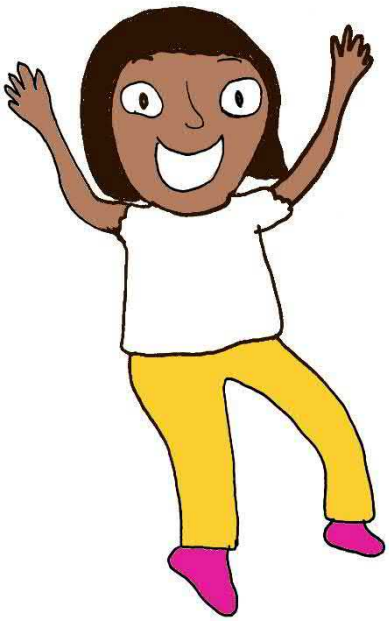
TURVAPAIKKA-, MAAHANMUUTTO- JA KOTOUTTAMISRAHASTO
Euroopan unionin tuella

Tunnekortit ohjaajien käyttöön



Hienoa, että otat Niitty-hankkeen tunnekortit käyttöön! Tulosta kortit värillisenä ja yksipuolisena tulosteena ja leikkaa viivoja pitkin. Kortit kannattaa laminoida, jotta ne säilyvät paremmin käytössä.

Tunnekortit sopivat sekä yksilö- että ryhmätapaamisiin. Voit itse miettiä, miten kortit parhaiten sopivat juuri Sinun käyttöösi! Tässä kuitenkin joitakin esimerkkejä:

- Tunnekortteja voi käyttää keskusteltaessa erilaisista tunnetiloista ja tunteiden ilmaisusta.
- Tunnekortteja voi hyödyntää kaikkien raskausaikaan ja pikkulapsiperheisiin liittyvien aiheiden käsittelyyn (esimerkiksi mitä tunteita synnytys/imetys/vanhemmuus herättää).

- Ryhmätoiminnassa ohjaaja levittää tunnekortit pöydälle ja pyytää osallistujia valitsemaan, millaisella mielellä on tänään ja miltä tuntuu tulla ryhmään. Jokainen kertoo omasta tunnekortistaan. Tunnekortteja voi myös hyödyntää ryhmäkerran arvioimiseen kysyen, millaisella mielellä lähtee pois tänään tai mikä tunne ryhmäkerrasta jäi.

Lisätietoja hankkeesta löydät osoitteesta https://projects.tuni.fi/niitty/

Kuvat: Kristiina Hakala / Omillaan osuuskunta www.omillaan.fi

Tampereen ammattikorkeakoulu

Niitty

TAMPEREEN KAUPUNKI

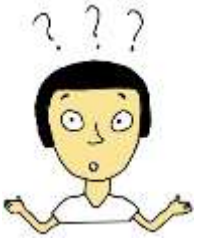
TURVAPAIKKA-, MAAHANMUUTTO- JA KOTOUTTAMISRAHASTO
Euroopan unionin tuella

Tunnekorteissa kuvatut tunteet ja olotilat

Tunteiden tunnistaminen vaatii aina tulkintaa, mutta näitä tunteita tai olotiloja korteilla on alun perin haettu. Ohjaustyössä tulkinnalle saa ja pitääkin jättää varaa. *Miksi valitsit kyseisen kortin ja mitä tunnetta se sinulle kuvastaa?*

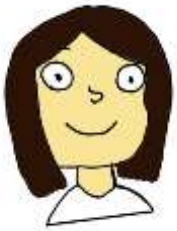
energinen

huolestunut

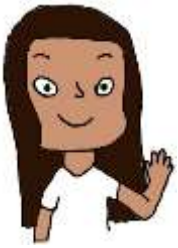


hämmentynyt

iloinen



onnellinen



perushyvä fiilis

peloissaan

väsynyt

yksinäinen

yllättynyt

suuttunut

vihainen

rakastunut

rauhallinen

pettynyt

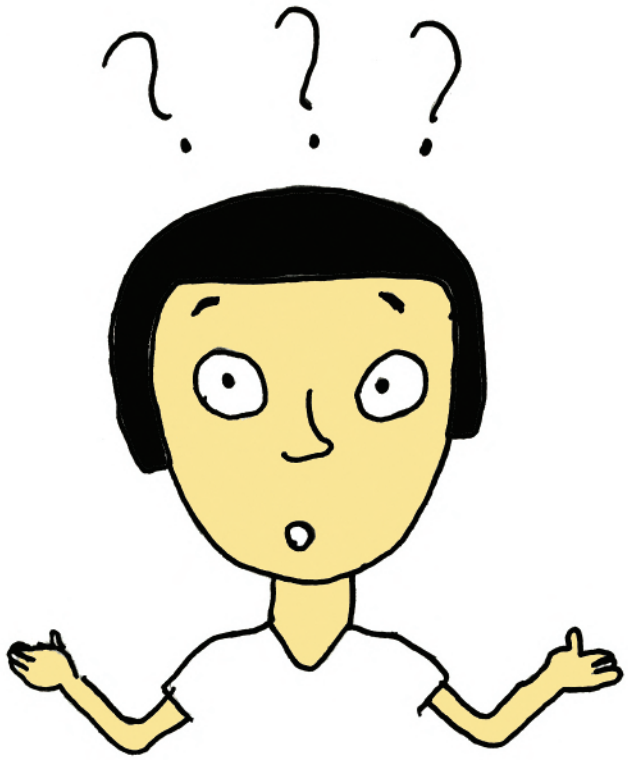
surullinen

Tampereen ammattikorkeakoulu

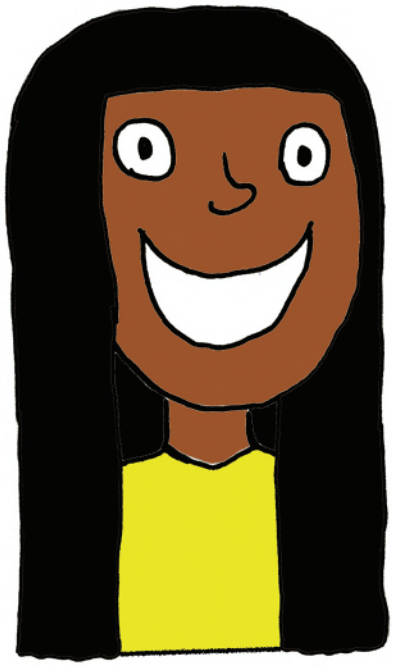
Niitty

TAMPEREEN KAUPUNKI

Niitty

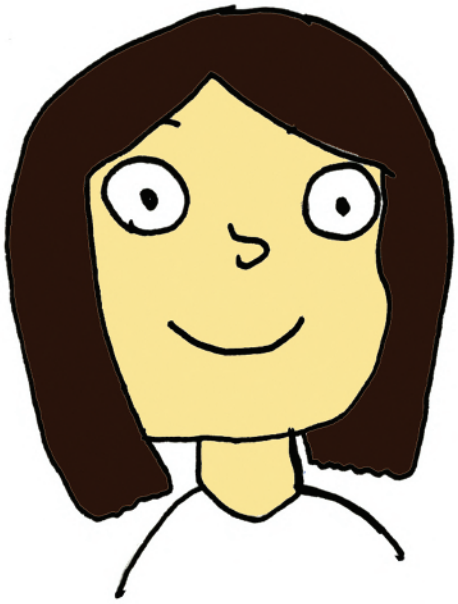


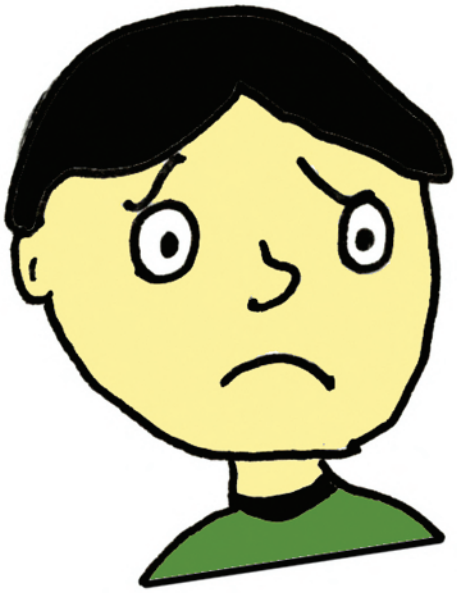
Niitty

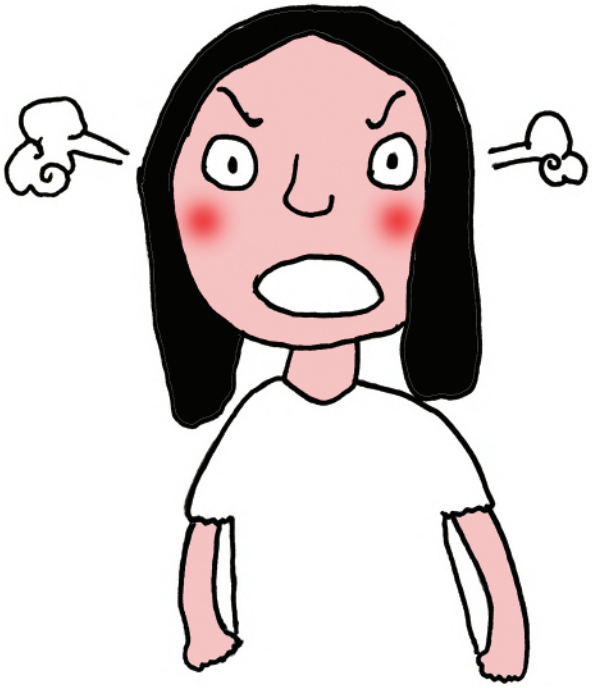


Niitty

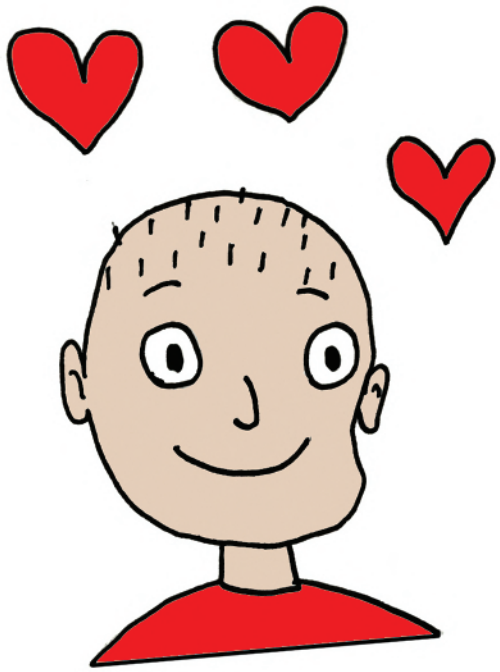
Niitty



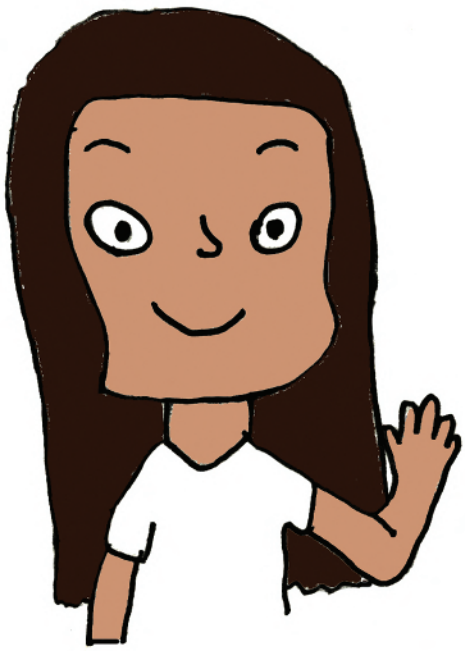




Niitty



Niitty



Niitty

Niitty

Z Z Z Z