

Tunne + toiminta -kortit

Kortit jaetaan kahteen pinoon: toisessa on tunteita (esim. "kiukku"), toisessa toimintaideoita ("hengitä syvään", "kerro aikuiselle"). Oppilaat yhdistävät sopivia pareja.
→ Harjoitus tunnetilanteen ja säätelykeinoon yhdistämiseen.

VI-HAI-NEN 	LAS-KEN KYM-ME-NEEN 
SU-RUL-LI-NEN 	PU-HUN AI-KUI-SEL-LE 
PE-LOIS-SAAN 	HEN-GI-TÄN SY-VÄÄN 
KA-TEEL-LI-NEN 	O-LEN I-LOI-NEN TOI-SEN PUO-LES-TA 

I-LOI-NEN 	NAU-RAN, HY-PIN I-LOS-TA 
I-HAS-TU-NUT 	HY-MYI-LEN 
PET-TY-NYT 	HAR-MIT-TAA, MUT-TA SE ME-NEE O-HI
YK-SI-NÄI-SYYS 	PYY-DÄN KA-VE-RI-A LEIK-KI-MÄÄN 
I-KÄ-VÄ 	TIE-DÄN, ET-TÄ HEN-KI-LÖ ON MI-NUL-LE TÄR-KE-Ä

Y-LI-VIL-KAS



TEEN

HEN-GI-TYS-HAR-JOI-TUK-SEN



VAI-KE-A PU-HU-A TUN-TEES-TA



KÄY-TÄN TUN-NE-KORT-TE-JA TAI

PIIR-RÄN TUN-TEEN



E-PÄ-ON-NIS-TU-NUT



Y-RI-TÄN UU-DEL-LEEN