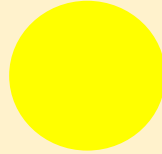
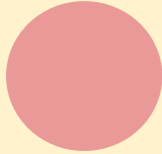
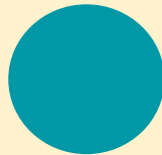
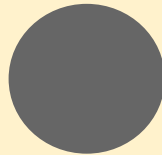
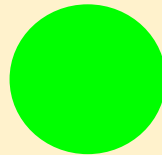
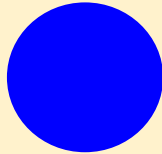
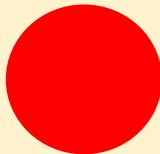
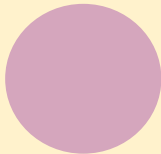


# Tunteet ja vaikuttaminen ilmasto- kasvatuksessa

Pinja Sipari, [pinja.sipari@bmol.fi](mailto:pinja.sipari@bmol.fi), puh. 050 461 76 78

# Esittäytyminen + Mikä fiilis?

- Nimesi
- Paikkakuntasi
- Mitä aineita opetat / millä luokka-asteella?
- Mikä on tunnetilasi väri ja missä se tuntuu?



**TOIVOA &  
TOIMINTAA**

<https://toivoajatoimintaa.fi/>

Tunne-

---

taitoja!

---

# Tunnetaitoja kannattaa harjoitella!

- Tunteet ovat kehollisia reaktioita, joihin liitämme tulkintoja aiempien kokemustemme pohjalta
- Tunnetaidot: kyky tunnistaa, sietää, säädellä ja ilmaista omia tunteitaan
- Tunnetaidot kasvattavat jaksamiskykyä ja voivat ehkäistä mm. uupumista.
- Monimutkaisten asioiden oppiminen tehostuu
- Jos tunteita ei käsitellä, on uhkana:
  - lamaantuminen tai muu psyykkinen tai fyysinen pahoinvointi
  - konfliktit ja lisäjännitteet vuorovaikutuksessa

Yhteisöillä on eettinen velvollisuus tukea lapsia ja nuoria, jotka kärsivät ympäristöahdistuksesta tai pahasta maailmantuskasta.

# Mitä ovat ympäristötunteet?

Ilmastonmuutos ja muut kestävän kehityksen kysymykset aiheuttavat ihmisissä **monenlaisia tunteita**. Näitä ympäristökysymysten herättämiä tunteita voidaan kutsua ympäristötunteiksi.

-> Mikä olisi hyvä sana muille **globaalien haasteiden** aiheuttamille tunteille?

# Mitä on ympäristöahdistus?

- Ihmisillä on runsaasti erilaisia **vaikeita tunteita** ympäristötuhoihin liittyen
- Oireita voi kuvata skaalan tai janan kautta
- **Todella yleistä on epämääräisen levottomuuden, alakuloisuuden ja ahdistuneisuuden kokemus**
- **Ilmastoahdistus** = se osa ympäristöahdistuksesta, joka liittyy ilmastomuutokseen. Koostuu usein monista tunteista.

# Vaikeat ilmastotunteet ovat yleisiä joka puolella maailmaa

- Korkeinta ilmastohuoli on niissä maissa, joissa ilmastokriisin vaikutukset ovat jo nyt suurimpia  
(Filippiinit 84 %, Intia 68 %, Brasilia 67 %, Portugali 65 %)
- 31 % suomalaisista vastaajista koki, että ilmastonmuutos on vaikuttanut jollain tavalla negatiivisesti päivittäiseen toimintakykyyn (esimerkiksi työkyky tai unen laatu) (45 %)
- 43 % suomalaisista vastaajista ajatteli, että ihmiskunta on tuhoon tuomittu (56 %)



# Kolmiportainen malli ilmastotunteiden käsittelyyn

**Tarjota mahdollisuus syvempään käsittelyyn, jos koet pystyväsi.**

Opetuksessa tarjotaan kokonaisvaltaisempia käsittelymahdollisuuksia, kuten osallistavaa draamaa ja erilaisia kehollisuutta sisältäviä metodeja.

**Tarjota turvallinen tila.**

Opetuksessa toteutetaan maltillisia luovia menetelmiä, kuten ilmastotunteista keskustelua, kirjoittamista tai niiden ilmaisemista piirtämällä.

**Oikeuta ilmastotunteiden olemassaolo.**

Opetuksessa sanoitetaan ääneen ilmastonmuutokseen liittyviä tunteita.

*“Ymmärrän hyvin, että monella teistä on erilaisia vaikeita tunteita ilmastonmuutoksen ja muiden ympäristöongelmien suhteen. Ne ovat niin suuria ja surullisia ongelmia, että meillä kasvattajillakin on monia vaikeita tunteita niiden suhteen. Niiden tunteiden kanssa voi kuitenkin oppia elämään yhdessä toisten kanssa*

**TOIVOA &  
TOIMINTAA**

# 3 videota tunteista!

1. Tutustu kestävän kehityksen kysymyksiin liittyviin tunteisiin! (3:21)  
<https://youtu.be/uZollkWoqLw>
2. Syvenny ilmastotunteisiin (6:53)  
<https://youtu.be/ujjrQKfJVKQ>
3. Kestävän kehityksen tunteista kasvattajille (7:02) <https://youtu.be/H799WEFrEU4>

Kaikki videot löytyvät täältä:

<https://toivoajatoimintaa.fi/tunteet/>



ja vähän siitä, miksi tunteita  
on tärkeää kohdata.

# Ei ole olemassa positiivisia tai negatiivisia tunteita

On ymmärrettävää, että ihminen karttaa hankalien tunteiden tuntemista. Pitkässä juoksussa se kuitenkin kuormittaa enemmän kuin tunteiden läpi eläminen. Hyvinvoinnin ja toivon kasvattamisen kannalta on tärkeää uskaltaa tuntea hankalatkin tunteensa.

BONUS: Mm. suuttumus ja syyllisyys motivoivat ilmastotoimintaan!

- **OPTIMISTI** uskoo, että ei tässä tarvitse hätäillä, kyllä kaikki lopulta järjestyy.
- **PESSIMISTI** uskoo, että turha tässä on mitään tehdä, koska kaikki menee päin mäntyä kuitenkin.
- **TOIVOSSA ELÄVÄ** ei tiedä, millaiseksi tulevaisuus lopulta muotoutuu, mutta uskoo asioiden, elämän ja toiminnan olevan silti merkityksellistä.

# **Turvallisen keskustelun huoneentaulu**

## **- TURVALLISUUS**

**En hyökkää ketään vastaan enkä arvostele kenenkään tunnekokemusta**

## **- LUOTTAMUKSELLISUUS**

**En kerro keskustelussa esiin tulleita kommentteja ulkopuolisille ilman asianomaisen lupaa**

## **- AKTIIVINEN JA KUNNIOITTAVA KUUNTELU**

## **- OIKEUS VALITA ITSELLE SOPIVA HENKILÖKOHTAISUUDEN TASO**

## **- YLEMMYYDEN JA ALEMMUUDEN TUNTEIDEN VÄLTÄMINEN**

**TOIVOA &  
TOIMINTAA**

# Tutustu omiin ympäristötunteisiisi!

Harjoituksessa pääset pohtimaan omia ympäristötunteitasi **tunnesanalistan** avulla.

- Laadi listaa hyväksi käyttäen **kösitekartta** tai **sanalista** omista maailman tilaan liittyvistä tunteistasi.
- Mieti jokaisen sanan yhteyteen myös asia tai tilanne, jossa kyseinen tunne saattaa sinussa herätä.

Aikaa tehtävän tekemiseen on noin 15 min. Kun tehtävä on suunnilleen valmis, saat esitellä sen pienryhmälle valitsemallasi syvyydellä.

Jatkossa löydät tunnesanalistat yms. täältä:

[https://toivoajatoimintaa.fi/tunteet/tunnetehtavia/#2\\_Tunteiden\\_kasi\\_tekartta](https://toivoajatoimintaa.fi/tunteet/tunnetehtavia/#2_Tunteiden_kasi_tekartta)

Vaikutta-  
mista!



# Vaikuttaa voi hyvin monella tavalla!

- laadi mielipidekirjoitus
- tue hyviä poliitikkoja
- allekirjoita vetoomus
- pidä puhe
- osallistu järjestön toimintaan
- tee ja julkaise meemi
- opeta
- tuo tärkeitä asioita keskusteluun
- lähetä palautetta yritykselle
- osallistu mielenosoitukseen
- näytä esimerkkiä muille
- *allekirjoita kansalaisaloite*
- *äänestä vaaleissa*
- tee vaikuttavaa taidetta
- lähetä sähköpostia kuntapäättäjälle

## TOIMINTATAPA KOULUSSA

-> kunta (?) vaikuttaa

**Kaupunki-  
pyöräpiste  
koulun  
vieressä.**

**Kasvisruoka-  
päivä.**

**Ruokalassa jätettiin  
tarjottimet pois  
ruokahävikin  
vähentämiseksi.**

## OPPILAAT OPPIVAT -> opettaja vaikuttaa

**Oppilaat tekevät  
tutkielmat  
koululaisten  
käyttämistä  
liikkumismuodoista ja  
selvittävät eri  
liikkumismuotojen  
ympäristövaikutuksia.**

**Kestävän  
kehityksen  
projektiviikko.**

**Oppitunneilla  
vierailee  
kansan-  
edustajia tai  
järjestöjen  
edustajia.**

**Kouluvierailija  
pitää  
oppitunnin  
ruuan  
ympäristö-  
vaikutuksista.**

**Varjovaalit.**

## OPPILAAT VAIKUTTAVAT

**Opiskelijat teettävät  
kaikille koululaisille  
ilmastokyselyn,  
jonka tulokset  
viedään kunnan-  
valtuuston  
kokoukseen**

**Oppilaat kirjoittivat  
ja lähettivät  
palautetta kunnan  
kaavoitus-  
hankkeisiin liittyen.**

**Lukiolaiset saivat  
siirrettyä  
kasvisruuan  
pöytälinjastolle  
keskusteltuaan  
ruokalan kanssa.**

**Oppilaat  
tekevät some-  
postauksia  
keke-  
teemoista.**

→ Vaikutetaanko ongelman syihin vai seurauksiin?

Vrt. roskien kerääminen vs. jätteen synnyn vähentäminen

→ Minkä mittakaavan ongelmiin vaikutetaan?

Vrt. hiilijalanjäljestä asuminen 25 %, liikkuminen 25 %, ruoka 25 %, kuluttaminen 20 %, jätteet 4 %

→ Kuka vaikuttaa ja kuka on vaikutettavana?

Vaikuttaja: Ruokapalvelut, kuntayhtymä, opettaja, osa oppilaista, kaikki oppilaat...

Toiminta: Oma käytös, perheen / koulun oppilaiden / kuntalaisten toimintatavat...

→ Kehittyvätkö oppilaan vaikuttamistaidot eri kouluasteilla?

→ Mikä on ylhäältä asetettu toimintatapa, mikä oppimista ja mikä itsenäistä vaikuttamista?



## HAHMOJEN MIELENOSOITUS

- 1) Valitse jokin hahmo, joka osoittaa puolestasi mieltä
- 2) Laadi naseva mielenosoituskyllttiin sopiva lause **kestävän kehityksen puolesta**
- 3) Tee hahmollesi sopivan kokoinen kyltti, johon kirjoitat lauseesi **paksulla tummalla tussilla**. Kyltin voi kiinnittää tai pitää kädessä.
- 4) Hahmot kuvataan yhteisessä mielenosoituksessa







JÄTÄ AUTO KOTIIN  
LISÄÄ TERVEITÄ!

TAPIIRIN TOIVE  
PYSÄYTETÄÄN  
LUONTOKATO

HALUAN ELÄÄ  
LEVEÄSTI  
EN MUUTTA  
YKSIÖÖNI

LOITTOA  
LIHASTA!  
KATKE  
SYKSIIN!

ALAS  
ILMASTO-  
ANGSTI!  
TOIVOA  
ON!  
☺

LUMISET TALVET  
JA PIPOOT  
SÄILYTETTÄVÄ!  
STOP ILMASTONLÄMPÖ  
MUUTTO

VEIKEN OVI  
JA HUKAAN  
LÄMMINTÄ  
KESÄ LÄMMINTÄ  
SITÄ USA!

JOKAISELLE  
OTELLE  
AIKA & PAIKKA  
VUOKTAPUOL-  
KASVATUKSEEN

Hitaasti hyvä  
tulee - myös  
maailman  
muuttamisessa!

Suhtaudu  
avoimesti  
myös mielestäsi  
tuhoppaivaisiin  
asioihin.

TUNTI TUNTEILLE  
JOHDONMUKAISESTI

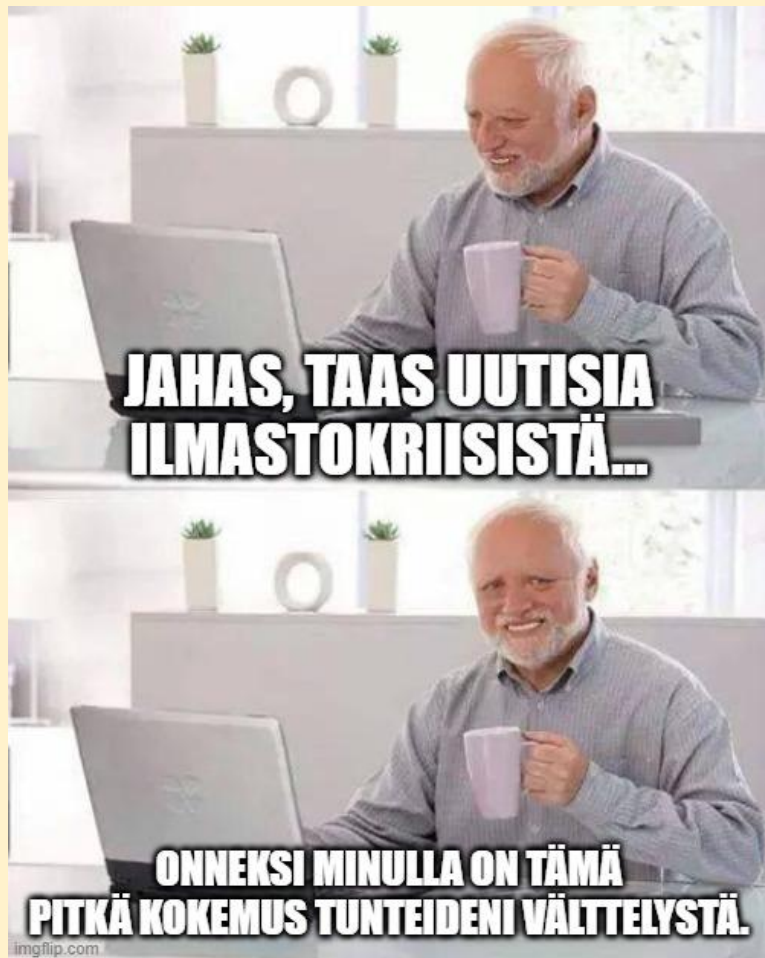
TARRATAAN KIINNI  
PETAAMAN  
TULEVAISUUTEEN

Bostik  
BLU-TACK  
KORJAUS - RÄJÄTÄSSÄ

FOSSILI-  
KAPITALISMILLE  
KUONOON!

PIDÄ!  
ÄÄNTÄ!  
HETKÄT  
KUIKAA!

Meemejä  
kestävästä  
kehityksestä!



# Ohjeet meemin tekemiseen:

- Mene meemigeneraattoriin: <https://imgflip.com/memegenerator>
- Valitse aihe, jota haluat meemissä käsitellä / kuva, jonka pohjalta haluat meemin tehdä.
- Tee naseva meemi, lopuksi paina "Generate meme"
- Tallenna meemi itsellesi talteen ja jaa se halutessasi suoraan myös someen.
- Kopioi meemin linkki talteen ja laita se se muille nähtäväksi chatiin