

Positiivinen pedagogiikka -Hyvinvoinnin rakentamisen perustana

Laukaa 27.10.2018

Tiina Korpela-Liimatainen puh.040 5344376

tiina.korpela-liimatainen@helsinki.fi

Koulutuksen tavoitteena:

- Tutustua positiivisen pedagogiikan näkökulmiin osana arvostavaa vuorovaikutusta. Saada ymmärrys mitä positiivinen pedagogiikka ja arvostava vuorovaikutus voisi olla.
 - Auttaa jokaista huomaamaan omassa työssä hyvää ja toimivaa sekä kuunnella kollegan ajatuksia arvostavalla korvalla ja rohkaistua pienin askelin sanoittamaan arjessa koettua hyvää.
 - Peilata omaa tapaa tehdä työtä ja löytää jo toimivasta pohjaa positiivisen pedagogiikan soveltamiseksi omassa arjessa.
 - Harjoitella rohkeasti sekä työyhteisössä että oppilaiden kanssa viikoittain arvostavaa vuorovaikutusta ennen helmikuun vesoa.
-

Mitä : perustietoa positiivisesta psykologiasta ja pedagogiikasta

Miksi : tulevaisuuden hyvinvointitekijät tukevat tätä hetkeä ja luovat toivoa tulevaan

Miten : systeemien ymmärtäminen, oma tietoinen toiminta, myönteiset tunteet, arvostava vuorovaikutus

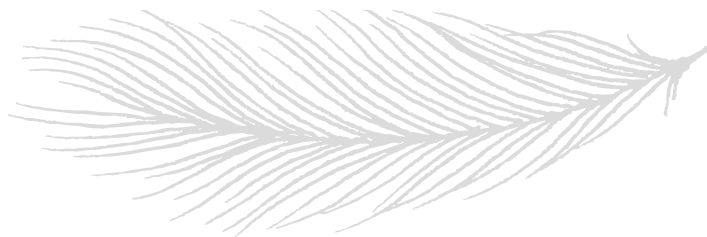
Minä. Oma asenne on arvostavan vuorovaikutuksen ja positiivisen pedagogiikan kulmakivi.

MITÄ?

Huomaa hyvät asiat! Kiitä! Nappaa kaveri kiinni hyvän teossa! Parasta! Opettele tuntemaan omat vahvat puolesi! Muista, miten ihmeessä selvisit, kun oli hankalaa!

Ole utelias! Kokeile! Opettele uusi taito säännöllisesti. Älä luovuta, koita uudestaan! Huomaa oma kehittymisesi! Tarkkaile ja huomaa kauniit asiat! Pysähdy ja hengitä! Auta muita!





MITEN?

Keskity myönteisiin tunteisiin! Muista 3:1! Hyvän näkeminen on harjoiteltavissa, se on kuin lihas, jota tulee jumpata. (Barbara Fredricksson)

Systemien ymmärtäminen: Oman toiminnan tietoinen johtaminen, What went well – mikä meni mainiosti? Arvostava vuorovaikutus: Katse. Hymy. Yritä ensin ymmärtää toista ja sitten vasta tulla itse ymmärretyksi.

Hyviä kysymyksiä: Voitko kertoa tästä asiasta vielä lisää... Mitä muuta sitten tapahtui ... Miten juttu jatkui? Mitä ajattelit tästä..? Minua kiinnostaisi... ymmärsinkö oikein...haluaisin tietää vielä

Onnistumisien metsästys! Miten tämä oli mahdollista?

Ongelman kääntäminen tavoitteeksi!

Myönteisten poikkeusten etsiminen! Mikä kaikesta huolimatta toimii? Milloin ongelma on taustalla tai hallinnassa? Mitä mainiota silloin tapahtuu? Rinnalla kulkeminen, palautteen antaminen - Onnistumisten juhliminen yhdessä!

Myönteiset tunteet :

Barbara Fredrickson, broaden and build –theory, (2003a;b;2009):

Keskeiset myönteiset tunteet → miten voisimme kiinnittää näihin enemmän huomiota? Mitkä herättävät näitä? Mitä tehdessä ne kasvavat ja kiinnittyvät?

•Ilo •Kiitollisuus•Tyyneys•Kiinnostus•Toivo•Ylpeys•Hilpeys,
huvittuneisuus•Innostus•Kunnioitus•*Rakkaus*

Myönteisen koulukulttuurin johtaminen(Noble 2008):

1. Johda omaa asennettasi.
2. Opiskele ja harjoittele arjessasi.
3. Viljele myönteisiä siemeniä ympärillesi.
4. Rakenna myönteisiä vuorovaikutussuhteita tukemaan yhteistyötä ja oppimista.





5. Opettele ja harjoittele tietoisesti arvostavaa vuorovaikutusta.
6. Tutustu ihmisten arvoihin ja heille merkityksellisiin asioihin. Tue näiden käyttämiseen työssä.
7. Tee itsellesi työkalupakki hankaliin tilanteisiin .

Luontenvahvuudet!

Luontenvahvuudet : Testi: www.viacharacter.org

Vahvuusbongaus : Missä olet parhaimmillasi? Mistä nautit työssäsi? Mitä tekemällä uppoudut, kadotat ajantajusi? Mikä sinulle on tärkeintä työssäsi? Mistä kollegat ovat kehuneet sinua? Mistä innostut? Miten olet kehittänyt itseäsi? Mitä aiot tehdä tulevaisuudessa taidoillasi?

Nimetkää yhdessä toisistanne vahvuuksia kuulemanne perusteella.

Hyvä materiaali: Huomaa hyvä! Vuorinen & Uusitalo-Malmivaara

Lue myös! Peterson, C. & Seligman, E. P. (2004). *Character strenghts and virtues. A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association. New York: Oxford University Press.

MINÄ Muista harjoitella itse aktiivisesti arjessa!

TUTKIMUKSIA : researchgate.net

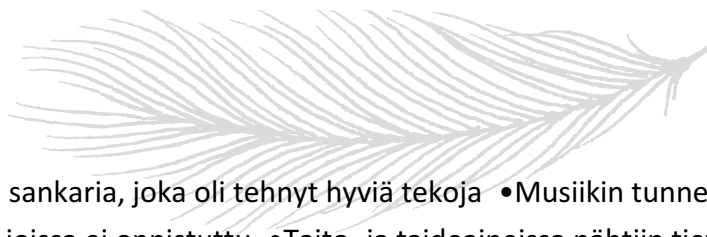
Esim. [Positive education: positive psychology and classroom interventions, Geelong grammar school](#)

Martin E. P. Seligman, Randal M. Ernstb, Jane Gillhamc, Karen Reivicha and Mark Linkinsda* University of Pennsylvania; *bLincoln (Nebraska) Public Schools; cSwarthmore College and University of Pennsylvania; Wallingford-Swarthmore (Pennsylvania) Public Schools, USA*

- Tavoitteet : Sinnikkyys, kiitollisuus, vahvuudet, merkitykset, myönteiset vuorovaikutussuhteet ja tunteet Tavat: •Myönteisiä tunteita: kiitollisuuskirje, hyvien asioiden kirjaaminen (what went well), selviytymistarinoiden kirjaaminen
- Äidinkielen ja kirjallisuuden tunneilla vahvuuksien etsiminen hahmoista, puheen pitäminen omasta parhaasta hetkestä •Maantiedon tunnilla mietittiin onnellisuutta ja sen vaihtelua eri puolilla maailmaa, pohdittiin fyysisten maantieteellisten olosuhteiden vaikutusta hyvinvointiin •Vieraiden kielten tunneilla opeteltiin vahvuussanastoa eri kielillä •Alakoulussa käytiin päivittäin läpi what went

Copyright Tiina Korpela-Liimatainen, 2018





well ja etsittiin luokan sankaria, joka oli tehnyt hyviä tekoja •Musiikin tunneilla opeteltiin hyväksyntää hetkissä, joissa ei onnistuttu •Taito- ja taideaineissa nähtiin tietoisesti kauneutta omassa ja toisen tekemisissä, etsittiin hyviä ja toimivia asioita ja analysoitiin onnistumisia

Miten näitä ideoita voisit hyödyntää myös omassa opetuksessasi?

Positiivisen psykologian vaikuttajia

•Martin Seligman •Mihály Csíkszentmihályi: Flow -teoria •Sonja Lyubomirsky: Onnellisuus •Barbara Fredrickson: Myönteiset tunteet •Toni Noble : Bounce Back •Lea Waters : positiivinen pedagogiikka •Jane Dutton: Quality connections •Esa Saarinen: systeemi ja kukoistuksen pedagogiikka •Lotta Uusitalo – Malmivaara, Kaisa Vuorinen: luonteenvahvuudet •Eliisa Leskisenoja: Vuosi koulua, vuosi iloa •Jari Hakanen, Krisse Lipponen, Frank Martela, Anne Birgit Pessi

•OPH 2015/Positiivinen pedagogiikka

Ankkurointi : arkisen kokemusmaailman käsittely

Havainnointi : subjektiivinen hyvinvointikokemus

Dokumentointi: lapsi saa muuttaa asiat näkyviksi ja ymmärrettäväksi oman toimijuuden kautta

Jakaminen : lapsi pääsee jakamaan omia tuntemuksiaan, kokemuksiaan ja ajatuksiaan

Luonteenvahvuuksien opettelu:

- Aloitetaan pienin askelin, mitkä ovat viisi tärkeintä kehitysvaiheita tukevaa luonteenvahvuutta?
- Mitä sellaista teemme, jotka jo tukevat näitä?
- Mitä voisimme tehdä enemmän ja vielä tietoisemmin?
- Mistä huomaamme, että harjoittelu toimii?
- Miten teemme näkyväksi onnistumiset?
- Miten pääsemme yli suvantovaiheista?

Ideoita

- Oma kuva, jonka ympärille kirjoitetaan vahvuuksia
- Valokuvia arjen hetkistä, joihin aikuiset sanoittavat vahvuuksia, joita he havaitsevat
- Lapsen kaappiin piirretään oma kuva kirjoitettujen vahvuuksien kera à viesti myös muiden lasten aikuisille antaa näkökulman toisen lapseen
- Saduttakaa jokaisesta tarina : minä parhaimmillani ja piirtäkää siihen kuva
- Lapsi leikkaa lehdistä kuvia, joista hän jotenkin pitää. Näistä kootaan kollaasi. Lapsi kertoo aikuiselle itselleen tärkeistä asioista ja tämä kirjoitetaan kollaasin oheen.
- Satuhetkissä nimetkää hahmojen vahvuuksia.
- Metsästetään hyvän mielen hetkiä... kerätään purkkiin ja palataan niihin sopivan säännöllisesti. Purkkia voi käyttää vaikka tekemisten ideointiin.
- Lähetetään tekstiviestillä jokaisesta lapsesta hyvä uutinen kotiin muutaman kerran vuodessa.
- Kiitoskirje lapselle. Lapsen kiitoskirje vanhemmalle vaikkapa äitien- tai isäinpäivälahjan osaksi.





- Leikkien säännöt : pohditaan, miten eri vahvuudet näyttäytyvät leikeissä tai peleissä.

KIELI

- Aikuisten tehtävä on sanoittaa arki ja todellisuus riittävän hyväksi. Aikuinen tekee valinnan ja vastaa siitä.
- Vahvuuskieli luo todellisuutta, jossa eletään.
- Vahvuudet rakentavat hyvää kaikissa tilanteissa.
- Vaikeita tilanteita voidaan tarkastella jonkin luonteenvahvuuden runsautena ja jonkin toisen vähäisyytenä.

Resilienssi → taito, joka syntyy lapselle vuorovaikutuksessa. Taito, joka näkyy aikuisella sinnikkäänä hyvän näkemisenä.

•Hyväksy muuttuminen

•Tee tilaa muutoksille

- Luota tunteisiisi
- Huomaa keskeneräiset asiat
- Vie asiat loppuun ja jätä ne

•Vahvista yhteistyötaitojasi

- Luovu ennakkokäsityksistä
- Luovu tietämisestä
- Anna itsesi kiinnostua

•Valitse ja tarkista oma suuntasi

- Tutki arvojasi
- Vertaa vaihtoehtoja
- Luota tuntemuksiisi

•Tiedosta taitosi ja ominaisuutesi

- Huomaa taitosi ja käytä niitä
- Jaa omia onnistumisasiasi
- Avaa osaamistasi keskustellen ja kuuntelemalla

