

# Olo-Orava™ tarra-arkin käyttöohje

Olo-Orava –tarra-arkki on tarkoitettu sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen työhön asiakkaiden avuksi tunteiden opettelussa ja ilmaisussa. Tarra-arkki liittyy rekisteröityyn Olo-Orava tavaramerkkiin. Olo-Orava tunnekuvasarja on myös rekisteröity malli. Arkin kaikenlainen kopiointi on kielletty ja sen oikeudet ovat tekijän eli Reetta Tourusen ja Teemataiteen omaisuutta. Ostettua tarra-arkkia voi vapaasti käyttää erilaisissa lasten, nuorten ja aikuisten kanssa tehtävissä tunneyöskentelyissä ja käyttösovelluksissa voi keksiä vapaasti myös lisää. Olo-Oravat ovat tulleet maailmaan tuomaan ihmisten tunneilmaisuuksiin vapautta, monipuolisuutta ja leikkimielisyyttä. Alla on kuvattu muutamia tapoja käyttää Olo-Orava™ tarra-arkkia yksilötyöskentelyssä ja ryhmässä.

## Tunnekartta

Tämän tehtävän tarkoituksena on tehdä ”kartta” asiakkaalle tutuista tunteista. Tunnekuvat voi leikata tarra-arkista tai ne voi piirtää itse käyttäen arkilla olevia kuvia apuna. Asiakas voi itse nimetä valitsemansa kuvat tunnesanoin tai tunnetta kuvaavalla lauseella. Kuvia kannattaa myös tehostaa liittämällä niihin värejä, jotka asiakkaan mielessä yhdistyvät kuhunkin tunteeseen. Tunnekuvien merkityksiä voi tarkentaa myös sanoin tai lausein. Kirjoittamisessa voi käyttää puhe- tai ajatuskuplia. Myöhemmin, kun asiakas oppii tunnistamaan lisää tunteita, voi niitä lisätä myös tähän karttaan. Asiakas voi ympyröidä tunteista sen, joka on hänelle tyypillisin ja kuvastaa hänen persoonaansa parhaiten. Tämä tehtävä löytyy myös Minä, me, tunteet ja turvallisuus –materiaalin Minun elämäni –vihkosta, jonka liitteenä on Olo-Orava tarra-arkki.

## Tunteiden säätelyn mittari

Myös tämä tehtävä löytyy Minun elämäni –tehtävävihkosta ja siihen liittyvästä Ohjaajan oppaasta. Tunteiden säätelyn mittarin voi tehdä tarra-arkin avulla myös ilman tehtävävihkoa. Paperille piirretään mittari, joka voi olla auton nopeusmittarin tai lämpömittarin muotoinen. Mittarin päihin liimataan tarra-arkista ne kaksi tunnetta, joiden välistä muutosta halutaan tarkastella. Asiakas voi värittää mittarin haluamallaan väreillä ja mittariin kirjoitetaan tai piirretään, mitä asiakas tekee tai ajattelee, kun hänen olotilansa muuttuu siirtäessä mittarin ääripäästä toiseen. Kun kuva mittarista on valmis, voidaan siitä keskustella ja asiakas voi käyttää mittaria apuna kertoessaan, millainen olo hänellä jossakin tiettyssä tilanteessa on. Mittareita voidaan tehdä myös useita erilaisia ja yhdessäkin mittarissa voidaan käyttää myös kahta useampia oravatarroja kuvaamaan tunteiden muutosta.

## Tunnetarina

Olo-Orava™ tarra-arkin avulla voidaan muodostaa tarina, jossa on mukana monia erilaisia tunteita. Tarina voi olla kuvitteellinen, jolloin tavoitteena on opetella luovaa ilmaisua ja tunteiden nimeämistä. Vaihtoehtoisesti tarra-arkilla voidaan kuvittaa jokin todellinen tapahtuma. Tarinaa tai todellista kertomusta tehtäessä kertoja voi päättää, kuvaavatko tarra-arkin oravat yhtä henkilöä (esimerkiksi kertojaa itseään) vai onko jokainen orava eri henkilö. Tarina voi kertoa tietysti myös oravista luonnollisessa ympäristössään ja puuhissaan. Tunnetarina voidaan tehdä siten, että useammalla osallistujalla on yhteinen arkki tai jokaisella oma. Sääntönä tehtävässä voi olla esimerkiksi, että arkin avulla keksitään tarina, jossa on mukana ainakin kahdeksan erilaista oravaa. Tarina on helppo rakentaa niin, että ensin leikataan oravat irti toisistaan ja järjestellään niitä jonoon, ja kun jonosta muodostuu tarina, liimataan tarrat suurelle paperille tarinan tapahtumajärjestykseen. Sen jälkeen kuvaa voidaan jatkaa piirtämällä siihen sarjakuvan ruudut ja puhekuplat tai täydentää kuvat muistuttamaan kuvakirjaa. Kuva voi olla myös yksi suuri maisema, jossa tapahtuu yhtä aikaa monia asioita. Kun kuva on valmis, on aika kertoa tarina muille läsnäolijoille. Kerronnassa voidaan käyttää apuna myös Olo-Orava™ käsinukkeja tai Olo-Orava™ sorminukkeja tai näyttelemistä. Lopuksi voidaan keskustella siitä, mitä tunteita tarinassa oli. Keskustelussa on tärkeää muistaa, että Olo-Orava –kuvissa tunteita ei ole nimetty valmiiksi, vaan jokainen kertoja voi itse määrittellä, mitä milläkin kuvalla tarkoittaa.

