



Tunnetaidot

Tunnetaitoja eli tunteiden nimeämistä, tunnistamista, säätelyä, käsittelyä ja ilmaisemista opitaan pikkuhiljaa harjoittelemalla.

Lapsen tunnetaidot harjaantuvat tavallisissa arjen vuorovaikutustilanteissa yhdessä aikuisen kanssa. Mitä enemmän tunnetaitoja harjoitellaan, sitä todennäköisemmin opitut taidot siirtyvät arjen tilanteisiin.

Askeleet tunnetaitojen opettelun tueksi

- 1 Nimeä tunne lapselle
- 2 Hyväksy lapsen tunne
- 3 Anna lapselle välineitä tunteiden ilmaisemiseen, käsittelyyn ja säätelyyn



Mitä teet jos omat tunteesi kuohahtavat?