



Harjoitus: Tunteiden tutkailu

Miksi?

Kun lapsi oppii suhtautumaan kaikkiin tunteisiinsa hyväksyvästi ja sallivasti, ei hänen enää tarvitse tehdä arkea haittaavia rituaaleja välttääkseen niitä.

Miten?

Miettikää yhdessä seuraavia tunteita esimerkkitilanteen valossa: Kaksi kivikauden ihmistä istuu leirinuotiolla viettämässä iltaa ja odottamassa ruoan paistumista.

Pelko ja ahdistus

Toiselle ihmisistä on jo kehittynyt pelon ja ahdistuksen tunne, mutta toinen heistä ei kykene tuntemaan näitä tunteita ollenkaan. Yllättäen ihmiset huomaavat, että maassa luikertelee iso myrkkykäärme.

Pohtikaa yhdessä,

- miten nämä ihmiset toimivat?
- miten toimii hän, jolle on kehittynyt pelon ja ahdistuksen tunteet?
- mitä voi käydä hänelle, jolla ei ole näitä tunteita?
- kumpi säilyy todennäköisemmin hengissä?
- miksi pelon ja ahdistuksen kokeminen on tärkeää?

Viha

Nyt toiselle ihmisistä on kehittynyt vihan tunne, mutta toinen ei kykene tuntemaan vihaa. Yllättäen ihmiset huomaavat, että vieraan heimon jäsen tulee nuotion ääreen ja ottaa muiden ruoan itselleen.

Pohtikaa yhdessä,

- miten toimii se henkilö, jolle on kehittynyt vihantunne?
- mitä voi käydä hänelle, jolla ei ole vihantunnetta?
- kumpi säilyy todennäköisemmin hengissä?
- miksi vihan kokeminen on tärkeää?

Häpeä ja syyllisyys





Nyt toiselle ihmisistä on kehittynyt häpeän ja syyllisyyden tunne ja toiselle ei. Molemmat päättävät lähteä yhdessä varastamaan naapuriperheeltä ruokaa. He jäävät kiinni ja heimon päällikkö nuhtelee heitä. Molemmat tietävät, että edellytykset selviytyä ilman omaa yhteisöä ovat pienet.

Pohtikaa yhdessä,

- miten toimii se henkilö, jolle on kehittynyt häpeän ja syyllisyyden tunteet?
- miten se, joka ei näitä koe?
- kumpi henkilöistä säilyy todennäköisemmin heimon jäsenenä?
- kumpi säilyy todennäköisemmin hengissä?
- mitä hyötyä häpeän kokemisesta voi olla?
- mitä hyötyä syyllisyyden kokemisesta voi olla?

Inho

Nyt toiselle ihmisistä on kehittynyt kyky kokea inhoa ja toiselle ei. Molemmat ovat aikeissa maistaa valmistamaansa ruokaa, kun he huomaavat, että ruoan joukossa näkyy luikertelevia matoja.

Pohtikaa yhdessä,

- miten nämä henkilöt toimivat?
- mitä hyötyä inhon kokemisesta on selviytymisen kannalta?

Seksuaaliset tunteet

Pohtikaa yhdessä,

- mitä kivikauden ihmisille olisi tapahtunut ilman seksuaalisia tunteita?
 - olisiko meitä olemassa?
-

