

PARITEHTÄVÄ: PIIRRA TUNNE

15 min

Tehtävässä pohditaan erilaisia tunnetiloja, sekä tilanteita, joissa ne voivat esiintyä.

TEHTÄVÄ:

Jaetaan ryhmä pareihin. Pareille jaetaan Piirrä tunne -tuloste.

Pari keksii erilaisia tunteita ja olotiloja. Miltä nämä tunnetilat voivat näyttää kasvoilla? Entä millaisessa hetkessä kutakin tunnetta saattaa kokea?

Parit piirtävät yhdessä tunnetilat Piirrä tunne -tulosteen tyhjiin kasvoihin ja keksivät yhdessä, mitä sellaista kuvan ihmiselle on tapahtunut, joka on herättänyt tunteen. Mikäli kirjoittaminen jo sujuu, voi kasvojen ilmeeseen johtaneet tapahtumat kirjoittaa myös pienen tarinan muotoon kunkin ilmeen alle.

Käydään yhteisesti läpi, minkälaisia tunteita keksittiin.

TARVIKKEET:

Piirrä tunne pdf: <https://www.lapsenoikeudet.fi/wp-content/uploads/2023/09/piirra-tunne.pdf>

OHJAAJA KERTOO TEHTÄVÄN LOPUKSI,

että vaikka jotkut tunteet saattavat tuntua vaikeilta tai ikäviltä, ovat ne kaikki kuitenkin tärkeitä. Erilaiset tunteet auttavat meitä siinä, että voimme ymmärtää reaktioitamme erilaisiin tilanteisiin ja esimerkiksi asettaa näin omia rajoja tai huomata asiat, joissa tarvitsemme toisen apua ja tukea. Omia tunteita kannattaa usein vähän kuulostella ja pysähtyä pohtimaan, mikä tunteen ehkä aiheutti. On hyvä myös muistaa, että mikään tunne ei kestä ikuisesti, vaan isoiltakin tuntuvat tunteet menevät ajan kanssa ohi. Kovin vaikeilta tuntuviissa tilanteissa on hyvä kertoa olosta jollekin toiselle, kuten aikuiselle tai omalle kaverille.