

# Pysähdy-harkitse-toimi-arvioi

Tämä työkalu voi auttaa harjoittelemaan

- pysähtymisen taitoa eri toiminnoissa
- isojen tunteiden kanssa toimimista
- oman toiminnan ohjaamista

- Pysähdy.
- Harkitse/Suunnittele: Miten nyt olisi järkevää toimia?
- Toimi: Toimi suunnitelman mukaisesti
- Arvioi: Miten meni? Toiminko ensi kerralla samalla tavalla vai muutanko toimintaani jotenkin?

Pysähdy



Harkitse!  
Suunnittele.



Toimi



Arvioi



- Tehkää omanlaiset, omilla kuvilla.
- Harjoitelkaa koko porukka!
- Mites nää menee keittiössä? Luonnossa? Leikkipaikalla? Tietokoneella? Sisarusten kanssa? Kaupassa?
- Leikkaa ja kuljeta mukana avainrenksussa tai kiinnitä esim pulpettiin.



Sosiaali- ja  
terveysministeriön  
RAHOITTAMA



Honkalampi  
Perpe-  
keskus