

## **PALAUTTEITA KOULUTUKSISTA JA VIRKISTYSTILAISUUKSISTA**

Opin laulun ja musiikin monipuolisen merkityksen ja arvon  
Kahdella sävelelläkin voi laulaa – vaikka lauluääntä ei kummoisesti olisikaan

Ohjelma oli uusia virikkeitä antava

Ryhmässä oleminen ja laulaminen. Laulaa voi jokainen omalla äänellään

Laululla ja musiikilla on suuri vaikutus ihmiseen. Mielenkiintoista

Opin miten laulua opetellaan helposti ja rohkaistaan ihmisiä laulamaan ja löytämään musiikin voimat

Rentouttava, vapauttavaa, monipuolista, ajatuksia herättävää. Erityisesti hiljaisuuden merkitys melusaasteen keskellä

Opin tunnelmia, tunteiden liikkuvuutta, läsnäoloa ja sen merkityksellisyyttä

## **PALAUTTEITA RYHMÄOHJAUKSISTA**

Havainnollisesti annettu suullinen opetus. Kuinka tulen toimeen toverin kanssa. Miten minut otetaan piiriin mukaan

Selkeä opetus. Ymmärtämään yhdessä toimimista

Ohjaus on ollut innostavaa, rohkaisevaa. Kaikki läsnäolijat huomioivaa. Olen oppinut kuuntelemaan itseäni ja olemaan avoimempi

Järjestely hyvä. Asioita ajatella eri ”vinkkelistä”, toisten mielipiteet, toimintatavat jne.

Oikein tarpeellista – porukalle tulee hyvä yhteishenki. Saa kannustusta, uusia eväitä. Itsetuntemus on lisääntynyt. Henkinen kasvu

Ajatuksia herättävä. Asiaan paneutuminen oli yhdistävää. Toivon, että olen oppinut ilmaisemaan itseäni selkeämmin. Voimaa saa, turvallinen yhteisö, voi olla aito, jakaa tunteita

Olen oppinut: Toisen arvostaminen – ei aliarvioi. Oltais sinuja, uskalletaan sanoa, olla eri mieltä. Arvostamme omaa itseämme muiden joukossa. Hoitaa omaa sisintä