

TEEMA 2:
Tunnetaidot

Taito 1:

Itsetuntemus ja tunteidot

Oppilaita ohjataan tunnistamaan ja nimeämään erilaisia tunteita, jotta he pystyvät hallitsemaan omia tunteitaan, säätelmään omaa toimintaansa, ja ymmärtämään paremmin itseään sekä toisiaan. Myös oppilaan minäpystyvyyttä tuetaan ja häntä kannustetaan, jotta hänelle kehittyisi positiivinen itseluottamus ja jotta hän saisi onnistumisen kokemuksia. Palautetta annetaan rakentavasti niin, ettei keskitytä virheisiin tai ongelmiin, vaan kannustetaan vahvistamaan jo olemassa olevia taitoja sekä tarjotaan välineitä uusien taitojen kehittämiseksi.

Myös tunneskaalan eri ääripäitä käsitellään yhdessä ja niiden ilmaisemista harjoitellaan erilaisilla tavoilla. On tärkeää, että keskitytään sekä positiivisten että negatiivisten tunteiden ja ajatusten käsittelemiseen ja ilmaisemiseen tukemiseen. Lisäksi oppilaita ohjataan toimimaan tavoitteiden mukaisesti sekä säätelmään tunteitaan ja toimintaansa pitkäjänteisesti.

TASO 0

Opettaja ei mahdollista oppimistilanteita, joissa oppilaat voivat harjoitella tunnetaitojaan.

TASO 1

Opettaja ohjaa oppilaita tunnetaitojen oppimiseen suunnittelemalla oppimistehtäviä, joissa oppilaat oppivat nimeämään ja tunnistamaan tunteita ja käsittelemään niitä.

TASO 2

Oppilaat harjoittelevat erottamaan tunteiden, toiminnan ja persoonan välisiä eroja, sekä opettelevat henkilökohtaisia tunnetaitoja monipuolisten oppimistilanteiden avulla. Opettaja ohjaa oppilaita tunnistamaan toistensa tunteita, osoittamaan empatiaa sopivalla tavalla ja kehittämään kykyä asettua toisen asemaan.

TASO 3

Oppilaat oppivat itsenäisesti keskustelemaan ja käsittelemään tunteitaan monipuolisesti ja avoimesti. Oppilaita kannustetaan omatoimiseen tunteiden käsittelyyn toistensa kesken. Opettaja antaa palautetta ja ohjaa myös yhteiseen rakentavan palautteen antamiseen, jossa oppilaiden tunteita ja niiden konkreettisia seurauksia käsitellään. Oppilaiden empatiataitoja ja toisen asemaan asettumisen kykyjä syvennetään.

Vinkki



Tunnehetki! Etsi oppilaiden kanssa hetkiä, jolloin voitte käydä läpi avoimesti tunteitanne, opetella puhumaan niistä yhdessä ja ilmaisemaan miltä tuntuu. Kun kaikki ovat saaneet kertoa, omista tunteistaan vuorollaan, voidaan sen jälkeen niistä alkaa keskustella rakentavasti yhdessä. Tunnehetket voivat liittyä tiettyihin teemoihin koulussa tai toimia konfliktin purkamisen apuvälineenä. Tavoitteena on, että oppilaat oppisivat myös itsenäisesti käyttämään tällä tavalla opittuja taitoja ja esimerkiksi ratkaista itsenäisesti ristiriitatilanteita ilman opettajan apua.