

Tehtäväkortti

TUNTEELLINEN VAI TUNTEETON?

TERVEYSOSAAMINEN

Perustiedot

Nimi

Ryhmä

..... **FAKTA**

Tunteet ovat ihmiselle tarpeellisia ja tärkeitä. Jokaista tunnetta tarvitaan. Ihmisen ei kuitenkaan pitäisi jumittaa yhteen tunnetilaan tai joutua sulkemaan tunteet itsensä ulkopuolelle selviytyäkseen. Omia toimitapojaan, ajatuksiaan ja tunteitaan on hyvä pysähtyä kuuntelemaan ja tunnistamaan. Tunteitaan on hyvä oppia käsittelemään.

Tunnetaitoja tarvitaan monissa sellaisissa asioissa, joita teemme päivittäin. Joskus ne ovat kovan harjoittelun tulosta, joskus ne taas ovat jo lapsuudesta asti olleet meille ominaisia. Kaikkia näitä taitoja voi kuitenkin kehittää eri elämäntilanteissa ja koko elämän.

Mieti millainen musiikki kuvaisi alla olevia tunteita? Kirjoita kappaleen nimi ja artisti tunteen kohdalle. Vaihtoehtoisesti voit etsiä tunteisiin liittyviä kasvokuvia lehdistä, jotka liimaat paperin taakse. Kirjoita tunteen nimi valitsemaasi kuvaan. Perustele myös, kappale tai kuva mielestäsi liittyy tunteeseen.

.....

Tehtävät

Ihastuminen

Valitsin seuraavan kappaleen: _____

Valitsin biisin, koska _____

Viha

Valitsin seuraavan kappaleen: _____

Valitsin biisin, koska _____

Onnellisuus

Valitsin seuraavan kappaleen: _____

Valitsin biisin, koska _____

Pettymys

Valitsin seuraavan kappaleen: _____

Valitsin biisin, koska _____

Rakkaus

Valitsin seuraavan kappaleen: _____

Valitsin biisin, koska _____

Suru

Valitsin seuraavan kappaleen: _____

Valitsin biisin, koska _____

