

Positiivinen kasvatus hyvinvoinnin ja oppimisen tukena

Anne-Mari Kuusimäki

KM, ratkaisukeskeinen valmentaja,
tohtorikoulutettava Helsingin yliopisto

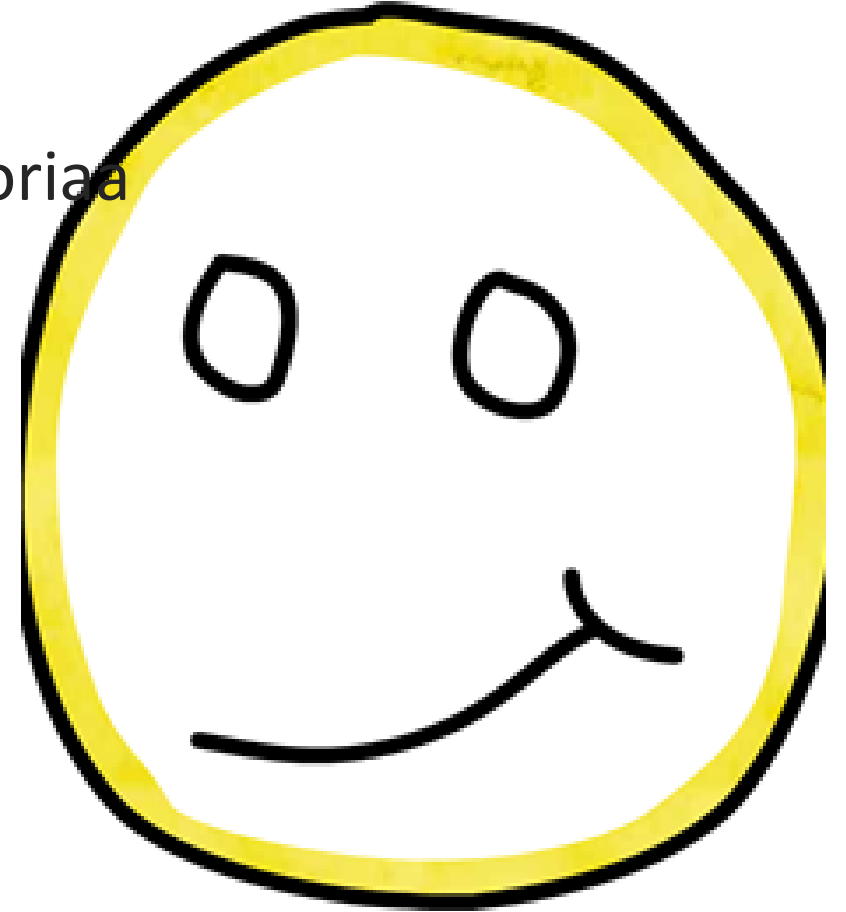
annemari.kuusimaki@gmail.com





Koulutus tänään

- Positiivinen pedagogiikka, taustaa ja teoriaa
- Luontevahvuudet hyvinvoinnin ja oppimisen pohjana
- Positiivinen CV



Yksilön ja yhteisön hyvinvoinnin vahvistaminen



Voimaa vuorovaikutuksesta

Muistele jotain ihmistä tai kohtaamista elämäsi varrelta, joka on jäänyt sinulle hyvällä tavalla mieleen.

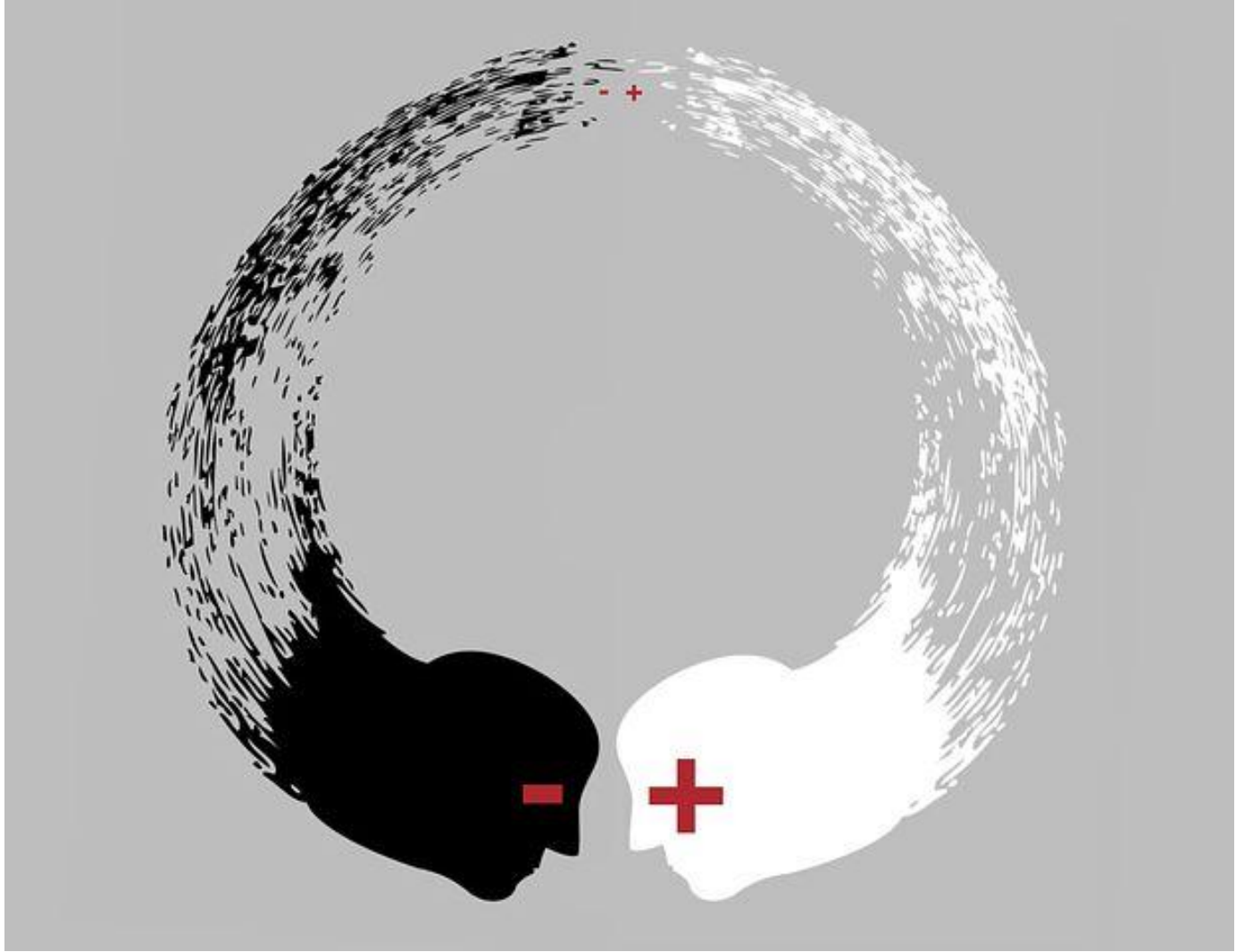
Mikä tästä ihmisestä teki erityisen, millainen hän oli?

Millainen tunne tästä kohtaamisesta tai ihmisestä jäi?



ARVOSTUS VUOROVAIKUTUKSESSA ON KAIKEN HYVINVOINNIN JA OPPIMISEN POHJALLA







pelkurimainen

kaavoihin kangistunut

lipevä

typerä

herkkäuskoinen

nenästä vedettävä

pikkumainen

epäilevä

utelias





tahditon

jankuttava

huolimaton

kritiikitön

juoruileva

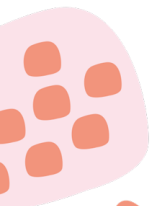
aggressiivinen

tuhlaileva

saita

seurankipeä

laiska





pelkurimainen

kaavoihin kangistunut

lipevä

typerä

herkkäuskoinen

nenästä vedettävä

pikkumainen

epäilevä

utelias

epäröivä/harkitseva

turvallisuutta korostava

sulava

humoristinen

avoin

luottavainen

huolellinen

harkitseva

tiedonhaluinen





tahditon

spontaani

jankuttava

perusteellinen

huolimaton

suurpiirteinen

kritiikitön

tottelevainen

juoruileva

tiedottava

aggressiivinen

rajojaan hakeva

tuhlaileva

avokätinen

saita

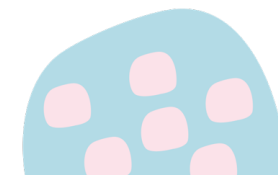
taloudellinen

seurankipeä

ulospäin suuntautunut

laiska

taloudellisesti toimiva

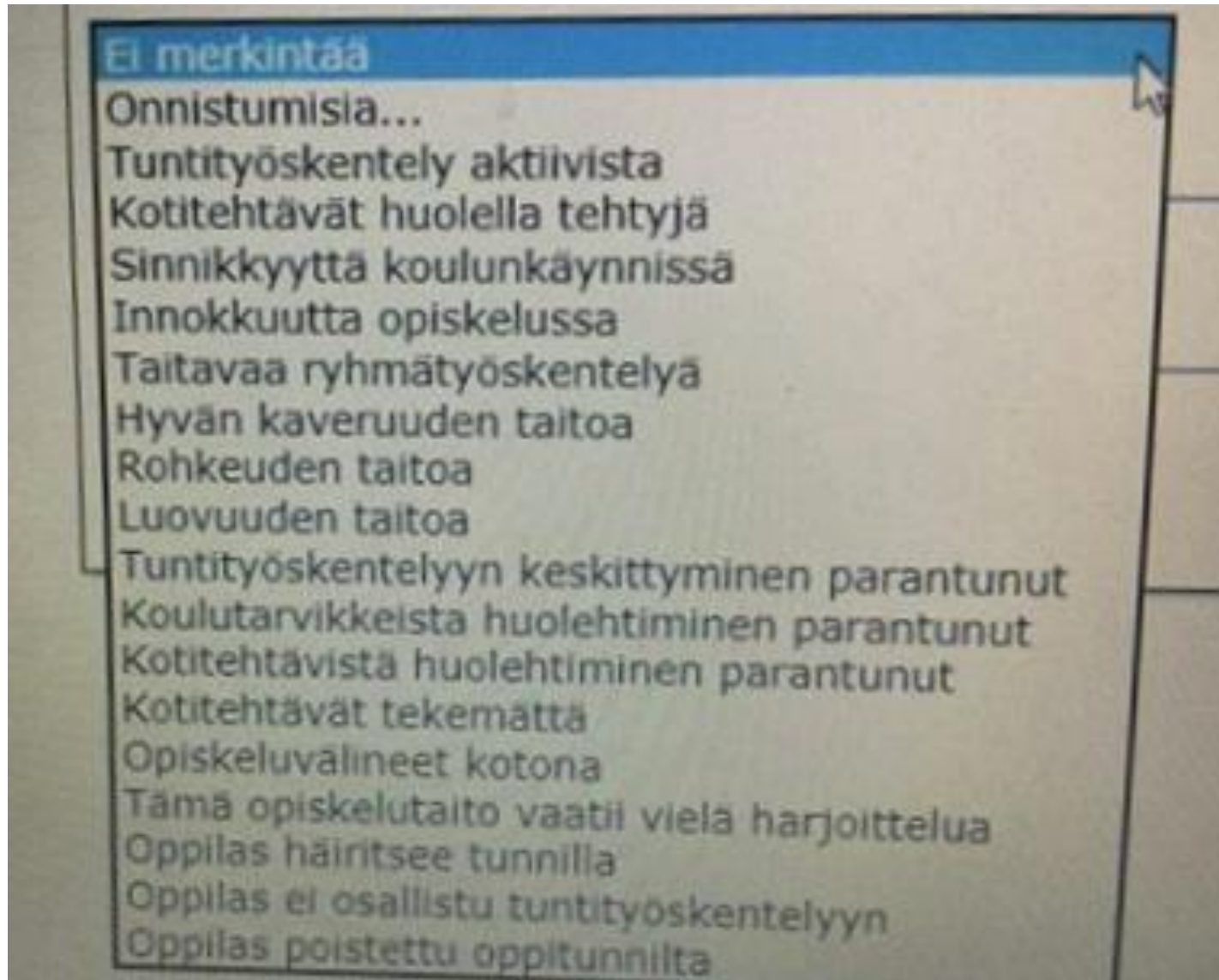


Arviointia sadan vuoden takaa

Kiertokoulutodistuksen arvosanat

Sangen hyvä	4+
Hyvän hyvä	4
Hyvä	4-
Tyydyttävän hyvä	-4
Sangen tyydyttävä	3+
Tyydyttävää parempi	3
Tyydyttävä	3-
Välttävän tyydyttävä	-3
Sangen välttävä	2+
Välttävää parempi	2
Välttävä	2-
Autettavan välttävä	-2
Autettava	1+
Heikkoa parempi	1
Heikko	1-
Heikon heikko	-1
Mitätöntä parempi	0+
Mitätön	0
Oikein mitätön	0-
Jo harjoittelee
Ei harjoittele	.. -

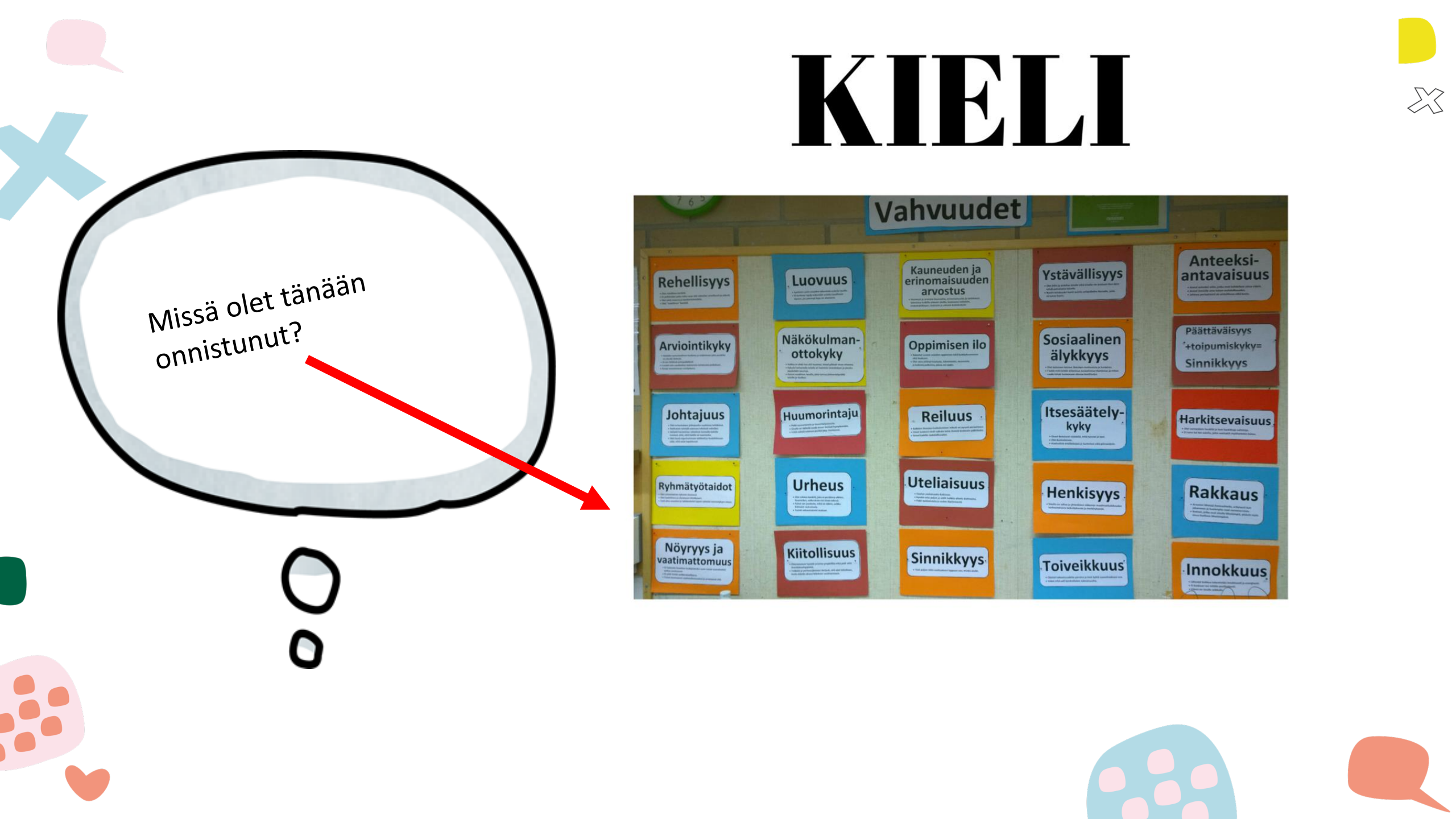
Vahvuuksien kautta Wilmaan



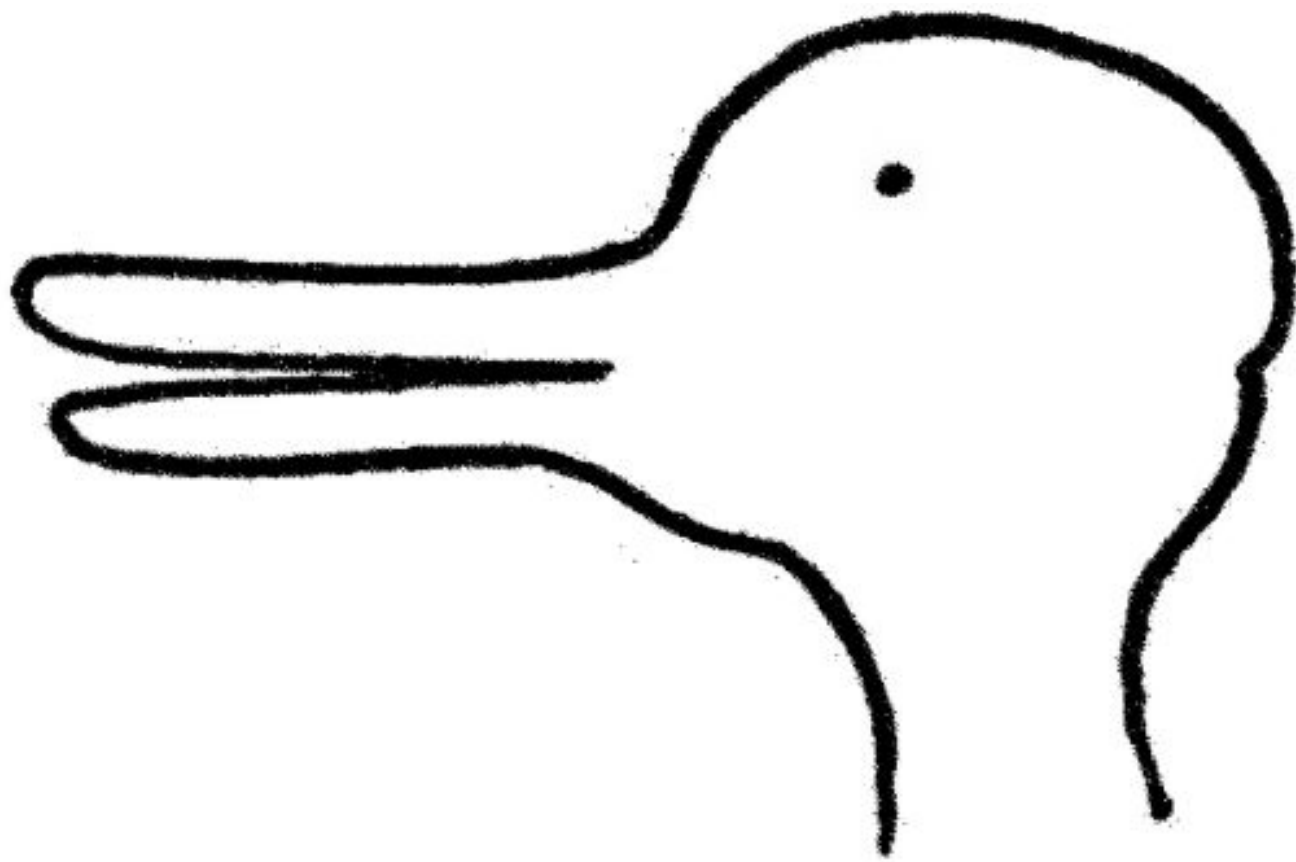
KIELI



Missä olet tänään onnistunut?



SANAT LUOVAT TODELLISUUTTA

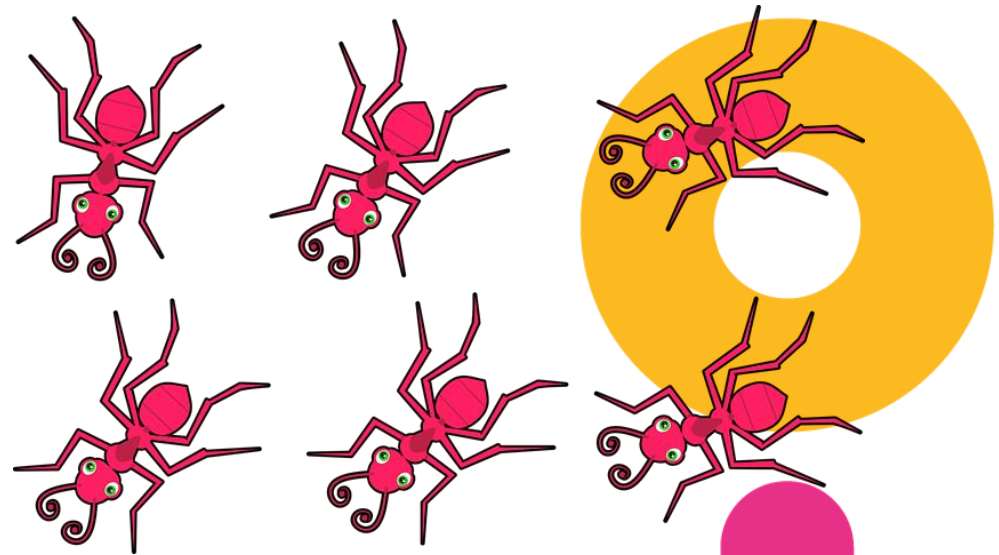


NÄKÖKULMAN VAIHTAMISEN TAITO

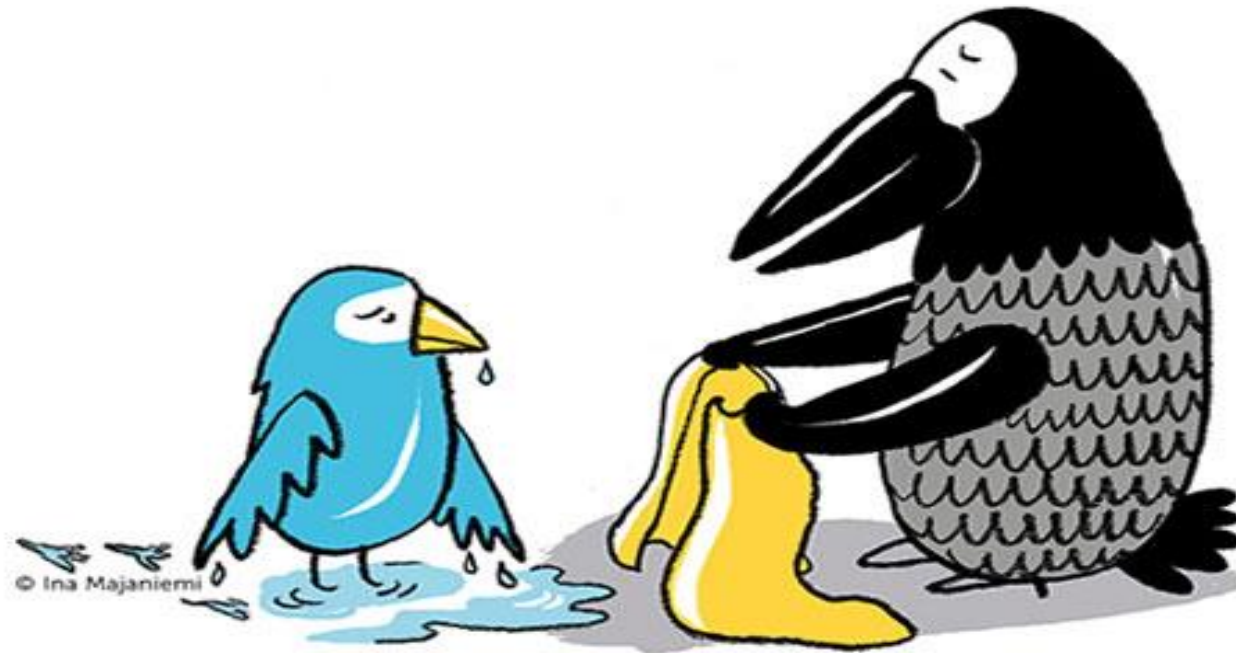


Ihminen tekee parhaansa.

Sen mikä on mahdollista omilla taidoilla sillä hetkellä.



MYÖTÄTUNTO



WWW.HUOMAAHYVA.FI

ARVOT JA HYVINVOINTI

Mieti mitkä arvot ovat sinulle tärkeitä?

Mitä tärkeää ja merkityksellistä pääset edistämään työsi kautta?

Mille arvopohjaisen työn tekeminen tuntuu?

Miten muut ihmiset hyötyvät työstä, jota teet omalla arvopohjallasi?

Positiivisen pedagogiikan tasot

Matthew White: "caught and taught"

- Ajattelun taso
- Vuorovaikutuksen taso, toiminnan taso
- Toimintakulttuurin taso
- Käytännön taso luokissa (aktiviteetit ja materiaalit)

Miksi positiivista pedagogiikkaa tarvitaan?



© Ina Majaniemi

WWW.HUOMAAHYVA.FI

JOKAINEN OPPILAS ON AINUTLAATUINEN JA ARVOKAS JUURI SELLAISENA KUIN HÄN ON (OPH 2014)

Jokaisella on oikeus kasvaa täyteen mittaansa ihmisenä ja yhteiskunnan jäsenenä.

Tässä oppilas tarvitsee kannustusta ja yksilöllistä tukea sekä kokemusta siitä, että kouluyhteisössä häntä kuunnellaan ja arvostetaan ja että hänen oppimisestaan ja hyvinvoinnistaan välitetään.

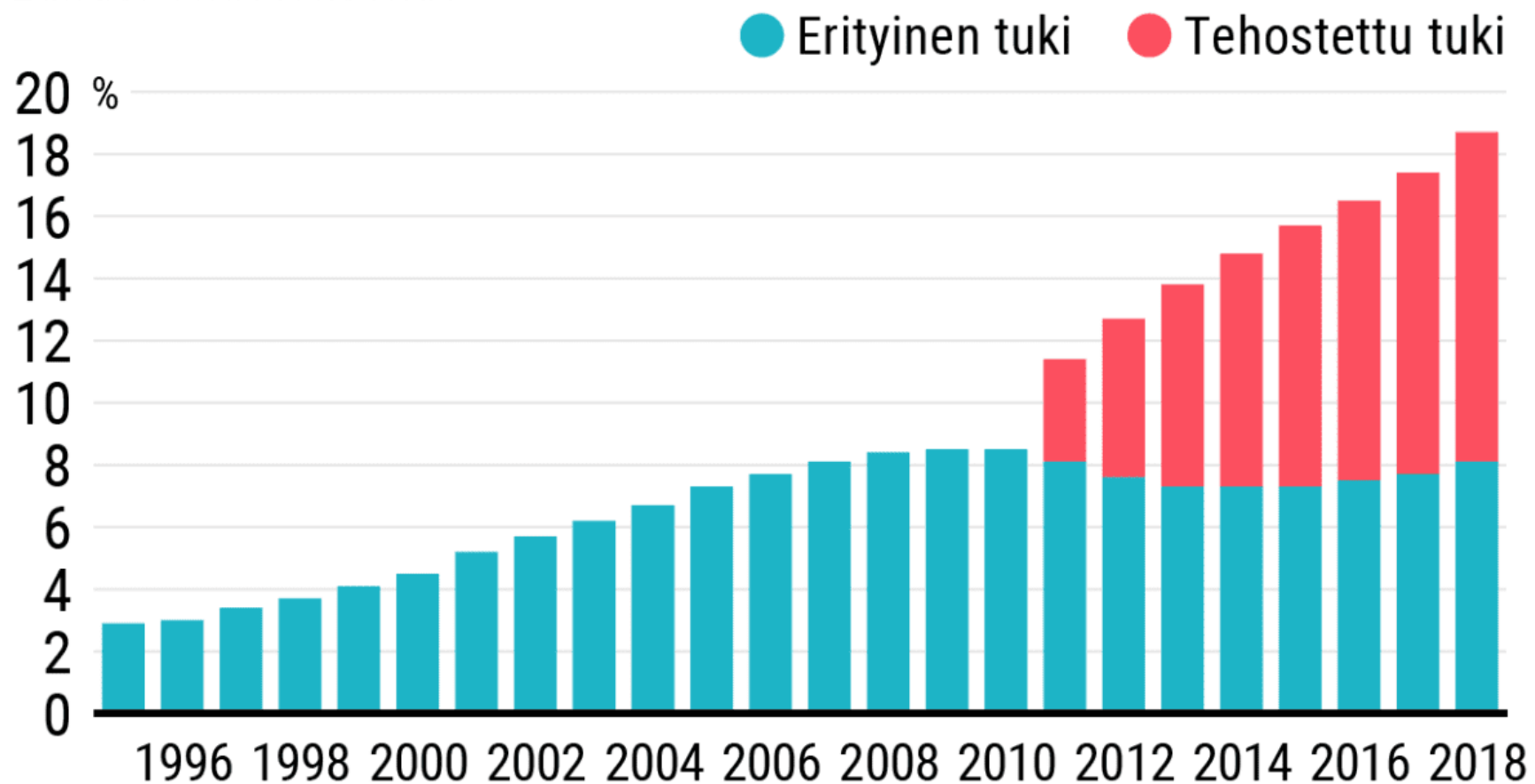
Yhtä tärkeä on kokemus osallisuudesta ja siitä, että voi yhdessä toisten kanssa rakentaa yhteisönsä toimintaa ja hyvinvointia.

*UUSI OPETUSSUUNNITELMA KOROSTAA
OPPILAAN VAHVUUKSIEN LÖYTYMISEN JA
KESKITTYMISEN MERKITYSTÄ HYVÄN
ELÄMÄN RAKENTAJANA, JOKA EDISTÄÄ
KOULUTYÖN MIELEKKYYTTÄ JA VAHVISTAA
OPPILAAN MINUUTTA JA ENNEN KAIKKEA
KYKYÄ TOIMIA TOISTEN KANSSA.*

- OPH 2014

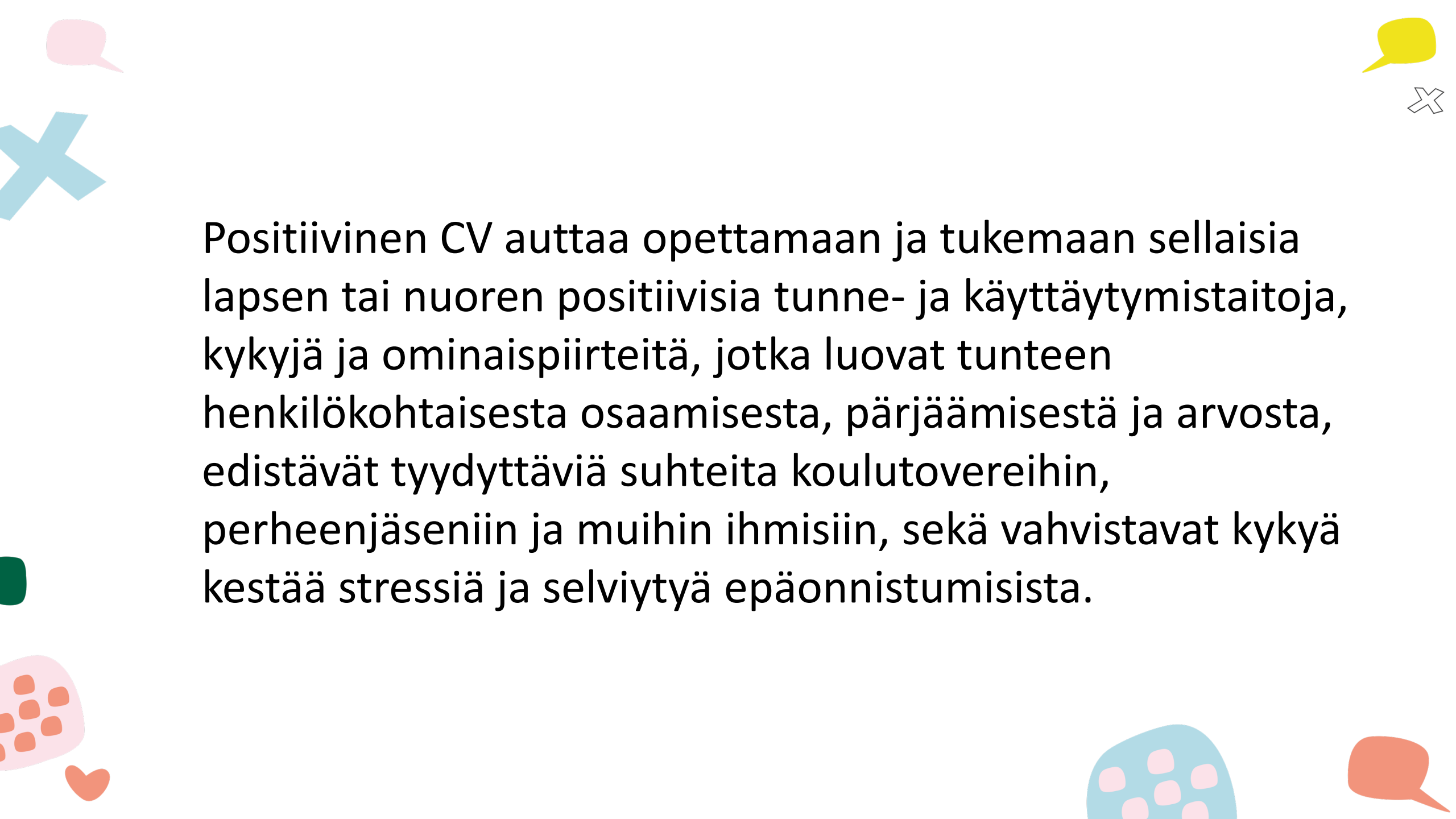
Tehostettua tai erityistä tukea saaneet peruskoululaiset

Lähde: Tilastokeskus



”Hyvän huomaaminen on
elämän ja kuoleman kysymys!”






Positiivinen CV auttaa opettamaan ja tukemaan sellaisia lapsen tai nuoren positiivisia tunne- ja käyttäytymistaitoja, kykyjä ja ominaispiirteitä, jotka luovat tunteen henkilökohtaisesta osaamisesta, pärjäämisestä ja arvosta, edistävät tyydyttäviä suhteita koulutovereihin, perheenjäseniin ja muihin ihmisiin, sekä vahvistavat kykyä kestää stressiä ja selviytyä epäonnistumisista.

POSITIIVINEN CV

- Monipuolinen luontenvahvuuksien opetusmateriaali digitaalisesti
- Ohjeet, tuntisuunnitelmat, palaute anto, mittarit
- Vuosikello
- Suora jatkoa Huomaa hyvä! – tuoteperheeseen
- Tulossa myös tilannekortit, tunnekortit ja arviointikortit









Opettajia autetaan kehittämään osaamistaan digitaalisen ”henkilökohtaisen valmentajan” avulla, joka perustuu tutkittuun tietoon sekä kokemukseemme erityisopetuksesta ja opettajien koulutuksesta.

Menetelmämme sisällyttää positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisten taitojen opettamisen tavallisille oppitunneille ja antaa opettajille työvälineitä, opetusmateriaalia, tukea sekä taustatietoa.

PCV- applikaatiomme sitoo yhteen opettajat, oppilaat ja vanhemmat huomaamaan yhdessä hyvää lapsessa/nuoressa, ja edesauttamaan laaja-alaisten taitojen kehittymistä ja arviointia.



TUTKIMUKSET

Miten positiivista pedagogiikkaa käytetään?

INTERVENTIOTUTKIMUS

- Pohjana Strengths Gym -ohjelma (**Proctor, Tsukayama, Wood & al. 2011**), jossa keskitytään luontevahvuuksien tunnistamiseen ja käyttämiseen erilaisten aktiviteettien kautta.
- Suomalaisessa ohjelmassa painotettiin myötätuntoa, sinnikkyyttä ja sisua sekä sosiaalisia taitoja
- Intervention kesto 16 viikkoa, mukana 11 luokkaa (4.-6.-luokkalaisia)
- Opetettiin vahvuustaitoja, hyvinvointia ja opiskelutaitoja
- Oppilaille pre-ja post-testit, opettajien haastattelut

TULOKSIA

- Erityisoppilaiden ryhmä: mielenkiinnon ylläpitäminen sekä koulutyöhön sitoutuminen paranivat.
- Kaikki pojat: agressiivinen käyttäytyminen väheni.
- Tytöt isossa luokassa : myötätunto sekä sinnikkyys lisääntyivät

Luokkahenki parani, opettaja-oppilas suhde sekä oppilaiden keskinäiset suhteet paranivat, oppilaantuntemus parani, myönteiset tunteet luokassa lisääntyivät, kokonaishyvinvointi parani

OTTEITA OPETTAJIEN HAASTATTELUISTA

”There is so much negative talk. I still sometimes succumb to using it. I’ve been very glad to grow as a teacher . It’s been great to learn positive communication.”

”This intervention has been an extremely good way to learn to know the students.”

”The group has started to work in quite a new way, the atmosphere has totally changed”

”Tough guys don’t need psychology, one of my students said. For them, it’s hard to take positive feedback from anybody. But we teach it.”

”My students used to use racist expressions. When they had time to really encounter others, the prejudices disappeared.”

MUITA TUTKIMUKSIA/OHJELMIA

- Strengths Gym, tuloksia: elämäntyytyväisyys kasvoi huomattavasti nuorilla. Kiinalaisessa koulukontekstissa todettiin sama, sekä lyhyellä että pitkällä aikavälillä. (**R.M. Niemic**, 2018)
- **Martin Seligman**, meta-analyysi PP-pohjaisista ohjelmista koulujen käytössä: ennaltaehkäisi masennusta, edesauttoi hyvinvointia, paransi koulumenestystä 11%
- Australia: The Resiliency Program TRP: University of Melbourne 2018-2020 tutkimus, mukana yli 500 koulua. Mukana oppilaat, koulun henkilökunta ja vanhemmat. Erityisesti painotuksena ystävällisyys, kiitollisuus ja tietoisuustaidot. Tutkitaan muutoksia tunteissa ja asenteissa näihin liittyen. Oppitunteja joka luokka-asteella ikään sovelletusti. (**Melbourne School of Population and Global Health at the University of Melbourne**).

Hyve	Luonteenvahvuus
<p>I Viisaus ja tieto: tiedon hankkimiseen ja käyttöön liittyvät kognitiiviset vahvuudet</p>	<p>1. Luovuus 2. Uteliaisuus 3. Arviointikyky 4. Oppimisen ilo 5. Näkökulmanottokyky</p>
<p>II Rohkeus: emotionaaliset vahvuudet, joita tarvitaan päämäärien saavuttamiseen sisäistä tai ulkoista vastarintaa kohdattaessa</p>	<p>6. Rohkeus/urheus 7. Sinnikkyys 8. Rehellisyys 9. Innokkuus <i>Sisukkuus</i></p>
<p>III Inhimillisyys: sosiaaliset kyvyt, joita tarvitaan toisista huolehtimiseen ja ystävystymiseen</p>	<p>10. Rakkaus 11. Ystävällisyys 12. Sosiaalinen älykkyys <i>Myötätunto</i></p>
<p>IV Oikeudenmukaisuus: taidot, joita tarvitaan yhteisössä elämiseen</p>	<p>13. Ryhmätyötaidot 14. Reiluus 15. Johtajuus</p>
<p>V Kohtuullisuus: kyky vastustaa liioittelua ja ylenpalttisuutta</p>	<p>16. Anteeksiantavuus 17. Vaatimattomuus 18. Harkitsevaisuus 19. Itsesäätely</p>
<p>VI Henkisyys: kyky antaa ilmiöille laajempaa merkitystä transsendenssi (itsen ylittävyys)</p>	<p>20. Kauneuden arvostus 21. Kiitollisuus 22. Toiveikkuus 23. Huumorintaju 24. Hengellisyys</p>

Strengths that help you...



...give to, and receive from, others



...think, imagine, and create



...achieve your goals

RYHMÄTYÖTAIDOT

KIITOLLISUUS

SINNIKKYYS

ROHKEUS

MYÖTÄTUNTO

MYÖTÄINTO

REHELLISYYS

REILUUS

HARKITSEVUUS

SISU

TOIVEIKKUUS

ITSESÄÄTELY

NÄKÖKULMANOTTOKYKY

INNOKKUUS

JOHTAJUUS

VAATIMATTOMUUS

HUUMORINTAJU

SOSIAALINEN ÄLYKKYYS

OPPIMISEN ILO

KAUNEUDEN ARVOSTUS

RAKKAUS

ARVIOINTIKYKY

LUOVUUS

YSTÄVÄLLISYYS

HENKISYYS

Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford University Press.

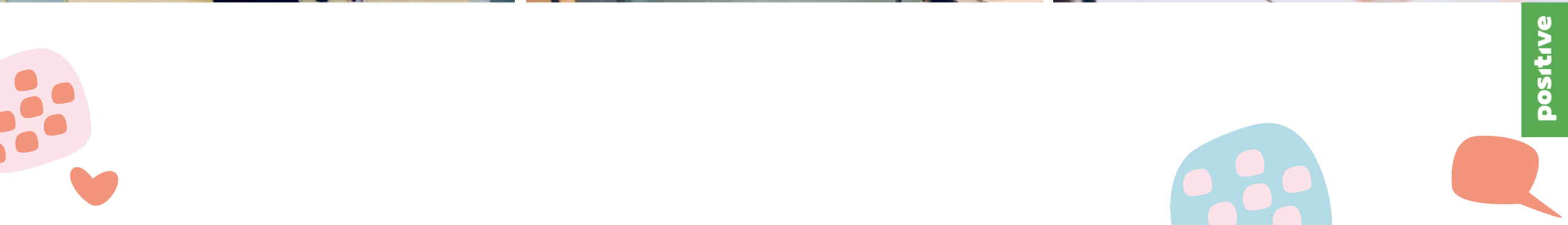
UTELIAISUUS

Onnistuin!

- Mieti lähiajoilta joku tilanne tai asia, jossa koit onnistuvasi. Pienetkin onnistumiset lasketaan!
- Mikä sai aikaan onnistumisen?
- Mitä taitoja tai vahvuuksiasi käytit, jotta onnistuminen mahdollistui?
- Vaikuttiko onnistumiseen muut ihmiset?

Kannustava sisäinen puhe





Tunnistetaan omat
vahvuudet ja
kiinnostuksen kohteet.
Tunnistetaan ne myös
luokkakavereissa!





Mun aiheena oli oppimisen ilo ja tein tänään mun kverin kanssa vegaanista makaroonilaatikkoa ja opin sen tekemisen

18.34

Tunnistamisesta
käyttämiseen!

POSITIIVINEN CV

Arvostan sinussa:

Innostumista sinulle tärkeistä asioista, luovuuttasi, alkijyyttäsi ja kehittyneitä oikeudenmukaisuuden tapoja ja h...
yhtäsi

Olen oppinut sinulta:

Rakkautta luontoon ja luonnon arvostamista, lentoa, pingottamatonta esikennettä innostumista.

Vahvuuksiasi ovat mielestäni:

Reiluus, olet luotettava ja hyvä ystävä, toisista. Ongelmanratkaisukykyysi ja hyvä hahm...
Sinnikkyys ja keskittymiskykyysi. Yksilöllisyys...

Olen bongannut niitä erityisesti, kun:

1. keskittyneenä teet rakennelmia tai monimutkaisia palapelia
2. uppoudut fantasiakirjoihisi ja ahmit niitä tai harjoittelut pro...
3. kun puhut ystävästäsi tai luokkakavereistasi kauniisti kepp...
4. haaveilet elämästäsi oikeisena tai liikkumme luonnossa yhde

Perheet
mukaan!

ehuin niene...män oppilaan

ijvi

kin

14.05

HYVÄNTEKEMINEN!

Torstaina siivosin...
äiti oli tosi tyytyväin...
auttanut äitiä ruuanlaito...

Mä sanoin yhden viiden suokk...aisen
tukka hienoksi, se oli värjätty.

11.37



Lähde:
Musamurunen,
Ylivieska



Uteliaisuus

Rakkaus

Innostus

Kiitollisuus

Myötätunto

Kotitehtävä: Arvaa kuka olen?

Kuvaa sinun elämäsi tärkeät asiat ja mielenkiinnon kohteet

Koulussa kuvat käydään läpi keskustellen ryhmissä. Kirjataan niistä löytyvät vahvuudet ja jatketaan työskentelyä kuvataiteessa/digitaalisesti. Muoto on vapaa, kunhan jokaisen oppilaan vahvuudet tulevat esille luokkaan. Näin niihin voidaan helposti palata opiskelun lomassa.





MITEN OPPILASTA VOI OHJATA TUNNISTAMAAN OMAT VAHVUUTENSA? (isommat oppilaat)

OTETAAN VAHVUUSSANASTO OPETUKSEN TUEKSI (miten itsesääteily, sinnikkyys, luovuus ym. voivat auttaa oppimisessa)

OPPILAANOHJAUKSEN TAI RYHMÄNOHJAAJAN TUNNEILLA OPPILAAT TUNNISTAVAT VAHVUUKSIAAN (keskustelun pohjana voi käyttää harrastuksia, mielenkiinnon kohteitaan) JA MIETITÄÄN MITEN VAHVUUKSIA VOI HYÖDYNTÄÄ ERI OPPIAINEINEISSA JA ELÄMÄSSÄ.

MIETITÄÄN MISSÄ OPPIAINEISSA OPPILAAT PÄÄSISIVÄT JAKAMAAN OSAAMISTAAN **ARVOSTUS**



Arvostava vuorovaikutus

Ihminen pyrkii tekemään parhaansa elämänsä kokonaisuudessa. Miten voimme aikuisina auttaa?

- Uskomalla ja luottamalla nuoren karttuviin taitoihin

Osallistetaan oppilaita mahdollisimman paljon yhteisön toimintaan

Puhutaan oppimiseen liittyvistä tunteista ja autetaan keksimään keinoja haastavissa tilanteissa

Annetaan palautetta tekemisestä, yrittämisestä, sitkeydestä



Lapsen ja nuoren kehitystä tukeva asenne

Uteltias kiinnostus

Lähtökohtainen hyväksyminen, hyväntahtoisuus (syvällä sisällä on hyvä päämäärä)

Arvon ja merkityksen antaminen (hyvän sanoittaminen)

Kunnioittaminen (vastuun ottaminen omista virheistä)

Myötätunteminen (myötätunto ja myötäinto)

- Jukka Mäkelä, lastenpsykiatri THL

”Meille kaikille on tuttua, miten puhkeamme kukkaan sellaisen ihmisen lähellä, joka näkee meissä hyvää ja osaa houkutella esiin parhaan meistä.



”Ja tiedämme, miten Kuihdumme sellaisen Ihmisen lähellä, joka koko ajan löytää meistä vikoja.”

Desmond Tutu

Mitä viet mukanasasi?

**48 tunnin
sääntö**

Mikä on ensimmäinen askeleesi siinä, että viet tämän käytäntöön?

A row of blue mailboxes is shown in a shallow depth of field. The foreground mailbox is in sharp focus, showing its textured surface and the words 'MAIL' and 'LUNDS' embossed on it. The background mailboxes are blurred, creating a sense of depth. The overall scene is outdoors, with some greenery visible in the far background.

Vahvuusperustainen palaute

Sinun vahvuutesi on ...

**Olen bongannut sitä
erityisesti, kun...**

Olen kiitollinen sinulle...

Arvostan sinussa...

Olen oppinut sinulta...

KIITOS!



Anne-Mari Kuusimäki

annemari.kuusimaki@gmail.com

Iloedu



Positiivisen cv:n ilmaiset koulutukset:
<https://www.positiivinencvkoulutus.helsinki.fi/>

- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Oxford University Press.
 - Huomaa hyvä!- kirjat 2016-2017 Kaisa Vuorinen, Lotta Uusitalo-Malmivaara
 - Kaisa Vuorinen, Anne Erikivi, Lotta Uusitalo-Malmivaara, 2018. A character strength intervention in 11 inclusive Finnish classrooms to promote participation of students with special educational needs, Helsingin yliopisto, Journal of Research in Special Educational Needs
 - Kuusimäki, A-M., Uusitalo-Malmivaara, L., and Tirri, K. (2019). Parents' and teachers' views on digital communication in Finland. *Education Research International*. Volume 2019, Article ID 8236786
- 