



Harjoitus: Jämäkkyysleikki

Miksi?

Vahvistat lapsesi jämäkkyystaitoja

- Autat lastasi tunnistamaan rajojaan ja puolustamaan itseään
- Tuet lastasi oman mielipiteen ja näkökulman ilmaisussa toista kunnioittaen

Miten?

Valitkaa itsellenne roolihahmot tai lelut, jotka voisivat olla taitavia jämäkkyudessa. Esittäkää, miten hahmot viestivät toiminnallaan jämäkkyyttä. Voitte käyttää seuraavia kysymyksiä apuna:

Miten hahmo liikkuu? Miltä sen asento näyttää?

Miten hahmo puhuu? Puhuuko se hiljaa tai kovaa? Nopeasti tai hitaasti? Vihaisesti tai epävarmasti?



Miten hahmo suhtautuu toisiin? Katsooko se toista silmiin? Onko se hyökkäävä tai vetäytyvä?

Miten hahmo reagoi, jos toinen on eri mieltä? Miten se voisi ilmaista oman mielipiteensä toista kunnioittaen?

Leikkikää rooleissa erilaisia tilanteita, joissa myös jämäkkyystaidot tulevat tarpeeseen.
