



Tunnetaidot ovat kykyä havaita, ilmaista ja säädellä omia tunteitaan. Lapset ovat vasta harjoittelemassa tunnetaitoja. Siksi kiukku voi kasvaa joskus liian suureksi tai pelon tunne jää päälle. Tunnekuohut kuuluvat kehitykseen. Tunnetaitojen oppimiseen lapsi tarvitsee vanhempansa apua.

Lapsi oppii tunnetaitoja opettelemalla, ei komentamalla. Lasta on hyödytöntä rangaista, syyttää tai vaatia rauhoittumaan. Kova kuri ja rankaisut eivät lisää tunnetaitoja, vaan heikentävät niitä. Tämä ei tarkoita, että lapsen tietä pitää silottaa, silloin lapsi ei opi käsittelemään pettymyksiään. Se tarkoittaa sitä, että kaikki tunteet ovat sallittuja, mutta vanhemman tehtävänä on opettaa, kuinka niiden kanssa käyttäydytään. Saa olla vihainen, mutta ketään ei saa satuttaa. Saa olla peloissaan, mutta pelko ei saa hallita elämää.

Tunnetaitojen oppiminen lisää lapsen onnellisuuden tunnetta, läheisyyttä, viihtyisyyttä, turvallisuutta sekä hyvinvointia ja pärjäävyyttä. Samalla vähenevät ärtyisyys, viha ja väkivalta. (Lähde: Cacciatore R. & Korteniemi-Poikela, E. 2019: Sisu Tahto Itsetunto)



#### Viikon leikkivinkki:

Leikkikää peilileikkiä: toinen tekee liikkeen, toinen matkii. Pienen lapsen kanssa aikuinen lähtee matkimaan lapsen liikkeitä, isomman lapsen kanssa lapsi voi matkia aikuista. Muistakaa hullutella ja pitää hauskaa!

Ja muistattehan perheen kanssa pihaleikkien klassikon Peilin: yksi on seinän vieressä ja muut yrittävät päästä tämän leikkijän (=peilin) luo silloin, kun hän on seinään päin kääntyneenä. Ensimmäisenä peilin luo päässyt on seuraava peili.



#### Viikon digivinkki: tulostettavaa tunnemateriaalia

[Viitottu rakkaus - Tunnemittari](#)

[Mieli - Tunnerobotti](#)

[Childhood101 - Piiiretyt tunnekortit kasvokuvilla](#)

[MrPrintables - Robottitunnekortit](#)

[Skizzenblog - Tunnenalle](#)

[Tukiliitto - MAHTI-tunnekortit](#)

Tunnetaidoista voit lukea lisää:

[Väestöliitto - Tunnetaidot](#)

[Neuvokas perhe - Meidän perheen tunnetaidot](#)



#### Viikon vinkkivideot Liikuntaloikalta:

[Liikuntaloikan pehmolelujumppa](#)

[Liikuntaloikan zombizumba](#)

Katso kaikki vinkit osoitteesta: [latvahanke.fi](http://latvahanke.fi)