

TERVETULOA TUNNESEIKKAILUUN!

Tunneseikkailussa on kolme erilaista tehtäväpistettä lähialueella.



3 ×



Seikkailussa tutustutaan ilon-jänikseen, kiitollisuus-kettuun ja kiukku-karhuun.



Voitte kiertää niin monta pistettä kuin haluatte.



1-3

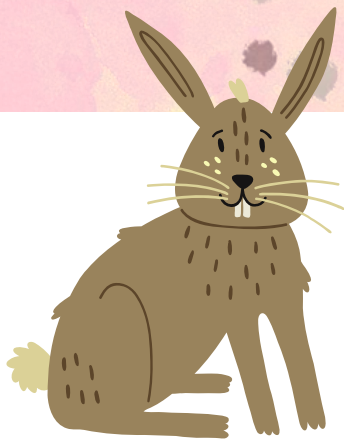
Seikkailu alkaa tästä! Aloitetaan seikkailu yhdessä...



SAMMAKON ALKUJUMPALLA!

TUNTEELLISTA SEIKKAILUA!



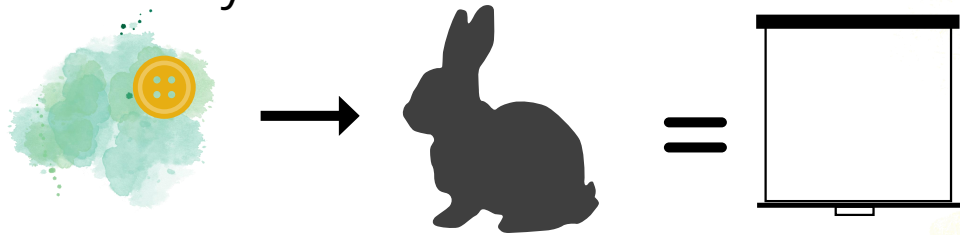


ILON-JÄNIKSEN ILON TAULU

1 Kerätkää yhdessä materiaaleja ympäristöstä.



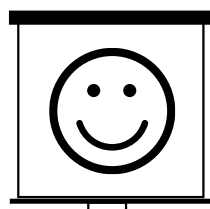
2 Tehkää niistä jäniksen muotoiselle alustalle perheenne yhteinen ilon taulu.



3 Miltä ilo teistä voisi näyttää? Mitkä asiat tuovat iloa? Käyttäkää mielikuvitustanne! Saatte tehdä omanlaisen taulun.



Kerro mitä asioita sinun ilon taulussasi on.



AIKUINEN:
Ota halutessasi
kuva teidän ilon
taulusta!



ILON-JÄNIS OHJE PISTEELLE

- 1** KERRO ILON JÄNIKSESTÄ: Hän on Ilon-Jänis. Hän on ilontunteen mestari!
- 2** JOHDATTELUA AIHEESEEN KYSYMYSTEN AVULLA:
 - Mikä tekee sinut iloiseksi?
 - Miltä sinä näytät, kun olet iloinen?
 - Kuka on saanut sinut viimeksi iloiseksi ja miten?
- 3** KERRO ILON TAULUSTA
Ilon taulu on perheen yhteinen taulu, johon saat koota luonnon materiaaleja. Saatte käyttää mielikuvitustanne ja tehdä juuri sellaisen taulun, kuin ilo teistä voisi näyttää.
- 4** TEHKÄÄ YHDESSÄ ILON TAULU



Ilon taulu -harjoitusta voi toteuttaa missä vain. Tehtävän avulla voidaan yhdessä pysähtyä arjessa iloa tuovien asioiden äärelle ja samalla lapsi pääsee käyttämään mielikuvitustaan.

Ilo ruokkii iloa ja myönteinen ilmapiiri on paras mahdollinen tila oppimiselle. Aikuisena on tärkeää vaalia ja lisätä lapsen ilon kokemuksia.

Myös lapselle on hauskaa ja hyödyllistä nähdä aikuiselta ilon tunteen ilmaisua, kun aikuinen heittäytyy mukaan ja näyttäytyy hassuttelemassa.





KIITOLLISUUS-KETTU

OHJE PISTEELLE

1 KERRO KIITOLLISUUS-KETUSTA: Hän on Kiitollisuus-Kettu. Hän on harjoitellut paljon kiitollisuuteen liittyviä asioita.

2 JOHDATTELUA AIHEESEEN KYSYMYSTEN AVULLA:

- Minkälaisiin tilanteisiin taikasana *kiitos* sopii? Milloin sitä on hyvä käyttää?
- Mistä asioista sinulle tulee hyvä olo?
- Mistä asioista olet perheessäsi kiitollinen?
- Mitkä asiat ilahduttavat elämässäsi?

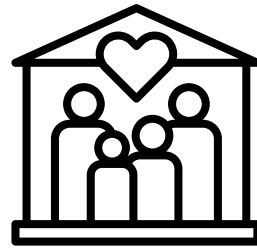
3 KERRO KIITOLLISUUS KUKASTA
Kiitollisuus kukkaan voitte koota niitä asioita, josta olette perheessänne ja perheenjäsenissänne kiitollisia. Asioita, joista tulee hyvä mieli ja jotka ovat vahvuuksianne.

4 TEHKÄÄ YHDESSÄ PERHEENNE
KIITOLLISUUS-KUKKANEN

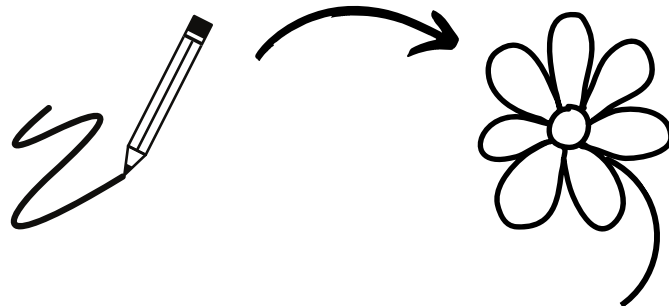


KIITOLLISUUS-KETUN KIITOLLISUUS-KUKKANEN

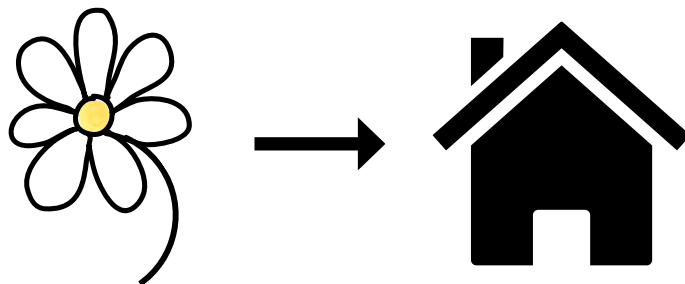
1 Mieti, mitkä asiat ilahduttavat perheessäsi.



2 Voitte piirtää ja kirjoittaa kukan terälehtiin kiitollisuutta tuovia asioita.



3 Ottakaa kiitollisuus-kukka mukaanne ja laittakaa se kotona haluamaanne paikkaan niin, että voitte palata sen ääreen.





KIITOLLISUUS-KETTU

Kiitollisuus-kukan voi laittaa kotona näkyvälle paikkaan niin, että voitte palata sen ääreen arjessanne.

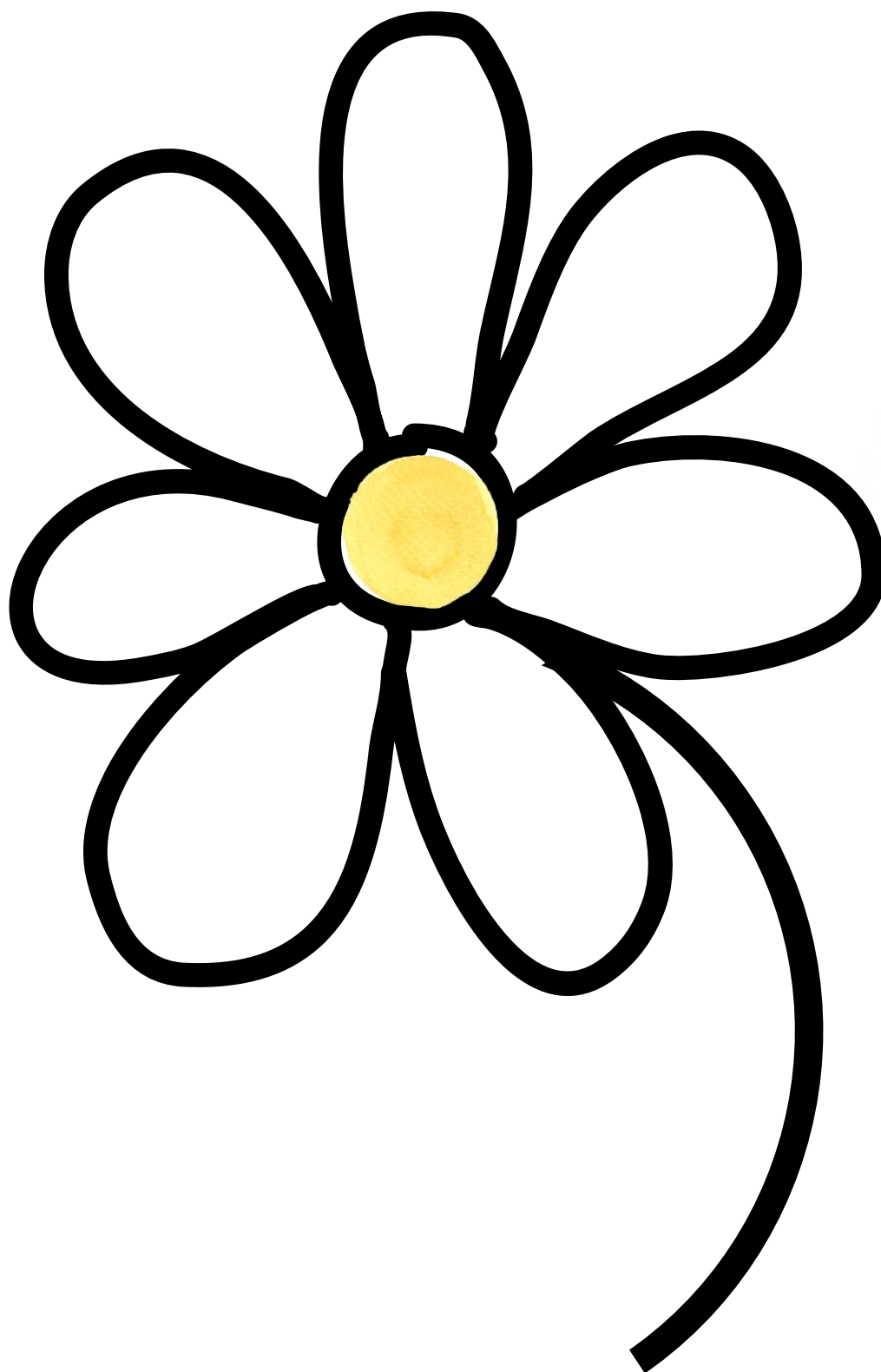
Kiitollisuus jo olemassa olevista asioista lisää omaa tyytyväisyyttä ja tuo myönteisyyttä elämäämme.

Aikuisena voit keskittyä lapsen vahvuuksiin ja ilahduttaviin asioihin. Sanoita näitä asioita lapsellesi mahdollisimman usein. Myönteistä ilmapiiriä voi vahvistaa esimerkiksi onnistumisten, myös pienten edistymisten, näkyväksi tuomisella, mokiin sallimisella, aiempien hyvien kokemusten hyödyntämisellä ja yhdessä tekemisen lisäämisellä.

Kerro lapsellesi, että hän on sinulle tärkeä ja tykkäät hänestä juuri sellaisena kuin hän on.



**MEIDÄN PERHEEN
KIITOLLISUUSKUKKA**





KIUKKU-KARHU

OHJE PISTEELLE

1 KERRO KIUKKU-KARHUSTA. Hän on Kiukku-Karhu. Häntä kiukuttaa usein ja paljon. Kiukku-karhu on harjoitellut keinoja kiukun hellittämiseksi. Haluatteko kuulla yhden?

2 JOHDATTELE AIHEESEEN KYSYMYSTEN AVULLA:

- Mistä sinä viimeksi kiukustuit?
- Miten sinä toimit, kun sinua harmittaa ja kiukuttaa?
- Missä sinun kiukkusi tuntuu? (käsissä, jaloissa, päässä, rinnassa...)
- Mikä sinua silloin auttaa, kun sinua kiukuttaa? Kokeillaan keinoja yhdessä!

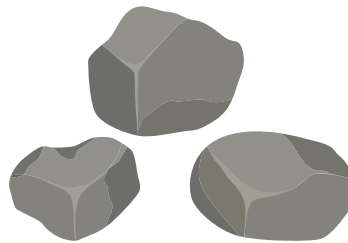
3 KERRO KIUKKUKIVESTÄ:
Kiukkukiveä voi puristaa kädessä, kun oikein kiukuttaa. Kiukun laannuttua, kiven voi jättää sateeseen tai huuhdelle hanan alla, jolloin kiukku puhdistuu kivistä pois ja sitä voi käyttää uudelleen.

4 MAALATAAN OMA KIUKKUKIVI

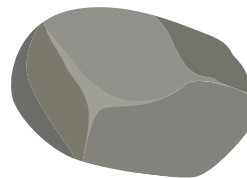


KIUKKU-KARHUN KIUKKUKIVEN MAALAUS

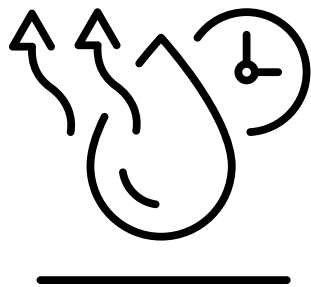
1 Valitse itsellesi kiukkukivi.



2 Maalaa ja koristele kivi haluamallasi tavalla.



3 Jätä kivi kuivumaan tälle pisteelle. Saat sen mukaasi, kun lähdet kotiin.



AIKUINEN:
Laita lapsen
nimi kiven
viereen!



KIUKKU-KARHU

MITEN KOTONA VOI KÄYTTÄÄ KIUKKUKIVEÄ?

Kiukkukiveä voi puristaa kädessä, kun oikein kiukuttaa. Kiukun laannuttua, kiven voi jättää sateeseen tai huuhdella hanan alla, jolloin kiukku puhdistuu kivistä pois ja sitä voi käyttää uudelleen.

Kiukkuista lasta on hyvä ohjata toimintaan, jota **saa** tehdä vihaisena. Lapsen kanssa voi miettiä, miten kiukku saa purettua ennen rauhoittumista. Jos kiukkukivi ei ole teille sopiva purkutapa, etsikää ja kokeilkaa muita keinoja. Auttaisiko esimerkiksi jaloilla tömistäminen, käsien painaminen vastakkain, tai kiukkumurina? Kun löydätte kokeilemalla teille toimivia tapoja, ne ovat käytössänne kiukkuhetkissä.

Kerro lapselle, että olet tilanteissa hänen apunaan. Muistuta lasta, että kiukunkin takana on hyvä tarkoitus: viha auttaa puolustamaan itselle tärkeitä asioita ja omia rajojaan.

