevat ympäristötunteiden sanakirjamääritelmät.

Harjoitus *(15 min)*:
Valitse tajunnanvirrasta tai käsitekartasta yksi tunne, johon haluat tutustua tarkemmin. Tarkastele tunnetta pienen etäisyyden päästä. Kokeile kirjoittaa sanakirjamääritelmä tunteestasi seuraavien kysymysten avulla:

– Mikä olisi mahdollisimman tarkka, kuvaava nimi tunteelle?
– Minkälaisissa tilanteissa tunne herää?
– Minkälaisina tuntemuksina se ilmenee kehossa?
– Kuinka kauan tunne yleensä kestää?
– Kuinka voimakas se yleensä on?
– Minkälaisena käyttäytymisenä tämä tunne voi näkyä ulospäin?
– Onko tunnetta soveliasta näyttää eri tilanteissa?
– Kuinka laajalle väestönosiin tämä tunne on levinnyt?
– Mihin tunnetta voisi käyttää?

Purku *(10 min)* (mikäli ei tehdä jatkoharjoitusta Pysäytyskuvia ympäristötunteista, ks. sivu 51):

a) Pareittain:
Parit lukevat tekstinsä toisilleen tai kertovat niiden sisällöstä vapaamuotoisesti (ks. Tunteiden käsitekartta -harjoituksen Vaihtoehtoinen purkutapa, sivu 39).

b) Ryhmässä:
Vapaaehtoiset lukevat tekstinsä ääneen tai kertovat sen otsikon. Ryhmän keksimistä uusista tunnesanoista voidaan esimerkiksi koota lista taululle.

c) Yksin:
Lue lopuksi syntynyt teksti hiljaa mielessäsi. Pohdi esimerkiksi kirjoittamalla, miltä tuntui kirjoittaa tätä tekstiä. Kenelle haluaisit lukea tämän tekstin tai kertoa tästä tunteestasi? Voisiko sopiva kuulija olla esimerkiksi

ryhmän opettaja, luotettava ystävä, oma perheenjäsen, lemmikkieläin tai kävelyreittisi varrella kasvava puu? Muistathan, että omiin tunteisiin kannattaa suhtautua hyväksyvästi. Niitä ei tarvitse pyrkiä muuttamaan, mutta jo omista tunteista puhuminen luotetulle kuuntelijalle saattaa helpottaa oloa.

Harjoituksen idea on peräisin Rakkaudesta-työryhmän ***Utopedia****-sanastosta: www.utopedia.fi Harjoituksen on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt ja muotoillut Henna Laininen.*

Jatkoharjoitus: Ympäristötunteen maalaaminen *(30 min)*

Jos ryhmällä on hyvin aikaa käytettävissään, oman ympäristötunteen voi seuraavaksi kokeilla maalata esimerkiksi kasvipohjaisilla väreillä. Vinkkejä luonnonvärien käyttöön löytyy Teija Laurosen, Tiina Vibergin ja Tiina Leppämäen kirjasta *Luonnonvärit kuvataiteessa* (Forssan kuvataidekoulu & Helsingin yliopisto, Tiedeluokka Gadolin, 2021): https://www.forssa.fi/client/forssa/userfiles/luonnonvarit-kuvataiteessa-svt.pdf

Kuumotus

Tapa, jolla öljyn polttamisen, planeetan kuumenemisen, luonnon tuhoutumisen ja halun vahvistumisen mielteet sekoittuvat. Kuumat säät ja vartalot. Palava öljy ja rakkaus. Kehityksen kiihtyminen ja kehojen kiihottuminen. Katoavien lajien ja sidottujen ruumiiden kauneus.

Luonnon tuhoutumiseen liittyvä nautinto. Sanotaan, että uhkapeluria kuumottaa panosten korottaminen ja pettäjää kiinni jäämisen riski. Nykyihmistä kuumottaa hänen oma elämäntapansa. Rikkauksia on kasaantunut, mutta kaikki on mahdollista menettää hetkessä. Alati kalvaa tunne siitä kuin olisi tekemässä jotain kiellettyä, mutta samalla se on ihanaa, eikä enää voi perääntyä. Ruletti pyörii, ikirouta sulaa, avaruudesta katsottuna maapallo on kuin pelimerkki.

Matias Riikonen, Rakkaudesta-työryhmän sanastosta ***Utopedia****,*
www.utopedia.fi

Yhdentö

Tila, jossa ihminen tiedostaa olevansa yksi hetkellinen luonnon ilmiöiden ja olioiden yhteentulema ja osa suurempaa, ajattelun rajat ylittävää kokonaisuutta. Yhdennössä luonto hengittää ihmisen kautta ja ihminen avautuu mikrobien, ilmakehän, auringon säteilyn, hirvien juoksun sekä sammalten kasvun olemassaololle, sillä ne muodostavat hänet. Yhdennössä lajirajat kaatuvat. Sen alaisuudessa ihminen tunnistaa liikkuvansa orgaanisessa vyöryssä kettujen, kuikkien, mehiläisten, kalojen, vuohenputkien ja mäntyjen rinnalla sekä katsoo itseään muiden olentojen kautta. Yhdentö estää tuhoa.

Elisa Aaltola, Rakkaudesta-työryhmän sanastosta ***Utopedia****,*
www.utopedia.fi

Pysäytyskuvia ympäristötunteista
(pareittain 15 min, pienryhmissä 20–30 min)

Tavoitteet:
Kokeillaan ympäristötunteen ilmaisemista kehollisesti ja opetellaan tulemaan nähdyksi oman tunteen kanssa. Kehollinen ilmaisu auttaa purkamaan tunteita, tuo keventävää huumoria vakavan aiheen käsittelyyn ja voi vahvistaa ryhmähenkeä, mikäli ryhmän ilmapiiri on lähtökohtaisesti turvallinen. Harjoitus sopii ryhmille, joiden jäsenet pitävät esiintymisestä. Harjoituksen voi teettää esimerkiksi jatkoharjoituksena Tunteiden käsitekartta -harjoitukselle tai Ympäristötunteen sanakirjamääritelmä -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *monilukutaito*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen* sekä *monitieteinen ja luova osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa kokeillaan tekstien ilmaisua kehollisesti, draaman kielellä.

a) Pareittain:
Molemmat valitsevat yhden itselleen ajankohtaisen ympäristötunteen, esimerkiksi yhden tunteen käsitekartaltaan tai sen tunteen, josta kirjoittivat sanakirjamääritelmän. Parit kertovat toisilleen, minkä tunteen valitsivat, tai lukevat ääneen sanakirjamääritelmän/ kertovat sen sisällöstä vapaamuotoisesti.

Kun molemmat ovat puhuneet, kokeillaan seuraavaksi tehdä pysäytyskuva omasta ympäristötunteesta: toinen asettelee parinsa asentoon, joka kuvaa tunnetta. Parille voi myös antaa tarkentavia ohjeita, kuten “Irvistäisitkö vielä hirveämmin” tai “Voisitko vielä sulkea silmäsi ja hymyillä”. Jatkoharjoituksena voidaan myös tehdä toiset pysäytyskuvat, joissa kokeillaan keksiä tunteelle vastatunne eli vastakohta tai kääntöpuoli: voisiko pelko kantaa sisällään esimerkiksi rakkautta tai rohkeutta?

b) Pienryhmissä (3–5 hlöä):
Halukkaat ryhmän jäsenet lukevat sanakirjamääritelmät toisilleen tai kertovat omin sanoin ympäristötunteestaan. Sen jälkeen ryhmä ideoi yhdessä pysäytyskuvan kuultujen ympäristötunteiden pohjalta. Pysäytyskuva voi esittää joko useita ryhmän ympäristötunteista tai vain yhtä tunnetta. Pysäytyskuva tarkoittaa, että jokainen ryhmän jäsen ottaa ympäristötunnetta kuvaavan asennon. Lisäksi pysäytyskuva voi herätä henkiin eli sisältää liikettä tai ääntä, jos ryhmän jäsenet yhdessä päättävät niin. Pysäytyskuvat esitetään toisille ryhmille ja esittämisen jälkeen luetaan ääneen sanakirjamääritelmät tai esitellään vapaamuotoisesti ne ympäristötunteet, joita pysäytyskuva ilmensi. Jokaiselle pysäytyskuvalle annetaan lopuksi aplodit. Opettajan kannattaa etukäteen muistuttaa, että kaikkien ryhmäläisten ei ole pakko esiintyä – joku voi esimerkiksi toimia tekstien lukijana tai pysäytyskuvan ohjaajana.

Purku:
Yleisö voi jokaisen esityksen katseltuaan kertoa, mistä asioista piti esityksessä ja teksteissä. Ennen palautteenantoa opettaja muistuttaa, että tarkoituksena on antaa kannustavaa myönteistä palautetta.

Harjoituksen idea on peräisin tutkija-draamakasvattaja Anna Lehtoselta, ja harjoituksen on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt ja muotoillut Henna Laininen.

Runo tai laulu omasta ilmastotunteesta *(40 min)*

Tavoitteet:
Harjoituksessa hyödynnetään valmiita runoja ja laulunsanoituksia väylänä omien tunteiden sanoittamiselle ja ilmaisulle. Runouden rikas kuvakieli ja yllättävät yhdistelmät voivat helpottaa vaikeasti sanallistettavien tunteiden ilmaisua. Harjoitus sopii erityisen hyvin ryhmille, joille oman tekstin tuottaminen on haastavaa. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *monilukutaito*; *hyvinvointiosaaminen* sekä *vuorovaikutusosaaminen.* Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitteita *omaääninen kirjoittaminen* ja *elämyksellinen lukeminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia tunteita, tutustutaan runouden ja laululyriikan ilmaisukeinoihin sekä kokeillaan kollaasia tekstin rakentamisen tekniikkana.

Harjoituksen valmistelu:
Opettaja tulostaa ilmastonmuutokseen ja voimakkaisiin tunteisiin liittyviä runoja ja laulunsanoituksia. Lataa sanoitukset sekä lue ohjeet niiden käyttämiseen sivulta https://toivoajatoimintaa.fi/tunteet/tunnetehtavia/#12_Runo_tai_laulu_omasta_ilmastotunteesta

Lisäksi tarvitaan tyhjää paperia, saksia, liimaa ja kyniä. Harjoitus voidaan toteuttaa myös tietokoneen tekstinkäsittelyohjelmassa, jolloin tulostusta ei tarvita.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Opettaja alustaa lyhyesti siitä, miksi ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on tärkeää käsitellä (ks.Tajunnanvirtaa ympäristötunteista -harjoituksen virittäytymisohje, sivu 34).

Harjoitus *(20 min)*:
1. Ilmastonmuutos on ilmiö, johon kytkeytyy monenlaisia asioita ja tunteita. Planeetallamme tapahtuu tällä hetkellä esimerkiksi elinympäristöjen saastumista ja luonnon monimuotoisuuden hupenemista mutta toisaalta myös päättäväistä toimintaa ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi. Samalla kasvit tuottavat yhteyttämällä happea, jota tarvitsemme hengissä pysymiseen. Mieti ensin, minkälaisia tunteita ilmastonmuutos ja siihen liittyvät asiat sinussa herättävät. Tunnetko pelkoa, surua, vihaa tai kenties kiitollisuutta ja rakkautta? Mikä tunne on tällä hetkellä voimakkain tai sinun elämässäsi ajankohtaisin? Tunteiden

sanoittamisen tukena voit myös käyttää Tunteiden käsitekartta -harjoituksen tunnesanalistaa (sivu 40).

2. Valitse oheisista teksteistä 2–3 runoa tai laulua, jotka sopivat yhteen tunteidesi kanssa. Mitkä sanat tai rivit erityisesti puhuttelevat sinua? Leikkaa valitsemistasi teksteistä muutamia puhuttelevia rivejä. Liimaa niistä tyhjälle paperille uusi runo tai laulu, joka kertoo sinun ilmastotunteistasi. Voit yhdistellä tekstinpätkiä villisti ja kirjoittaa sekaan myös omia sanojasi.

Purku *(10 min)*:

a) Yksin: Lue syntynyt teksti vielä kerran läpi itseksesi. Minkälainen tunnelma siinä on? Myös raskaammilla tunteilla, kuten surulla tai vihalla, voi olla meille tärkeä viesti kerrottavanaan. Mieti, miten näiden tunteiden kanssa voisi elää. Voisiko ne kääntää voimaksi?

b) Ryhmässä: Luetaan tekstit ääneen pareittain tai pienryhmissä. Opettajan tulee painottaa, että toisten tehtävänä on aktiivinen ja kunnioittava kuuntelu. Tekstin kuuntelemisen jälkeen voidaan pohtia, minkälaisia tunteita tekstistä välittyy ja miten kyseisten tunteiden kanssa voisi elää.

Harjoituksen on ideoinut taiteilija-tutkija Henna Laininen ja se on toteutettu yhteistyössä Toivoa ja toimintaa -hankkeen kanssa.

Ympäristösuru: Muistokirjoitus tai itkuvirsi *(40 min)*

Tavoitteet:
Harjoitus auttaa kuuntelemaan ja ilmaisemaan omaa ympäristöongelmiin liittyvää surua sekä jakamaan surun tunteita ryhmässä. Harjoitus sopii ryhmille, jotka ovat jo käsitelleet ympäristötunteita yleisemmällä tasolla ja joille surun käsittely tuntuu ajankohtaiselta. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; monilukutaito*; *osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen; hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *globaali- ja kulttuuriosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitteita *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia surun tunteita sekä tutustutaan muistokirjoitukseen ja itkuvirteen tekstityyppeinä.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Lue sivulla 60 oleva ympäristösurun määritelmä sekä sivulla 61 oleva itkuvirsi. Pohdi, mikä asia sinun elämässäsi on viime aikoina herättänyt ympäristösurun tunteita. Onko esimerkiksi sinulle rakas metsäalue hakattu? Kaipaatko lumisia talvia, jotka muuttuvat harvinaisemmiksi ilmaston lämmetessä?

Paula Sankelon esittämä itkuvirsi on myös kuunneltavissa, ks. Henna Laininen ja Eero Nieminen: *Sulamisvesissä II* -ääniteos (2018, raita "Maisema 2", kohta 2.05): https://soundcloud.com/user-784076197

Harjoitus *(25 min)*:
Kirjoita muistokirjoitus tai itkuvirsi sinulle rakkaalle olennolle tai asialle, joka on häviämässä ilmastonmuutoksen tai ihmisen toiminnan seurauksena. Voit käyttää apuna seuraavaa kaavaa ja muunnella sitä mielesi mukaan. Kirjoita teksti sinä-muodossa, ikään kuin puhuttelisit surusi kohdetta.

1) Tervehdi surusi kohdetta hellästi tai kunnioittavasti.

2) Kerro, mitä kaipaat surun kohteessa, mitä olet siltä oppinut tai mistä olet sille kiitollinen.

3) Kerro, miten jouduit luopumaan surun kohteesta ja miltä menettäminen sinusta tuntuu. Voit myös kertoa, missä ajattelet surun kohteen nyt olevan, tai mitä siitä on jäänyt elämään sinussa. Mikä antaa sinulle toivoa tässä hetkessä?

Taustaa itkuvirren kirjoittamiseen:
Suomalaisessa kansanperinteessä surua on ollut tapana ilmaista itkuvirren keinoin. Itkut liittyivät elämän iloisiin ja surullisiin muutostilanteisiin, kuten häihin, hautajaisiin tai sotaan lähtöön. Itkuvirsi oli sävelkulultaan yksinkertainen eikä sen esittämiseen tarvittu erityistä laulutaitoa. Esittäjä saattoi kesken laulua myös puhjeta nyyhkytyksiin.

Nykypäivänä monissa ympäristöaiheisissa tapahtumissa on esitetty ilmastonmuutokseen liittyviä itkuvirsiä.

Tyylivinkkejä itkuvirren kirjoittamiseen:
– Käytä kiertoilmaisuja. Itkuvirressä tärkeimpiä asioita ei ole tapana sanoa suoraan. Esimerkiksi luistelukenttä voi olla “iltakausien ilontuojani / loisteleva liukaspintahaiseni”.

– Suosi alkusointuja. Itkuvirteen saa sointia sijoittamalla samalla kirjaimella tai tavulla alkavia sanoja peräkkäin: “kipinänä kiidättelemähän / kiekkokultaa kuljettelemahan”. Itkuvirressä ei sen sijaan yleensä ole loppusointuja.

– Vähättele itseäsi. Itkuvirren esittäjän tyyliin kuuluu pitää itseään kaikista kurjimpana.

Sanataiteesta kiinnostuneille ryhmille:
Kirjoittamisen tukena voidaan käyttää myös teoksia Unelma Konkka: *Ikuinen ikävä: karjalaiset riitti-itkut* (SKS 1985), Aili Nenola: *Inkerin itkuvirret* (SKS 2002), Aleksandra Stepanova: *Karjalaisen itkuvirsikielen sanakirja* (SKS 2012) ja Anna-Liisa Tenhunen: *Itkuvirren kolme elämää* (SKS 2006).

Purku *(10 min)*:

a) Yksin: Mieti itsellesi sopiva tapa lähettää ajatuksesi surun kohteelle. Voisitko esimerkiksi tehdä kotiisi pienen muistopaikan, sytyttää kynttilän ja laittaa paperille kirjoitetun muistokirjoituksen esille? Tai voisitko esittää itkun surusi kohteelle?

b) Ryhmässä: Pidetään yhteinen ympäristösurun rituaali. Opettaja on valmistanut etukäteen sisätilaan tai ulos luontoon rituaalipaikan, jonka koristeena voi olla esimerkiksi kukkia, kiviä, havuja tai muita luonnonasioita. Seisotaan puolikaaressa tai piirissä ja jokainen astuu vuorollaan muistopaikalle sekä halutessaan voi sanoa ääneen, mitä suree. Samalla surija voi lukea ääneen muistokirjoituksensa/itkuvirtensä tai laskea sen hiljaa muistopaikalle. Tekstin lisäksi tai sijaan osallistujat voivat laskea muistopaikalle esimerkiksi opettajalta etukäteen saadun pienen kiven tai pirskottaa vettä yhteisestä kulhosta. Kun kaikki ovat käyneet muistopaikalla, pidetään vielä yhteinen hiljainen hetki. Rituaalin päätteeksi tehdään yhdessä jotain voimauttavaa, joka suuntaa energioita ulospäin, kuten lähdetään kävelyretkelle luontoon. Samalla keskustellaan yhdessä, minkälaisia tunteita rituaali herätti.

Tärkeää:
Rituaalityöskentely sopii ryhmälle, jossa on turvallinen ilmapiiri. Rituaalia ohjaavan opettajan on oltava riittävän sinut omien ympäristötunteidensa kanssa, ja rituaalia kannattaa harjoitella itsekseen etukäteen. Opettaja selostaa ryhmälle etukäteen, mitä rituaalissa tullaan tekemään ja että siihen osallistuminen on vapaaehtoista. Opettaja kertoo myös etukäteen rituaalin tavoitteen: tavoitteena on ottaa hieman tilaa ja aikaa oman surun ilmaisemiselle ja surun kohteen muistamiselle yhdessä. Opettaja on rituaalissa mukana omana itsenään ja ilmaisee ensimmäisenä oman surunsa näyttäen esimerkkiä muille.

Jos kyseessä on esiintymisestä pitävä ryhmä, voidaan ryhmään kutsua myös vierailemaan itkuvirsiä taitava ohjaaja, jonka kanssa tekstit voidaan itkeä. Lisää vinkkejä ympäristöaiheisten rituaalien ohjaamiseen: Joanna Macy & Molly Brown: *Coming Back to Life – The Updated Guide to the Work that Reconnects* (New Society Publishers 2014).

Harjoituksen on kehittänyt taiteilija-tutkija Henna Laininen ja sen muotoilussa on hyödynnetty kokemuksia kansanmuusikko Emmi Kuittisen ohjaamasta Ilmastoitku-työpajasta (2018) sekä ympäristösurun kuvausta Panu Pihkalan kirjasta ***Mieli maassa? Ympäristötunteet*** *(Kirjapaja 2019).*

Ympäristösuru

Ympäristösuru on ympäristöongelmien herättämä surun tunne. Ilmastonmuutoksen ja ihmisen toiminnan seurauksena tuttu elinympäristömme on muutoksessa, ja joudumme luopumaan monista meille rakkaista asioista. Yhä useampi ihminen saattaa surra esimerkiksi lumisten talvien, lintulajien tai monimuotoisten metsäalueiden vähenemistä. Ympäristösurua on harvoin uskallettu ilmaista, mutta nyt tilanne on muuttumassa. Viime vuosina ihmiset ovat esimerkiksi vieneet muistokynttilöitä kaadettujen puiston puiden juurelle tai pitäneet muistohetken avohakatussa metsässä.

Kenttäiseni, kaunokaiseni
iltakausien ilontuojani
loisteleva liukaspintahaiseni
kiiltelevä kisakenttähäiseni.

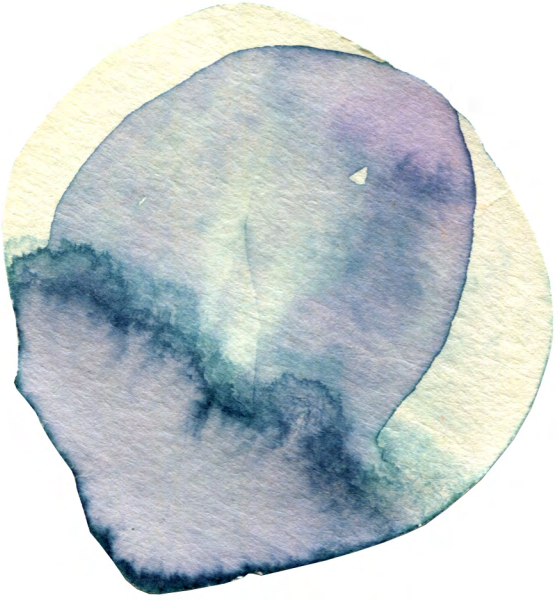
Täällä minä omani opetin
luistelulle lapsen lemmittyiseni
kipinänä kiidättelemähän
kiekkokultaa kuljettelemahan.

Ja jos ei tänä vuonna talvea tulekaan
jos pakkanen ei pääse meidän pihoille
kuinka silloin luistinrata luodahan
sulavesi jääksi jäädytettähän?

Ja missä silloin lapseni leikkitanhuat
missä mielipaikat oman mielittyiseni?

Mistä meille silloin onni otetaan
mistä meille silloin lohtu laitetaan?
Tämän pahan pitkiin päivihin
tämän kurjan kuudaniltoihin.

Paula Sankelo: Ilmastoitku-työpajassa kirjoitettu itkuvirsi (2018),
työpajan ohjaus: kansanmuusikko Emmi Kuittinen,
työpajan tuotanto: Henna Laininen ja Ilmastovanhemmat ry.



Pelko ja toivo: Huolipodcast *(90 min)*

Tavoitteet:
Harjoituksen tavoitteena on käsitellä ympäristöongelmiin liittyviä huolenaiheita yhdessä sekä vahvistaa osallistujien ympäristötoivoa ja käsitystä omista vaikutusmahdollisuuksista. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; monilukutaito; tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen*; *osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *monitieteinen ja luova osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia huolenaiheita ja hakemaan tietoa internetistä sekä tutustutaan podcastiin tekstityyppinä.

Virittäytyminen *(15 min)*:
1. Kuunnellaan ensimmäiset 4–5 minuuttia Jari Hanskan *Tulevaisuus hanskassa* -podcastin jaksosta 7 “Jos metsään haluat mennä nyt… mene nyt!” *(5 min)*: https://areena.yle.fi/podcastit/1-4293936

2. Keskustellaan parin kanssa (*5 min*): Oletko kuunnellut podcasteja ja pidätkö jostakin podcast-ohjelmasta erityisen paljon? Mikä sinun mielestäsi tekee hyvän podcastin?

3. Opettaja antaa vinkkejä podcastin tekemiseen (*4 min*):

– Keksi iskevä ja yllättävä aloitus, joka liittyy podcastin aiheeseen.
– Esittele aihe kuulijoille ytimekkäästi.
– Luo henkilökohtainen suhde kuulijoihin: puhuttele heitä tuttavallisesti ja kannustavasti.
– Ole aito: jos uskallat, voit paljastaa myös aiheeseen liittyviä henkilökohtaisia tunteitasi ja muistojasi.
– Pidä tunnelma keskustelevana. Voit esimerkiksi pohtia kuulijakysymyksiä yhdessä toisten podcastin toimittajien kanssa.

Jos ryhmä haluaa perehtyä podcastin tekemiseen syvällisemmin, voidaan yhdessä lukea esimerkiksi Metropolian viestintäyksikön asiantuntija Ilse Skogin blogikirjoitus "Näin teet oman podcastin": https://blogit.metropolia.fi/hiilta-ja-timanttia/2018/09/04/nain-teet-oman-podcastin/

4. Perustetaan ryhmän yhteinen podcast-sarja keksimällä sarjalle ympäristöön ja tunteisiin liittyvä nimi ryhmän antamia sanoja yhdistelemällä. Opettaja pyytää ryhmältä yhden luontoon liittyvän sanan ja yhden tunteen, joista nimi yhdistellään (esim. "Käpyviha-podcast", "Orava-rakkaus"-podcast). *(1 min)*

Harjoitus *(45 min)*:
1. Mikä sinua huolettaa ympäristöongelmiin liittyen? Oletko huolissasi esimerkiksi luonnon monimuotoisuuden vähenemisestä tai sään ääri-ilmiöiden lisääntymisestä?

Lähetä kysymyksesi podcastin toimittajille! Kirjoita oma ympäristöongelmiin liittyvä huolenaiheesi lapulle muutamalla lauseella ja allekirjoita viestisi nimimerkillä. Esimerkiksi: “Minua huolestuttaa, säilyykö planeettamme tulevaisuudessa elinkelpoisena, jos valtiot eivät toimi riittävän tehokkaasti ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi. Terveisin nimimerkki Helleaalto.” (*5 min*)

2. Jakaudutaan noin kolmen hengen pienryhmiin, jotka muodostavat omat toimituksensa. Huolenaiheet jaetaan toimituksille, ja jokainen toimitus saa yhtä monta kysymystä kuin toimituksessa on jäseniä. Toimitukset miettivät seuraavaksi keskenään, miten huolenaiheisiin voi varautua ja mitä voi tehdä niihin vaikuttamiseksi yksin ja yhteisössä. Lisäksi toimitus voi etsiä internetistä tietoa siitä, mitä huolenaiheisiin varautumiseksi on jo tehty. Opettaja ohjeistaa ryhmiä kriittiseen lähteiden käyttöön: tietoa kannattaa etsiä luotettavien toimijoiden ja asiantuntijoiden sivuilta, joiden tiedot on päivitetty ajan tasalle. (*20 min*)

3. Pienryhmät suunnittelevat ja äänittävät älypuhelimella noin viiden minuutin mittaisen podcast-jakson, jossa käsitellään kuulijoiden lähettämät huolenaiheet ja pohditaan niihin varautumista ja vaikuttamista. Lisäksi voidaan antaa vinkkejä huolenaiheiden kanssa jaksamiseen. *(20 min)*

Purku *(25–45 min, ryhmän koosta riippuen):*
Kuunnellaan podcastit yhdessä ja lopuksi keskustellaan kuuntelukokemuksesta. Mistä pidit podcasteissa? Mitä haluaisit itse täydentää podcastien antamiin vinkkeihin?

Luetaan lopuksi yhdessä ympäristötutkija Panu Pihkalan kokoama lista "10 suositusta ympäristöahdistuneelle": http://ekoahdistus.blogspot.com/2018/09/10-suositusta-ympäristoahdistuneelle.html Keskustellaan pareittain, miten huolenaiheiden kanssa voi jaksaa. Opettaja voi lopuksi muistuttaa ryhmää siitä, miten huoli, toivo ja välittäminen liittyvät yhteen: olen huolissani, koska välitän, ja huoli voi saada toimimaan ympäristön puolesta. *(5 min)*

Suuttumus: Runoroiskeita *(40 min)*

Tavoitteet:
Harjoituksen tavoitteena on ympäristöongelmiin liittyvän suuttumuksen käsittely ja kanavoiminen kirjoittamiseen sekä rakentaviin pyyntöihin. Harjoitus sopii ryhmille, jotka ovat jo käsitelleet ympäristötunteita yleisemmällä tasolla ja joille suuttumuksen käsittely tuntuu ajankohtaiselta. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *ajattelu ja oppimaan oppiminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen;*

eettisyys ja ympäristöosaaminen sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia vihantunteita ja tutustutaan kokeellisiin runon tuottamisen ja esittämisen tekniikoihin.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Keskustellaan pareittain, onko jokin ympäristöongelmiin liittyvä asia viime aikoina erityisesti suututtanut.

Harjoitus *(15 min)*:
Kirjoitetaan vapaata tajunnanvirtaa ympäristöongelmiin liittyen, seuraavista lauseenaluista, minuutti kerrallaan:

– Minua harmittaa…
– Usein ärsyttää…
– Vieläkin ketuttaa…
– Juuri nyt suututtaa…
– Aivan erityisesti raivostuttaa…

Käytetään seuraavaksi tajunnanvirtaa materiaalina uuteen tekstiin: Ryöpytetään tajunnanvirrassa esiintyneitä sanoja sattumanvaraisesti peräkkäin kuin värikkäitä palikoita paperille, niiden merkityksiä ajattelematta. Jatketaan, kunnes tekstissä on kuusi riviä. Heitellään lopuksi sekaan muutamia välimerkkejä täysin sattumanvaraisiin kohtiin: esimerkiksi muutamia pisteitä, pilkkuja, kaksoispiste, kysymysmerkki ja huutomerkki. Teksti saa olla lauserakenteeltaan järjettömän kuuloinen:

“Turhautumaan kivi, vaikuttaa. Ilmastonmuutosta nyt vihaiseksi? Kun saa politiikka: otsatatuointi, nostaa raivon. Lapsuuteni!” jne.

Purku *(10 min)*:

a) Pareittain: Luetaan sattumanvaraisesti syntynyt teksti parille.

b) Ryhmässä (jos käytössä on hyvin tilaa): Actionrunoilua. Roiskitaan seuraavaksi ryhmän yhteinen runo seinälle actionrunoilu-tekniikalla. Jokainen valitsee kuuden rivin tekstistään kolme sanaa ja kirjoittaa ne värikkäille, maaliroiskeen muotoon leikatuille paperilapuille, joiden kääntöpuolella on sinitarraa. Jokainen juoksee vuorollaan noin 10 metrin matkan kohti seinää ja roiskaisee oman paperilappunsa sattumanvaraiseen kohtaan seinällä. Jatketaan, kunnes kaikki laput on roiskittu seinälle. Lopuksi ihaillaan syntynyttä sanamaalausta ja opettaja lukee syntyneen tekstin ääneen.

c) Esiintymisestä pitäville ryhmille: Runojukeboksi. Seisotaan piirissä. Jokainen esittää oman kuuden rivin tekstinsä toisille eläytyen liioitellusti johonkin jukeboksin tunnetilaan. Tunnetilat on etukäteen kirjoitettu taululle ja ne voidaan arpoa esiintyjille esimerkiksi noppaa heittämällä:

1. hämmästyneesti
2. hihitellen
3. ihastuneesti

4. murheellisesti
5. kauhuissaan
6. raivostuneesti

Lopuksi *(10 min)*:
Pohditaan yhdessä, mitä tarpeita suuttumuksen taustalla voisi olla. Oletko vihainen, koska kaipaat yhteistyötä ympäristöongelmien lievittämiseksi? Mitä haluaisit tässä tilanteessa pyytää ja kenelle pyynnön esittäisit? Apuna tarpeiden miettimisessä voidaan käyttää Tarpeita tunteidemme taustalla -listaa (sivu 176). Lisää tarpeista tunteiden taustalla ja pyyntöjen esittämisestä: Marshall B. Rosenberg, *Rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus* (Viisas elämä 2015, suom. Teija Hartikainen). Ks. myös harjoitus Tarpeet tunteiden taustalla (sivu 71).

Harjoituksen sanapalikat-idea on peräisin kirjoittajaohjaaja Natalie Goldbergin kirjasta ***Luihin ja ytimiin*** *(Kansanvalistusseura 2008, suom. Niina Hakalahti ja Jyrki Tuulari). Harjoituksen actionrunoilu- ja runojukeboksi-tekniikat on kehitetty Sanataideyhdistys Yöstäjän sanataidetyöpajoissa. Harjoituksen ideoinnissa on hyödynnetty Tarpeita jotka ovat tunteidemme taustalla -listaa (Savanna Connexions, https://savannaconnexions.fi/).*

Tarpeet tunteiden taustalla *(30 min)*

Tavoitteet:
Pyritään tulemaan tietoiseksi omien ympäristötunteiden taustalla olevista tarpeista. Omien tarpeiden tunnistaminen auttaa miettimään strategioita, joiden avulla omien tunteiden kanssa voi oppia elämään ja omia tarpeita täyttämään paremmin. Harjoitus sopii esimerkiksi jatkoharjoitukseksi Tunteiden käsitekartta -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; hyvinvointiosaaminen* ja *vuorovaikutusosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia tarpeita ja tutustutaan kutsuun tekstityyppinä.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Opettaja alustaa: “Tunteet ovat kuin merkkivaloja, jotka kertovat tarpeistamme. Epämiellyttävä tunne kertoo, että jokin tarpeeni ei ole täyttynyt. Esimerkiksi jos pelkään haukkuvaa koiraa, turvallisuuden tarpeeni ei ole sillä hetkellä täyttynyt. Miellyttävä tunne taas kertoo siitä, että jokin tarpeeni on täyttynyt. Esimerkiksi jos olen iloinen, kun tapaan ystäviäni, se voi kertoa vaikka siitä, että myötätunnon tai hauskanpidon tarpeeni on täyttynyt. Tunteiden taustalla olevien tarpeiden tunnistaminen voi joskus olla haastavaa, mutta se auttaa meitä suuntaamaan toimintaamme niin, että tarpeemme täyttyisivät entistä paremmin.”

Harjoitus *(25 min)*:
1) Tutustu sivulla 176 olevaan Tarpeita tunteidemme taustalla -listaan. Mieti, mistä tarpeista ilmastonmuutokseen liittyvät tunteesi voisivat kertoa. Oletko surullinen, koska kaipaisit luottamusta tulevaisuuteen tai yhteistä huolenpitoa luonnosta? Oletko vihainen, koska tarvitsisit ymmärretyksi tulemista ja välittämistä?

Täydennä seuraavat lauseet niin, että ne kuvaavat ilmastonmuutokseen liittyviä tunteitasi ja tarpeitasi. Voit myös keksiä itse lisää lauseenalkuja. *(10 min)*

Olen kyllästynyt, koska haluaisin.... (täydennä tähän tarve)
Olen surullinen, koska kaipaan... (täydennä tähän tarve)
Olen vihainen, koska tarvitsen... (täydennä tähän tarve)
Olen peloissani, koska kaipaan... (täydennä tähän tarve)
Olen toiveikas, koska olen saanut... (täydennä tähän tarve)
Olen ylpeä, koska olen saanut... (täydennä tähän tarve)

2) Valitse tällä hetkellä keskeisin ilmastonmuutokseen liittyvä tarve sinun elämässäsi ja mieti erilaisia toimintatapoja, joilla voisit pyrkiä täyttämään kyseisen tarpeen. Voisitko esimerkiksi pyytää jotakin läheisiltäsi, lähteä retkelle luontoon tai liittyä mukaan ilmastotoimintaan? Minkälainen toimintatapa olisi sellainen, että se tukee sekä itsesi että läheistesi ja kaiken elollisen hyvinvointia? Minkälainen toimintatapa vaikuttaa hyvinvointiisi pitkäkestoisesti eikä vain lyhyellä aikavälillä? *(5 min)*

3) Kirjoita kutsu, jossa esittelet tämän ideasi muille!
(10 min)

Onko kyseessä esimerkiksi kutsu luontoretkelle, lähiruokajuhliin tai mielenosoitukseen? Kutsuisitko mukaan ystäväsi, perheesi tai vaikkapa satunnaiset ohikulkijat? Vai onko kutsu vain sinulle itsellesi suunnattu? Kerro kutsussa esimerkiksi seuraavat asiat:

– Kenet kutsut?
– Mihin ja milloin?
– Mitä tekemään?
–Miksi? Eli minkälaisten tarpeiden toivot täyttyvän itselläsi ja kutsutuilla? Toisiko tapaaminen elämäänne esimerkiksi iloa, yhteisöllisyyttä ja toivoa?
– Mitä voi ottaa mukaan?
– Voiko mukaan kutsua muitakin ihmisiä tai olentoja?

Harjoituksen ideoinnissa on hyödynnetty Marshall B. Rosenbergin kirjaa ***Rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus*** *(Viisas elämä 2015, suom. Teija Hartikainen) sekä Tarpeita jotka ovat tunteidemme taustalla -listaa (Savanna Connexions, https://savannaconnexions.fi/).*

Empatia: Varastettu ilmastomuisto *(60 min)*

Tavoitteet:
Harjoituksen avulla opetellaan tunnistamaan ja sanoittamaan omia ilmastonmuutokseen liittyviä kokemuksia sekä harjoitellaan empatiaa toisen kokemuksia kohtaan. Harjoitus sopii ryhmälle, joka on jo käsitellyt ympäristötunteita yleisellä tasolla. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen* sekä *eettisyys ja ympäristöosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitteita *omääninen kirjoittaminen* ja *elämyksellinen lukeminen* – harjoituksessa opetellaan muuntamaan kokemuksia fiktioksi, kokeillaan lyhytproosan kirjoittamista ja tekstin hiomista sekä tutustutaan ilmastofiktioon ja katoamisilmoitukseen tekstityyppeinä.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Luetaan yhdessä katkelma nuorten ilmastofiktiosta, kuten sivut 7–9 Anne-Maija Aallon kirjasta *Mistä valo pääsee sisään* (Otava 2021). Katkelmassa ihmistutkimuslaitoksen johtajan poika Aleksei pala kotikaupunkiinsa Tokioon ja kuvailee tarkoin havainnoin sen tunnelmaa. Tulevaisuuden Tokio on peittynyt osittain meren alle ja valta kasautunut rikkaille.

Palauta mieleesi joku ilmastonmuutokseen liittyvä muisto, esimerkiksi kokemasi poikkeuksellinen sääolosuhde tai vaikuttava ilmastoaiheinen keskustelu, jonka olet valmis jakamaan toisille. Oletko kävellyt tulvivalla kadulla, etsinyt viileää varjoa helleaallon keskellä tai osallistunut vaikuttavaan ilmastomielenosoitukseen? Ilmastonmuutos on pitkän aikavälin prosessi, jonka vaikutuksia voi aluksi olla vaikea havaita. Ilmastonmuutos kuitenkin aiheuttaa poikkeuksellisia sääoloja ja ilmastonmuutoksen ajattelu saa aikaan tunteita, jotka tuntuvat kehossa.

Harjoitus *(45 min)*:
Jakaudutaan pareiksi. Kumpikin kertoo vuorollaan oman ilmastomuistonsa ja toinen kuuntelee uteliaan toimittajan tavoin sekä kirjaa ylös muistoon liittyvät yksityiskohdat. Lopuksi kuuntelija voi myös esittää tarkentavia kysymyksiä, kuten pyytää kuvailemaan faktoja, aistihavaintoja, tunteita ja ajatuksia. “Missä tarkalleen olit tapahtumahetkellä? Miten vuorokaudenaika ja vuodenaika vaikuttivat tunnelmaan? Mitä tunsit, haistoit, kuulit, maistoit ja näit? Mitä oivalsit?” *(15 min)*

Seuraavaksi jokainen kirjoittaa fiktiivisen, minämuotoisen tarinan parinsa ilmastomuiston pohjalta. Tarinan voi joko kirjoittaa ikään kuin se olisi tapahtunut itselle tai kuvitteellisen henkilöhahmon näkökulmasta. Nyt on lupa tehdä faktoista fiktiota, eli tekstiin voi lisätä keksittyjä elementtejä, yllättäviä yksityiskohtia ja jännittäviä käänteitä. Mistä henkilö haaveilee tai mitä hän pelkää

tapahtumahetkellä? Voisiko tämä hetki olla henkilön elämän käännekohta? *(30 min)*

Tärkeää:
Opettaja muistuttaa, että nyt ei kirjoiteta parin elämästä vaan omasta itsestä tai kuvitteellisesta henkilöstä.

Purku *(10 min)*:

a) Pareittain: Parit lukevat muiston pohjalta syntyneet tekstit toisilleen. Muiston kertonut voi lopuksi kommentoida, mistä tekstissä erityisesti piti ja miltä tuntui kuunnella oman muiston pohjalta kirjoitettua fiktiivistä tekstiä.

b) Yksin: Ajattele seuraavaksi tekstisi lukijaa. Käy tekstisi läpi vielä kerran ja mieti, miten sitä voisi hioa. Eräs luovan kirjoittamisen perusohje on: “Näytä, älä kerro.” Se tarkoittaa, että kaikkea ei kannata kertoa lukijalle suoraan. Sen sijaan voi kuvailla henkilöhahmon toimintaa ja antaa lukijan vetää siitä johtopäätökset. Esimerkiksi henkilöhahmon tunnetta ei tarvitse aina nimetä. Lauseen “Tyttö oli surullinen” sijaan voi kuvailla yksityiskohtia: “Pisara vierähti tytön silmänurkasta”. Löytyykö sinun tekstistäsi tunnesanoja, jotka voisi nimeämisen sijaan näyttää henkilöhahmon toimintana? Mitä muuta voisit jättää lukijan tulkittavaksi? Voisiko esimerkiksi joku yllättävä yksityiskohta, kuten henkilöhahmon sukupuoli tai salainen haave, paljastua lukijalle vasta tekstin lopussa?

Vaihtoehtoinen toteutustapa: Jos tarinan kirjoittaminen on ryhmälle haastavaa, voidaan parin kertomasta muistosta kirjoittaa sen sijaan lyhyt katoamisilmoitus otsikolla “Varastettu muisto” tai “Kadonnut muisto”. Ilmoituksessa voi kertoa, missä ja milloin muisto katosi tai varastettiin, muiston tuntomerkit (kuten yksityiskohdat kyseisestä ilmastomuistosta), kuka muiston omistaa ja mitä muiston löytäjälle luvataan kiitoksena.

Empatia 2:
Ei-inhimillisen näkökulma
(40 min)

Tavoitteet:
Harjoituksen tavoitteena on vahvistaa empatiaa toisia lajeja kohtaan ja laajentaa kuvittelukykyä eläytymällä ei-inhimillisen olennon näkökulmaan. Harjoitus sopii jatkoharjoitukseksi Empatia: Varastettu ilmastomuisto -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; monilukutaito; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen* sekä *eettisyys ja ympäristöosaaminen.* Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan muuntamaan kokemuksia fiktioksi ja harjoitellaan näkökulman vaihtamista ei-inhimillisen kertojan avulla.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Luetaan yhdessä kirjallisuusesimerkki ei-inhimillisen näkökulmasta, esimerkiksi merenpinnan nousu rottakertojan kuvaamana Annika Lutherin dystooppisesta nuortenkirjasta *Kodittomien kaupunki* (Teos & Söderströms 2011, suom. Asko Sahlberg, sivut 5–7). Opettajan ei kannata paljastaa oppilaille kertojan identiteettiä etukäteen, vaan tehtävänä on arvailla, mikä olento katkelman kertoja on.

Lopuksi pohditaan yhdessä, minkälaisista yksityiskohdista saattoi päätellä, että kertoja on rotta. Mikä rotalle oli tarinassa tärkeää?

Opettaja voi todeta, että voimme vain esittää arvauksia toisten lajien kokemusmaailmasta. Me ihmiset viestimme sanallisen kielen avulla, mutta toisilla lajeilla on toisenlaisia tapoja viestiä. Esimerkiksi puiden on havaittu viestivän toisilleen muun muassa hajuaineita erittämällä ja juurien kautta sähköimpulssien välityksellä.

Harjoitus *(20 min)*:
Kokeillaan kirjoittaa oma tai parin ilmastomuisto ei-inhimillisen olennon näkökulmasta (ks.harjoitus Empatia: Varastettu ilmastomuisto, sivu 74). Miten mänty, muurahainen, kallio tai ohi lentänyt harakka olisi tulkinnut tämän tilanteen? Mikä tuota toista olisi kiinnostanut? Minkälaisella kielellä tuo toinen voisi kertoa havaintonsa?

Purku *(10 min)*:
Luetaan syntyneet tekstit pareittain tai ryhmässä ja yritetään arvata, kuka tekstin kertoja on. Voidaan myös pohtia yhdessä, minkälaiset yksityiskohdat tekstissä auttoivat eläytymään toislajisen kertojan kokemusmaailmaan.

Luontoyhteys: Luontorunoja *(75 min)*

Tavoitteet:
Harjoituksen tavoitteena on vahvistaa luontoyhteyttä liikkumalla luonnossa eri aisteihin keskittyen. Harjoitus sopii myös rentoutumiseen ja palautumiseen, jos edellisillä oppitunneilla on käsitelty vakavampia ja vaikeampia teemoja, kuten ympäristötunteita. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen* sekä *eettisyys ja ympäristöosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitteita *sanataiteilijana kehittyminen* ja *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa herkistytään ympäristön havainnoimiseen eri aistein, tutustutaan runouteen kirjallisuudenlajina, kokeillaan ympäristölähtöistä kirjoittamista ja laajennetaan omaa sanavarastoa.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Lue seuraavalla sivuilla 82–83 olevat Risto Rasan luontorunot. Pidätkö jostakin runosta erityisesti? Miksi?

Harjoitus *(60 min)*:
Lähde kävelyretkelle lähiluontoon muistiinpanovälineiden kanssa. Kirjaa kävelyretken aikana muistiin:

1) Aistihavaintoja: Mitä näet, kuulet, tunnet, maistat ja haistat? Jos havaitset jotain mielenkiintoista, voit syventyä aistimaan tarkemmin. Kuuntele linnunlaulua silmät kiinni, tunnustele puunrunkoa tai sammalta, maista tuntemaasi, syötäväksi kelpaavaa kasvia tai marjaa.

2) Yllättäviä yksityiskohtia: Mikä yksityiskohta luonnossa kiinnittää huomiosi, ja minkälaisia mielleyhtymiä se sinussa herättää? Kirjaa muistiin oudotkin havainnot: “Keltainen lehti näyttää vanhan, hymyilevän miehen kasvoilta”, “Kannosta valuu oranssia nestettä. Onkohan se myrkyllistä?”

3) Tunteita: Miltä sinusta tuntuu liikkua tänään luonnossa? Herättääkö joku luonnossa havaitsemasi yksityiskohta uusia tunteita? Mitä kohtaamasi kasvit tai eläimet voisivat tuntea? Kirjaa havaintosi ylös: “Ilahdun kun löydän kantarelleja”, “Valvottu yö harmittaa vieläkin”, “Kaipaakohan orava kavereitaan?”.

Palaa seuraavaksi sisätilaan ja kokoa runo, johon lainaat muistiinpanojasi kaikista listan kohdista: aistihavaintoja, yksityiskohtia ja tunteita. Voit hyödyntää runon tekemisessä seuraavaa runokaavaa:

1) Kuvaile yksityiskohtaa luonnossa.
2) Kerro luontoon liittyvä aistihavainto.
3) Paljasta tilanteeseen liittyvä tunne tai oivallus.

Voit myös lisäillä runoon uusia sanoja ja käyttää apuna sivulla 85 olevaa Voimauttavien ympäristötunteiden listaa. Sopisivatko jotkin listan sanoista kuvailemaan luonnossa kokemiasi tunteita?

Purku *(10 min)*:
Luetaan runot pareittain tai pienryhmissä ja keskustellaan niistä. Mikä kohta runosta jäi erityisesti mieleen, ja mistä pidit runossa?

Auringon valo on nyt keltaista,
se saa vastarannan
männynrungot
hohtamaan kirkkaasti.

Ja metsä on kuin tuoksuja
keitettäisiin

Koivun oksalla
korvan muotoinen pahka
kuin se kuuntelis

Laho puu.
Tikka runkoa kiiveten
lukee madon ruokalistaa.

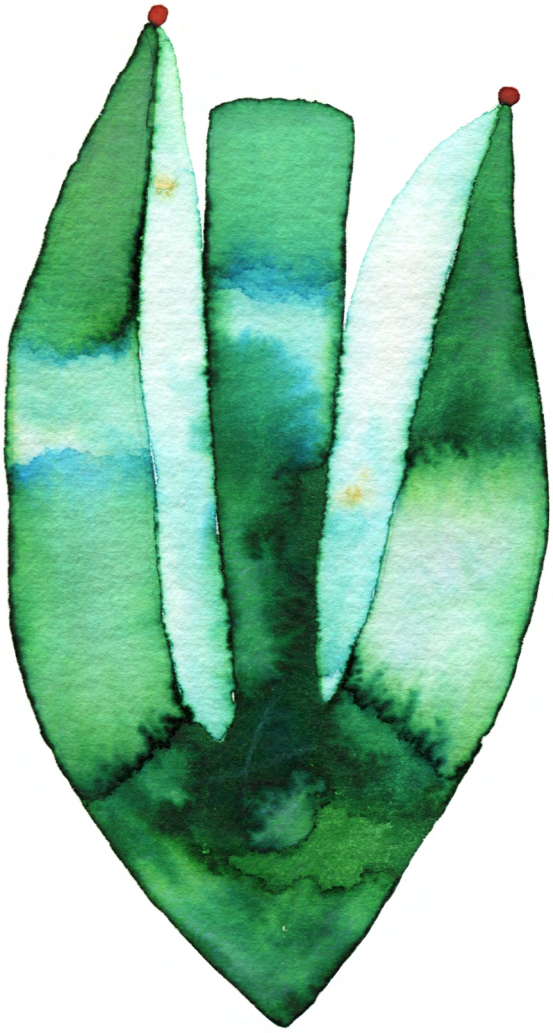
Ruohikossa. Näen puun ja sinistä taivasta.
Pienen pilven.
Ei se varmaan uskalla tulla ylitseni yksin.

Kirvat torkkuvat
lehvistöissä.
Metsä on sydänten
ääniä täynnä.

Ilta illalta
metsä pimenee.
Varresta irti
kiertää muurahainen
raa'an puolukan
lampuksi kekoon.

Linnut kirjoittavat
muutosten kirjaa,
jättävät kesken,
puut jatkavat.
Kun se on melkein valmis,
lumi ottaa sen,
alkaa alusta.

Risto Rasa: ***Tuhat purjetta: kootut runot***
(Otava 1992)



Voimauttavia ympäristötunteita:

myötätunto
itsemyötätunto
hyväksyntä
kiitollisuus
suloisenhaikeus
kaipaus
toivo
luottamus
elinvoimaisuus
virkeys
päättäväisyys
luovuus
terve ylpeys (itsestä tai toisista)
kunnioitus
helpotus
järisyttävyys
merkityksellisyys
riemu
rohkeus
yhteenkuuluvuus
turva
tyyneys
rauha
läsnäolo
luontoyhteys
tyytyväisyys
ilo
onnellisuus
into
intohimo
kiinnostus
ihmetys
yllätys
valppaus
uteliaisuus
kiintymys
liikutus
hellyys
rakkaus
kauneus

2. Kestävä tulevaisuus

On monia mahdollisia tulevaisuuksia, ja niiden toteutumiseen voi vaikuttaa omalla toiminnalla. Tässä luvussa kuvitellaan erilaisia tulevaisuuksia ja laajennetaan kuvittelukykyä. Minkälaisesta tulevaisuudesta sinä haaveilet? Miltä kestävä tulevaisuus mielestäsi näyttää?

Lämmittelyharjoituksia

Tavoitteet:
Kestävään tulevaisuuteen liittyvien lämmittelyharjoitusten tavoitteena on rakentaa ryhmään turvallinen ja kannustava ilmapiiri sekä herätellä osallistujia oman tulevaisuusajattelun havainnointiin. Yläkoulu ja lukio: Harjoitukset edistävät laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *ajattelu ja oppimaan oppiminen; kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitukset edistävät tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksissa opetellaan sanoittamaan omia tulevaisuusajatuksia ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Ryhmässä:

Paikka jossa haluaisin olla
(10 min)

Missä paikassa Suomen kartalla haluaisit juuri nyt olla? Kuvitellaan, että huonetila on Suomen kartta. Jokainen asettuu kartalla paikkaan, jossa haluaisi juuri nyt olla. Sen jälkeen jokainen kertoo parilla lauseella, missä paikassa

on ja miksi. Luovasta kirjoittamisesta pitävissä ryhmissä paikkaa voidaan lisäksi kuvailla eri aisteilla: miltä paikassa näyttää, tuntuu, kuulostaa, tuoksuu tai maistuu?

Ajatuksiani tulevaisuudesta -gallup *(5 min)*

Seisotaan piirissä. Opettaja ohjeistaa: “Luen seuraavaksi teille ympäristökysymyksiin ja tulevaisuuteen liittyviä väitteitä. Jos olet samaa mieltä väitteen kanssa ja haluat näyttää mielipiteesi muillekin, astu yksi askel eteenpäin. Joka väitteen jälkeen katso myös lyhyesti ympärillesi, niin näet, minkälaisia ajatuksia tulevaisuudesta ryhmässämme on. Palaa sen jälkeen paikallesi.” (Jos istutaan tuoleilla, voi samaa mieltä olemisen näyttää nousemalla seisomaan.)

Väitteet:

– Luonnossa liikkuminen tuottaa minulle usein iloa.

– Olen välillä huolissani siitä, miten kohtelemme luontoa ja eläimiä.

– En aina haluaisi ajatella ilmastonmuutosta.

– Uskon, että Suomi on hiilineutraali vuoteen 2035 mennessä.

– Suuryritykset ovat vastuussa ympäristökriisistä.

– Vastuu ympäristökriisistä on meistä jokaisella.

– Toisinaan tunnen syyllisyyttä omista kulutusvalinnoistani.

– Poliitikkojen pitäisi tehdä rohkeampia päätöksiä ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi.

– Ympäristökriisissä tärkeintä on suojella luonnon monimuotoisuutta.

– Ympäristökriisissä tärkeintä on kehittää teknologisia ratkaisuja ongelmiin, kuten lisätä uusiutuvan energian tuotantoa.

– On tärkeää varautua sään ääri-ilmiöihin ja muihin mullistuksiin, koska planeettamme tilanne on niin vakava.

– Minulle tärkeintä on elää täysillä tässä hetkessä eikä miettiä tulevaisuutta.

– Uskon, että pystyn itse vaikuttamaan tulevaisuuteeni.

– Uskon, että ympäristö, kuten muuttuva ilmasto ja poliittinen tilanne, vaikuttaa eniten tulevaisuuteni suuntaan.

– Uskon, että tulevaisuudessa on mahdollista elää merkityksellistä elämää.

*Harjoitus pohjautuu **Luonto ja tunteet** -sivuston Työkalupakin ideoihin, https://www.luontojatunteet.fi/, ja sen on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt Henna Laininen.*

Suullinen jatkotarina tulevaisuudesta *(10 min)*

Viritellään mielikuvitusta kertomalla yhdessä lause kerrallaan improvisoituja, kolmen lauseen mittaisia jatkotarinoita, jotka alkavat sanalla “Tulevaisuudessa…” Seuraava jatkaa tarinaa aloittamalla lauseensa “Joo, ja…” Ajatuksena on hyväksyä toisten ideat, kuvitella täysin vapaasti ja sanoa, mitä ensimmäisenä mieleen juolahtaa. Esimerkiksi:

Puhuja 1: “Tulevaisuudessa kesät ovat tosi kuumia ja siksi ihmiset kävelevät kaduillakin uimapuvuissa.”

Puhuja 2: “Joo, ja uimapuvut ovat niin kysyttyjä, että ne ovat loppuneet kaupoista.”

Puhuja 3: “Joo, ja ihmiset ovat alkaneet tuunata itse uimapukuja vanhoista talvivaatteistaan.”

Lopuksi voidaan keskustella ryhmässä tai vierustoverin kanssa siitä, oliko joku tarinoista hyvin todennäköisen tai epätodennäköisen kuuloinen tulevaisuuskuva.

Maailman piikikkäin paikka -liioitteluharjoitus *(10 min)*

Jatketaan seuraavia lauseenalkuja vapaasti kirjoittamalla:

Maailman piikikkäin paikka...
Maailman pehmein paikka...
Maailman kuumin paikka...
Maailman jäätävin paikka...
Maailman surullisin paikka...
Maailman pelottavin paikka...
Maailman rauhallisin paikka...
Maailman onnellisin paikka...

Pyritään keksimään mahdollisimman tarkkoja kuvauksia ja liioitellaan rohkeasti, esimerkiksi: “Maailman piikikkäin paikka on neulansilmässä, jossa punkkarisiilit ilkeilevät toisilleen salaisessa ompeluseurassa.” “Maailman surullisin paikka on ikuisen sateen saarella asuvan yksinäisen lohikäärmeen silmästä vierivän kyyneleen sisällä.”

Ihania ja kamalia sanoja
(20 min)

Jokainen saa kuusi tyhjää paperilappua ja kirjoittaa niihin kolme ihanaa sanaa ja kolme kamalaa sanaa, yhden sanan kuhunkin lappuun. Opettaja kehottaa sanoja keksiessä maistelemaan niiden äänneasua ja merkitystä: Mitkä sanat soivat mielessäsi erityisen kauniisti tai tuovat mieleesi jotain ihanaa? Keksitkö sanoja, joiden äänneasu tai merkitys ärsyttäisi sinua?

Ihania ja kamalia sanoja sisältävät laput sekoitetaan omissa kulhoissaan, ja jokainen nostaa itselleen sattumanvaraisesti toisesta kulhosta kolme ihanaa ja toisesta kolme kamalaa sanaa. Tehtävänä on koota tulevaisuutta koskeva, salaperäinen ennustus, jossa käytetään kaikkia sanoja ja johon voidaan lisäksi lisäillä omia sanoja.

Harjoituksessa on hyödynnetty luovan kirjoittamisen opettaja, kirjailija Niina Hakalahden ohjaamaa kirjoitusharjoitusta ja harjoituksen on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt Henna Laininen.

Onnellisuuskierros
(10 min)

Jokainen vastaa vuorollaan kysymyksiin: “Mikä tekee minut onnelliseksi?” ja “Mitä toivoisin lisää elämääni?” Vaihtoehtoinen toteutustapa luovasta kirjoittamisesta

pitäville ryhmille: Opettaja kirjaa ryhmän ideoiden pohjalta taululle “Onnellisuuden reseptin”. Jokainen saa vuorollaan sanoa reseptiin yhden aineksen, jonka tarvitsee ollakseen onnellinen. Esimerkiksi “kolme purkillista kävelyretkiä ystävän kanssa”, “ripaus seikkailunhalua”.

Yksin tai ryhmässä:

Ajatuksiani tulevaisuudesta -lauseet *(10 min)*

Jatka seuraavia lauseita ensimmäisenä mieleesi tulevilla sanoilla:

Olen toisinaan huolissani...
Toivon, että tulevaisuudessa...
Poliitikkojen pitäisi...
Suuryritykset voisivat...
Ympäristöongelmat ratkaistaan...
Uskon, että pystyn vaikuttamaan...
Luonnossa liikkuessani...
Minut tekee onnelliseksi...
Toivoisin elämääni lisää...

Tarkastele lopuksi kirjoittamiasi lauseita. Onko ajatuksia, jotka toistuvat niissä usein? Onko jotain, mitä haluaisit muuttaa? Minkä kohdan lukeminen antaa sinulle voimaa?

Pääharjoituksia

Kirje itselleni tulevaisuudesta *(45 min)*

Tavoitteet:
Annetaan tilaa omille tulevaisuushaaveille ja vahvistetaan myönteisiä tulevaisuuteen liittyviä tunteita. Pyritään löytämään keinoja vaikuttaa omaan tulevaisuuteen ja pohditaan omia tulevaisuushaaveita myös ilmastonmuutokseen sopeutumisen näkökulmasta. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *ajattelu ja oppimaan oppiminen; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot*; *osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen, eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan sanoittamaan omia tulevaisuusajatuksia, tutustutaan kirjemuotoon tekstityyppinä ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Minkälaisesta tulevaisuudesta haaveilet? Tehdään mielikuvamatka omaan toivottuun tulevaisuuteen. Kuunnellaan silmät kiinni rauhallista musiikkia istuma- tai makuuasennossa. Opettaja johdattaa mielikuvamatkaa lukemalla seuraavan tarinan. Tarina kannattaa lukea rauhallisesti ja pitää taukoja lauseiden sekä kappaleiden

välillä. Ennen tarinan aloittamista kannattaa pyytää kuuntelijoita hengittämään muutaman kerran syvään ja rentoutumaan.

“Heräät nukkumapaikastasi kodissasi vuonna 2035. Olet nukkunut levollisesti, ja olosi on tänään virkeä. Venyttelet ja avaat silmäsi. Minkälaisessa paikassa olet nukkunut?

Tunnet herkullisen tuoksun. Mikä tuoksu ilmassa leijailee? Kävelet aamiaiselle – tänään ei onneksi ole kiirettä minnekään. Miltä kodissasi näyttää? Asutko yksin vai kenen kanssa asut? Onko ympärilläsi lemmikkieläimiä tai kasveja? Mitä syöt tänään aamiaiseksi?

Kun olet syönyt maittavan aamiaisen, kurkistat ulos ikkunasta ja hengität syvään. Mitä ulkona näkyy? Minkälainen sää siellä on? Mitä ääniä ulkoa kuuluu?

Muistat, että tänään on aivan erityinen päivä. Pääset vihdoinkin toteuttamaan suurta haavettasi. Mitä lähdet kohta tekemään? Miltä sinusta tuntuu tänä aamuna?

Ennen kuin lähdet toteuttamaan haavettasi, tarkistat vielä, että sinulla on kaikki päivän aikana tarvittavat varusteet mukana. Eletään vuotta 2035 ja ilmastonmuutoksen vaikutukset näkyvät päivittäin ihmisten arjessa, mutta niihin on pyritty sopeutumaan. Miten ilmastonmuutos näkyy sinun arjessasi?

Katsot vielä kerran peiliin ja hymyilet itsellesi. Eräs asia on aivan erityisesti auttanut sinua jaksamaan myös elämän ajoittaisten haasteiden kanssa. Mikä se on?"

Mielikuvamatkan päätteeksi avataan silmät ja voidaan palata tähän hetkeen esimerkiksi kehoa ravistelemalla.

Harjoitus *(20 min)*:
Kirjoita kirje itsellesi tulevaisuudesta käsin! Miltä arkesi voisi näyttää vuonna 2035, jos olisit toteuttanut unelmasi ja samalla sopeutunut ilmastonmuutoksen seurauksiin? Voit pohtia esimerkiksi seuraavia asioita:

1. Mitä haluat kertoa nykyhetken itsellesi elämästäsi täällä vuodessa 2035? Miten asut toivomassasi tulevaisuudessa? Mitä teet päivisin? Ketkä ovat tärkeimpiä läheisiäsi? Minkälaisia muita olentoja kohtaat ihmisten lisäksi?

2. Miten ilmastonmuutos näkyy arjessasi vuonna 2035? Miten olet sopeutunut ilmastonmuutoksen seurauksiin?

3. Mitä menneiden vuosien aikana piti tapahtua omassa elämässäsi ja maailmanlaajuisesti, jotta tällaisesta tulevaisuudesta tuli mahdollinen? Mitä itse teit? Mitä Suomi ja muut maat tekivät?

4. Minkä neuvon haluaisit antaa nykyhetken itsellesi?

Purku *(15 min)*:

Jaetaan jokaisesta edeltävästä kohdasta 1–4 muutama itselle tärkeä sana/lause nimettömänä – joko kirjoittamalla seinälle kiinnitettyihin papereihin tai Jamboard-sovelluksen avulla, kirjoittamalla yhteiselle alustalle virtuaalisia tarralappuja: https://edu.google.com/intl/ALL_fi/products/jamboard/

Sanat/lauseet ryhmitellään seuraavien teemojen alle:

1. Miltä toivomasi tulevaisuus näyttää vuonna 2035?
2. Miten olet sopeutunut ilmastonmuutoksen seurauksiin?
3. Mitä piti tapahtua, jotta tällaisesta tulevaisuudesta tuli mahdollinen?
4. Minkä neuvon haluaisit antaa nykyhetken itsellesi?

Opettaja lukee sanat/lauseet ääneen ja keskustellaan yhdessä tai parin kanssa, mitä ajatuksia niistä heräsi.

Harjoituksen virittäytymisosion mielikuvamatka on muunnelma ***Tämä elämä*** *-työkalupakin Mielikuvarentoutus tulevaisuudesta -harjoituksesta, https://www.tamaelama.fi/tulevaisuuskasvatus/, ja sen on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt Henna Laininen.*

Kirjeitä tuleville sukupolville *(45 min)*

Tavoitteet:
Nähdään oma toiminta osana laajempaa aikaperspektiiviä, sukupolvien jatkumoa, ja vahvistetaan luottamusta omien valintojen vaikutukseen. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen*; *yhteiskunnallinen osaaminen* sekä *globaali- ja kulttuuriosaaminen.* Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa kokeillaan yhteiskirjoittamista tekniikkana, tutustutaan kirjemuotoon tekstityyppinä ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Tutkitaan parin kanssa 5 minuutin ajan verkkosivustoa https://www.deartomorrow.org/type/letter/, jolle ihmiset ovat saaneet kirjoittaa viestejä tuleville sukupolville.
Sen jälkeen kuunnellaan 5 minuutin ajan silmät kiinni toiveikasta musiikkia ja kuvitellaan, minkälaista tulevaisuutta itse haluaa olla rakentamassa. Musiikiksi sopii esimerkiksi The Cinematic Orchestran kappale *Arrival of the Birds*.

Harjoitus *(20 min)*:
Kirjoitetaan yhdessä lause kerrallaan kirjeitä tulevil-
le sukupolville. Opettaja ohjeistaa: “Tavallaan olemme
jo kaikki esivanhempia, sillä tämän päivän tekomme
vaikuttavat tulevien ihmis-, kasvi- ja eläinsukupolvien
elämään tällä planeetalla. Seuraava harjoitus kirjoitetaan
esivanhempien roolissa. Mitä haluaisit sanoa tuleville
sukupolville? Haluatko esimerkiksi kysyä jotakin, kertoa
salaisuuden, antaa neuvon, pyytää anteeksi tai kiittää?
Jokainen saa eteensä tyhjän paperin ja kirjoittaa siihen
kirjeen alkutervehdyksen sekä ensimmäisen lauseen. Sen
jälkeen saat vaellella tilassa ja jatkaa mitä tahansa kirjettä,
aina yhdellä lauseella kerrallaan. Kirjoitathan niin
selkeällä käsialalla, että toisetkin saavat siitä selvää.”

Kirjoitetaan hiljaisuuden vallitessa ja kierrellään niin
kauan, että jokaisessa kirjeessä on noin 7 lausetta. Sen
jälkeen palataan itse aloitetun paperin luo. Myös opettaja
aloittaa yhden kirjeistä ja osallistuu kirjoittamiseen.

Purku *(15 min)*:

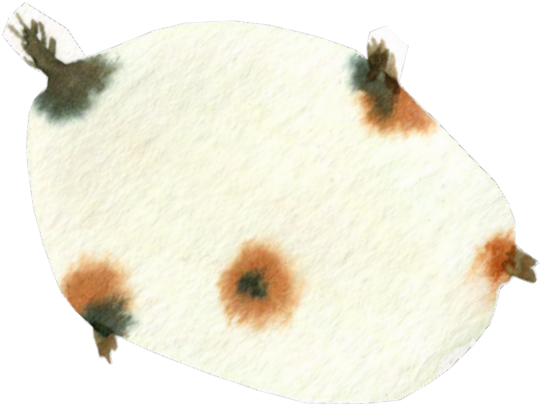
Jokainen lukee ääneen aloittamansa kirjeen. Kun kaikki kirjeet on luettu, mietitään, mitä toistuvia teemoja niissä oli ja mitä ajatuksia niistä heräsi. Jos ryhmä on turvallinen, kirjeiden lukemisesta voi tehdä pienen rituaalin. Seisotaan piirissä ja opettaja soittaa rituaalin alun ja lopun soittimella, kuten rummulla tai gongilla. Jokainen astuu vuorollaan piirin keskelle ja lukee ääneen kirjeensä, ikään kuin lähettää sen samalla tulevaisuuteen. Tärkeää: Opettaja kertoo etukäteen rituaalin kulun ja varmistaa, että se on kaikille selvä. Edetään tarpeeksi rauhalliseen tahtiin, ja opettaja lukee itse ensimmäisen kirjeen.

Vaihtoehtoinen toteutustapa:
Fragmentti. Kirjoitetaan yksin 8 rivin mittainen viesti tuleville sukupolville. Kokeillaan seuraavaksi leikkimielisesti, miten aika voisi kuluttaa tätä viestiä (ks. Tuhoamiskaava 8-riviselle tekstille, sivu 180). Esimerkkitekstinä voidaan tutustua antiikin tunnetuimman naisrunoilijan, kreikkalaisen Sapfon (noin 600 eaa.), runoista säilyneisiin fragmentteihin: *Sapfon runoja*, suom. Aapo Junkola (WSOY 2000).

Jatkoharjoitus: Viesti menneisyydestä *(30 min)*

Kirjoita pieni tarina hetkestä, jolloin joku tulevaisuuden ihminen tai muunlajinen olento löytää viestisi. Mihin viesti on talletettu? Mitä sen löytymisestä seuraa? Tuleeko viesti ymmärretyksi vai tulkitaanko se toisin kuin tarkoitit? Esimerkkitekstinä voidaan lukea yhdessä sivut 55–62 Emmi Itärannan tieteisromaanista *Teemestarin kirja* (Teos, 2012). Katkelmassa tulevaisuuden maailmasta on loppumassa vesi, ja teemestarien sukuun kuuluva Noria-tyttö yrittää selvittää kaatopaikalta löytyneen vanhan teknologian avulla, mitä entisaikoina on tapahtunut.

Harjoituksen ideoimista on innoittanut Joanna Macyn ja Chris Johnstonen kirja ***Active Hope – How to Face the Mess We're in without Going Crazy*** *(New World Library 2012). Fragmentti-harjoituksen ovat kehittäneet taiteilija-tutkija Henna Laininen ja äidinkielenopettaja Maria Siironen.*



Me havahduimme. Ei yhtenä, vaan tuhantena
aamuna avasimme silmämme ja tajusimme
kerros kerrokselta syvemmin. Olimme kadottaneet
itsemme ja toisemme. Kaikkea oli niin paljon,
tavaraa, tietoa, pinnallisia mahdollisuuksia,
kulutusvalintoja. Näkökyky estyi.
Toivon, että teidän näkökykynne
ilmaston suhteen pysyy kirkkaana.
Ilma on meille elintärkeä; tehkää kaikkenne
päästöjen rajoittamiseksi.
Tänä päivänä tuntuu, että näen kirkkaimmin, kun istun
Eduskuntatalon portailla. Missä sinä istut?
Istun kivellä – meren äärellä. Äärettömyys antaa
ihmiselle perspektiivin. Pienuus suuruudessa tulee esille.
Meri on maisemani, perspektiivini, elämäni rakkaus.
Se on energia ja toivo.
Paina nämä asiat sydämeesi!

Kirjeitä tuleville sukupolville -harjoituksen pohjalta syntynyt teksti, Ilmastonmuutos minussa -kirjoituskurssin osallistujat, Turun Diakoniakeskus 2019, kurssin ohjaus Henna Laininen.

Utopia kestävästä kaupungista *(90 min)*

Tavoitteet:
Pohditaan yhdessä kestävän tulevaisuuden edellytyksiä sekä konkreettisia askelia sen toteuttamiseen ja laajennetaan kuvittelukykyä. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *ajattelu ja oppimaan oppiminen; kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *vuorovaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen; yhteiskunnallinen osaaminen* sekä *monitieteinen ja luova osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitteita *elämyksellinen lukeminen* ja *omääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustutaan utopia- ja dystopiakirjallisuuteen sekä tapahtumapaikan, henkilöhahmon ja tarinan rakentamiseen, jaetaan omia lukukokemuksia, kokeillaan yhteiskirjoittamista tekniikkana ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Virittäytyminen *(15 min)*:
1. Tutustutaan utopian ja dystopian käsitteeseen, esimerkiksi kuuntelemalla yhdessä ensimmäiset minuutit *Kirjakerho* -radio-ohjelman jaksosta “Tulevaisuus pelottaa kirjallisuudessa – miksi dystopiat kiinnostavat?”: https://areena.yle.fi/podcastit/1-4002615

Opettaja muistuttaa ryhmää seuraavista näkökulmista: Monet tulevaisuutta käsittelevät kaunokirjat ovat dystopioita – ehkä siksi, että lukijat kaipaavat tarinoilta jännitystä. Todellisuus taas on usein monimutkaisempi kuin utopiat tai dystopiat. Esimerkiksi ympäristöasioihin liittyen maailmassa tapahtuu sekä synkkiä että valoisia asioita: osa eläinlajeista on kuolemassa sukupuuttoon, mutta luontoa myös pyritään parhaillaan suojelemaan erilaisin toimin. Mahdollisia tulevaisuuksia on monia, ja niiden toteutumiseen voi vaikuttaa tämän päivän valinnoilla. Tulevaisuus on todennäköisesti yhdistelmä sekä utopian että dystopian piirteitä, ja tulevaisuudet ovat erilaisia eri paikoissa maapallolla.

Opettaja vinkkaa yhden kirjaesimerkin, joka on myös voitu lukea yhdessä etukäteen, esimerkiksi Siiri Enorannan utopistisen nuortenkirjan *Maailmantyttäret* (WSOY 2022). Kirja kuvaa viiden tytön seikkailua läpi Maailmankodin, jossa ihmiset ovat tasa-arvoisia ja luonto elpymässä. *(10 min)*

2. Keskustellaan parin kanssa: Oletko lukenut romaaneja tai katsellut elokuvia, jotka käsittelevät utopioita tai dystopioita? Mikä sinun mielestäsi tekee hyvän tarinan? *(5 min)*

Harjoitus *(75 min)*:
Jakaudutaan pienryhmiin. Opettaja ohjeistaa: “Dystopiakirjoja on jo olemassa paljon, ja olisi tärkeää miettiä myös sitä, minkälaisesta tulevaisuudesta unelmoimme. Seuraavaksi pääsette ideoimaan kirjan, joka on utopia kestävästä

tulevaisuuden kaupungista! Samalla kirja on myös jännittävä ja lukijalle koukuttava, eli siinä on myös hieman dystopian piirteitä.” Ryhmille annetaan yksi tehtävä kerrallaan, ja jokaisen tehtävän ratkaisemiseen on aikaa 10 minuuttia. Jokaisen tehtävän jälkeen ryhmät esittelevät lyhyesti aikaansaannoksensa toisille ryhmille.

1. Kestävä kaupunki: Aloitetaan tarinan tapahtumapaikan keksimisellä. Minkälainen olisi sinun mielestäsi tulevaisuuden ekologisesti ja sosiaalisesti kestävä kaupunki eli kaupunki, jossa sekä ihmiset että muu luonto voivat mahdollisimman hyvin? Listatkaa paperille ideoita ranskalaisin viivoin. Hyväksykää kaikkien ideat. Voitte käyttää apuna alla olevia kysymyksiä. Keksikää lopuksi osuva nimi kaupungille.

– Miten kaupungissa asutaan?
– Mitä syödään?
– Miten liikutaan?
– Miten kaupunki tuottaa energiansa?
– Miten ihmiset huolehtivat luonnosta?
– Miten ihmiset huolehtivat toisistaan?
– Miten luonto huolehtii ihmisistä?
– Minkälaista kaupungin asukkaiden arki on?

2. Kaupungin historia: Pohtikaa, mitä piti tapahtua, että kaupungista tuli ekologisesti ja sosiaalisesti kestävä. Kirjatkaa ylös ainakin kolme vaihetta kaupungin historiasta:

– Mitä kaupungin poliittiset päättäjät tekivät?
– Mitä kaupungissa toimivat yritykset tekivät?
– Mitä kaupungissa toimivat järjestöt ja yhdistykset tekivät?
– Mitä kaupungin asukkaat tekivät?
– Mitä toiset lajit, kuten eläimet, kasvit tai hyönteiset, tekivät?

Jos haluatte, voitte myös keksiä kaupungin historiankirjoihin jääneitä nimiä näille merkittäville aikakausille ja käännekohdille. Esimerkiksi “Tomaattivallankumous” tai “Leppoistamisen aikakausi”.

3. Tarinan päähenkilö: Ideoikaa kiinnostava päähenkilö tähän kaupunkiin sijoittuvalle tarinalle.
Keksikää seuraavat asiat:

– henkilön nimi ja ikä
– onko henkilö ihminen vai jonkun muun lajin edustaja
– mitä henkilö tekee päivisin (esim. ammatti, opiskelupaikka tai muu keskeinen tekeminen)
– mikä henkilössä kiinnittää huomion, kun hänet tapaa ensimmäisen kerran
– henkilön keskeiset luonteenpiirteet
– henkilön salainen haave
– henkilön erikoinen tapa

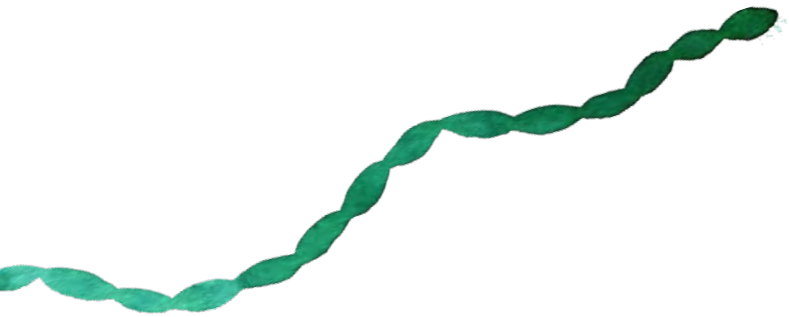
4. Tarinan alku: Mielenkiintoisessa tarinassa päähenkilöllä on joku haaste, jonka hän joutuu ratkaisemaan. Vaikka tarinanne päähenkilön kotikaupunki on ekologisesti ja sosiaalisesti kestävä, ilmastonmuutoksen seuraukset tuntuvat myös tässä kaupungissa ja vaikeuttavat päähenkilönne elämää.

Opettaja arpoo jokaiselle pienryhmälle oman haasteen lapulla. Haasteet: kuivuudesta seurannut vesipula, kuivuudesta seurannut ruokapula, metsäpalo, tulva, raju myrsky, apua tarvisevat naapurikaupungin asukkaat.

Haastetta ei vielä kerrota muille ryhmille. Vastatkaa seuraaviin kysymyksiin:

– Miten tämä haaste hankaloittaa päähenkilönne salaisen haaveen toteuttamista?
– Miten päähenkilö aikoo ratkaista haasteen?
– Keneltä ihmiseltä tai toisen lajin edustajalta hän saa apua?

Keksikää lopuksi mahdollisimman koukuttava tarinan ensimmäinen lause, jonka jälkeen lukijan on pakko lukea koko kirja! Tarina voi esimerkiksi alkaa suoraan keskeltä jännittävää toimintaa, tai aloituslause voi olla arvoituksellinen tai vihjata tulevasta. Esimerkkitekstinä maailmankirjallisuuden koukuttavista aloituslauseista voidaan tutustua Kaisa Neimalan ja Jarmo Papinniemen kirjaan *Aloittamisen taito* (Avain 2010). Jatkotehtävänä voidaan myös suunnitella oman utopiakirjan koukuttava takakansiteksti.



Ratkaiseva käänne -dialogi *(30 min)*

Tavoitteet:
Vahvistetaan myönteistä tulevaisuusajattelua pohtimalla, miten ongelmatilanteista voi selviytyä yhteistyön avulla. Harjoitus sopii esimerkiksi jatkoharjoitukseksi Utopia kestävästä kaupungista -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; kulttuurinen osaaminen, vuoro-vaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *vuorovaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaainen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa opetellaan dialogin kirjoittamista ja kokeillaan yhteis-kirjoittamista tekniikkana.

Harjoitus *(20 min)*:
Jakaudutaan pareihin. Parit keksivät ilmastonmuutokseen liittyvän ongelmatilanteen sekä kaksi ihmistä tai muun lajin edustajaa, jotka yrittävät ratkaista ongelmaa. Jos jatketaan Utopia kestävästä kaupungista -harjoitusta, parit keksivät ongelmatilanteen, johon heidän kaupun-kinsa päähenkilö joutuu toisen henkilön tai muun lajin edustajan kanssa yrittäessään ratkaista haastettaan.

Kirjoitetaan dialogi eli vuoropuhelu henkilöiden välille vuoroa vaihtamalla: kumpikin parista kirjoittaa oman henkilönsä repliikkejä. Dialogin tavoitteena on saada

aikaan ratkaiseva käänne. Miten henkilöt keksivät ratkaisun ongelmaan yhteistyötä tekemällä?

Vaihtoehtoisia toteutustapoja:

1) Harjoitellaan tiivistämistä:
Jokaisessa repliikissä saa olla vain yksi sana. Lisäksi voi kirjoittaa parenteeseihin eli sulkeisiin henkilöiden toimintaa. Esimerkiksi:

Jänis: (tömistää)
Orava: Metsäpalo?
Jänis: Sammutetaan!
Orava: Millä?
Jänis: Hännälläsi!

2) Laajennetaan kuvittelukykyä:
Nostetaan kangaskassista sattumanvaraisesti kaksi erikoista esinettä, joiden avulla henkilöt ratkaisevat ongelmaa. Esineet ujutetaan mukaan dialogiin (esim. suurennuslasi ja ilmapallo).

Purku *(10 min)*:
Esitetään dialogit muulle ryhmälle parin kanssa niin, että molemmat lukevat oman henkilönsä repliikkejä. Jos on harjoiteltu tiivistämistä, muu ryhmä voi yrittää arvata, mitä dialogin aikana tapahtui.

Tulevaisuuden keksintöjä *(40 min)*

Tavoitteet:
Pohditaan keksintöjen roolia kestävän kulttuurin rakentamisessa leikkimielisen harjoituksen avulla. Harjoitus sopii esimerkiksi jatkotehtäväksi Utopia kestävästä kaupungista -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *ajattelu ja oppimaan oppiminen; kulttuurinen osaaminen; vuorovaikutus ja ilmaisu*; *osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *monitieteinen ja luova osaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustutaan sanakirjamuotoon ja käyttöohjeeseen tekstityyppeinä, laajennetaan kuvittelukykyä ja luodaan uusia sanoja.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Tutustutaan ihmiskunnan historian tärkeisiin keksintöihin lukemalla itsekseen tai ryhmässä *Turun Sanomien* artikkeli “Kaikkien aikojen keksinnöt”: https://www.ts.fi/tiede/584538 Vaihtoehtoisesti voidaan myös yhdessä tutustua Anna Claybournen kirjaan *Keksinnöt kautta aikojen* (Gummerus 2009, suom. Annika Eräpuro).

Keskustellaan parin kanssa 5 minuutin ajan: Mikä keksintö on sinun mielestäsi ihmiskunnan merkittävin saavutus? Entä mikä keksintö on vaikuttanut eniten omaan elämääsi?

Harjoitus *(20 min)*:
1. Listaa paperille vierekkäisiin, pystysuoriin sarakkeisiin seuraavien kategorioiden sanoja *(5 min)*:

Luonto	**Tunne**	**Teknologia**	**Esine**	**Tekeminen**	**Asuste**
Esim.	Esim.	Esim.	Esim.	Esim.	Esim.
orava	rakkaus	sähkö	vasara	juoksu	takki
myrsky	suru	moottori	kirja	suutelu	heijastin
sammal	hämmästys	kännykkä	lamppu	mietiskely	reppu

2. Tee edellisistä uusia yhdyssanoja yhdistelemällä sanoja eri kategorioista. Esimerkiksi moottorijuoksu, sammal-kännykkä, rakkausheijastin. *(5 min)*

3. Mikä keksimistäsi yhdyssanoista voisi olla ekologisesti kestävää kulttuuria edistävä tulevaisuuden keksintö? Kirjoita sanakirjamääritelmä tästä keksinnöstä. *(10 min)*
Voit kertoa esimerkiksi:

– Miltä keksintö näyttää? Mistä materiaalista se on tehty?
– Miten keksintöä käytetään?
– Mitä keksintö saa aikaan?
– Mitä laajalle levinneitä vaikutuksia keksinnöllä on ollut?
– Onko keksinnöllä ollut myös haittavaikutuksia? Millaisia?
– Kuka keksinnön kehitti? Syntyikö se sattumalta vai pitkän työn tuloksena?

Jatkoharjoitus:
Keksinnölle voi kirjoittaa myös käyttöohjeen, jossa opastetaan vaihe vaiheelta, miten keksintöä käytetään ja mitä käyttäessä pitää ottaa huomioon.

Purku *(10 min)*:
Esitellään keksinnöt parille tai pienryhmälle. Jatkoharjoituksena tekstien pohjalta voidaan tehdä pysäytyskuvia tulevaisuuden keksinnöistä (ks. harjoitus Pysäytyskuvia ympäristötunteista, sivu 51).

Kestävän kulttuurin lainsäädäntö *(45 min)*

Tavoitteet:
Pohditaan ympäristökysymyksiä oikeudenmukaisuuden näkökulmasta ja tullaan tietoiseksi omista oikeuksista. Harjoitus sopii esimerkiksi jatkotehtäväksi Utopia kestävästä kaupungista -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; yhteiskunnallinen osaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *globaali- ja kulttuuriosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa laajennetaan kuvittelukykyä ja tutustutaan julistukseen tekstityyppinä.

Virittäytyminen *(15 min)*:
Tutustutaan YK:n lapsen oikeuksien julistukseen: https://www.unicef.fi/tyomme/lapsen-oikeudet/lapsen-oikeuksien-sopimus/lapsen-oikeuksien-sopimus-tiivistettyna/
Pohditaan pareittain ja lopuksi koko ryhmän kesken, mitkä oikeuksista toteutuvat hyvin ja missä voisi olla puutteita: a) Suomessa, b) maailmalla.

Harjoitus *(15 min)*:
Keksitään pareittain tai pienryhmissä oikeuksien julistus tulevaisuuden kestävälle kulttuurille täydentämällä seuraavat lauseenalut:

Eläimillä on oikeus...
Kasveilla on oikeus...
Maalla on oikeus...
Vesistöillä on oikeus...
Ihmisillä on oikeus...
Ihmisillä on velvollisuus...
Poliitikoilla on velvollisuus...
Yrityksillä on velvollisuus...

Purku *(15 min)*:
Esitellään julistukset ryhmälle.

Harjoitus on muunnelma Janette Hannukaisen ja Veera Kivijärven oppitunnista "Oikeuksia ja velvollisuuksia – kenen ääni yhteiskunnassa kuuluu?" opetusmateriaalista ***Rivien välissä: Sanataiteellinen mediakasvatuksen opetusmateriaali yläkouluikäisille*** *(Kirjan talo 2019).*

Kestävän kulttuurin resepti *(40 min)*

Tavoitteet:
Pohditaan ekologista kestävyyttä ruoantuotannon näkökulmasta leikkimielisen harjoituksen avulla. Harjoitus sopii esimerkiksi jatkotehtäväksi Utopia kestävästä kaupungista -harjoitukselle. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen* sekä *eettisyys ja ympäristöosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa laajennetaan kuvittelukykyä ja tutustutaan reseptiin tekstityyppinä.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Tutustutaan ilmastoystävälliseen ruokaan tutkimalla Ilmatieteen laitoksen, Syken ja Luken ylläpitämän *Ilmasto-oppaan* sivua “Ilmastonmuutosta voi hillitä ilmastoystävällisellä ruokavaliolla”: https://www.ilmasto-opas.fi/artikkelit/ilmastonmuutosta-voi-hillita-ilmastoystavallisella-ruokavaliolla

Harjoitus *(20 min)*:
Keksitään resepti kestävän kulttuurin ruokalajille. Ruokalajin keksimisessä voidaan käyttää apuna Tulevaisuuden keksintöjä -harjoituksessa kuvailtua uusien yhdyssanojen luomista, listaamalla esimerkiksi sanoja kategorioista “luonto, tunne, teknologia ja ruoka” (ks. sivu 15).

– Mikä olisi kuvaava nimi ruokalajille? (esim. “sammal-puuro”, “surupihvi”, “moottorismoothie”)

– Mitä tavallisia tai outoja aineksia tähän ruokalajiin tarvitaan? (esim. “puoli kattilallista purovettä, kourallinen sammalta, 1-2 kasvisliemikuutiota, ripaus seikkailunhalua”)

– Ruokalajin valmistusohje ja tarjoiluohje (esim. “Sekoita aineksia tikun avulla retkikattilassa. Anna hautua hiljaisella nuotiotulella puoli tuntia. Nauti hyvän ystävän seurassa tuohikupeista tarjoiltuna. Voit ripotella koristeeksi ketunleipiä.”)

– Muita vinkkejä (esim. “Jos olet erityisen seikkailunhaluisella tuulella, kokeile korvata osa sammaleesta etanoilla.”)

Purku *(10 min)*:
Resepteistä voidaan koota ryhmän yhteinen Kestävän tulevaisuuden keittokirja.

3. Minä ympäristövaikuttajana

Ympäristöongelmia voi lievittää tekemällä yhteistyötä. Tässä luvussa pohditaan omia arvoja ja tutustutaan ympäristövaikuttamiseen. Mikä sinulle on kaikkein rakkainta? Mitä haluat suojella? Haluatko vaikuttaa ympäristöongelmiin, ja mikä voisi olla sinulle sopivin vaikuttamiskeino?

Lämmittelyharjoituksia

Tavoitteet:
Minä ympäristövaikuttajana -lämmittelyharjoitusten tavoitteena on rakentaa ryhmään turvallinen ja kannustava ilmapiiri, vahvistaa osallistujien myönteistä käsitystä itsestä ja omista vaikutusmahdollisuuksista sekä herätellä osallistujia omien ympäristöasenteiden havainnointiin. Yläkoulu ja lukio: Harjoitukset edistävät laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *ajattelu ja oppimaan oppiminen; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen, eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitukset edistävät tavoitteita *sanataiteilijana kehittyminen* ja *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksissa sanallistetaan itselle tärkeitä arvoja kirjoittamisen lähtökohtana ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Ryhmässä:

Arvojana *(15 min)*

Opettaja lukee väittämän, ja osallistujat asettuvat kuvitteelliselle janalle sen mukaan, kuinka samaa tai eri mieltä ovat väittämän kanssa. Jokaisen väittämän jälkeen keskustellaan väittämän herättämistä ajatuksista noin minuutin ajan jonkun lähellä seisovan osallistujan kanssa.

Väittämät:

– Minulla on rakas harrastus, jossa haluan kehittyä.

– Saan voimaa luonnosta, kuten ulkoilusta tai ajan viettämisestä eläinten kanssa.

– Minulle tärkeää on viettää paljon aikaa läheisteni seurassa, kuten ystävien tai perheen kanssa.

– En jaksaisi ajatella ilmastonmuutosta.

– Haluan vaikuttaa poliittisiin päättäjiin, jotta he tekisivät tehokkaita ilmastotoimia.

– Haluan arjessani tehdä mahdollisimman ympäristö-ystävällisiä valintoja.

– Pyrin ostamaan tuotteita, jotka ovat eettisesti toimivien yritysten tuottamia.

– Minulle tärkeintä on toteuttaa omia unelmiani ilmastonmuutoksesta huolimatta.

– Minulle tärkeintä on huolehtia itseni ja läheisteni hyvinvoinnista.

Pienryhmäkeskustelu ympäristöasenteista *(10 min)*

Pienryhmäkeskustelu: Mikä vaihtoehdoista kuvaa ympäristökriisiin liittyvää ajatteluasi parhaiten? Pohtikaa myös yhdessä, mitä hyviä ja huonoja puolia eri vaihtoehdoissa on.

1) Ympäristöongelmat ratkeavat ympäristövaikuttamisella, kuten luonnon monimuotoisuutta suojelemalla tai kulutusta vähentämällä.

2) Ympäristöongelmat ratkeavat teknologian avulla.

3) Tärkeintä on varautua katastrofiin, koska tilanne on niin vakava.

4) Ympäristöongelmat ratkeavat yhteiskunnallisella vallankumouksella.

5) Jokin muu, mikä?

*Harjoitus pohjautuu **Luonto ja tunteet** -sivuston Työkalupakin ideoihin, https://www.luontojatunteet.fi, ja sen on tähän opetusmateriaaliin muotoillut Henna Laininen.*

Jos kaikki olisi mahdollista
(10 min)

Viritellään mielikuvitusta keksimällä luovia ratkaisuja ympäristökriisin kohtaamiseen. Opettaja esittää ryhmälle kysymyksen: “Jos kaikki olisi mahdollista, miten suojelisit elämää maapallolla?” Kysymykseen ideoidaan mahdollisimman monia erilaisia ratkaisuja:

– nopea ratkaisu
– hauska ratkaisu
– edullinen ratkaisu
– teknologinen ratkaisu
– luonnonmukainen ratkaisu
– musikaalinen ratkaisu
– paikallinen ratkaisu
– yhteisöllinen ratkaisu
– värikäs ratkaisu

Toteutustapa 1: Jokainen kirjoittaa omat ideansa paperille.

Toteutustapa 2: Ryhmä ideoi ratkaisuja suullisesti ja opettaja kirjaa ideat taululle jokaisen toteutustavan alle.

Lähtökohtana on hyväksyä kaikenlaiset ideat – myös kummalliset tai mahdottoman tuntuiset. Vapaa ideointi saattaa johtaa oivalluksiin, joista myöhemmin kehittyy jotain toteuttamiskelpoista!

Vaihtoehtoinen toteutustapa:
Nostetaan kangaskassista esineitä yksi kerrallaan. Keksitään ratkaisu, jossa esinettä käytetään konkreettisesti tai vertauskuvallisesti. Esimerkiksi: esineenä pallo, ratkaisu: “Maailman päättäjät kutsutaan meditaatiohetkeen tuijottamaan palloa. Sen jälkeen he tajuavat, että meillä on vain yksi maapallo, ja onnistuvat neuvottelemaan tehokkaita ilmastotoimia.”

Ympäristökriisin työkalupakki *(10 min)*

Jokaisella on 5 minuuttia aikaa etsiä tavaroidensa joukosta ja lähiympäristöstä 3–5 pientä esinettä, jotka kuvaavat omia työkaluja ympäristökriisin kohtaamiseen. Työkalut voivat liittyä monenlaisiin itselle ajankohtaisiin teemoihin, kuten jaksamisen lähteisiin, ympäristökriisistä selviytymiseen tai ympäristövaikuttamiseen. Työkalujen merkitykset kirjoitetaan itselle muistiin ranskalaisin viivoin. Sen jälkeen esitellään työkalut parille. Esimerkiksi:

“Pyyhekumi – Minulle on tärkeää välillä pyyhkiä ympäristökriisi pois mielestäni esimerkiksi hauskaa elokuvaa katselemalla.”

“Eväsleipä – Haluan vaikuttaa ympäristökriisiin syömällä kasvisruokaa.”

“Glitterkynä – Minulle elämässä tärkeää on luovuus ja unelmointi.”

Harjoituksen ovat ideoineet tutkija-draamakasvattaja Anna Lehtonen ja tanssi- ja teatteripedagogi Nella Turkki.

Matkatavaralista autiolle saarelle *(10 min)*

Pohditaan leikkimielisesti, mitkä asiat omassa elämässä ovat kaikkein tärkeimpiä elinvoiman säilyttämisen ja selviytymisen kannalta. Listataan ensimmäisenä mieleen tulevat vastaukset alla oleviin kysymyksiin *(2 min/kysymys)*. Lopuksi jaetaan ideat parin kanssa ja voidaan myös perustella omia valintoja.

1) Viisi asiaa, joita ilman et voisi elää. Asiat voivat olla mitä tahansa, kuten sinulle tärkeitä tekemisiä, esineitä, tunteita tai arvoja (esim. rakkaus, vapaus).

2) Viisi ihmistä tai muuta olentoa, joita ilman et olisi sinä.

3) Viisi esinettä, jotka ottaisit mukaasi, jos joutuisit selviytymään kuukauden ajan yksin autiolla saarella. (Saari sijaitsee kotimaassasi, ja saat valita, mihin vuodenaikaan menisit saarelle.)

Harjoituksessa on hyödynnetty luovan kirjoittamisen opettaja, kirjailija Taija Tuomisen ohjaamaa sanataideharjoitusta Viisi ihmistä, joita ilman en olisi minä.

Aineettomia lahjoja -pantomiimi *(15 min)*

Ojennetaan vuorotellen parille elekielen avulla paketti. Pari avaa paketin, ilahtuu lahjasta ja ottaa lahjan käyttöön elekielellä. Lahjoja antaessa voi varioida elekielen avulla niiden kokoa, muotoa, painoa ja sitä, mistä paketti otetaan esiin. Sopii ryhmälle, joka pitää esiintymisestä. Opettaja voi harjoituksen alussa tuoda esiin sen, että hyvinvointi rakentuu monista asioista. Ihminen tarvitsee riittävästi ravintoa, vettä ja suojaa mutta myös läheisiä suhteita sekä mielekästä tekemistä ollakseen onnellinen. Ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi olisi tärkeää vähentää turhaa kulutusta. Tässä harjoituksessa kokeillaan leikkimielisesti, miten tavaroiden sijaan ystävää voi ilahduttaa aineettomilla lahjoilla.

Harjoitus perustuu improvisaatioteatteriohjaaja Keith Johnstonen harjoitukseen "Lahjat" kirjassa ***Impro: Improvisoinnista iloa elämään ja esiintymiseen*** *(Yliopistopaino 1996, suom. Simo Routarinne, s. 100) ja sen on tähän opetusmateriaaliin muotoillut ja soveltanut Henna Laininen.*

Yksin tai ryhmässä:

Runoselfie
(10 min)

Vahvistetaan myönteistä käsitystä itsestä ja omista vaikutusmahdollisuuksista vastaamalla alla oleviin kysymyksiin. Kootaan vastausten pohjalta runoselfie eli runomuotokuva itsestä oheisen runokaavan avulla.

1) Kolme asiaa, jotka osaan hyvin (*verbejä*):
2) Kolme ominaisuutta, joista pidän itsessäni (*adjektiiveja*):
3) Lempisääni (*adjektiivi*):
4) Lempipaikkani:
5) Lempieläimeni:
6) Lempiharrastukseni (*verbi*):
7) Ihminen tai muu olento, joka on vaikuttanut minuun tai jota ihailen:
8) Ihminen tai muu olento, jota olen auttanut tai ilahduttanut:
9) Tekeminen, josta unelmoin (*verbi*):
10) Kaunein asia, jonka olen nähnyt tai kuullut (*substantiivi*):
11) Asia, josta saan voimaa (*substantiivi*):
12) Asia, jonka haluaisin muuttaa maailmassa (*kokonaisella lauseella*):

Olen (2: valitse sopivin) (3) (4)

. . . . . .

jossa (5) (6: tekee mitä)

. . . . . .

Kun (1: teen mitä, valitse sopivin)

. . . . . ,

(7). . . . . ja (8) . . . . . .

(9: tekevät mitä)

. . . . . .

kuin (10).

. . . . . .

Sisälläni on (11)

. . . . . .

joka (12: tekee mitä).

. . . . . .

Pääharjoituksia

Arvomuotokuva *(40 min)*

Tavoitteet:
Tehtävän avulla kirkastetaan omia arvoja sekä leikitellään omalla minäkuvalla huumorin keinoin. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; kulttuurinen osaaminen, vuoro-vaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen; hyvinvointiosaaminen; vuoro-vaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitteita s*anataiteilijana kehittyminen* ja *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa sanallis-tetaan itselle tärkeitä arvoja kirjoittamisen lähtökohtana, kokeillaan deitti-ilmoitusta tai lääkärin diagnoosia teksti-tyyppinä ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Pohditaan alla olevia kysymyksiä *(5 min)* ja sen jälkeen jaetaan ajatukset parin kanssa *(5 min)*.

1) Mitkä ovat sinulle tärkeimpiä arvoja? Valitse seuraavalta listalta viisi tärkeintä arvoa, joita haluat toteuttaa arjessasi.

Rehellisyys, ystävyys, oikeudenmukaisuus, tasa-arvo, auttavaisuus, luontoyhteys, menestys, kohtuullisuus, itsenäisyys, liikunnallisuus, ympäristöystävällisyys, yhteisöllisyys, myötätunto, herkkyys, hyvinvointi, lepo, huumori, vapaus, seikkailu, henkisyys, viihtyisyys, luovuus, turvallisuus, rohkeus, rakkaus, oppiminen, viisaus, kauneus; muu, mikä?

2) Entä mitkä ovat sellaisia asioita ja tekemisiä, jotka tekevät sinut onnelliseksi arjessa? Esimerkiksi ystävät, lemmikkieläimet tai sinulle tärkeä harrastus.

3) Mikä on sellainen arvo, jota haluaisit toteuttaa arjessasi enemmän? Minkä konkreettisen teon voisit tällä viikolla tehdä elääksesi kyseisen arvon mukaisesti?

Harjoitus *(20 min)*:
Listaa:

1) Viisi tekemistä, joiden avulla toteutat arvojasi. Esimerkiksi: “Tuen ystäviäni, kun heillä on vaikeaa.” “Käyn futistreeneissä kaksi kertaa viikossa.”

2) Viisi valhetta itsestäsi. Esimerkiksi: “Ryöstin viime viikolla pankin.” “Olen sukua kuuluisalle näyttelijälle.”

3) Viisi mahdottomuutta itsestäsi. Esimerkiksi: “Osaan lukea ihmisten ajatuksia.” “Päässäni kasvaa kaksi violettia sarvea.”

Kirjoita itsestäsi deitti-ilmoitus tai lääkärin diagnoosi, johon ujutat muutamia asioita jokaisesta yllä olevasta listasta.

Purku *(10 min)*:
Luetaan syntyneet tekstit pareittain tai pienryhmissä. Kuulijat kertovat, mistä yksityiskohdasta tekstissä erityisesti pitivät.

Harjoituksessa on hyödynnetty luovan kirjoittamisen opettaja, kirjailija Niina Hakalahden ohjaamaa kirjoitusharjoitusta ja harjoituksen on tähän opetusmateriaaliin jatkokehittänyt Henna Laininen.

Turhien ja tarpeellisten tuotteiden mainoksia *(65 min)*

Tavoitteet:
Tehtävän avulla pohditaan omia kulutusvalintoja ja suhtautumista tavaroihin huumorin keinoin. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; monilukutaito; kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; työelämätaidot ja yrittäjyys; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *vuorovaikutusosaaminen; monitieteinen ja luova osaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* –

harjoituksessa tutustuaan lehtimainokseen tekstityyppinä, kokeillaan yhteiskirjoittamista tekniikkana ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Virittäytyminen *(20 min)*:
Kuunnellaan Mikko Valtosen haastattelu "Huolehditko hyvinvoinnistasi planeetan rajoissa?" *Minun ilmastotaitoni* -verkkodokumentista: www.ilmastotaitoni.fi *(15 min)*. Keskustellaan sen jälkeen pareittain *(5 min)* seuraavista kysymyksistä:

1) Minkälaisin teoin minun olisi helppo kohtuullistaa hiilijalanjälkeäni? Teot voivat liittyä esimerkiksi seuraaviin elämänalueisiin:

– ruoka
– asuminen
– matkustaminen ja liikkuminen
– tavarat ja palvelut

2) Entä millä teolla olisi suuri vaikutus, mutta sen toteuttaminen vaatisi pitempää suunnittelua?

Jos ryhmällä on käytössä pitempi oppitunti, voidaan pohdinnan tueksi tehdä myös Sitran elämäntapatesti: https://elamantapatesti.sitra.fi/

Harjoitus *(30 min)*:
Jakaudutaan pienryhmiin. Jokainen ryhmä on oma yrityksensä, jonka tehtävänä on suunnitella mainos uusimmalle tuotteelleen. Yritysten arvot ja toimintatavat eroavat toisistaan. Opettaja jakaa ryhmät seuraaviin yrityksiin, joiden kuvaukset luetaan ensin yhdessä:

Ryhmä 1:
Tämä yritys tekee tarpeettomia tai ympäristölle haitallisia tuotteita, ympäristöä kuormittavista materiaaleista. Tuotteet ovat kalliita, ja ne on suunniteltu hajoamaan kolmen vuoden kuluttua ostopäivästä. Esimerkki yrityksen tuotteesta: “Runsaasti sähköä kuluttava, muovinen limonadipullonjäähdytin.”

Ryhmä 2:
Tämä yritys tekee täysin turhia mutta ympäristölle melko harmittomia tuotteita, kierrätysmateriaaleista. Tuotteet ovat halpoja, ja niiden oheistuotteena saa ostaessaan muuta tarpeetonta tavaraa. Esimerkki yrityksen tuotteesta: “Tyhjästä kauramaitopurkista askarreltu korvanraaputin, autonrenkaasta tehdyt pomppuraajat kaupan päälle.”

Ryhmä 3:
Tämä yritys tekee mahdollisimman tarpeellisia ja kestäviä tuotteita, pääosin kierrätysmateriaaleista ja paikallisista laadukkaista materiaaleista. Tuotteet ovat melko kalliita, mutta niiden käyttöikä on pitkä. Esimerkki yrityksen tuotteesta: “Espoolaisesta lampaanvillasta huovutettu talvitakki,

jonka selkään kiinnitetyt, kierrätysmuovista valmistetut aurinkopaneelit lataavat samalla kännykkäsi.”

Ryhmä 4:
Tämä yritys tekee vain aineettomia ja äärimmäisen tärkeitä tuotteita eikä käytä ollenkaan materiaaleja. Tuotteet ovat ilmaisia tai tuotot menevät hyväntekeväisyyteen. Esimerkki yrityksen tuotteesta: “Laula rohkaisulaulu ystävälle ja tuet samalla kodittomien kissojen hoitokotia.”

Ensimmäinen tehtävä *(3 min):*
Keksikää yrityksellenne sen arvoihin ja toimintatapoihin sopiva nimi.

Toinen tehtävä *(10 min):*
Ideoikaa yrityksenne uusin tuote vastaamalla alla oleviin kysymyksiin. Hyväksykää kummallisetkin ideat. Nyt saa käyttää mielikuvitusta ja liioitella!

– Mihin tuotetta käytetään?
– Mistä materiaaleista tuote on tehty?
– Mitä vaikutuksia tuotteella on a) sen käyttäjään,
b) ympäristöön?
– Mikä olisi osuva nimi tuotteelle?
– Paljonko tuote maksaa?

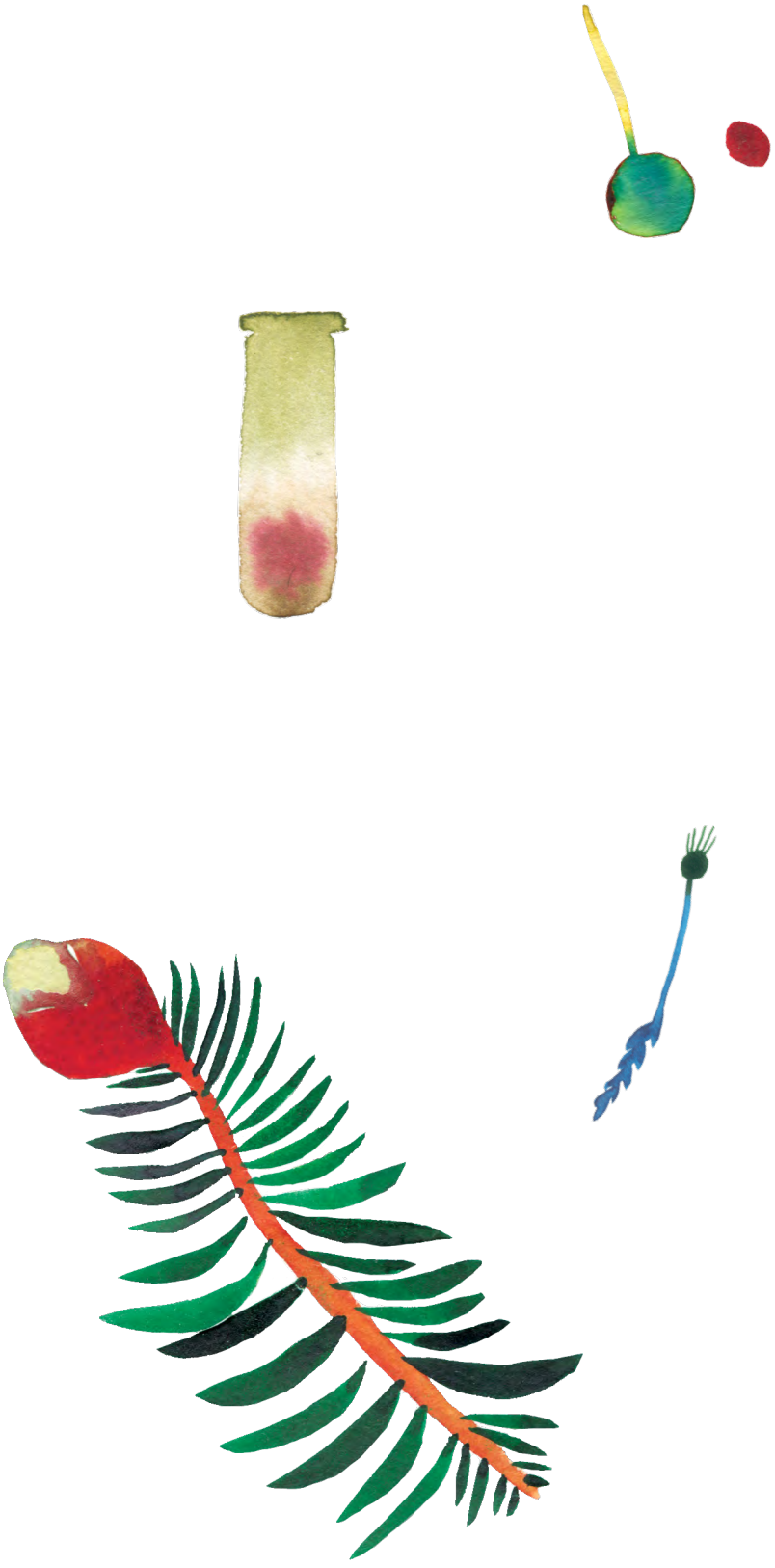
Kolmas tehtävä *(15 min):*
Suunnitelkaa lehtimainos tästä yrityksenne uusimmasta tuotteesta. Mainos voi sisältää tekstiä sekä kuvan tuotteesta tai tilanteesta, jossa tuotetta käytetään. Mainostekstissä voi kertoa esimerkiksi seuraavia asioita:

– Tuotteen nimi ja hinta
– Mainoslauseita: miten kuvailisitte iskevästi ja houkuttelevasti tuotteen käyttötarkoitusta, materiaaleja ja vaikutuksia?
– Voitte myös miettiä, mitä tästä tuotteesta ei kannata kertoa mainoksessa.

Purku *(15 min)*:
Pienryhmät esittelevät yrityksensä nimen, tuoteidean ja sen pohjalta syntyneen mainoksen toisille ryhmille. Pohtikaa lopuksi yhdessä seuraavia kysymyksiä:

– Minkä tuotteen edellä esitellyistä haluaisit tai et missään tapauksessa haluaisi hankkia itsellesi?

– Edellä esitellyt tuotteet olivat mielikuvitusta, mutta oliko niissä yhtymäkohtia todellisuuteen? Oletko tullut hankkineeksi edellä esitellyn kaltaisia tuotteita? Oletko ollut jälkeenpäin tyytyväinen ostopäätökseesi?



Minun ilmastotaitoni *(40 min)*

Tavoitteet:
Pyritään lähestymään ympäristöongelmien tuomia haasteita oppimismahdollisuutena. Pohditaan yhdessä, minkälaisia taitoja muuttuvissa oloissa tarvitaan. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; kulttuurinen osaaminen, vuoro-vaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; monitie-teinen ja luova osaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustuaan sanakirjamuotoon tekstityyppinä, luodaan uusia sanoja ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Virittäytyminen *(20 min)*:
Tutki Henna Lainisen ja Eero Niemisen *Minun ilmastotaitoni* -verkkodokumentin etusivua ja kuuntele sinua kiinnostavan dokumentin ensimmäiset 10 minuuttia:
www.ilmastotaitoni.fi

Pohdi sen jälkeen, minkälaisia taitoja sinun mielestäsi ilmastokriisissä tarvitaan. Taidot voivat olla monenlaisia: esimerkiksi kestävään elämäntapaan liittyviä taitoja, selviytymistaitoja, sosiaalisia taitoja tai tunnetaitoja. Listaa ideoitasi ranskalaisin viivoin tai tee niistä käsite-kartta *(10 min)*. Pohdinnan tueksi voit silmäillä myös ilmastotaitojen listaa sivulla 184.

Harjoitusta ohjatessa opettaja voi korostaa, että uusien taitojen oppiminen on usein hauskaa ja siitä voi tulla mielenkiintoinen harrastus. Jokainen voi löytää itselleen tärkeät ilmastotaidot, joista saa voimaa ja joiden avulla voi edistää ilmastonmuutokseen sopeutumista omassa elämässään ja lähiyhteisössään.

Harjoitus *(15 min)*:
Valitse listaamistasi taidoista itsellesi tärkeimmältä tuntuva ja kirjoita sanakirjamääritelmä taidosta seuraavien kysymysten avulla:

– Mikä olisi kuvaava nimi taidolle?
– Kuinka taitoa harjoitetaan?
– Minkälainen kokemus taidon harjoittaminen on?
– Kuinka taidon harjoittaminen muuttaa harjoittajaa tai ympäröivää yhteiskuntaa?

Inspiraatioksi voit lukea sivulla 143 olevan, tulevaisuuden taitoa kuvailevan sanakirjatekstin *Utopedia*-sanastosta.

Purku *(5 min)*:
Luetaan syntyneet sanakirjamääritelmät pareittain tai pienryhmissä. Jatkoharjoituksena tekstien pohjalta voidaan tehdä pysäytyskuvia tulevaisuuden ilmastotaidoista (ks. harjoitus Pysäytyskuvia ympäristötunteista, sivu 51). Jatkotehtävänä voidaan tutustua itseä kiinnostavaan ilmastotaitoon *Minun ilmastotaitoni* -verkkodokumentissa ja tehdä siihen liittyvät, dokumentista löytyvät pohdintatehtävät.

Leikinnäkö

Käyttäytymisen malli jonka avulla yhteisöt keksivät uudenlaisia ratkaisumalleja ongelmille. Kenellä tahansa yhteisön jäsenellä on mahdollisuus alkaa leikki, joka käsittelee ratkaistavaa pulmaa, ja muiden yhteisön jäsenten pitää yhtyä tähän leikkiin. Leikinnäön avulla on keksitty mm. rivilepo (yleistynyt ruuhka-aikaan julkisessa liikenteessä, kun henkilö painaa pään vieressä seisojan olalle) sekä kevyet yhteislämpöpuvut, joihin voi pukeutua jopa viisi ihmistä kerrallaan liikkumiskykyä menettämättä. Leikinnäkö on helpottanut monia hallitusneuvotteluja ja yhtiökokouksia. Leikki voi löytää uuden ratkaisun ongelmaan, tai olla löytämättä.

Rakkaudesta-työryhmän sanastosta ***Utopedia****,*
www.utopedia.fi

Vaikuttava keskustelu -sarjakuva *(40 min)*

Tavoitteet:
Harjoituksessa pohditaan vuorovaikutustaitojen merkitystä ympäristövaikuttamisessa ja pyritään lisäämään myötätuntoa eri osapuolten näkökulmaa kohtaan. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen* sekä *eettisyys ja ympäristöosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustutaan sarjakuvan ilmaisukeinoihin ja dialogin kirjoittamiseen.

Virittäytyminen *(10 min)*:
Tutustutaan yhdessä sarjakuvan ilmaisukeinoihin tutkimalla seuraavia opaskirjoja:

– Ilpo Koskela: *Pieni opas sarjakuvien piirtämiseen* (Lastenkulttuurikeskus Sarjis 2007): https://lastenkulttuuri.fi/wp-content/uploads/2016/02/piirtamisopas2051.pdf

– Franklin Bishop: *Sarjakuvapiirtäjän käsikirja* (Kustannus-Mäkelä 2007, suom. Jari Leino)

– Jan Kjær: *Manga: piirtäjän opas* (Egmont 2007, suom. Anssi Rauhala).

Harjoitus *(20 min)*:
Mieti tilanne, jossa haluaisit vaikuttaa ympäristöasioihin. Kirjoita ja piirrä kaksi kolmen ruudun sarjakuvaa valmiiseen sarjakuvapohjaan (ks. Sarjakuvapohjat sivuilla 182–183). Keksi sarjakuviin kaksi vaihtoehtoista keskustelun kulkua:

Sarjakuva 1: Miten en toivoisi keskustelun menevän
Sarjakuva 2: Miten toivoisin keskustelun menevän

Purku *(10 min)*:

Katsotaan sarjakuvat pareittain. Pohditaan parin kanssa:

a) Minkälaisia tunteita sarjakuvan henkilöt ehkä tuntevat keskustelutilanteissa?

b) Mitä he ehkä haluavat tai tarvitsevat keskustelutilanteissa?

c) Miten keskustelusta voisi saada sellaisen, että osapuolet ymmärtäisivät toisiaan?

Lisää vuorovaikutustaidoista: Marshall B. Rosenberg, *Rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus* (Viisas elämä 2015, suom. Teija Hartikainen).

*Harjoituksen ideoinnissa on hyödynnetty **Toivoa ja toimintaa** -sivuston harjoitusta Kuva vuorovaikutustilanteesta, https://toivoajatoimintaa.fi/tunteet/tunnetehtavia/*

Rohkeus:
Räppiä paremman maailman puolesta
(60 min)

Tavoitteet:
Harjoituksen tavoitteena on ympäristöongelmiin liittyvien asenteiden ja mielipiteiden ilmaisu räpsanoituksen keinoin. Harjoitus rohkaisee omien mielipiteiden ilmaisuun sekä omien vaikutusmahdollisuuksien pohtimiseen. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen*, *vuorovaikutus ja ilmaisu; monilukutaito; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen; hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen; yhteiskunnallinen osaaminen* sekä *eettisyys ja ympäristöosaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustutaan räplyriikkaan tekstityyppinä ja opetellaan kantaaottavan tekstin kirjoittamista ja esittämistä.

Virittäytyminen *(15 min)*:
Kuunnellaan ympäristöaiheinen räpkappale, esimerkiksi Biolapset-yhtyeen *Ota pallosta kii* (Muumaa Musiikki 2019): https://www.youtube.com/watch?v=yxRgnMmDIv4

Keskustellaan räpin tyylipiirteistä: Räpissä säkeet eli tekstirivit ovat yleensä melko samanpituisia, jotta tekstiä on helppo esittää rytmikkäästi. Räpsanoituksessa kieltä käytetään kekseliäästi, ja usein hyödynnetään esimerkiksi loppusointuja, alkusointuja, puhekieltä ja slangisanoja.

Räppärillä on yleensä itsevarma asenne ja hän haluaa esittää mielipiteitä jostakin epäkohtana pitämästään asiasta.

Harjoitellaan riimittelyä pareittain: Keksitään vuorotellen sana, jolle toinen keksii riimin. Esimerkiksi “kahvinkeitin – pahvin heitin”, “ilmastonmuutos – siin vast on puutos”. Riimin ei tarvitse olla kokonainen riimi, vaan räpissä hyödynnetään usein myös puoliriimejä eli vain osittain sointuvia loppusointuja, kuten “päivää – hyvää”. Jaetaan lopuksi hauskin riimipari koko ryhmälle.

Harjoitus *(30 min)*:
Listaa ympäristön tilaan liittyviä ongelmia, jotka suututtavat sinua tai herättävät muita voimakkaita tunteita ja joihin toivoisit muutosta. Valitse yksi ongelmista ja kirjaa ylös vastaukset seuraaviin kysymyksiin:

– Mikä tarkalleen on pielessä?
– Mikä auttaisi ongelmaan?

Kirjoita seuraavaksi räpsanoitus, jossa otat kantaa ongelmaan! Voit käyttää apuna seuraavaa räpsanoituksen kaavaa:

1. säkeistö: Kuvaile, mikä tarkalleen on pielessä. Mitä kuvailemastasi ympäristöongelmasta seuraa?

Kertosäe: Keksi tarttuva kertosäe, johon tiivistät tärkeimmän viestisi kuulijalle.

2. säkeistö: Kerro, mitä sinun mielestäsi pitäisi tehdä ongelman ratkaisemiseksi.

Kertosäe

Purku *(15 min)*:
Esiintymisestä pitävässä ryhmässä räp-kappaleet voidaan pareittain esittää koko ryhmälle.

Ilmastosankareita
(65 min)

Tavoitteet:
Harjoituksessa pohditaan sankaruutta ja omia keinoja ilmastovaikuttamiseen. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa tutustuaan supersankaritarinoihin tekstityyppinä ja opetellaan henkilöhahmon rakentamista.

Opettaja voi aluksi kertoa osallistujille ympäristöfilosofi Joanna Macyn ajatuksesta: omaa ympäristövaikuttamista voi ajatella seikkailuna, jonka lopputulos ei ole vielä tiedossa. Sankari kohtaa matkallaan haasteita ja löytää keinoja selvitä niistä. Ympäristökriisi on niin monimutkainen kokonaisuus, että yksinäisten sankarien sijaan muutoksia saadaan aikaan yhdessä tekemällä ja joukkovoimalla. Samalla kannattaa muistaa olla armollinen itselleen: jokainen voi tehdä jotakin ympäristön hyväksi, mutta kukaan ei voi tehdä kaikkea

Virittäytyminen *(25 min)*:
1. Lue nuoren ilmastoaktivistin Atte Ahokkaan haastattelu: https://www.ku.fi/artikkeli/4134747-ilmastoaktivisti-atte-ahokas-toivo-syntyy-toiminnasta

(Lähde: Anna Paju: “Ilmastoaktivisti Atte Ahokas: Toivo syntyy toiminnasta”, *Kansan Uutiset* 8. 9. 2019.)

Pohdi parin kanssa:

– Kuka on mielestäsi sankari ilmastonmuutoksen aikakaudella? Onko sankari ilmastoaktivisti tai kuivuutta pakeneva ilmastopakolainen? Kenties mehiläinen, joka auttaa hedelmäpuita lisääntymään haastavassa säässä? Vai vaikeissa kotioloissa kasvanut nuori, jolla on paljon muitakin haasteita elämässään kuin ilmastonmuutos? Voiko yhteisö olla sankari?

– Mikä omasta elämästäsi tekee sankarillista? Missä pienessä tai suuressa asiassa sinulta on vaadittu sankarillisia ominaisuuksia, kuten rohkeutta tai sitkeyttä? *(15 min)*

2. Tutustu ilmastovaikuttamisen keinoihin Luonto ja tunteet -hankkeen sivulla “Tapoja vaikuttaa”: https://www.luontojatunteet.fi/vaikuttamistapoja/ Pohdi, haluaisitko vaikuttaa ilmastoasioihin, ja mikä vaikutustapa voisi olla sinulle sopivin. *(5 min)*

3. Tutustutaan yhdessä supersankarifiktioon *(5 min)*. Supersankari on sarjakuvissa, elokuvissa, tietokonepeleissä ja kirjallisuudessa seikkaileva henkilöhahmo, jolla on yli-inhimillisiä kykyjä. Supersankari auttaa hädässä olevia ja taistelee rikollisuutta vastaan. Opettaja vinkkaa muutamia vanhoja ja uusia supersankareita, esimerkiksi:

– Sarjakuvien klassisia supersankareita Melanie Scottin kirjasta *Seikkailujen supersankarit: testaa tietosi* (Tammi 2019, suom. Antti Hulkkonen) ja Ilpo Lagerstedtin kirjasta *Supersankarit – ilmiö amerikkalaisessa sarjakuvassa* (Kirjastopalvelu 1991).

– Alisa-tytön, joka löytää itsestään supervoimia Elias & Agnes Våhlundin lastensarjakuvassa *Käsikirja supersankareille* (Kustantamo S&S 2019, suom. Arja Kantele).

Harjoitus *(30 min)*:
Ideoi oma ilmastosupersankarisi! Sankarin tehtävänä on pelastaa maapallo tuleville sukupolville estämällä ilmastokatastrofi. Minkälainen sankari tehtävään tarvitaan? Sankari voi olla joko ihminen tai toisen lajin edustaja.

Sankarin nimi:
Keksi supersankarille kuvaava nimi, joka voi esimerkiksi kertoa hänen parhaista puolistaan!

Sankarin tehtävä:
a) ilmastoaktivismi
b) kestävän elämäntavan edistäminen
c) luonnon monimuotoisuuden suojeleminen
d) ekologisten keksintöjen kehittäminen
e) ilmastonmuutoksesta kärsivien ihmisten ja eläinten auttaminen
f) muu, mikä?

Sankarin vahvuudet:
– Henkiset voimavarat (esim. luonteenpiirteet, arvot ja asenteet, henkiset taidot)?
– Fyysiset voimavarat (esim. ruumiinrakenne, käytännön taidot)?

Sankarin heikkoudet:
– Mitä taitoa sankari ei vielä osaa?
– Mikä henkinen tai fyysinen piirre tekee sankarin matkasta haastavan ja samalla mielenkiintoisen? (esim. ujous, pimeänpelko, maahan saakka ulottuvat ja joka paikkaan takertuvat hiukset...)

Sankarin avustajat:
– Kuka tai ketkä auttavat sankaria hänen tehtävänsä toteuttamisessa? Avustajat voivat olla ihmisiä tai muiden lajien edustajia.

Sankarin vastustajat:
– Kuka/mikä tai ketkä/mitkä hankaloittavat sankarin tehtävän toteuttamista? Vastustajat voivat olla ihmisiä, muiden lajien edustajia, olosuhteita tai sisäisiä ominaisuuksia (esim. myrsky, laiskuus).

Sankarin apuvälineet:
– Mikä on sankarin tärkein apuväline tehtävän toteuttamisessa? Miten sankari liikkuu paikasta toiseen?

Purku *(10 min)*:
Esitellään sankarit toisille pareittain tai pienryhmissä.

Lisää ympäristövaikuttamisesta: Joanna Macy & Chris Johnstone: ***Active Hope – How to Face the Mess We´re in without Going Crazy*** *(New World Library 2012).*

Jatkoharjoitus: Sankarin matka *(30 min)*

Kirjoita tarina siitä, kuinka supersankarisi onnistuu tehtävänsä toteuttamisessa. Sisällytä tarinaan kolme estettä, jotka hankaloittavat sankarin matkaa: ulkoinen este (olosuhde tai sattuma), sisäinen este (luonteenpiirre tai tunne), vastustaja (ihminen tai muun lajin edustaja). Kerro, miten ja keiden avulla sankari ylittää esteet. Sisällytä tarinaan erilaisia tapoja ylittää esteet, esimerkiksi sankarin taito, avustajan ilmaantuminen ja ovela juoni.

Jatkoharjoitus: Elokuva ilmastosupersankarista *(10 min)*

Keksi nimi elokuvalle, jossa ilmastosupersankarisi seikkailee! Kirjoita elokuvan juonitiivistelmä noin viidellä lauseella. Jos on runsaasti aikaa käytettävissä, voidaan jatkotehtävänä suunnitella myös elokuvan juliste esimerkiksi piirtämällä tai valokuvaamalla ja kuvankäsittelyohjelmalla.

Omat yhteisöni
(60 min)

Tavoitteet:
Harjoituksessa pohditaan yhteisöllisyyttä voimavarana ilmastokriisissä, hahmotetaan omia yhteisöjä sekä mietitään omia vaikutusmahdollisuuksia ilmastokriisiin yhteisöllisyyden kautta. Yläkoulu ja lukio: Harjoitus edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen* sekä *yhteiskunnallinen osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Harjoitus edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – harjoituksessa pohditaan yhteisöjä tarinan tapahtumapaikkana sekä tutustutaan lehtiotsikoihin tekstityyppinä.

Virittäytyminen *(5 min)*:
Lue verkostotyön kehittäjä Pauliina Helteen haastattelu "Pauliina Helle opettelee ilmastotaitoja – vahvat paikallisyhteisöt auttavat sopeutumaan muuttuviin oloihin" Ylen verkkosivuilta *(5 min)*: https://yle.fi/aihe/a/20-10000977

Vaihtoehtoisesti voit myös kuunnella Pauliina Helteen audiohaastattelun "Haluatko vahvistaa yhteisöllisyyttä?" *Minun ilmastotaitoni* -verkkodokumentista *(17 min)*: http://ilmastotaitoni.fi/pauliina/

Harjoitus *(45 min)*:
1) Tee kartta omista yhteisöistäsi – mihin lähellä ja kaukana oleviin yhteisöihin kuulut? Me kaikki kuulumme monenlaisiin yhteisöihin. Niitä ovat esimerkiksi perhe, ystäväporukka ja naapurusto, opiskelu- tai työyhteisö, harrastusryhmä tai sosiaalisen median yhteisö. *(10 min)*

2) Valitse seuraavaksi yksi yhteisöistäsi ja mieti kirjoittamalla, kuinka hyvin yhteisö mielestäsi tällä hetkellä toimii.

– Keitä yhteisöön kuuluu, keitä se sulkee ulkopuolelleen?
– Onko yhteisöllä yhteistä päämäärää?
– Miltä yhteisöön kuuluminen tuntuu?
– Mikä sujuu hyvin, mikä on ehkä haastavaa?
– Saavatko kaikki äänensä kuuluviin?
– Onko havaittavissa valtasuhteita tai konflikteja, jotka haittaavat yhteisön toimintaa?
– Minkälainen erilaisuus on sallittua ja minkälaista samanlaisuutta vaaditaan?

Mieti lopuksi, miten voisitte yhteisönä lähteä vahvistamaan yhteishenkeänne. Minkälaisia työkaluja siihen voisi käyttää? *(15 min)*

3) Tutustu kansainvälisen Siirtymäliikkeen oppaan sivuilla 33–35 näkyviin esimerkkikuviin: https://transitionnetwork.org/wp-content/uploads/2018/08/The-Essential-Guide-to-Doing-Transition-English-V1.2.pdf

Mieti, miten voisit edistää ilmastonmuutokseen sopeutumista ja kestävämpää elämäntapaa paikallisyhteisössäsi, esimerkiksi naapurien kanssa? *(10 min)*

4) Kuvittele, että paikallisyhteisösi kohtaa jonkin seuraavista poikkeustilanteista:
– kolmen vuorokauden mittainen sähkökatkos
– katkos ruoan- tai vedenjakelussa
– tulva
– raju myrsky
– pitkäkestoinen helleaalto

Miten toivoisit, että paikallisyhteisösi toimisi tilanteessa parhaalla mahdollisella tavalla? Keksi kolme lehtiotsikkoa, joissa kerrotaan tämän yhteisön upeasta onnistumisesta poikkeustilanteen kohtaamisessa. Esimerkiksi: “Pihajuhlat nuotion äärellä – näin oululaisessa lähiössä luodaan yhteishenkeä sähkökatkoksen aikana”, “Naapurin kissa pelasti henkeni – Ida, 15, paljastaa mitä myrskyssä tapahtui”. *(10 min)*

Purku *(10 min)*:
Esitellään kohtien 2 ja 3 ajatukset sekä lehtiotsikot pareittain tai pienryhmissä. Lehtiotsikoista voidaan myös koota ryhmän yhteinen sanomalehden tai iltapäivälehden etusivu seinälle.

Harjoitus on sanataiteellinen versio ***Minun ilmastotaitoni*** *-verkkodokumentin harjoituksesta Omat yhteisöni, sivulla http://ilmastotaitoni.fi/harjoitteet/#pauliina, ja sen ovat kehittäneet Henna Laininen ja Pauliina Helle.*

4. Esimerkkityöpajoja

Seuraavat esimerkkityöpajojen rakenteet esittelevät, miten tämän opetusmateriaalin teemoista voi koota kahden oppitunnin *(90 min)* mittaisen opetustuokion. Ympäristökysymyksiä kannattaa mielellään käsitellä useamman opetustuokion mittaisina kokonaisuuksina, jolloin ryhmällä on riittävästi aikaa toisaalta kuunnella ympäristötunteitaan ja toisaalta pohtia omia vaikutusmahdollisuuksiaan ympäristökriisiin. Ympäristötunteiden käsittely saattaa herättää osassa ryhmää toimintahalua, joten olisi tärkeää, että tunnetyöskentelyjen ohella tarjotaan mahdollisuus konkreettisen toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen. Esimerkkityöpajan sisällön voi räätälöidä oman ryhmän tarpeisiin sopivaksi. Jatkoharjoituksen voi tarvittaessa jättää pois, jos ryhmä tarvitsee rauhallisempaa etenemistahtia.

1. Ympäristötunteet
(90 min)

Oppitunnin teema ja tavoitteet:
Oppitunnilla opetellaan tunnistamaan itsessä erilaisia ympäristötunteita, opetellaan tunteiden jakamista toisten kanssa ja lisätään ymmärrystä toisten tunnemaastoista. Yläkoulu ja lukio: Oppitunti edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu*; *itsestä huolehtiminen ja arjen taidot*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen* sekä *eettisyys ja*

ympäristöosaaminen. Sanataiteen perusopetus: Oppitunti edistää tavoitteita *sanataiteilijana kehittyminen* ja *oma-ääninen kirjoittaminen* – oppitunnilla herkistytään eri aistien käyttöön, opetellaan sanallistamaan omia tunteita, tutustutaan käsitekarttaan, runoihin, laulunsanoituksiin ja kollaasiin tekstityyppeinä sekä laajennetaan sanavarastoa.

Lämmittelyharjoitus: Kiitollisuuspiiri *(10 min)*

Jokainen sanoo vuorollaan yhden pienen tai suuren asian, josta on tänään kiitollinen (ks. harjoitusohje sivulla 31). Jos ryhmäläiset eivät entuudestaan tunne toisiaan, voi kiitollisuuspiiri toimia samalla esittelykierroksena, jolla kerrotaan oma nimi. Vaihtoehtoinen toteutustapa, jos ryhmän ilmapiiri ei ole riittävän turvallinen: kirjoitetaan itsekseen 3 minuutin ajan tajunnanvirtaa aloituksella “Tänään olen kiitollinen…”

Lämmittelyharjoitus: Tunnesanaimprovisaatio *(10 min)*

Sanallistetaan eri tunnesanojen herättämiä mielikuvia (ks. harjoitusohje sivulla 29).

Virittäytyminen: Alustus ympäristötunteista *(5 min)*

Opettaja alustaa lyhyesti siitä, miksi ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on tärkeää käsitellä (katso virittäytymis-ohje sivulla 34).

Pääharjoitus: Tunteiden käsitekartta *(25 min)*

Tehdään käsitekartta omista ympäristötunteista tunnesanalistan avulla. Jaetaan käsitekartat parin kanssa tai kerätään osallistujien yhteinen tunnekartta AnswerGarden-alustalle (https://answergarden.ch/) tai muuhun sanapilvisovellukseen (ks. harjoitus- ja purku-ohje sivuilla 37–39).

Jatkoharjoitus: Runo tai laulu omasta ilmastotunteesta *(25 min)*

Kootaan runo tai laulu omasta ilmastotunteesta, valmiista runoista ja laulunsanoituksista leikkaamalla. Jaetaan syntynyt teksti parin kanssa tai luetaan se hiljaa mielessä (ks. harjoitusohje sivulla 53).

Purku:
Yhteinen tunnemaasto
(15 min)

Jokainen alleviivaa käsitekartastaan tai kokoamastaan runosta/laulunsanoituksesta itselleen tärkeän sanan tai lauseen, jonka haluaa jakaa muille. Koostetaan sanoista ryhmän yhteinen tunnemaasto kollaasitekstinä tai äänimaisemana:

Vaihtoehto 1:
Kollaasiteksti. Jokainen kirjoittaa valitsemansa sanan/lauseen isoille paperilapuille. Ryhmäläisten sanoista ja lauseista muodostetaan yhteinen teksti lattialle tai seinälle lappuja kiinnittämällä. Vaihtoehtoisesti teksti voidaan luoda myös AnswerGarden-alustalle (https://answergarden.ch/) tai muuhun sanapilvisovellukseen. Lopuksi ohjaaja lukee tekstin ääneen. Keskustellaan tekstin herättämistä ajatuksista.

Vaihtoehto 2 (esiintymisestä pitäville ryhmille)**:**
Äänimaisema. Mennään piiriin seisomaan. Jokainen sanoo vuorollaan oman sanansa/lauseensa ja tekee siihen sopivan asennon, liikkeen tai eleen. Muut toistavat sanan/lauseen kaikuna ja peilaavat liikettä.

2. Kestävä tulevaisuus
(90 min)

Oppitunnin teema ja tavoitteet:
Havainnoidaan omaa tulevaisuusajattelua. Jaetaan ajatuksia ekologisesta kestävyydestä ja laajennetaan kuvittelukykyä ideoimalla kestävän tulevaisuuden taitoja ja keksintöjä. Yläkoulu ja lukio: Oppitunti edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; ajattelu ja oppimaan oppiminen; monilukutaito; itsestä huolehtiminen ja arjen taidot; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen*; *hyvinvointiosaaminen; vuorovaikutusosaaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen, globaali- ja kulttuuriosaaminen* sekä *monitieteinen ja luova osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Oppitunti edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – oppitunnilla tutustutaan sanakirjamääritelmään tekstityyppinä, laajennetaan kuvittelukykyä, luodaan uusia sanoja ja kokeillaan tekstien ilmaisua kehollisesti, draaman kielellä.

Lämmittelyharjoitus: Ajatuksiani tulevaisuudesta -gallup *(10 min)*

Seisotaan piirissä ja ohjaaja lukee tulevaisuutta koskevia väitteitä. Jokaisen väitteen jälkeen samaa mieltä olevat ottavat yhden askeleen eteenpäin piirissä ja palaavat sitten paikalleen (ks. harjoitusohje sivulla 88).

Lämmittelyharjoitus: Kestävä tulevaisuus -ideariihi *(10 min)*

Jokainen saa 5 kpl post it -lappuja. Ideoidaan pien-ryhmissä vastauksia kysymykseen: “Jos saisit vapaasti päättää, miltä ekologisesti kestävä tulevaisuus näyttäisi? Minkälaisessa tulevaisuudessa sekä ihmiset että muu luonto voisivat mahdollisimman hyvin?” Ensin jokainen listaa hiljaa itsekseen vastauksia post it -lapuille 5 minuutin ajan (1 vastaus / lappu). Sen jälkeen ideat jaetaan omalle ryhmälle liimaamalla lappuja yhteiseen paperiin. Ryhmä voi ryhmitellä laput keskustelussa esiin nousevia teemoja vastaaviin paikkoihin.

Vaihtoehtoinen toteutustapa anonyymisti:
Ideariihi voidaan pitää myös koko ryhmän kesken niin, että oppilaat kirjoittavat itsekseen tai pienryhmissä Jamboard-sovelluksen avulla virtuaalisia tarralappuja yhteiselle alustalle:
https://edu.google.com/intl/ALL_fi/products/jamboard/

Virittäytyminen: Ihmiskunnan keksintöjä *(10 min)*

Tutustutaan ihmiskunnan historian tärkeisiin keksintöihin ja pohditaan keksintöjen roolia omassa arjessa (ks. Tulevaisuuden keksintöjä -harjoituksen virittäytymisohje sivulla 114).

Pääharjoitus: Tulevaisuuden keksintöjä *(30 min)*

Luodaan uusia yhdyssanoja ja kirjoitetaan valitun yhdyssanan pohjalta kestävän tulevaisuuden keksinnön tai taidon kuvaus (ks. harjoitusohjeet ja apukysymykset sivuilla 115 ja 142). Esimerkkitekstinä opettaja voi lukea ryhmälle tekstin nimeltä “Leikinnäkö” *Utopedia*-sanastosta (sivulla 143).

Jatkoharjoitus: Pysäytyskuvia tulevaisuuden taidoista ja keksinnöistä *(30 min)*

Ideoidaan pienryhmissä pysäytyskuvia edellisessä harjoituksessa kirjoitettujen tulevaisuuden keksintöjen ja taitojen pohjalta. Esitetään pysäytyskuvat toisille ryhmille (ks. harjoitusohje sivulla 51).

3. Minä ympäristövaikuttajana *(90 min)*

Oppitunnin teema ja tavoitteet:
Havainnoidaan omia ympäristöasenteita ja pohditaan itselle sopivia keinoja ympäristövaikuttamiseen. Yläkoulu ja lukio: Oppitunti edistää laaja-alaisen osaamisen tavoitteita *kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu; monilukutaito; osallistuminen, vaikuttaminen ja kestävän tulevaisuuden rakentaminen; eettisyys ja ympäristöosaaminen; globaali- ja kulttuuriosaaminen* sekä *monitieteinen ja luova osaaminen*. Sanataiteen perusopetus: Oppitunti edistää tavoitetta *omaääninen kirjoittaminen* – oppitunnilla tutustutaan henkilöhahmon ja tarinan rakentamiseen sekä supersankaritarinoihin tekstityyppinä ja laajennetaan kuvittelukykyä.

Lämmittelyharjoitus: Jos kaikki olisi mahdollista *(10 min)*

Viritellään mielikuvitusta keksimällä luovia ratkaisuja ympäristökriisin kohtaamiseen (ks. harjoitusohje sivulla 125).

Virittäytyminen: Tutustuminen ilmastovaikuttamiseen *(30 min)*

Tutustutaan ilmastovaikuttamisen keinoihin ja pohditaan omia vaikuttamistapoja (ks. Ilmastosankareita-harjoituksen virittäytymisohje sivulla 151).

Pääharjoitus: Ilmastosankareita *(30 min)*

Ideoidaan oma ilmastosupersankari (ks. harjoitus-ohje sivulla 153). Esitellään omat hahmot pareittain tai pienryhmissä.

Jatkoharjoitus: Elokuva ilmastosupersankarista *(20 min)*

Keksitään nimi elokuvalle, jossa oma ilmastosupersankari seikkailee. Kirjoitetaan elokuvan juonitiivistelmä noin viidellä lauseella. Jos on runsaasti aikaa käytettävissä, voidaan suunnitella myös elokuvan juliste esimerkiksi piirtämällä tai valokuvaamalla ja kuvankäsittelyohjelmalla. Tehdään kuvista ja teksteistä näyttely luokan seinälle ja katsellaan niitä lopuksi yhdessä. Mikäli ryhmän ilmapiiri on turvallinen, jokainen voi myös esitellä oman teoksensa toisille.

Liitteet

Virittäytyminen harjoituksiin Tajunnanvirtaa ympäristötunteista ja Tunteiden käsitekartta.

Miksi ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita on tärkeää käsitellä?

Maailman ongelmat, kuten ilmastonmuutos, herättävät monenlaisia tunteita. Voi tulla voimaantunut ole, kun näkee, miten monet ihmiset toimivat hyvien asioiden puolesta. Tai voi tulla ahdistunut olo, kun näkee uutisia sademetsien palamisesta. Voi tulla syyllinen olo, kun näkee, miten oman suosikkibrändin vaatetta valmistetaan liian huonolla palkalla.

Olisi tärkeää, että tiedostaisimme, mitä tunteita meissä herää, jotta voisimme toimia paremmin. Tunteiden kohtaaminen saattaa kuitenkin olla haastavaa. Voi käydä niin, että maailman ongelmat alkavat ahdistaa niin paljon, että ne haluaa ohittaa. Huono uutinen somessa – hei, antakaa mulle kissavideo! Se on ihan inhimillistä, mutta jos me kaikki vain jatkuvasti pakenemme ongelmia, ne eivät ikinä ratkea. Joillekin käy niin, että ongelmat alkavat vaivata niin paljon, ettei saa kunnolla nukutuksi, kun ilmastokriisi ahdistaa niin paljon.

Tässä näette joitakin yleisiä tunteita, joita maailman ongelmat voivat herättää. (Heijasta kuva 1.) Kun katsot tätä

hetken, onko joitain tunteita, jotka ovat sinulle erityisen tuttuja? Tai onko joitain tunteita, jotka tuntuvat sinusta vierailta tai oudoilta? Omiin tunteisiin voi ja kannattaa tutustua, siihen on olemassa monenlaisia harjoituksia.

Tässä vuorostaan näkyy suomalaisten yleisiä tunteita ilmastonmuutokseen liittyen – näitä selvitettiin Sitran laajassa kansalaiskyselyssä vuonna 2019. (Heijasta kuva 2.) On huolta, ahdistusta, mutta toisaalta kiinnostusta, ja syyllisyyden ja riittämättömyyden tunteita. Monesta tuntuu, että mitä minä pieni ihminen voin tehdä näin isoille ongelmille. Toisaalta saattaa suututtaa tai raivostuttaa se, että päättäjät tai yritysjohtajat eivät tee tarpeeksi näiden ongelmien ratkaisemiseksi. Ja joitakuita turhauttaa koko ilmastonmuutoksesta puhuminen – sekin on olemassaoleva tunne, joka kannattaa kohdata.

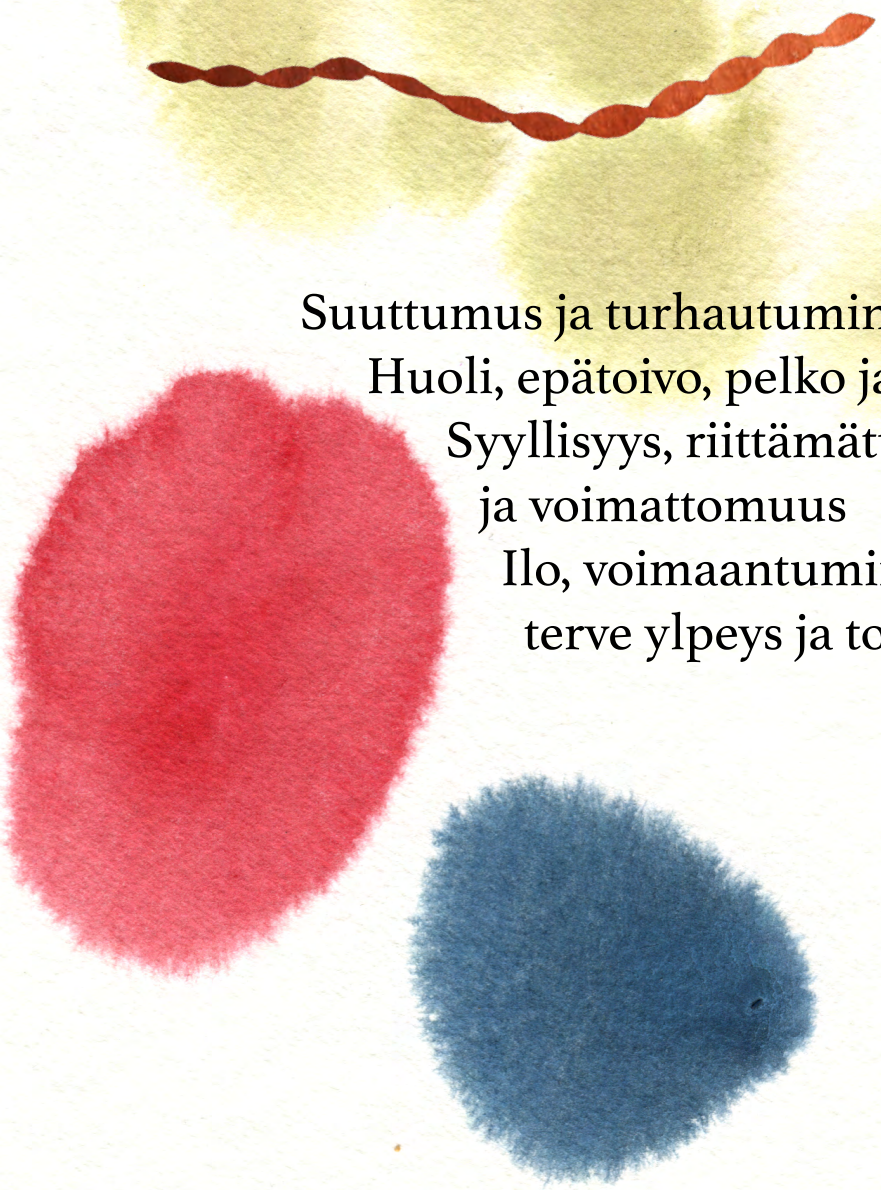
Mutta sitten on myös paljon voimaantumista ja hyvän-tekemisen halua, ja yhdessä tekemisen iloa ja toivoa. Jokainen voi tehdä jotain – valtamerikin koostuu pienistä pisaroista. Päättäjistäkin monet tekevät jo paljon ja yhdessä esimerkiksi nuoretkin voivat vaikuttaa päättäjiin. On tosi tärkeää muistaa, että maailmassa tapahtuu myös paljon hyvää, vaikka ympäristöongelmiin liittyvä surukin kannattaa kohdata. Kun tuntee tunteensa, niiden energian osaa ohjata paremmin hyviin juttuihin!

Teksti on lainattu Toivoa ja toimintaa -hankkeen opetusvideosta "Tutustu kestävän kehityksen kysymyksiin liittyviin tunteisiin!", https://www.youtube.com/watch?v=uZoIIkWoqLw&t=195s Lainaus on tehty Toivoa ja toimintaa -hankkeen luvalla.

KUVA 1.
Maailman ongelmien herättämiä tunteita

Lähde: Toivoa ja toimintaa -hanke

KUVA 2.
Suomalaisten tunteita ilmastonmuutokseen liittyen



Lähde: Sitran kansalaiskysely "Ilmastonmuutos ja tunteet", 2019, koonnut Toivoa ja toimintaa -hanke

Tarvelista harjoitukseen
Tarpeet tunteidemme taustalla

Tarpeita tunteidemme taustalla

Yhteys, keskinäisriippuvuus
arvostus
empatia
hellyys
henkinen turva
hoiva
huolenpito
huomioiminen,
huomioiduksi tuleminen
hyväksyntä
intiimiys
jatkuvuus
johdonmukaisuus
kiintymys
kumppanuus
kunnioitus
luottamus
lämpö
läheisyys
myötätunto
rakkaus
todellisuuksien kohtaaminen
toisen näkeminen, nähdyksi tuleminen
toisen kuuleminen, kuulluksi tuleminen

tuki
vakaus
varmuus
vastavuoroisuus
vuorovaikutus
välittäminen
yhteenkuuluvuus
yhteistyö
ymmärtäminen,
ymmärretyksi tuleminen

Eheys, integriteetti
aitous
läsnäolo
rehellisyys
yhtenäisyys

Merkitys
aikaansaaminen
elämän rikastuttaminen
haasteellisuus/haastavuus
kiitollisuus, elämän juhliminen
hengellisyys, henkisyys
inspiraatio, innostus
itseilmaisu
juhliminen
kasvu, oppiminen
luovuus
merkityksellisyys
osallisuus

selkeys
stimulointi
sureminen
tarkoitus
tehokkuus
tietoisuus
toisen hyvinvoinnin edistäminen
toivo
tärkeys
vakuuttuminen
ymmärrys

Itsenäisyys, autonomia
spontaanius
tieto, informaatio
tila
vaihtelu
valinta
valta
vapaus
vastuu
yksityisyys

Rauha
ennakoitavuus
harmonia, sopusointu
helppous
järjestys
kauneus
lohtu

tasavertaisuus
reiluus
suojeleminen
tasapaino
yhteisöllisyys

Kehon hyvinvointi
ilma
kosketus
lepo
lämpö
liikkuminen
nautinto
ravinto
rentoutuminen
seksuaalinen ilmaisu
turva, suoja
uni
vesi
valo

Leikki
ilo
hauskanpito
huumori
seikkailu

Lähde: Savanna Connexions, https://savannaconnexions.fi/
Listan käyttöön on saatu lupa NVC-kouluttaja Hanna Savannalta.

Harjoitusohje Kirjeitä tuleville sukupolville -harjoitukseen, Vaihtoehtoinen toteutustapa: Fragmentti

Tuhoamiskaava 8-riviselle tekstille

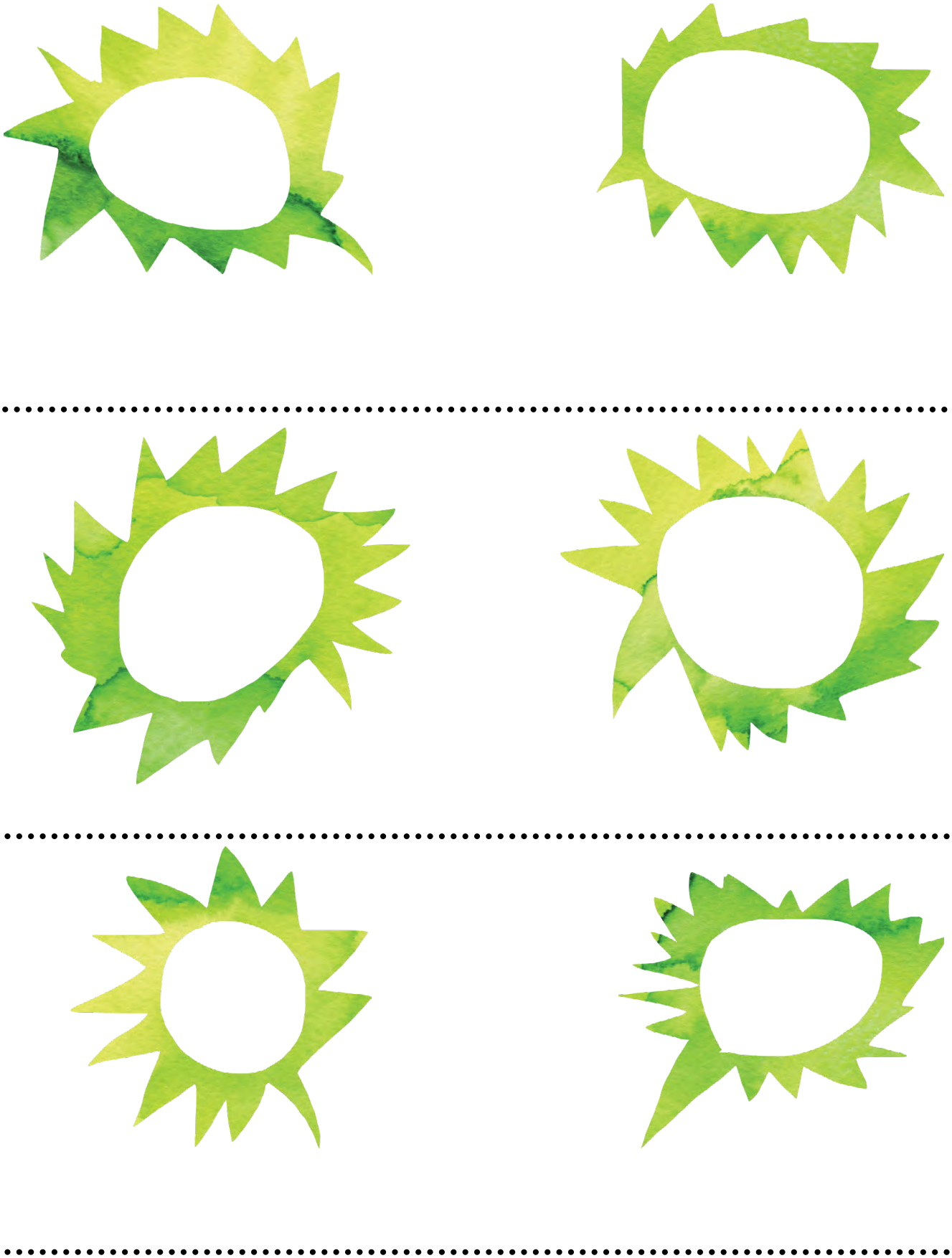
Kokeile, miten aika kuluttaa tekstiäsi! Poista tekstistäsi sanoja seuraavan ohjeen mukaan (poistettaviin kohtiin voit jättää tyhjän aukon):

– tuli tuhoaa tekstisi 1. riviltä kaksi ensimmäistä sanaa
– sade liottaa tekstisi 2. riviltä joka toisen sanan pois
– kaivinkone repii tekstisi 3. rivin kokonaan pois
– munkit jäljentävät tekstiäsi luostarissa tuleville sukupolville ja hajamielisyyksissään muuttavat 4. rivillä kaikki yksiköt monikoiksi ja monikot yksiköiksi (esimerkiksi jos tekstissäsi lukee “minä”, se muuttuu muotoon “me”, jos tekstissäsi lukee “koirat juoksevat”, se muuttuu muotoon “koira juoksee”)
– lokki kakkaa tekstisi 5. riville ja jättää näkyviin vain verbit (eli tekemistä ilmaisevat sanat, kuten “laulaa”, “hymyilimme”)
– aurinko haalistaa tekstisi 6. rivin kokonaan pois
– sammal kasvaa tekstisi 7. rivin kahden ensimmäisen sanan päälle
– kirjaskorpioni nakertaa tekstisi 8. rivin ja jättää vain viimeisen sanan jäljelle

Sarjakuvapohja harjoitukseen
Vaikuttava keskustelu -sarjakuva

Löydät pohjat seuraavilta sivuilta ja voit tulostaa ne oppilaillesi mustavalkoisina.

Sarjakuva 1:
Miten en toivoisi keskustelun menevän



Sarjakuva 2:
Miten toivoisin keskustelun menevän

Ilmastotaitojen lista harjoitukseen
Minun ilmastotaitoni

Ilmastotaitoja

analyyttisyys
avun antaminen
avun pyytäminen
eläminen sopusoinnussa toisten lajien kanssa
energian säästäminen
energian tuottaminen kestävällä tavalla
ennakointi
ensiaputaidot
epävarmuuden sietokyky
esiintymistaidot
haaveiden konkretisoiminen käytännön toiminnalla
huumorin käyttö
hyvinvointitaidot
häiriötilanteisiin varautuminen
idearikkaus
innostaminen
itsensä likoon laittaminen
joukkoliikennetaidot
kalastus kestävällä tavalla
kannustaminen
kasvimaan pitäminen
keräily
kierrättäminen

kiitollisuuden vahvistaminen
kirjoittaminen
kohtuullisuus
kompostointi
konfliktin sieto- ja ratkaisukyky
korjaaminen
kuolevaisuuden hyväksyminen
kuunteleminen
kädentaidot
lepääminen
luonnontieteellinen osaaminen
luontoyhteys
luovuus
läsnäolo
maaperän hoivaaminen
medialukutaito
merkityksellisyyden ylläpitäminen
mittakaavojen hahmottaminen
monimuotoisuuden lisääminen
myötätunto
neuvottelutaidot
nuukailu
omavaraisuus (esimerkiksi ruoan- ja energiantuotannossa)
omien tekojen vaikutusten hahmottaminen
ongelmanratkaisu
opettaminen
organisointi
ostamatta jättäminen
paikallisyhteisöjen vahvistaminen

permakulttuuri
pettymysten sietokyky
pitkäjänteisyys
projektien johtaminen
pyhyyden kokeminen
päättäväisyys
rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus (NVC)
rauhantahto
rohkeus
saavutusten juhliminen
sanavalmius
selviytymistaidot
siementen tallettaminen
sinnikkyys
sosiaalisen median taidot
sosiokraattinen päätöksenteko
systeemiajattelu
sähkösopimusten vertailu
säilöntä
taloustaidot kestävällä tavalla
talvipyöräily
teknologinen osaaminen
tiedonjano
toipumistaito
toivon taidot
tulevien sukupolvien huomioiminen
tunnetaidot
tutkiminen
unelmoiminen
vaikuttamistaidot

vastuullinen sijoittaminen
vegaaniruuan valmistaminen
verkostoituminen
villivihannesten tuntemus
visuaaliset taidot
yhteiskunnallinen vaikuttaminen
yhteisomistaminen
yhteistyökyky
yhteisvauraus
yhteisöllisyys

*Ilmastotaitojen lista on yhdistelmä **Minun ilmastotaitoni** -verkko-dokumentissa mainituista ilmastotaidoista sivustolla www.ilmastotaitoni.fi sekä Biologian ja maantieteen opettajien liitto BMOL ry:n ilmastotaitolistasta. Listan on tähän opetusmateriaaliin koonnut ja sitä on täydentänyt Henna Laininen.*

Lukuvinkkejä

Luovan kirjoittamisen oppaita

Cameron, Julia 2021: *Tie luovuuteen: henkinen polku syvempään luovuuteen*. Suom. Pekka Pakkala. Like.

Cameron, Julia 2004: *Tyhjän paperin nautinto: tie luovaan kirjoittamiseen*. Suom. Juha Ahokas. Like.

Ekström, Nora & Puikkonen, Emma & Suoniemi, Karoliina (toim.) 2018: *Sanataidetta on! Työtavat, tekijät ja teoria*. Kirjan talo.

Gillard, John 2017: *Luovan kirjoittajan työkirja – 20 kirjailijaa, 70 sormiharjoitusta*. Suom. Urpu Strellman. Suomalaisten kirjailijoiden osuudet laatinut Jani Saxell. Art House.

Goldberg, Natalie 2008: *Luihin ja ytimiin: kirja kirjoittajalle*. Suom. Niina Hakalahti ja Jyrki Tuulari. Kansanvalistusseura.

Haanpää, Päivi & Rannela, Terhi 2019: *Miksi en kirjoittaisi?* Avain.

Haanpää, Päivi 2016: *Tullaan tutuiksi: 55 tapaa tutustua*. Avain.

Hakalahti, Niina 2018: *Syön aamupalaksi Eiffel-torneja*. Karisto.

Happonen, Kaisa & Miettinen, Karri Paleface 2018: *Revi se*. WSOY.

Ilmanen, Pirkko & Kotka, Riika & Pulli, Elina & Venho, Johanna 2019: *Runomatkaopas – Harjoituksia ja työpajoja lapsille*. Aviador.

Heikkilä, Mervi & Leinonen, Anne 2020: *Pieni taikakauppa: Fantastinen kirjoitusopas*. Haamu.

Heikkilä, Mervi & Leinonen, Anne 2019: *Kauhumaan kartta: Kirjoita, jos uskallat*. Haamu.

Karlsson, Ylva & Kuick, Katarina 2010: *Kirjoittamisen ihanuus – Nuoren kirjoittajan opas*. Karisto.

Kolu, Siri & Pellicioni, Sanna 2019: *Lue minut*. Otava.

Puikkonen, Emma & Puikkonen, Arja 2015: *Käsikirja mielikuvituksen matkaajille: Kirjoittamisen seikkailuopas*. Kirjapaja.

Vuori, Katariina 2020: *Tarinataikurit: Sanataideharjoituksia lapsille*. Lasten Keskus.

Kirjallisuutta tunnetaidoista ja ympäristötunteista

Jääskinen, Anne-Mari 2017: *Mitä sä rageet? Lapsen ja nuoren tunnetaitojen tukeminen*. Lasten Keskus.

Macy, Joanna & Brown, Molly 2014: *Coming back to life – The updated guide to the work that reconnects*. New Society Publishers.

Macy, Joanna & Johnstone, Chris 2012: *Active hope: How to face the mess we're in without going crazy*. New World Library.

Nuotio, Eppu & Anttonen, Anna & Inkala, Kati 2019: *Minä tykkään nyt: Ilosta, ujostelusta ja muista tunteista*. WSOY.

Pihkala, Panu 2019: *Mieli maassa? Ympäristötunteet*. Kirjapaja.

Pihkala, Panu 2017: *Päin helvettiä? – Ympäristöahdistus ja toivo.* Kirjapaja.

Rosenberg, Marshall B. 2019: *Rakentava ja myötäelävä vuorovaikutus: Nonviolent communication NVC*. Suom. Teija Hartikainen. Viisas Elämä Oy.

Ympäristötunteisiin ja ympäristövaikuttamiseen liittyviä verkkomateriaaleja

Kemppainen, Eeva & Pihkala, Panu & Sipari, Pinja 2019: *Toivoa & toimintaa*. Biologian ja maantieteen opettajien liitto BMOL ry. https://toivoajatoimintaa.fi/ (Välineitä ympäristötunteiden ja kestävän kehityksen kysymysten käsittelyyn kasvattajille.)

Koivula, Leena & al. 2020: *Luonto ja tunteet*. https://www.luontojatunteet.fi/ (Välineitä ympäristötunteiden ja ympäristövaikuttamisen käsittelyyn eri oppiaineissa.)

Kuoppamäki, Anna & Myllynen, Maarit & Snellman, Maami 2020: *Taidepolkuja ympäristöempatiaan. Opas monitaiteiseen työskentelyyn*. Kehittämiskeskus Opinkirjo. https://opinkirjo.fi/materiaalit/taidepolkuja-ymparistoempatiaan/

Laininen, Henna & Nieminen, Eero 2021: *Minun ilmastotaitoni*. https://areena.yle.fi/audio/1-50814296 (Kaksiosainen radiodokumentti ilmastotaidoista.)

Laininen, Henna & Nieminen, Eero 2021: *Minun ilmastotaitoni*. http://www.ilmastotaitoni.fi (Verkkodokumentti, joka sisältää taitojen harjoittajien haastatteluja ja yläkouluille sekä lukioille soveltuvia tehtäviä ilmastotaidoista).

Laininen, Henna & Nieminen, Eero 2018: *Sulamisvesissä*. https://areena.yle.fi/1-4553151
(Radioessee ilmastonmuutoksen kehollisesta kokemisesta.)

Lilja, Eeva & Rintala, Hanna & Saari, Taneli & Turhala, Satu 2022: *Ympäristöahdistus*. Ympäristöahdistuksen mieli -hanke. https://www.ymparistoahdistus.fi/ (Harjoituksia ja materiaaleja ympäristötunteiden kanssa elämiseen nuorille ja aikuisille.)

Pihkala, Panu 2019: *Ilmastoahdistus ja sen kanssa eläminen*. MIELI Suomen Mielenterveys ry. https://www.researchgate.net/publication/336616509_Ilmastoahdistus_ja_sen_kanssa_elaminen_Climate_anxiety (Raportti ilmastoahdistuksesta.)

Kaunokirjallisuutta nuorille ympäristökriisistä

Aalto, Anne-Maija 2020: *Korento*. Otava. Itsenäinen jatko-osa: *Mistä valo pääsee sisään* (2021).

Enoranta, Siiri 2022: *Maailmantyttäret*. WSOY.

Enoranta, Siiri 2013: *Nokkosvallankumous*. WSOY.

Gustafsson, Laura 2016: *Korpisoturi*. Into-Kustannus.

Isomäki, Risto 2005: *Sarasvatin hiekkaa*. Tammi.

Itäranta, Emmi 2020: *Kuunpäivän kirjeet*. Teos.

Itäranta, Emmi 2012: *Teemestarin kirja*. Teos.

Lappalainen, Eija & Leinonen, Anne 2011: *Routasisarukset*. WSOY.

Lunde, Maja 2016: *Mehiläisten historia. S*uom. Katriina Huttunen. Tammi.

Luther, Annika 2011: *Kodittomien kaupunki*. Suom. Asko Sahlberg. Söderströms.

Lähteenmäki, Laura 2012: *Niskaan putoava taivas*. WSOY. Jatko-osat: *Kaiken peittävä tulva* (2013), *Karrelle polttava helle* (2014).

Puikkonen, Emma 2019: *Lupaus.* WSOY.

Vacklin, Anders & Parhamaa, Aki 2018: *Beta.* Tammi. Jatko-osat: *Glitch* (2019), *Replica* (2020).

Tietokirjoja nuorille ympäristökriisistä

Annila, Silja & Pekkonen, Sanna & Uusitalo, Kaisa 2020: *Tekoja nyt! Maailmanpelastajan käsikirja*. Otava.

Happonen, Kaisa & Miettinen, Karri 2020: *Ilmastotekokirja*. WSOY.

Heiskanen, Marjo 2020: *Yhteen hiileen: mistä ilmastonmuutoksessa on kysymys ja mitä me voimme sille tehdä?* Tammi.

Koskiranta, Eveliina & Uusivirta, Mari 2020: *Vaikuta! Maailmanparantajien kirja*. S&S.

Lastenkirjoja ympäristökriisistä

Bondestam, Linda 2020: *Elämäni pohjalla: yksinäisen aksolotlin tarina*. Suom. Maarit Halmesarka. Teos & Förlaget.

Camerini, Valentina 2019: *Gretan tarina: et ole koskaan liian pieni tekemään suuria asioita*. Suom. Taru Nyström. Into.

Erfving, Emilia 2021: *Roskakasa*. Lasten Keskus.

Erkintalo, Jenni 2019: *Mato ja Meri*. Etana Editions.

Ertimo, Laura 2021: *Aika matka! – Lotta, Kasper ja luontokadon arvoitus*. Into.

Ertimo, Laura 2019: *Ihme ilmat! – Miksi ilmasto muuttuu*. Into.

Korolainen, Tuula 2020: *Sara ja kadonneet sateet*. Karisto.

Liksom, Rosa 2008: *Jepata Nasta pohjoisnavalla.* Tammi.

Nopola, Sinikka & Bondestam, Linda 2008: *Anna Talven outo viivytys*. WSOY.

Pelliccioni, Sanna 2018: *Meidän piti lähteä*. S&S.

Pelttari, Mikko 2019: *Näkymätön myrsky*. Otava.

Tähkäpää, Otto & Rybatzki, Ilpo 2021: *Telin tutkimusmatka tulevaisuuksiin*. Tammi.

Selkokirjoja kaikenikäisille ympäristökysymyksistä

Ertimo, Laura 2021: *Ilmastonmuutos selkokielellä.* Kehitysvammaliitto.

Ertimo, Laura & Hotakainen, Markus 2020: *Maapallo: planeettamme selkokielellä*. Kehitysvammaliitto.

Haapala, Mikko 2006: *Ekotekoja: vinkkejä luonnonsuojeluun.* Kehitysvammaisten tukiliitto.

Lintunen, Martti 2018: *Mitä jääkarhu sanoi pingviinille?* Pieni Karhu.

Niinistö-Samela, Seija 2013: *Mitä on energia? Tietoa selkokielellä.* Pieni Karhu.

Lisää kirjallisuutta ilmastonmuutoksesta

Ilmastolukupiiri: “Ilmastolukupiirin kirjalista.” https://ilmastolukupiiri.fi/kirjalista/

Viitteet ja lähteet

Viitteet

1. Hickman & Marks & Pihkala et al. 2021.
2. Vaikuttamismahdollisuuksista, ks. Koivuranta 2021; vastuunkannosta, ks. Hickman & Marks & Pihkala et al. 2021.
3. Pihkala 2019a.
4. Ks. esim. Pihkala 2019a: 12.
5. Pihkala 2017: 144.
6. Kemppainen et al. 2019; Koivula et al. 2020; ks. myös Kuoppamäki et al. 2020.
7. Opetushallitus 2017.
8. Ks. Pihkala 2018.
9. Ks. www.climatechangeinme.fi
10. Ks. Kuoppamäki et al. 2020: 8–11; Koivula et al. 2020: https://www.luontojatunteet.fi/tyokalupakki/
11. Laininen et al. 2022.
12. Pihkala 2019b: 84–85.
13. Kemppainen et al. 2019.
14. Burkhart 2016: 77; Pihkala 2020: 20.
15. Laininen et al. 2022.
16. Pihkala 2019b: 176–177.
17. Kemppainen et al. 2019: https://toivoajatoimintaa.fi/wp-content/uploads/sites/11/2020/10/Turvallisen-keskustelun-huoneentaulu.pdf
18. Macy & Johnstone 2012: 26–33.
19. Emt.: 113.
20. Ylirisku 2021.
21. Easterling et al. 1999.

22. Ks. esim. Atkinson et al. 2021; Gabriel & Garrard 2012; Kuoppamäki et al. 2020; Neimanis 2016.
23. Ihanus 2019, 15.
24. Easterling et al. 1999: 92.
25. Lähdesmäki & Koistinen 2021.
26. Koistinen et al. 2022, 84.
27. Ihanus 2021: 15.
28. Haraway 2016.
29. Sähköpostikeskustelu ympäristötutkija Panu Pihkalan kanssa 9. 3. 2022 ja äidinkielenopettaja Maria Siirosen kanssa 8. 3. 2022.
30. Tulevaisuudentutkimuksesta lapsille, ks. esim. Tähkäpää & Rybatski 2021.
31. Tulevaisuudentutkija Otto Tähkäpää Jussi Ahlrothin haastattelussa (Ahlroth 2021).
32. Koistinen et al. 2022, 92.
33. Emt.
34. Sanataidepedagogiikasta on tehty väitöstutkimuksia, mutta siihen liittyviä laajempia tutkimushankkeita ei ole rahoitettu eikä suurempilevikkisiä julkaisuja kustannettu. (Kirjallisuudentutkija Risto Niemi-Pynttärin kanssa käyty sähköpostikeskustelu, 25. 3. 2022.)

Lähteet

Ahlroth, Jussi 2021: “Suuri osa nuorista kokee tulevan kauhistuttavana – Ongelma on, että meillä ei ole aidosti uudenlaista kuvaa tulevaisuudesta, sanoo aiheesta kirjan kirjoittanut Otto Tähkäpää”. *Helsingin Sanomat* 26.10.2021.

Atkinson, Jennifer & Kelsey, Elin & Ray, Sarah Jaquette (toim.) 2021: *An Existential Toolkit for Climate Justice Educators*, https://www.existentialtoolkit.com

Burkhart, Jocelyn 2016: “Singing the spaces: Artful approaches to navigating the emotional landscape in environmental education.” *Canadian Journal of Environmental Education*, 21, 72–88.

Easterling, Brian A. & L’Abate, Luciano & Murray, Edward J. & Pennebaker, James W. 1999: “Empirical foundations for writing in prevention and psychotherapy: Mental and physical health outcomes.” *Clinical Psychology Review*, 19 (1), 79–96.

Gabriel, Hayden & Garrard, Greg 2012: “Reading and Writing Climate Change”. Teoksessa Greg Garrard (toim.), *Teaching Ecocriticism and Green Cultural Studies*, Houndmills & New York: Palgrave Macmillan, 117–129.

Haraway, Donna J. 2016: *Staying with the Trouble. Making Kin in the Chthulucene*. Durham & London: Duke University Press.

Hickman, Caroline & Marks, Elizabeth & Pihkala, Panu et al. 2021: “Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey”. *Lancet Planetary Health*, 2021, https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3

Ihanus, Juhani 2021: “Sanoja juurilleen. Ekofilosofiasta, -psykologiasta, -terapioista ja -poetiikasta.” *Kirjallisuusterapia*, 1, 13–16.

Ihanus, Juhani 2019: *Transformative Words: Writing Otherness and Identities*. New York: Nova Science Publishers, Incorporated.

Kemppainen, Eeva & Pihkala, Panu & Sipari, Pinja 2019: *Toivoa & toimintaa*. Biologian ja maantieteen opettajien liitto BMOL ry. https://toivoajatoimintaa.fi/

Koistinen, Aino-Kaisa & Laininen, Henna & Niemi-Pynttäri, Risto & Sääskilahti, Nina 2022: “Ehdotuksia luovan kirjoittamisen ympäristöpedagogiikaksi”. Kirjallisuudentutkimuksen vuosikirja *Joutsen*, nro 2022, 83–97.

Koivula, Leena & al. 2020: *Luonto ja tunteet*. https://www.luontojatunteet.fi/

Koivuranta, Esa 2021: “Greta Thunbergista tuli kasvot nuorten ilmastohuolille, mutta nyt ilmastopuhe kyllästyttää nuorisoa, tuore tutkimus paljastaa – mistä on kyse?” *Yle Uutiset*, 10.6. 2021.

Kuoppamäki, Anna & Myllynen, Maarit & Snellman, Maami 2020: *Taidepolkuja ympäristöempatiaan. Opas monitaiteiseen työskentelyyn*. Kehittämiskeskus Opinkirjo. https://opinkirjo.fi/materiaalit/taidepolkuja-ymparistoempatiaan/

Lähdesmäki, Tuuli & Koistinen, Aino-Kaisa 2021: “Explorations of linkages between intercultural dialogue, art, and empathy.” Teoksessa Fiona Maine & Maria Vrikki (toim.), *Dialogue for Intercultural Understanding: Placing Cultural Literacy at the Heart of Learning*. Cham: Springer, 45–58.

Macy, Joanna R. & Johnstone, Chris 2012: *Active Hope – How to Face the Mess We're in without Going Crazy*. England: New World Library.

Neimanis, Astrida 2016: "Weather writing: A feminist materialist practice for (getting outside) the classroom." Teoksessa Peta Hinton & Pat Treusch (toim.), *Teaching with Feminist Materialisms*, Uthrecht: ATGENDER, 141–157.

Opetushallitus 2017: "Taiteen perusopetuksen yleisen oppimäärän opetussuunnitelman perusteet: Sanataide", https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/taiteenperusopetus/3689873/tekstikappale/3780271.

Pihkala, Panu 2020: "Eco-Anxiety and Environmental Education." *Sustainability*, 12(23), 10149, https://doi.org/10.3390/su122310149.

Pihkala, Panu 2019a: *Ilmastoahdistus ja sen kanssa eläminen*. MIELI Suomen Mielenterveys ry. https://www.researchgate.net/publication/336616509_Ilmastoahdistus_ja_sen_kanssa_elaminen_Climate_anxiety

Pihkala, Panu 2019b: *Mieli maassa? – Ympäristötunteet.* Helsinki: Kirjapaja.

Pihkala, Panu 2018: "Miten puhua lapselle ilmastonmuutoksesta?" *Ympäristöahdistus ja toivo* -blogi. https://ekoahdistus.blogspot.com/2018/11/miten-puhua-lapselle-ilmastonmuutoksesta.html

Pihkala, Panu. 2017: *Päin helvettiä? – Ympäristöahdistus ja toivo*. Helsinki: Kirjapaja.

Tähkäpää, Otto & Rybatski, Ilpo 2021: *Telin tutkimusmatka tulevaisuuksiin*. Helsinki: Tammi.

Ylirisku, Henrika 2021: *Reorienting environmental art education*. Aalto-yliopisto. https://aaltodoc.aalto.fi/handle/123456789/102921

Painamattomat lähteet

Suullisia tietoja antaneet:
Niemi-Pynttäri, Risto, kirjallisuudentutkija, Jyväskylän yliopisto.
Pihkala, Panu, ympäristötutkija, Helsingin yliopisto.
Siironen, Maria, äidinkielenopettaja, Ylöjärvi.

Laininen, Henna & Lehtonen, Anna & Myllynen, Maarit & Mäkinen, Heli & Turkki, Nella & Ylirisku, Henrika 2022: *Opettajana ympäristökriisin keskellä – taide muutosvoimana ja voimavarana*. Valtakunnalliset etäkoulutukset kasvattajille. Koulutuksen osallistujilta kerätyt kyselylomakevastaukset.

Kiitokset

Ilmastonmuutos minussa -opetusmateriaali on osa Henna Lainisen tohtorin opinnäytetyötä Taideyliopiston Kuvataideakatemiaan. Opetusmateriaalin syntyä ovat tukeneet Tiina ja Antti Herlinin säätiö, Suomen Kulttuurirahasto ja Keski-Suomen ELY-keskus.

Opetusmateriaalia on kehitetty toteuttamalla *Opettajana ympäristökriisin keskellä – taide muutosvoimana ja voimavarana* -koulutuspäivät kasvattajille keväällä 2022 Keski-Suomen ELY-keskuksen rahoituksella. Koulutuspäivät tuotti Sanataideyhdistys Yöstäjä ry. yhteistyössä Tampereen kaupungin kulttuurikasvatusohjelma Taidekaaren sekä Villa Elfvikin luontotalon kanssa. Kouluttajina toimivat Henna Laininen, Anna Lehtonen, Maarit Myllynen, Heli Mäkinen, Nella Turkki ja Henrika Ylirisku.

Kiitokset käsikirjoituksen kommentoinnista ja kirjavinkeistä: Lea Kantonen, Pia Krutsin, Panu Pihkala, Antti Salminen, Maria Siironen, Pinja Sipari, Mia Lempinen, Minttu Tervaharju, Taideyliopiston Kuvataideakatemian tohtorikoulutusohjelman opinnäytepiirin opiskelijat 2022, Lastenkirjainstituutti

Kiitokset kehitysehdotuksista opetusmateriaalin sisältöön: *Opettajana ympäristökriisin keskellä* -koulutuspäiville osallistuneet kasvattajat (kyselylomakeaineisto)

Kiitokset kirjoitusrauhasta:
Kuvan Residenssiyhdistys ry:n Utön residenssi

Tekijät

Kirjoittaja: Henna Laininen, KuM, FM,
taiteilija-tutkija, luovan kirjoittamisen opettaja
Julkaisija: Sanataideyhdistys Yöstäjä ry.
Taitto ja kuvitus: Michaela Casková

2022