



PL 303
40101 Jyväskylä



Cristina Núñez Pereira – Rafael R. Valcárcel

Tunnehetket

Ilman tunteitasi et olisi sinä

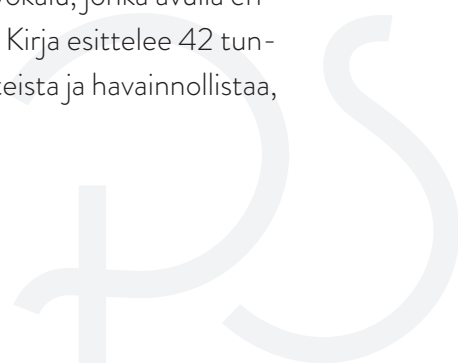
PS-kustannus, sid. 95 s. Hinta 29,-
ISBN 978-952-451-813-0

Tunteista puhuminen lähentää lapsen ja aikuisen suhdetta

Ei ole olemassa oikeita tai väriä tunteita. Kielteisiä tunteita ei tarvitse lakaista maton alle, vaan kaikilla tunteilla on tarkoituksensa. Tunteet ovat vaistomaisia kokemuksia, jotka vaikuttavat ihmisen kehoon, mieleen ja käyttäytymiseen. Ne auttavat ihmistä käsittelemään ympärillä tapahtuvia asioita.

Lapset ovat avoimia ja osaavat ilmaista itseään ennakkoluulottomasti ilman pahantahtoisuutta. He itkevät, saavat raivokohtauksia, nauravat vatsansa kipeäksi ja pyytävät halausta, koska heistä vain tuntuu siltä. Tunteiden tunnistaminen ja sanoittaminen voi kuitenkin olla vaikeaa.

Pian ilmestytävä *Tunnehetket – Ilman tunteitasi et olisi sinä* -kirja on työkalu, jonka avulla erityisesti lapset ja nuoret voivat tutustua omiin sekä muiden tunteisiin. Kirja esittelee 42 tunnetta mielenkiintoisen kuvituksen kera. Se kannustaa puhumaan tunteista ja havainnollistaa, kuinka eri tunteet liittyvät toisiinsa.



Sekä lasten että aikuisten onkin hyvä tutustua omiin tunteisiinsa. Tunteista keskusteleminen lähentää ihmisiä. Lapsen ja nuoren voi olla vaikea tunnistaa tunteitaan – saati sitten kyetä puhumaan niistä muille. Kirja toimii esimerkiksi keskustelunavaajana lapsen ja vanhemman välillä. Tällöin myös aikuinen oppii ymmärtämään paremmin, mitä lapsi kokee.

Kirja on suomennos alun perin espanjaksi ilmestyneestä *Emocionario*-teoksesta, jonka ovat kirjoittaneet **Cristina Núñez Pereira** ja **Rafael R. Valcárcel**. Suomennettu teos ilmestyy 28.2. Sen pariksi julkaistaan myös opettajille ja vanhemmille suunnattu materiaalipaketti *Tunnehetket – Tehtäviä tunnetaitokasvatukseen*.

Lisätiedot ja arvostelukappaleet:

Sari Malinen, PS-kustannus
sari.malinen@ps-kustannus.fi
puh. 040 747 2078

