

Tunnemittarin avulla lapsi voi oppia tunnistamaan, miltä hänestä tuntuu. Aikuinen auttaa käyttämään tunnemittaria. Aluksi nimetään tunnemittarin tunteita ja mietitään, miltä tällä hetkellä tuntuu. Jos lapsi ei osaa nimetä tunnetta, hän voi osoittaa tunnemittarista kuvaa. Aikuinen nimeää kuvan tunteen.

