



Kaikkia tunteita on  
lupa tuntea.



Kaikki tunteet  
ovat tärkeitä  
ja tarpeellisia.



Tunnista tunteesi  
ja opi säätelämään  
niitä.



Tunne itsesi,  
tunnista tunteesi.




Tunnetaidot ovat  
tärkeitä taitoja.



Tunteet tulevat  
ja menevät.



Miltä tuntuu  
tänään?



Mitä tunnet  
juuri nyt?



The background is a white canvas with abstract watercolor splatters in shades of blue, green, and purple. The splatters are irregular and have a soft, painterly texture. There are also numerous small black dots scattered across the white background, resembling ink splatters or dust.

Mikähän tämän  
tunteen nostatti?



Hankalia tunteita -  
mikä helpottaisi oloa?