

# TUNNELEIKKI

10–15 min

## LEIKIN ALUSTUS:

Kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja. Tunne on jokaisen oma, eikä kukaan voi sanoa sinulle, miten sinun pitää tuntea.

Tunteet vaihtelevat, ne tulevat ja menevät, mutta kaikki tunteen vallassa tehdyt teot eivät ole sallittuja. Tunne ei ole teko. Tunnetaitojen opettelulla voidaan ehkäistä kiusaamista.

## LEIKIN KULKU:

Tehdään ympärille sen verran tilaa, että osallistujat voivat kiertää tilassa ympyrää. Ohjaaja sanoo ääneen erilaisia tunnetiloja ja osallistujat liikkuvat tunteen mukaisesti, kuten itse haluavat. Tunnetiloja voivat olla esim. iloinen, surullinen, jännittynyt, pelokas, hämmästynt.

Leikkiä voidaan helpottaa ja nopeuttaa poistamalla liike ja ilmaisemalla tunteita omalla paikallaan ainoastaan ilmeillä.

Leikkiä voidaan jatkaa niin, että ohjaaja sanoo jonkun sattumuksen tai asian, esim. "Miltä minusta tuntuu, kun hyvä kaveri muuttaa pois". Sen jälkeen jokainen keksii omaa tunnettaan vastaavan ilmeen ja/tai liikkumistyylin.