



# Kartoitus: Perheeni tunneilmapiiri

---

Tämän kartoituksen avulla voit pohtia, millainen tunneilmapiiri perheessäsi on.

Videolla (2:30) perhepsykoterapeutti kertoo tunneilmapiirin merkityksestä perheen hyvinvoinnille.

Katso video ja/tai pohdi alla olevia kysymyksiä. Halutessasi voit kirjoittaa vastaukset vastauskenttiin tai paperille.

---

**Miltä sinusta tuntuu olla tämän perheen jäsen?**

**Miten tulet kohdatuksi perheessäsi?**



**Miltä sinusta tuntuu kohdata perheen muita jäseniä?**

**Minkälaisia tunteita perheessäsi ilmaistaan?**

**Milloin ilmapiiri on perheessänne parhaimmillaan? Voisitko lisätä näitä hetkiä arkeenne?**