

Otetta opintoihin -ryhmämalli

Jaana O. Liimatainen

19.5.2011

Historiaa

- lähtöisin Lapin yliopistosta
- opintopsykologit Markku Gullsten ja Sirpaliisa Euramaa
- jälkimmäinen toi tullessaan Oulun yliopistoon
- olin mukana vetämässä ryhmää kolme kertaa Sirpaliisan kanssa (kun olin itse ryhmäohjausnoviisi)
- ja vielä kerran uuden opintopsykologin kanssa (jolle esitin mestaria)
- toiminta jatkuu OY:ssä – tarve ryhmälle on

OTETTA OPINTOIHIN syksyllä 2009

Opinnot jumissa? Ala oikea, mutta motivaatio hukassa? Opiskeluitsetunto hakusessa?

Tartu kiinni opintoihin Otetta opintoihin -ryhmän siivittämänä. Tavoitteena on saada opiskelut rullaamaan yhdessä. Teemat valitaan ryhmän toiveiden ja tarpeiden mukaisesti, niitä voi olla mm. ajankäyttö, motivaation rakentaminen, luottamus itseen oppijana, mistä voimavaroja opiskelujen etenemiseen ja esimerkiksi sopivien tavoitteiden asettaminen ja niiden seuraaminen.

Kokoontumiset ovat...

Varmistathan ennen ilmoittautumista, että pääset osallistumaan kaikille kerroille. Ryhmän ohjaajina toimii opintopsykologi Sirpaliisa Euramaa ja avainohjaaja Jaana O. Liimatainen.

Ilmoittautumiset sähköpostitse viimeistään... oheisella lomakkeella. Mukaan mahtuu 12 ensimmäistä. TAI Ryhmään otetaan 12 opiskelijaa.

Tervetuloa!
Sirpaliisa ja Jaana

Ryhmän rakenne

- tapaamisia kuusi kertaa
- kaksi tuntia kerta
- välitehtävät
- paras viikon välein, kahden viikon välein toimii kyllä
 - kesäryhmä
- kaksi ohjaajaa – todella hyvä, onnistuu yhdelläkin
 - ohjaajien vertaistuki
 - ohjaajien erilaisuus
 - resurssit
- 10-12 opiskelijaa

Ryhmän teemat

1. tutustuminen, säännöt, mistä vitkuttelu johtuu
2. opinnot osana hyvää arkea, suunnittelu, tavoitteet, ajankäyttö
3. motivaatio, aloittaminen
4. uskomukset, pelot, käsitykset itsestä
5. ajatukset – jatkoa, opiskelutaidot ja –tekniikat
6. lopetus

I. tapaaminen

- tervetuloa
- hoksautus, jos joku puuttuu !
- tutustuminen
 - karttatehtävä, nimikierrros
 - perkuu !
- vitkuttelu-ryhmätyö
- toiveita: miten työskennellään, pelisäännöt, teemat, muuta
- välitehtävä: luo itsellesi opiskelutavoitteet ja muut oppimiseen / opiskeluun liittyvät tavoitteet lukukaudeksi ja ryhmän ajalle – tavoitteet ja miksi ne

2. tapaaminen

- uudet jäsenet – esittäytyminen
 - ryhmäläiset kertovat, mitä viimeksi tehtiin
- välitehtävän purku
- opinnot osana muuta elämää / hyvää arkea
 - kirjoita 10 asiaa, joiden tekemisestä tulee hyvä mieli
 - millainen on hyvä tavoite
- ajankäytön suunnittelu
 - hops, aikavarkaat ja priorisointi, ajankäytön suunnittelu

2. tapaaminen

- välitehtävä
 - tavoite ensi viikolle
 - tavoitteiden tarkistus
 - käytä ajankäytön seurannan / suunnittelun välineitä, vähintään kahta

3. tapaaminen

- ajankäyttö-välitehtävän purku
- mitä on motivaatio
- motivointi, aloittamisen helpottaminen
 - ryhmätyö
- tavoitteiden tarkistaminen
- palkinnot
- mukavan tekemisen tärkeys
- välitehtävä : tavoitetehtävä ja palkitse itseäsi (siihen tavoitteeseen liittyen)

4. tapaaminen

- tavoitteiden kierros
- ajattele itseäsi oppijana / opiskelijana – kirjoita kolmannessa persoonassa
- ajatukset ovat vain ajatuksia, tunteet vain tunteita
- ajatukset – tunteet – toiminta
- vahvuuteni oppijana / opiskelijana
- välitehtävä : tavoitetehtävä

5. tapaaminen

- välitehtävän purku pareittain
- oman ajattelun tunnistaminen
- ajatusten kanssa työskenteleminen
- sisäinen puhe
- opiskelutaidot
- välitehtävä : tavoitteet

6. tapaaminen

- välitehtäväkierros
- kulunut oo-aika, mikä pitää otteessa tulevassa
- jatko
- palaute
- matkaeväslause

Lopuksi

Ole ohjaaja ei opettaja.

Anna tilaa ryhmälle – ei se oma suunnitelma niin hieno ole, etteikö siitä voisi poiketa ryhmän tarpeen mukaan