



Empatian supersankari

harjoituspaketti



empatia on kykyä ymmärtää ja jakaa
toisen ihmisen tunteita

Empatian supersankari harjoituspaketti sisältää:

- “empatian supersankarin ohjeet” -juliste
- “Näin minä olen empaattinen” -juliste
- “Kun toisella on paha mieli” -juliste
- “empatiaa on...” -juliste
- “Mikä lausahduksista on empatiaa” -tehtävä
- 12kpl “Kuinka vastaat tai toimit” -korttia empatia-harjoituksiin
- 18kpl “Tilanne-tunne” -korttia empatia-harjoituksiin
- Empatian roolileikki-harjoituksia
- 12kpl empatian pohdintatehtäviä
- “Olen kiltti ja ystävällinen” -juliste
- “Kiltteys ja ystävällisyys” -tehtävä
- “Kiltteys ja ystävällisyys” -pilvitehtävät
- “Empatian rakennuspalikat” -juliste
- “Pieni tarina pienestä teosta jolla oli suuri merkitys” -runo
- oma empatiatarina ja -kuva
- oma empatia-sarjakuva
- Sanat satuttavat -tehtäviä
- kivasti sanottu vs. ei kivasti sanottu -tehtävä
- “Ennen kuin puhut, mieti” -juliste
- Hyvän mielen -kortit



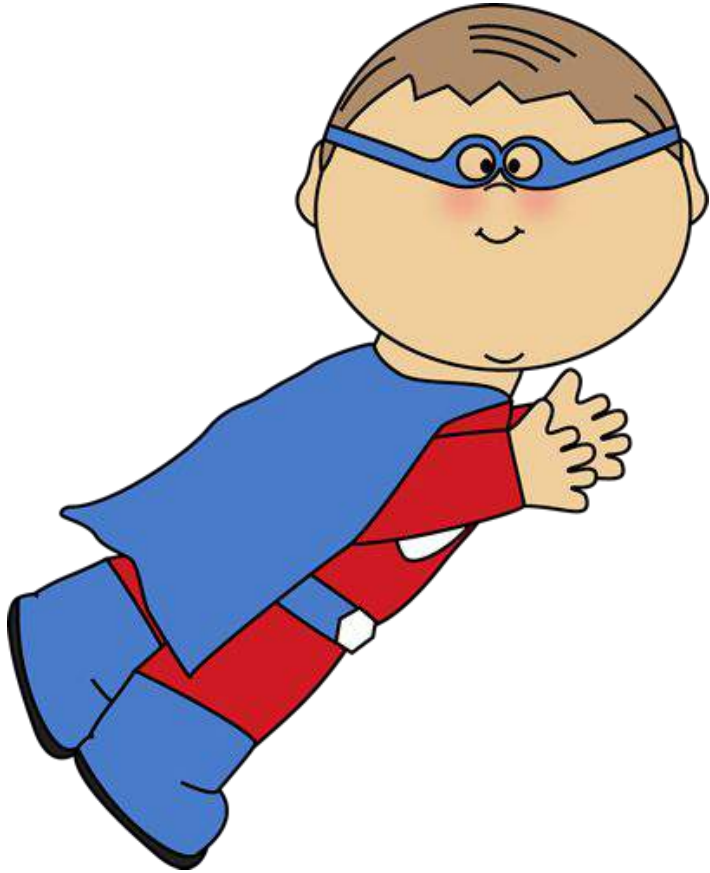
Empatian supersankari harjoituspaketin tarkoitus

Tarkoitus on opettaa lapselle empatia- ja “kiltteys” taitoja, kykyä tunnistaa tunnetiloja toisissa ihmisissä sekä niihin vastaamista.

Lapsi kokee esimerkein tilanteita, joissa empatia-taitoja tarvitaan sekä oppii kuinka tilanteessa toimitaan toista ihmistä kannustavasti ja kunnioittavasti.

Lapsi pääsee pohtimaan mitä tarkoittaa kiltteys ja ystävällisyys toisia ihmisiä kohtaan.

Empatian supersankarin ohjeet



Elä hetki toisen ihmisen kengissä

Mieti miltä sinusta tuntuisi jos sama sattuisi sinulle

Puhu kannustavasti ja ystävällisesti

Anna halaus kaverille jolla on paha mieli

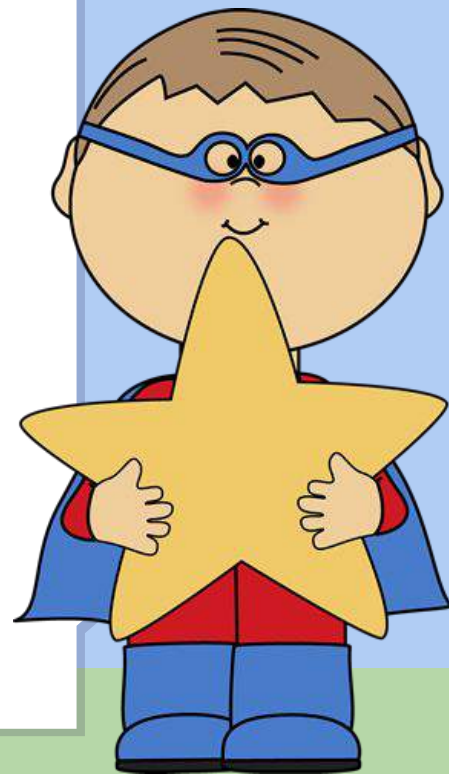
Tunnista toisen ihmisen tunnetila ja vastaa siihen

Iloitse yhdessä kaverin kanssa hänen saavutuksistaan

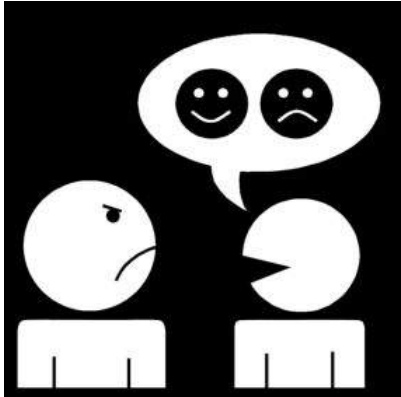
Anna aikaa toiselle ihmiselle

Empatiaa on...

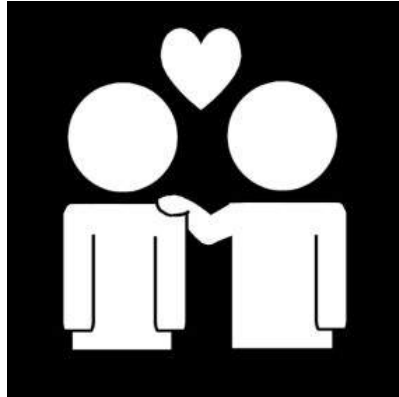
- Tunnistaa ja “lukea” toisen ihmisen tunteita
- Kokea toisen ihmisen tunnetila yhdessä hänen kanssaan
- Antaa kannustavaa palautetta sitä tarvitsevalle (sanat & teot)



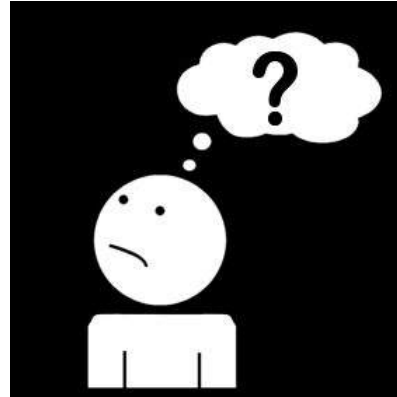
Näin minä olen empaattinen



En arvostele
toisen ihmisen
tunnetta



Kohtelen toisia
kuten toivoisin
itseäni
kohdeltavan

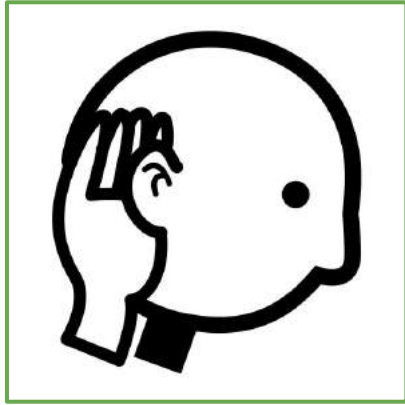


Mietin miltä
minusta tuntuisi
jos sama
tapahtuisi minulle

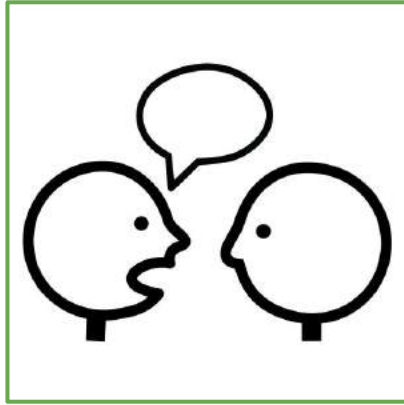


Autan toista
ihmistä
kannustavin
sanoin tai teoin.

Kun toisella on paha mieli



Kuuntelen
rauhallisena



Käytän
ystävällisiä ja
kannustavia
sanoja



Voin antaa
halauksen



Yritän auttaa
löytämään
ratkaisun

Mikä lausahduksista on empatiaa?

“voi, ompa sinulle sattunut ikävä juttu”

“tuo kuulostaa ihan pikku jutulta”

“Älä viitsi valittaa”

“Minä kuuntelen jos tahdot puhua”

“Näytät surulliselta”

“Ei ketään kiinnosta”

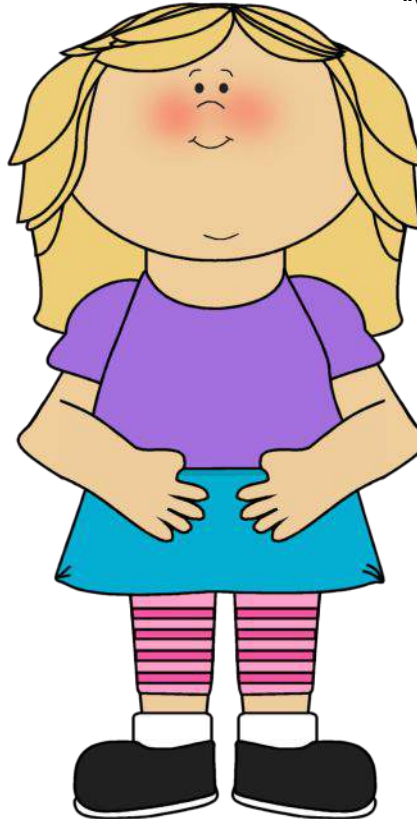
“Miksi valitat, monella on asiat huonommin”

“Voisinko auttaa sinua jotenkin”

“Kerro lisää”

“Mitä sinä tarvitset”

“Kuunteleppa miten huono päivä minulla oli”



“Voinko tehdä jotain, että sinulle tulisi parempi mieli?”

“Olen pahoillani, että sinulla on huono päivä”

“Älä nyt ole typerä”

“Koitetaan piristää sinua jotenkin”

“Haluaisitko halauksen”

“Tyhmää valittaa pikku jutuista”

“Minä en nyt jaksa kuunnella”

“Minullakin on ongelmia”

“Löydettäisiinkö me jokin yhteinen ratkaisu”

“Sinua varmasti harmittaa”

“höpö höpö”



Empatia harjoituskortit 1

Seuraavilla sivuilla tulostettavaksi harjoituskortteja joiden avulla voi harjoitella empatia- taitoja.

Korttien avulla pohditaan miltä toisesta henkilöstä jokin asia tuntuu ja miten siihen vastataan ja reagoidaan. Miltä itsestä tuntuisi, jos sama juttu kävisi itselle?

Kortteihin voi kirjoittaa ja niiden avulla voi myös keskustella kustakin kortissa esitetystä tilanteesta ja sen aiheuttamasta tunnetilasta.

Kuinka vastaat tai toimit?

Kaveri kertoo sinulle, että sai kokeesta täydet pisteet.

Miltä kaverista tuntuu?

Mitä vastaat hänelle?
(sanat tai teot)

Kaveri kertoo sinulle, että hänen koiransa on kuollut.

Miltä kaverista tuntuu?

Mitä vastaat hänelle?
(sanat tai teot)

Kuinka vastaat tai toimit?

Joku tipahti ruokailun aikana tuolilta ja pudotti myös lautasensa lattialle.

Miltä hänestä tuntuu?

Mitä teet?
(sanat tai teot)

Kaveri kertoo sinulle, että on lähdössä perheensä kanssa ulkomaille lomalle.

Miltä kaverista tuntuu?

Mitä vastaat hänelle?
(sanat tai teot)

Kuinka vastaat tai toimit?

Näet ulkoilun aikana lapsen seisomassa yksin. Olet aikaisemminkin nähnyt hänet välitunneilla yksin.

Miltä hänestä tuntuu?

Mitä teet?
(sanat tai teot)

Näytät koepaperiasi kaverillesi innoissasi, sillä sinulla on kaikki vastaukset oikein. Kaverilla ei mennyt koe kovin hyvin. Hänellä oli monta virhettä.

Miltä kaverista tuntuu?

Mitä vastaat hänelle?
(sanat tai teot)

Kuinka vastaat tai toimit?

Opettaja kysyy kysymyksen, joku viittaa ja vastaa väärin.

Miltä hänestä tuntuu?

Mitä teet?
(sanat tai teot)

Kaveri kertoo sinulle, että menee isänsä kanssa ostamaan uuden pelin ja he pelaavat yhdessä.

Miltä kaverista tuntuu?

Mitä vastaat hänelle?
(sanat tai teot)

Kuinka vastaat tai toimit?

**Näet kun toinen lapsi tönäisee
toisen maahan ja kävelee pois.**

Miltä tönäistykse joutuneesta tuntuu?

Mitä teet?
(sanat tai teot)

**Kaveri kertoo sinulle, että hänellä
on huomenna aika
hammaslääkärille.**

Miltä kaverista tuntuu?

Mitä vastaat hänelle?
(sanat tai teot)

Kuinka vastaat tai toimit?

Pekka varastaa jotain Jukan repusta. Jukka syyttää siitä Mikkoa.

Miltä sinusta tuntuisi jos olisit Mikko?

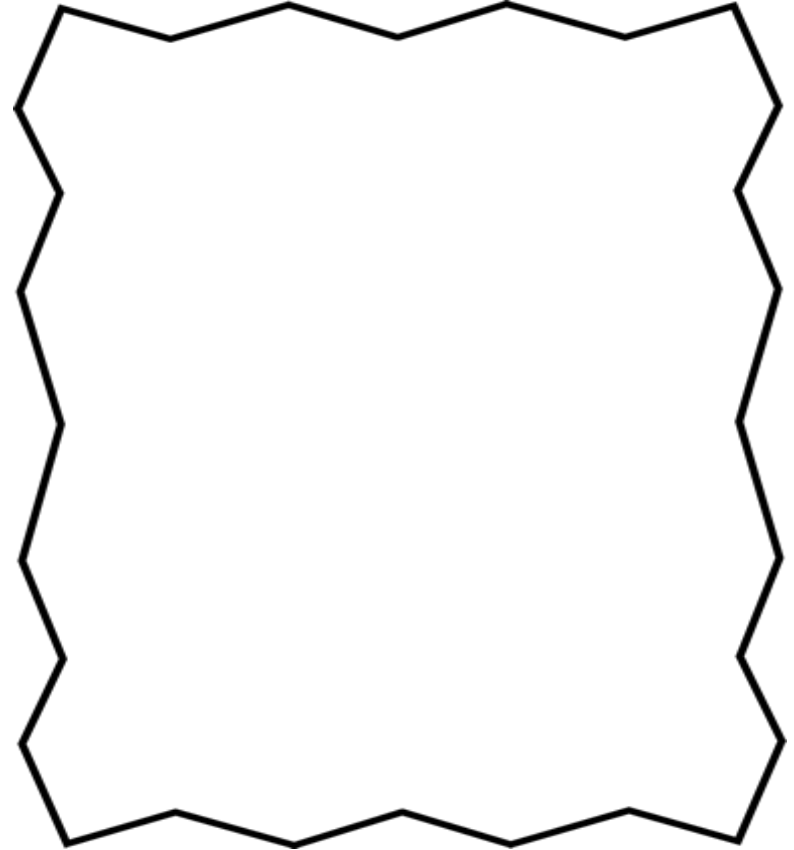
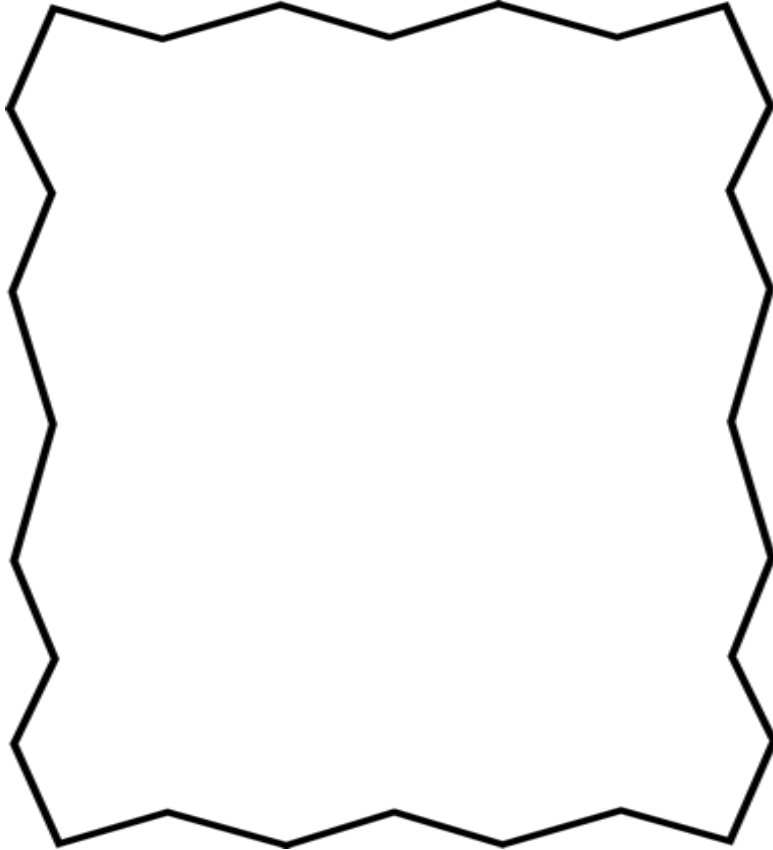
Jos olisit Mikko, mitä toivoisit Pekan tekevän? (sanat tai teot)

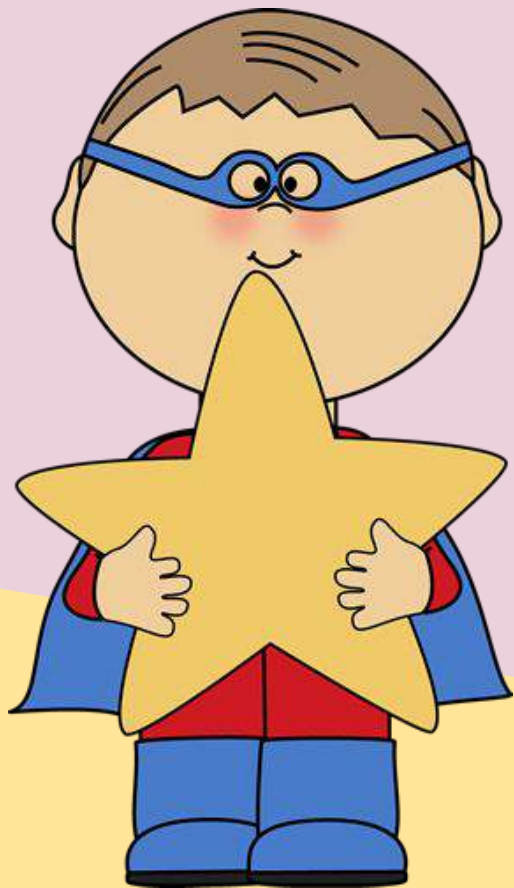
Luokassa on uusi oppilas.

Miltä sinusta tuntuisi olla tuo uusi oppilas?

Mitä muut oppilaat voisivat tehdä?
(sanat tai teot)

Kuinka vastaat tai toimit?





Tilanne-tunnekortit

Seuraavilla sivuilla tulostettavaksi ja laminoitavaksi tilanne-tunnekoriteja, joiden avulla voi harjoitella empatia- ja tunnetaitoja.

Voitte keskustella kustakin kortissa esitetystä tilanteesta ja sen aiheuttamasta tunnetilasta. Esimerkiksi vastaamalla kysymyksiin:

- kuinka sinä toimisit tässä tilanteessa?
- miltä sinusta tuntuisi?
- miten voisit olla avuksi tässä tilanteessa?
- jne...

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Näet henkilön joka istuu ja katsoo alaspäin. Hänellä on turvonneet, punaiset ja kosteat silmät. Miltä tästä henkilöstä tuntuu?

Surullinen

Katia haukuttiin välitunnilla tosi rumilla sanoilla. Miltä Katista tuntuu?

Surullinen

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Ville kertoo vitsin, mutta kukaan ei naura. Miltä Villestä tuntuu?

**Hävettää
Nolottaa**

Lauri vastaa opettajan esittämään kysymykseen väärin ja muut katsovat häntä hymyillen ja alkavat supatella keskenään. Miltä Laurista tuntuu?

**Hävettää
Nolottaa**

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Maria kertoo kaverilleen hyvästä elokuvasta jonka on katsonut, mutta kaveri keskeyttää hänet ja alkaa kertoa omasta koirastaan. Miltä Mariasta tuntuu?

**Harmittaa
Surullinen
Loukkaantunut**

Jussi kertoo innoissaan Topiakselle uudesta pelistä jota hän on pelannut koko viikonlopun. Topias katselee kännykkäänsä ja kirjoittaa tekstiviestiä. Miltä Jussista tuntuu?

**Harmittaa
Surullinen
Loukkaantunut**

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Koira on puraissut Maisaa kun tämä on ollut pieni.
Nyt Maisaa vastaan kävelee nainen suuren koiran kanssa ja Maisa alkaa itkeä. Miltä Maisasta tuntuu?

Pelkää

Tiina kiipeää leikkipuistossa korkeaan liukumäkeen. Hänen pitäisi laskea sieltä alas, mutta hän menee istumaan ja alkaa itkeä. Miltä Tiinasta tuntuu?

Pelkää

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Matiaksen äiti on joutunut sairaalaan kaaduttuaan kotona. Miltä Matiaksesta tuntuu?

**Pelokas
Huolestunut
Surullinen**

Johanna menee kotiin koulusta ja äiti odottaa häntä. Äiti ojentaa Johannalle suuren lahjapaketin. Miltä Johannasta tuntuu?

**Yllättynyt
Iloinen**

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Aleksi pääsee koulun jälkeen isän kanssa ostoksille. Hän saa uuden pelin pelikoneelle. Miltä Aleksista tuntuu?

**Innostunut
Iloinen**

Riikka tahtoi leikkiä toisten tyttöjen kanssa mutta he eivät ota Riikkaa leikkiin mukaan. Miltä Riikasta tuntuu?

**Surullinen
Torjuttu
Yksinäinen**

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Alinan täytyy pitää tänään
esitelmä koko luokan
edessä. Mitä Alinasta
tuntuu?

Jännittää
Pelottaa

Sampo on pitkään
harjoitellut juoksemista ja
hän voittaakin koulujen
välisen juoksukilpailun.
Mitä Samposta tuntuu?

Ylpeä
Iloinen

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Näet lapsen seisomassa
koulun nurkalla. Hän
katsoo alaspäin ja
pyörittelee hiekkaa
kengänkärjellä. Välillä hän
katsoo muita leikkiviä
lapsia. Miltä hänestä
tuntuu?

**Yksinäinen
Surullinen**

Veikko valittiin
joukkueeseen viimeisenä.
Miltä Veikosta tuntuu?

**Loukkaantunut
Surullinen
Torjuttu
Yksinäinen**

Toisen henkilön tunnetila?

Leikkaa katkoviivaa pitkin ja taita keskeltä siten, että vastaus (tunnetila) kääntyy kysymyksen taakse. Laminoi.

Sanna halusi samaan rooliin koulun näytelmässä kuin Taina. Taina valittiin rooliin. Miltä Sannasta tuntuu?

Vihainen
kateellinen
Surullinen

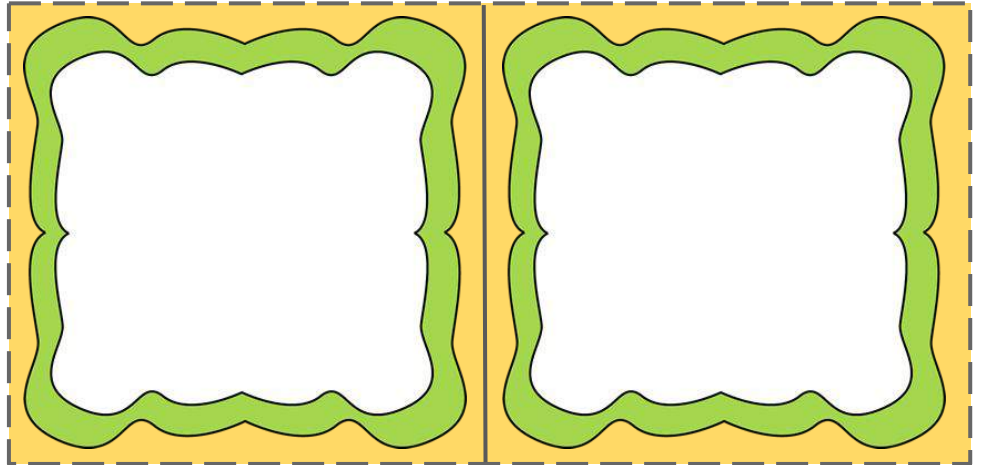
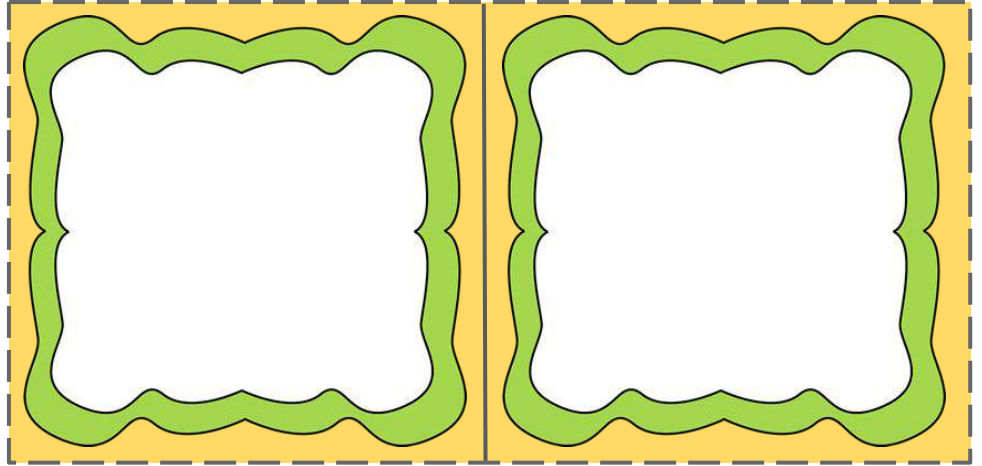
Laura huomaa että hänen pikkuveljensä on syönyt hänen karkkinsa. Miltä Laurasta tuntuu?

Vihainen

Toisen henkilön tunnetila?

Tässä tyhjiä kortteja tulostettavaksi. Kirjoita niihin jokin tapahtuma ja sen oletettu tunnereaktio ihmisessä.

Lapsia voi pyytää tekemään omat tilanne-tunnekortit. Ne voidaan käydään pelinä esim. luokan kanssa läpi.





Roolileikki harjoituksia

Seuraavilla sivuilla roolileikki-harjoituksia joita voidaan tehdä esimerkiksi pienissä ryhmissä tai esittää luokan edessä tms.

Mukana kysymyksiä joiden avulla roolileikkiä voidaan purkaa harjoittelun jälkeen.

Nyt on aika asettua erilaisissa tilanteissa elävien ihmisten asemaan ja kokea miltä tuntuisi kulkea heidän kengissään.

Empatia roolileikki-harjoitus: uusi oppilas

Keskustelkaa roolileikin jälkeen valmiiden kysymysten avulla. Muistetaan, että toisia kohdellaan aina kunnioittavasti ja tämän roolileikin tarkoitus on asettua toisen henkilön asemaan ja ymmärtää miltä hänestä voisi tilanteessa tuntua. Nyt harjoitellaan empatiataitoja. Pidäthän hyvät käytöstavat ja kauniit sanat mielessä tätä harjoitusta tehtäessä.

Luokkaan on tullut uusi oppilas toisesta maasta. Hän ei puhu suomea eikä ymmärrä kieltä kovin hyvin. Häntä ei oteta mukaan leikkeihin ja hän on paljon itsekseen. Hänestä tuntuu, että muut lapset pilkkaavat häntä ja hän ei tiedä mitä he puhuvat keskenään.

Roolit:

- uusi oppilas
- 3-4 muuta oppilasta

vaihdelkaa uuden oppilaan rooliin näyttelijää välillä

EMPATIA-HARJOITUS 1

Lapset pelaavat välitunnilla jalkapalloa. Uusi oppilas katsoo heitä ja seisoskelee pihalla yksinään. Miten jalkapalloa pelaavat lapset voisivat toimia tilanteessa empaattisesti?

EMPATIA-HARJOITUS 2

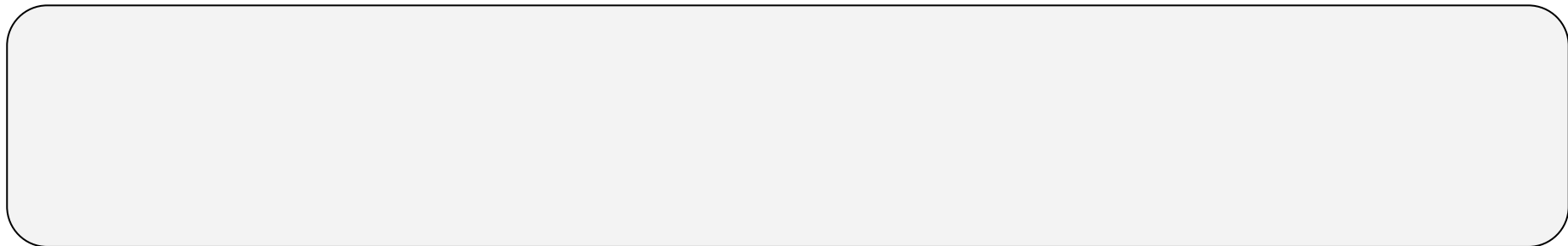
Lapset askartelevat luokassa ja opettaja on antanut ohjeet suomen kielellä. Uusi oppilas pyörittelee askartelutarvikkeita pöydällä ja vilkuilee muita oppilaita. Näyttää että häntä itkettää. Miten muut oppilaat voisivat toimia tilanteessa empaattisesti?

Kysymyksiä joita voidaan käydä läpi roolileikin jälkeen

Miltä tuntui kokea tällainen tilanne toisen ihmisen näkökulmasta?
Mitä se sai sinut ajattelemaan? Mitä se sai sinut tuntemaan?



Miltä uudesta oppilaasta mielestäsi tuntuu olla uudessa koulussa ja luokassa?



Kysymyksiä joita voidaan käydä läpi roolileikin jälkeen

Mitä muut oppilaat voisivat tehdä, jotta uusi oppilas kokisi olevansa tervetullut?



Miten juuri sinä voisit ottaa vastaan uuden oppilaan joka ei puhu suomea ja tuntee itsensä yksinäiseksi?



Empatia roolileikki-harjoitus: silmälasit

Keskustelkaa roolileikin jälkeen valmiiden kysymysten avulla. Muistetaan, että toisia kohdellaan aina kunnioittavasti ja tämän roolileikin tarkoitus on asettua toisen henkilön asemaan ja ymmärtää miltä hänestä voisi tilanteessa tuntua. Nyt harjoitellaan empatiataitoja. Pidäthän hyvät käytöstavat ja kauniit sanat mielessä tätä harjoitusta tehtäessä.

Kuvitellaan, että palaatte kouluun pitkän kesäloman jälkeen. Yksi luokan oppilaista, Teemu, on saanut kesän aikana silmälasit. Hän on todella hermostunut tullessaan kouluun lasit päässä. Hänen tekisi mieli piilottaa ne reppuun. Hän pelkää, että häntä kiusataan niiden takia ja että muut nauravat hänelle.

Roolit:

- Teemu
- 3-4 muuta aktiivista oppilasta

vaihdelkaa Teemun rooliin näyttelijää välillä

EMPATIA-HARJOITUS

Muut oppilaat istuvat luokassa ja Teemu tulee sinne viimeisenä. Hän epäröi ovelta astua sisään. Hänestä tuntuu että kaikki katsovat ja osoittelevat häntä lasien takia. Teemua itkettää, koska häntä pelottaa niin paljon. Häntä jännittää ensimmäinen välitunti, joko häntä sitten nimitellään.

Harjoitus 1: Näytelkää pahin mahdollinen tilanne Teemun kannalta, jossa häntä moititaan lasien takia ja hänelle nauretaan. Miltä Teemusta tuntuu?

Harjoitus 2: Näytelkää tilanne niin, että muut oppilaat ottavat Teemun tunteet huomioon ja ovat empaattisia häntä kohtaan. Miltä Teemusta nyt tuntuu?

Kysymyksiä joita voidaan käydä läpi roolileikin jälkeen

Miltä tuntui kokea tällainen tilanne Teemun näkökulmasta?
Mitä se sai sinut ajattelemaan? Mitä se sai sinut tuntemaan?



Miltä Teemusta mielestäsi tuntuu tulla kouluun silmälasit päässä? Miltä sinusta tuntuisi?



Kysymyksiä joita voidaan käydä läpi roolileikin jälkeen

Mitä muut oppilaat voisivat tehdä, jotta Teemu kokisi silmälasien olevan ok?

Mitä juuri sinä voisit tehdä, jotta Teemun ei tarvitsisi jännittää niin paljon kun hän tulee kouluun?



Empatia harjoituskortit 2

Leikkaa seuraavilla sivuilla olevat harjoituskortit katkoviivaa pitkin.

harjoitustapa 1

Voit jakaa kortit luokan oppilaille (esim. 2-4 lapsen ryhmä) ja lapset täyttävät ne. Kortit voidaan sitten esim. kerätä ja lukea ääneen yksi kerrallaan ja käydä niitä läpi sanallisesti.

harjoitustapa 2

Kortit voidaan jakaa esimerkiksi luokassa oppilaille siten, että he muodostavat pareja jotka käyvät kortin tilanteen läpi joko roolileikkinä tai sanallisesti.

Olette luokan kanssa uimahallissa ja kaverisi ei osaa vielä uida. Hänestä tuntuu, että hän on ainoa joka ei osaa uida. Mitä voisit tehdä tai sanoa hänelle? Miltä kaveristasi tuntuu?

Pyysit äitiäsi pesemään lempipaitasi että voit laittaa sen kaverisi syntymäpäiville. Äiti unohti pestä paidan. Miten toimit? Mitä sanot äidille? Miltä äidistä tuntuu? Miltä sinusta tuntuu?

Välituntikello soi ja oppilaat lähtevät ryntäämään ulkoa takaisin sisälle. Näet, että Laura jää toisten jalkoihin ja kaatuu. Hän kaatuu kuralammikkoon ja alkaa itkeä. Kuinka voisit toimia tilanteessa? Miltä Laurasta tuntuu?

Luokan suosituimmat pojat ovat saaneet kutsun Matiaksen syntymäpäiville, samoin sinä. Huomaat yhden pojan itkevän, koska hän ei saanut kutsua. Mitä voisit sanoa hänelle? Miltä hänestä tuntuu?

Jalkapallojoukkoeellanne on tärkeä turnaus edessään, mutta yksi pelaajista ei voi osallistua koska on murtanut jalkansa. Hän rakastaa jalkapalloharrastustaan. Miltä hänestä tuntuu? Mitä voisit sanoa hänelle?

Huomaat välitunnilla yhden koulunne oppilaan istuvan keinussa ja hän näyttää itkevän. Huomaat sitten vähän kauempana kaksi lasta jotka nauravat ja osoittavat häntä. Miten voisit toimia tilanteessa? Miltä keinussa istuvasta tuntuu?

Kuulet kuinka toista lasta
nimitellään ilkeästi välitunnilla. Miltä
häneestä tuntuu? Mitä voisit sanoa
hänelle? Mitä voisit tehdä?

Ystäväsi suuttuu sinulle ja
haukkuu sinua rumilla sanoilla.
Miltä sinusta tuntuu? Mitä voisit
sanoa ystävällesi?

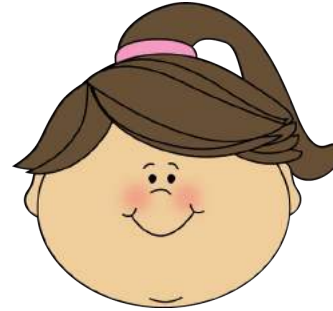
Tuomas on kaatunut välitunnilla ja hän itkee. Näet kuinka Lauri menee hänen luokseen ja kuulet Laurin nauravan ja sanovan Tuomakselle *“vain vauvat itkee”*. Miltä Tuomaksesta tuntuu? Mitä voisit sanoa tai tehdä?

Ystäväsi tulee luoksesi koulussa aamulla ja sanoo *“ompa sinulla hirveät hiukset, etkö ehtinyt kammata?”* Miltä sinusta tuntuu? Miten ystävä olisi voinut toimia tilanteessa? Mitä voisit sanoa ystäväällesi?

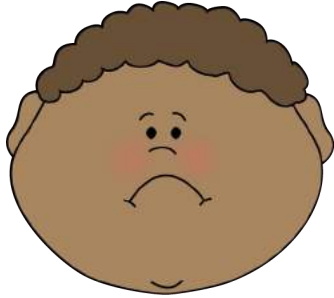
Miksi Maija on surullinen?



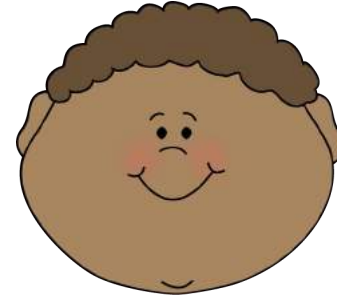
Mitä sinä voisit sanoa tai tehdä, jotta
Maijalle tulisi parempi mieli?



Miksi Brian on surullinen?



Mitä sinä voisit sanoa tai tehdä, jotta Brianille tulisi parempi mieli?





Kiltteys ja ystävällisyys osio

Seuraavilla sivuilla puhutaan kiltteydestä ja ystävällisyydestä jotka ovat osa empatiakykyä.

Juliste

Julisteen voi laittaa vaikka luokan seinälle tai sen avulla voidaan keskustella kiltteydestä ja ystävällisyydestä.

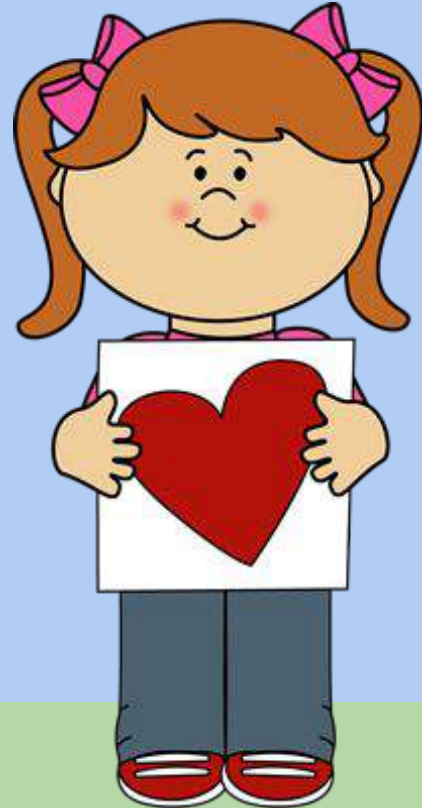
Kiltteys ja ystävällisyys tehtävät

Sanallisia tehtäviä aiheesta, joissa pohditaan omia käytöstapoja sekä sitä kuinka muut kohtelevat sinua.

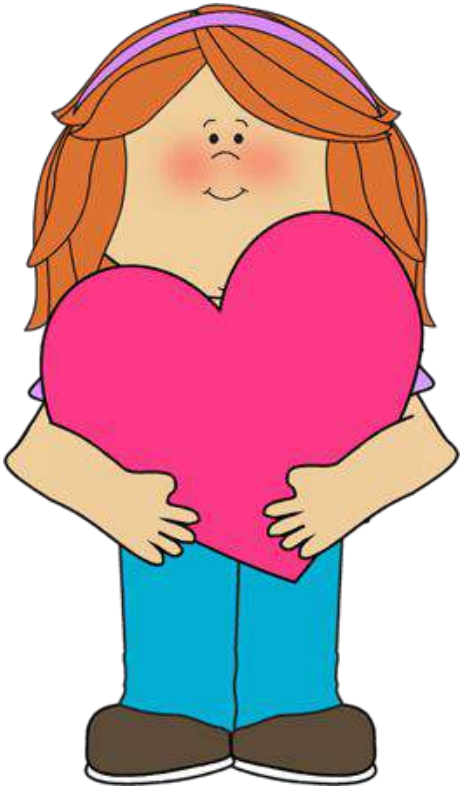
Olen kiltti ja ystävällinen!

Kilttiä ja ystävällistä on...

- ★ teko, josta toiselle ihmiselle tulee hyvä mieli
- ★ teko, joka auttaa toista ihmistä jotenkin.
- ★ niinkin pieni teko, kuin hymy toiselle ihmiselle.
- ★ teko josta et odota vastapalvelusta tai palkkaa.
- ★ toisen ihmisen halaaminen ja kertominen kuinka tärkeä hän on sinulle.
- ★ antaa toiselle ihmiselle itse tehty lahja, kukkia, kirje tai kortti.
- ★ kysyä toiselta ihmiseltä mitä hänelle kuuluu.



Kiltteys & ystävällisyys

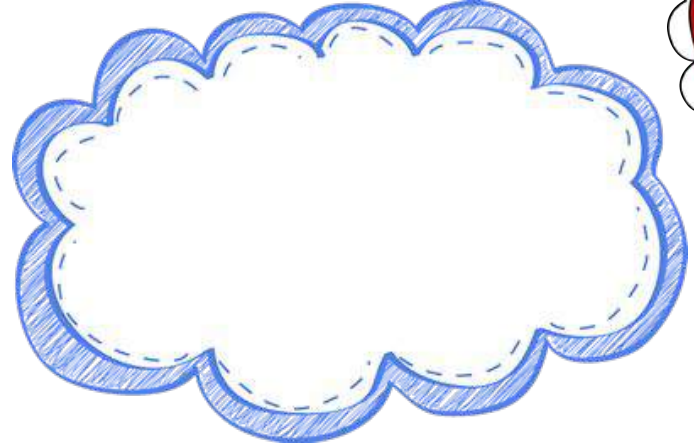
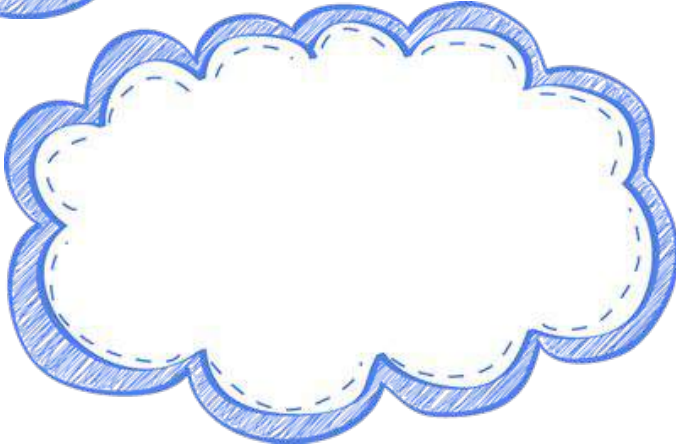
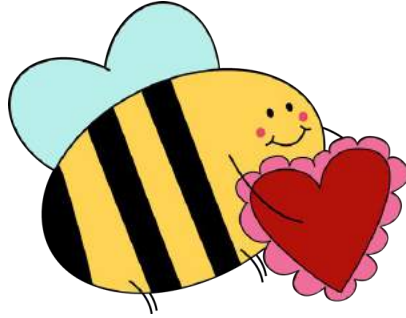
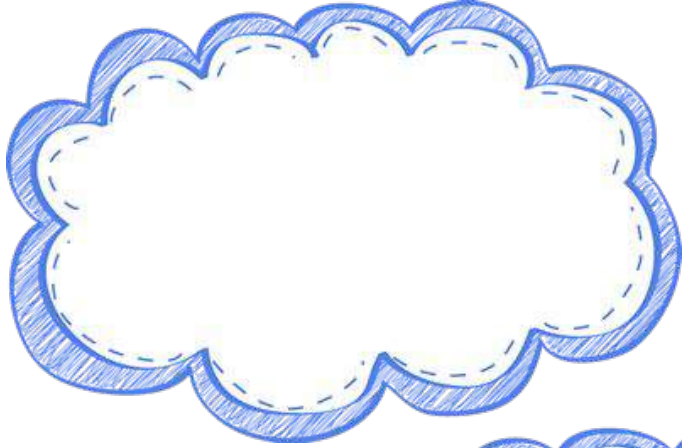


Mitä mielestäsi tarkoittaa ystävällisyys/kiltteys toisia ihmisiä kohtaan?

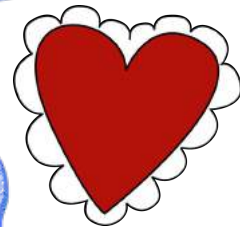
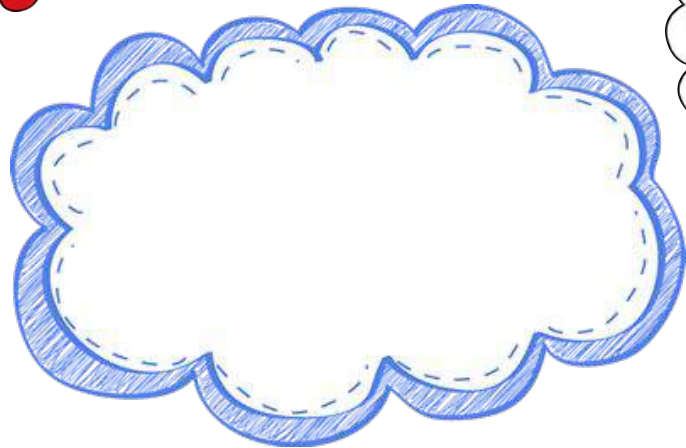
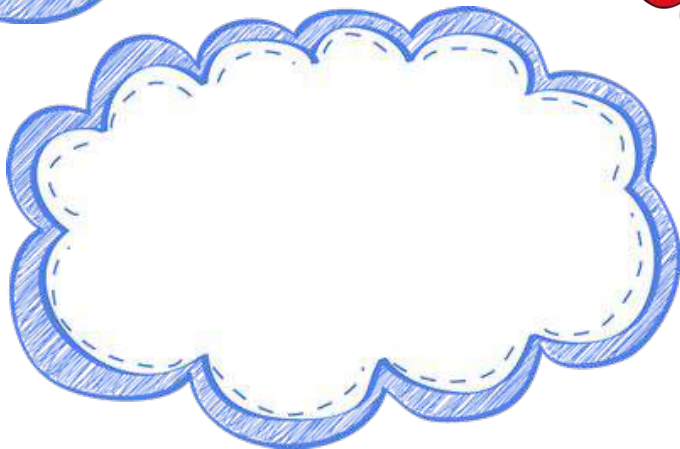
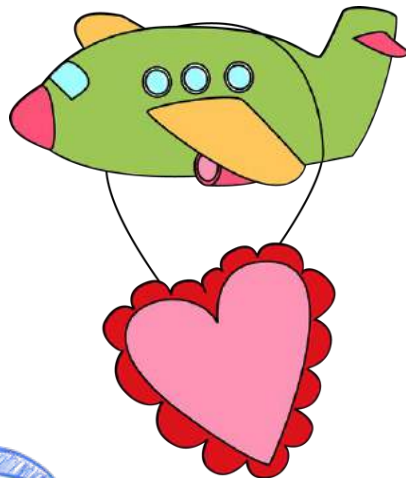
Miksi on tärkeää olla ystävällinen/kiltti toisia ihmisiä kohtaan?

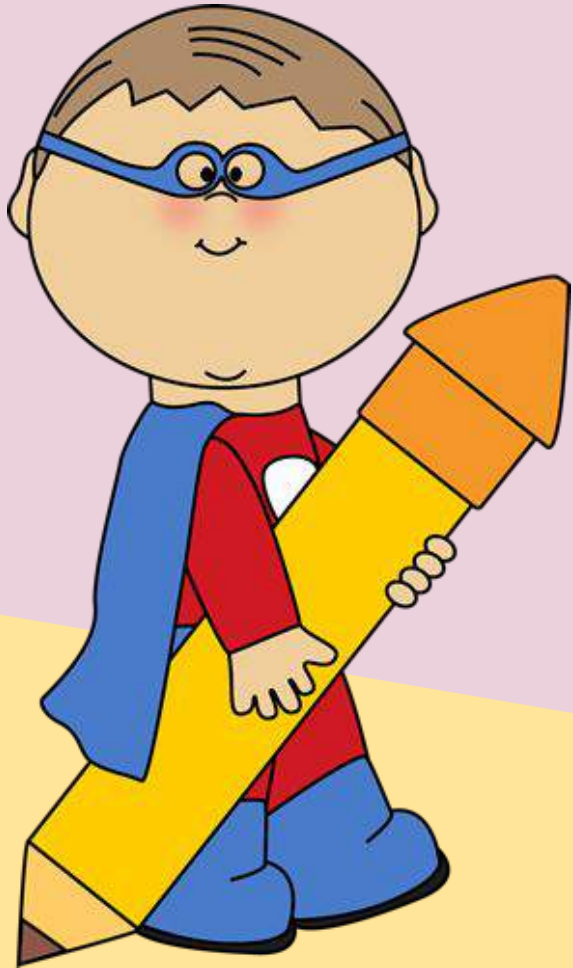
Millainen voisi olla ystävällinen/kiltti teko toista ihmistä kohtaan?

Kirjoita pilviin sellaisia asioita jotka ovat tapahtuneet sinulle ja joissa muistat jonkun toisen ihmisen olleen kiltti sinulle.



Kirjoita pilviin sellaisia tilanteita joissa muistat olleesi kiltti toista ihmistä kohtaan.





Empatia-tehtäviä

Seuraavilla sivuilla sanallisia ja kuvallisia empatia-aiheisia tehtäviä.

Empatian rakennuspalikat -julisteen avulla voidaan keskustella siitä mitä on empaattisuus ja kuinka voi toimia siten, että ajattelee myös toisten ihmisten tunteita. Julisteen voi laittaa myös vaikka seinälle muistuttamaan hyvistä käytöstavoista.

EMPATIAN RAKENNUSPALIKAT

Kysy toiselta kuinka hänen päivänsä on sujunut

Tutustu ihmiseen jonka kanssa et ole aikaisemmin puhunut

Kysy toiselta ihmiseltä neuvoa ongelmaan joka sinulla on

Kuuntele kun joku puhuu, älä keskeytä

Keskustele toisen ihmisen kanssa jolla on eri mielipide sinun kanssasi johonkin asiaan.

Jos näet jonkun joka on surullinen, kysy voitko auttaa

Opi tuntemaan toinen ihminen paremmin. Kysy mistä hän pitää tai mitä hän harrastaa. Kysy yksi asia lisää hänen pitämästään asiasta viitenä seuraavana päivänä.

Huomaa milloin olet tehnyt virheen ja loukannut toista ihmistä sanoin tai teoin. Mitä voisit tehdä toisin?
Mitä voisit tehdä nyt kun toinen on loukkaantunut sinulle?

Tarjoa apuasi toisille ihmisille

Tutustu uusiin ihmisiin ystäväpiirisi ulkopuolelta

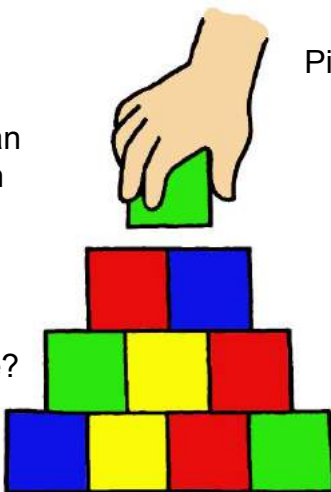
Kun kuulet puhuttavan ongelmasta tai huolesta joka toisella ihmisellä on, kuvittele miltä sinusta tuntuisi olla samassa tilanteessa kuin hän. Mitä tekisit?

Ajattele toisia ihmisiä ennen kuin puhut

Mikä on ollut sellainen tilanne jossa et ole voinut olla empaattinen? Miksi?

Piirrä kuva tai lyhyt sarjakuva, jossa tapahtuu jokin tilanne missä näkyy empatiaa.

Kirjoita runo tai tarina jossa on empatiaa.



Pieni tarina pienestä teosta jolla oli suuri merkitys

Näin kadunkulmassa pienen tytön
Hän istui maassa rievun päällä.
Hänellä ei ollut kenkiä,
maa hänen ympärillään oli kylmä.

Minulla oli repussani jalkapallokengät,
jotka äiti oli juuri ostanut minulle.

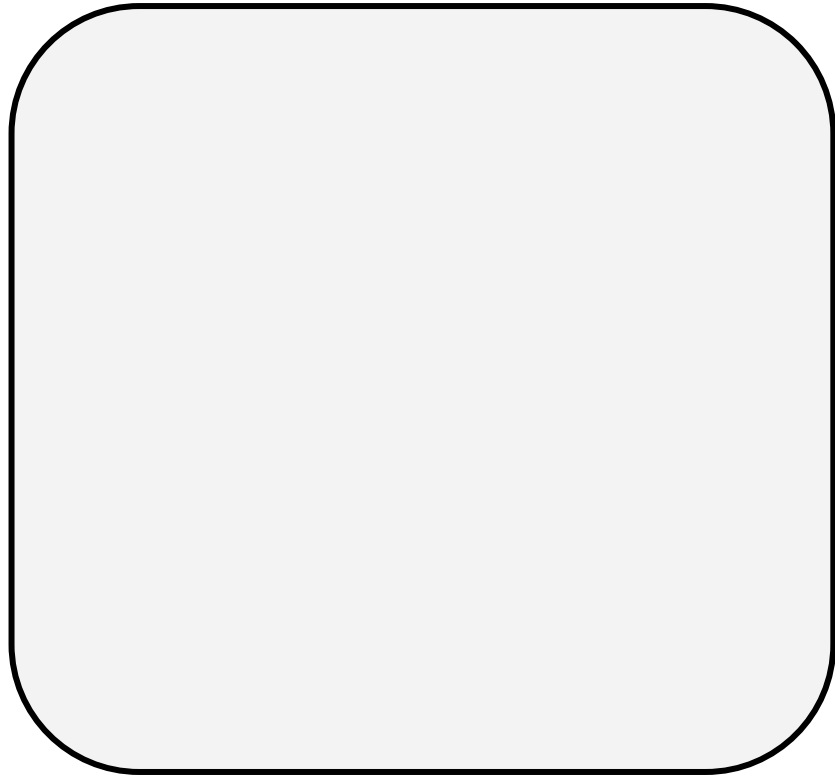
Minä pysähdyin kadunkulmaan,
annoin upouudet kenkäni tytölle ja hymyilin.

Hän laittoi ne jalkaansa, ne olivat liian suuret.
Hän hymyili minulle ja nyökkäsi.
Sitten hän sitoi kengännauhat niin tiukalle
kuin sai, nousi ylös ja lähti pois.

© Viitottu Rakkaus



Minun pieni tarina pienestä teosta jolla on suuri merkitys



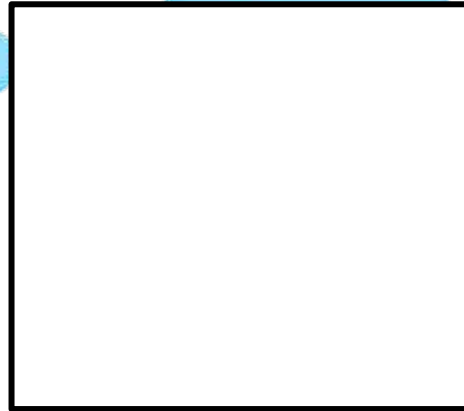
kirjoita oma tarina



piirrä siitä kuva

EMPATIA-SARJAKUVA

piirrä oma sarjakuva, joka kuvaa jonkin tapahtuman jossa toinen ihminen on empaattinen tai kiltti toista kohtaan.





Sanat satuttavat -tehtäviä

Sanotaan, että pahat sanat satuttavat jopa enemmän kuin teot. Seuraavaksi tehtäviä, joissa keskitytään siihen, kuinka me puhumme toisille ihmisille.

- tehtävä: kivasti sanottu vs. ei kivasti sanottu
- Mieti ennen kuin puhut -juliste
- Hyvän mielen kortit, joiden avulla voidaan levittää sanallista hyvää.

Leikkaa nämä lauseet irti. Laita ne johonkin laatikkoon ja pyydä lapsia vuorotellen nostamaan yksi lause, lukemaan se ääneen ja asettamaan mielestään oikealle kohtaa tauluun “ei kivasti sanottu / kivasti sanottu”. Taulu löytyy seuraavalta sivulta. Lamino taului halutessasi.

MIKSI SULLA ON NIIN RUMAT VAATTEET, OOTTEKO KÖYHIÄ?

OOTKO SÄ JOKU VAUVA KUN ITKET

MÄ EN HALUA ENÄÄ OLLA SUN KAVERI

EN VOI LEIKKIÄ SUN KANS NYT, MÄ LEIKIN NYT TOISEN KANS

OOTKO TYHMÄ KUN ET TUOTA MATIKAN LASKUA OSAA

EN HALUA OLLA SUN PARI

ANNA MUN OLLA RAUHASSA

OLE HILJAA

ET OSAA PIIRTÄÄ

MIKS SULLA ON NOIN RIKKINÄINEN REPPU?

SÄ OOT KAIKKEIN LYHYIN MEIDÄN LUOKALTA!

LEIKITÄÄNKÖ YHDESSÄ

VOIT KÄYTTÄÄ MUN VÄRIKYNIÄ KUN SULLA EI OO

EIKÖ SULLA OLE PARI? TULETKO MINUN VIEREENI ISTUMAAN?

OMPA SULLA HIENOT KENGÄT, ONKO NE UUDET?

MINÄ VOIN AUTTAA SUA MATIKASSA

OMPA SULLA KIVA KAMPAUS

TULE MEIDÄN KANS TÄNNE

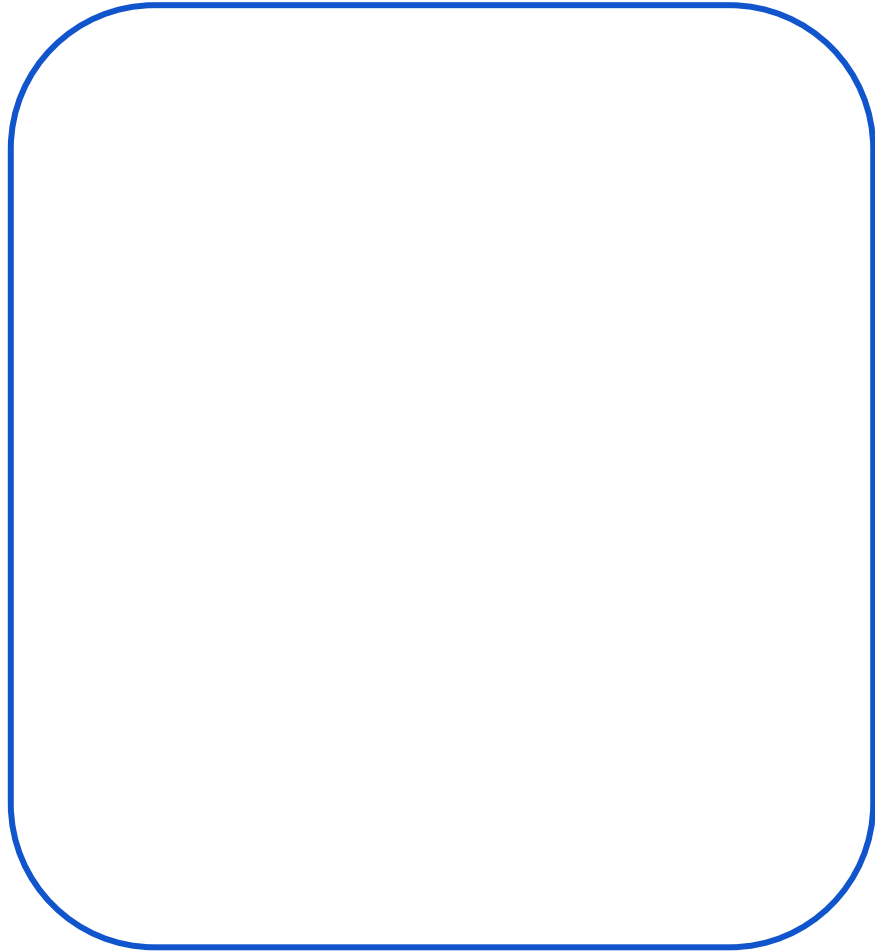
ONKO SULLA JOKU HÄTÄNÄ KUN OLET NIIN SURULLINEN

VOINKO AUTTAA

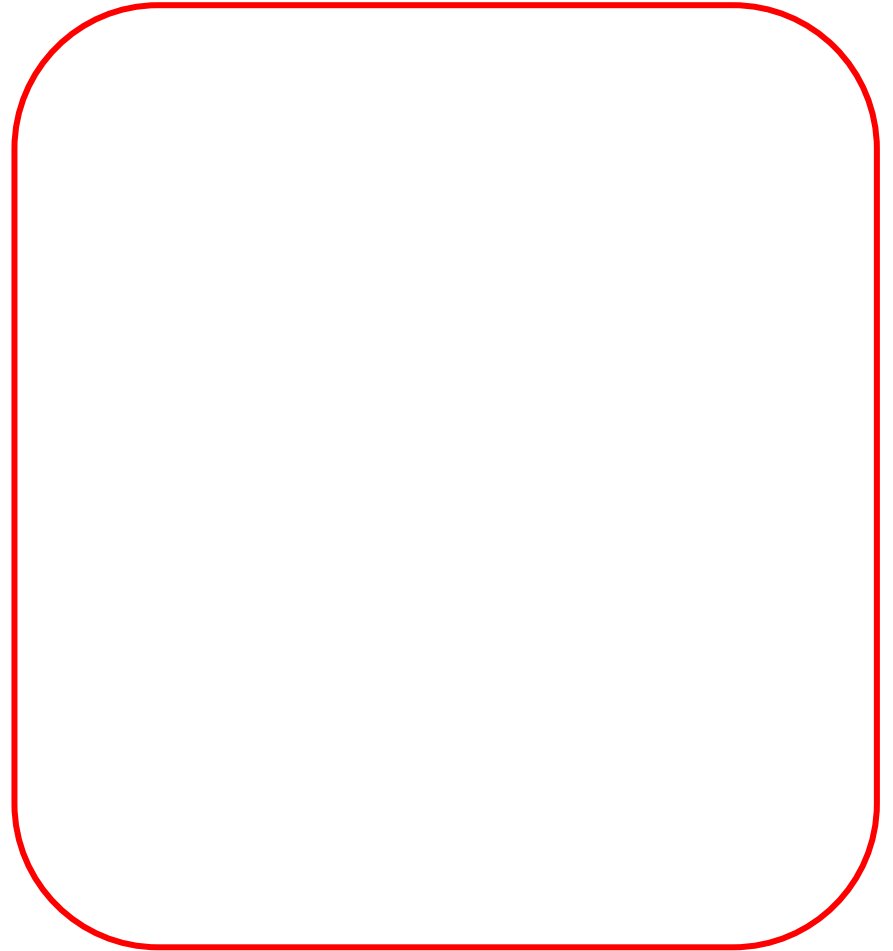
HALUATKO KUULLA YHDEN KIVAN JUTUN

SÄ VAIKUTAT KIVALTA. OLLAANKO KAVEREITA?

KIVASTI SANOTTU

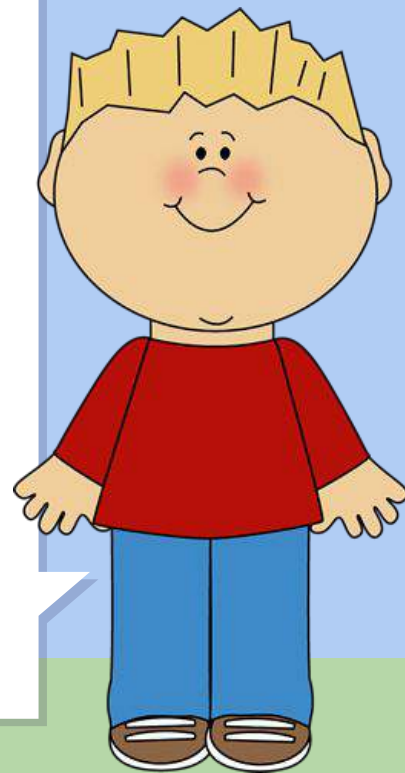


EI KIVASTI SANOTTU



ENNEN KUIN PUHUT, MIETI...

- Onko se mitä aiot sanoa tärkeää?
- Onko sillä mitä aiot sanoa merkitystä?
- Auttaako se mitä aiot sanoa tässä tilanteessa?
- Onko se mitä aiot sanoa totta?
- Onko se mitä aiot sanoa kilttiä?



Hyvän mielen -kortit

Positiivisuuden lisäämiseen koulussa ja vapaa-ajalla! Leikkaa kortit irti seuraavilta sivuilta!

Hyvän mielen -korttien käyttöideoita:

- Oppilaille jotka ovat oppineet uuden taidon
- Tsempiksi harrastuksessa
- Tsemppaamaan itsetunnon kanssa
- Rohkaisemaan
- ”Todistus” hyvästä käytöksestä
- Ystäville, vanhemmille, mummoille, vaareille...
- Oppilaat voivat antaa toisilleen
- Paljon käyttömahdollisuuksia, keksi itse lisää! :)

Yksi kaunis sana voi muuttaa
toisen ihmisen koko päivän paremmaksi!

Olet huippu tyyppi, koska...

Olet huippu tyyppi, koska...

Olet huippu tyyppi, koska...



Olet huippu tyyppi, koska...



Mahtavaa, että sinä...



nimi

Mahtavaa, että sinä...



nimi

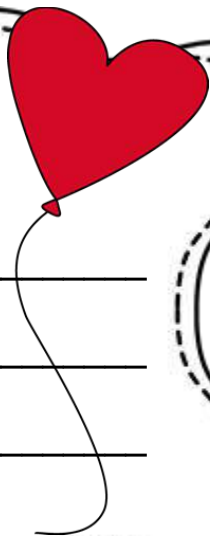
Sinä olet tähti, koska...



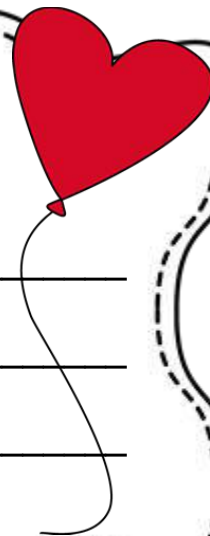
Sinä olet tähti, koska...



Olet minulle tärkeä,
koska...



Olet minulle tärkeä,
koska...



Sinä olet kiva, koska...



Sinä olet kiva, koska...

