



Tiedän monia
erilaisia tunteita ja
niiden vivahteita



Tunnistan sen,
miten erilaiset
tunteet vaikuttavat
kehossani





SomeBody®

Emotionaalinen minä



SomeBody®

Emotionaalinen minä





Osaan kuvata ja
sanoittaa tunteitani
rakentavasti muille.



Uskallan kertoa
kokemistani
vaikeista tunteista
muille.



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT



SomeBody®

Emotionalinen minä



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT

SomeBody®

Emotionalinen minä





Uskallan ilmaista
tunteitani
kokonaisvaltaisesti



Uskallan kohdata
vaikeaksi kokemani
tunteet.



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT



SomeBody®

Emotionalinen minä



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT

SomeBody®

Emotionalinen minä





Tiedän, mitkä tunteet
ovat minulle helppoja
tai vaikeita kestää ja
kohdata.



The image is a circular graphic centered on a background of a sunset or sunrise over a landscape. Inside the circle, there are two black silhouettes of people standing side-by-side with their arms raised high above their heads in a gesture of triumph or freedom. The background outside the circle consists of the same warm, glowing colors of the sky at dusk or dawn.



SomeBody®

Emotionaalinen minä





I know a lot of
different emotions
and their nuances



I recognize how
different emotions
feel in my body



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
IS VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
IS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT



SomeBody®

Emotional me



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
IS VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
IS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT

SomeBody®

Emotional me





EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT



SomeBody®

Emotional me



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT

SomeBody®

Emotional me





I am not afraid of
expressing my
emotions
comprehensively.



I am not afraid of
facing emotions
that have been
difficult for me.



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT



SomeBody®

Emotional me



EHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • HE
S VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄ
S • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHO
KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • R
UTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGIT
NÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS
HONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • K
IS • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS • KEHONKUVA • KEHOTIETOISUU
ENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • KOSKETUS • RENTOUTUMINEN • OUT

SomeBody®

Emotional me





I know which
emotions are easy
and which are difficult
for me to face and
sustain.



The logo consists of a circular frame containing two black silhouettes of people standing side-by-side with their arms raised upwards. The background within the circle is a warm, glowing sunset or sunrise. The entire graphic is overlaid on a repeating pattern of text elements from the surrounding page, which include "KEHONKUVA • KEHOTIETOISUUS • HENGITYS • MINÄKÄSITYS • TUNTEET • RENTOUTUMINEN • VUOROVAIKUTUS" repeated multiple times.

SomeBody®

Emotional me

