

Ohjaava ja ratkaisukeskeinen vuorovaikutus koulussa



POSITIVE EDUCATION

Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen koulutusohjelma

- 35 op /16 lähiopetuspäivää
 - Tampere (maaliskuu 2020), Turku, Espoo, Oulu, Jyväskylä, Lahti, Rovaniemi, Ylivieska, Helsinki, Kuopio, Pori, Vantaa
-
- Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen jatkokoulutus (25 op)
 - Life Coach –täydennyskoulutus opettajille (35 op)
 - Veso-päivät
 - Koulun toimintakulttuurin kehittäminen
 - Opetussuunnitelmatyö kouluissa ja kunnissa
 - Sisällön rakentaminen yhteistyötahoille (mm. Otava, Qridi ja Claned)



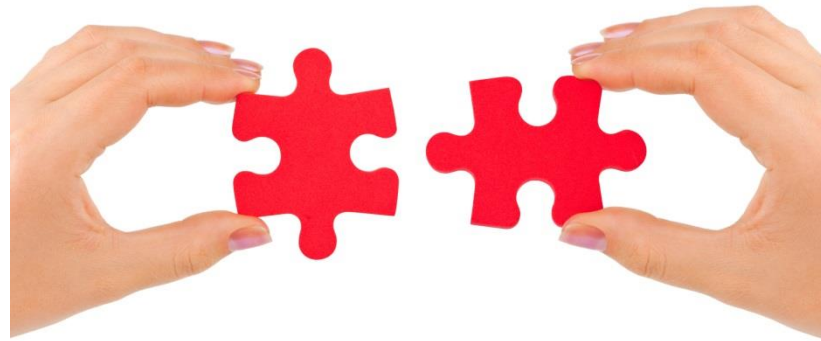
Pauliina Avola (KM)

- Väitöskirjatutkija TaY
 - Teachers' well-being and professional development in the context of Positive Education
- Tietokirjailija: KUKOISTAVA KASVATUS – Positiivisen pedagogiikan ja laaja-alaisen hyvinvointiopetuksen käsikirja
- Ammatillinen opettaja AmO (Psykologia, Kauppatieteet ja Kasvatustieteet)
- MB Elämäntaidon valmentaja® / LCF Life Coach
- Master Coach™
- MB Onnellisuusvalmentaja®
- MB Tunnevalmentaja®
- EIF Enneagrammikouluttaja®
- NLP Practitioner
- Neuropsykiatrinen ratkaisukeskeinen valmentaja
- Hyvinvointikouluttajana 10 vuotta
- Yrittäjänä 9 vuotta
- Opettanut hyvinvointi- ja elämäntaitokursseja
 - Alakoulussa
 - Yläkoulussa
 - Lukiossa
 - Ammattikoulussa
 - Yliopistossa



Ratkaisukeskeisyys ja ohjaus

- Positiivista pedagogiikkaa toteutetaan ratkaisukeskeisillä, valmentavilla ja ohjaavilla menetelmillä
- Ratkaisukeskeisyys on asenteen ja näkökulman lisäksi voimallinen **menetelmä**, jonka voimme kaikki oppia ja myös opettaa.



Ongelma-ajattelu on helppoa

- Ongelmakeskeisyys on meille luontainen tapa katsoa maailmaa.
 - Aivomme ovat muovautuneet vuosituhansien saatossa huomaamaan mahdolliset vaarat ja uhat ja vinoutuneet painottamaan ongelmien huomaamista.
 - Huomaamalla uhat, virheet ja vaarat olemme selvinneet ihmislajina.
- Vanhoissa aivojen osissa (liskoaiivot ja vanhat nisäkäsaivot) ei kuitenkaan synny mitään uusia ratkaisuja / oppimista.
 - Kun jauhamme ongelmasta, emme pääse mihinkään.
- Mikäli pyörimme ongelman kimpussa – olemme fyysisesti väärässä paikassa aivoissamme!
- Lisäksi usein ongelma-ajattelussa pohdimme sitä, että MIKSI.
 - Esimerkiksi, että miksi tämä lapsi voi huonosti tms.
 - Usein mietitään paljon syitä ja syyllisiä.
 - Se ei vie meitä eteenpäin.



Ratkaisukeskeisyys

= tietoisesti valittua tapaa huomata voimavaroja ja vahvuuksia sekä suunnata ajattelua tulevaisuuteen, toivottuun kehitykseen ja edistymiseen.

= keskitytään ongelmien sijaan siihen, mitä halutaan.

- Tällöin energia keskittyy oikeaan asiaan.
- Emme käytä ”turhaa aikaa” ongelmien märehtimiseen.
- Ongelmien pohtiminen vain lisää ongelman ulottuvuuksia!



Ratkaisukeskeisyydestä

- Arvostava ja osallistava ASENNE on tärkeämpi kuin mitkään käytetyt menetelmät.
- Ratkaisukeskeisyyden peruskysymys:

Mikä tässä asiassa olisi toive, tavoite tai hyvä lopputulos?

Katse tulevaisuudessa – ratkaisuihin!

Ratkaisukeskeisyys koulussa

Ei alleviivata epäonnistumisia, tämän hetken ongelmia tai mitätöidä nuorta / lasta!

- Ratkaisukeskeisessä lähestymistavassa pyritään aktiivisesti käyttämään aika ja energia ratkaisujen löytämiseksi ja tavoitteen saavuttamiseksi.
- Hyvänä ratkaisukeskeisenä ohjeena voidaan pitää sitä, että ratkaisujen pohtimiseen käytettäisiin vähintään sama aika, mikä käytetään ongelman ja syiden pohtimiseen.

”Johtuu, mistä johtuu, mutta mitä voimme tehdä asialle ja miten voimme auttaa lasta oppimaan?”

Ben Furman

POPS 2014

- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) puhutaan opettamisen sijaan ohjauksesta, ja opetussuunnitelman mukaan oppimisprosessi perustuu ohjaukselle, joka on oppimista tukevaa sekä kiinnostuksen kohteita laajentavaa vuorovaikutusta.
- Rohkaiseva ohjaus on itsetuottamusta ja omiin mahdollisuuksiin uskomista vahvistavaa toimintaa, johon liittyy monipuolinen myönteisen ja realistisen palautteen antaminen ja saaminen.



Ohjaava opettaja

- Nykypäivän koulussa opettajan rooli muodostuu suhteesta oppilaan aktiivisen toimijan rooliin, ja opettajan rooli on ohjaava ja valmentava (Luostarinen ja Peltomaa 2016).
- Ohjaava rooli on aktiivinen, ja se keskittyy oppijan kohtaamiseen ja yksilölliseen oppimisen ohjaamiseen.
- Nykyaikaisen opettajan tulee keskittyä sen sijaan, mitä opetetaan, siihen, miten opetetaan (Nikkilä 2015).
- Dialogisella/valmentavalla työtavalla on mahdollista tuottaa uudenlaisia ratkaisuja arvostavassa yhteistoiminnassa lasten ja nuorten kanssa.



Valmentava ja ohjaava vuorovaikutus

- Jokainen lapsi ja aikuinen toivoo:
 - Kiinnostumista
 - Kysymistä
 - Kuuntelemista
 - Kunnioittamista
 - Kannustamista



Kiinnostus

- Miten kohdataan toiset ihmiset aina.
- Näkökulma ei ole siinä, että ”huomatkaa minut”, vaan siinä, että minä huomaan teidät.
- Siirretään aktiivisesti huomio toiseen ihmiseen.
- Päätetään haluta kiinnittää huomio toiseen ja olla aidosti kiinnostuneempia siitä:
 - mitä toiselle kuuluu?
 - mitä mieltä toinen on asioista?
 - miten toinen ihminen ratkaisisi ongelmia yms?
- Lapsen ajatuksista, tunteista ja kokemuksista kiinnostunut aikuinen tekee ihmeitä lapsen:
 - kehitykselle
 - ongelmanratkaisukyvyille
 - itsetunnolle
- Kiinnostus on sitä, että:
 - Katsoo toisia silmiin
 - Aktiivista kontaktin ottamista
 - Rohkeaa ja aktiivista kontaktia toisen kanssa
 - Käännyttään ja suuntaudutaan toisia kohti



Kunnioitus



- Jokainen **ihminen haluaa kunnioitusta**.
- Kunnioittaminen on ennen kaikkea **erilaisuuden arvostamista**.
- Olemme **ihan kaikki erilaisia**, ja siksi erilaisuuden arvostaminen on tärkeä **ASENNE**.
- Kunnioittaminen on useimmissa tapauksissa **VALINTA**.
 - Kunnioitusta ei tarvitse "ansaita" - vaan se täytyy itse valita!
- Kunnioittaminen on tärkeää aikuisten kanssa ja lasten kanssa, mutta ennen kaikkea **NUORTEN** kanssa kunnioittaminen on erityisen tärkeää!
- KERTOMINEN
 - Tehokkaasta itseilmaisusta.
 - **Vastuullinen opettaminen** ja ohjaaminen perustuu tehokkaaseen itseilmaisuun.
 - Kerrot ajatuksistasi ja tiedostasi "**Minä ajattelen tästä...**" "**Minun kokemukseni mukaan**"
 - Kerrot tunteistasi käyttäen "minusta tuntuu" –väittämiä.

Marika: Kohtele jokaista ihmistä kuin suurinta mestaria. Koskaan et voi tietää, kuka vastaantulevista ihmisistä antaa Sinulle elämäsi tärkeimmän opin.

Kuunteleminen

- Kuunteleminen on vuorovaikutuksen eheyttävä voima.
- Kaikki hyvä, mikä tapahtuu ihmisten välillä, tapahtuu silloin, kun ihmiset pysähtyvät toistensa äärelle ja kuuntelevat aidosti, mitä toisella on kerrottavanaan.
- Koulussa ei ole päivittäin aikaa kuunnella kaikkia oppilaita yksilöllisesti.
 - Siksi tärkeää, että oppilaat oppivat kuuntelemaan toisiaan.
 - Oppilaat kannattaa laittaa kuuntelemaan toisiaan tärkeiden asioiden ja ongelmanratkaisun äärelle.
- Empaattinen kuunteleminen
 - Unohdat oman totuutesi – asetut aidosti toisen tilanteeseen, ajatuksiin ja tunteisiin.



Kannustus

- Kannustaminen on SUPERVOIMA!
- **Kukaan meistä ei ole luontaisesti hyvä kannustamisessa.**
- **Kannustavan palautteen ääneen sanominen vaatii meiltä kaikilta tietoista ponnistelua.**
- **Biologiamme vuoksi sanotamme (ja huomaamme) helpommin toisten epäonnistumiset ja virheet – siksi onnistumisten, osaamisten ja vahvuuksien (huomaaminen ja) sanottaminen vaatii erityistä keskittymistä.**
- **Kannustaminen = päätös soveltaa positiivista pedagogiikkaa.**
- **Kannustaminen = kiittämistä, kehumista, rohkaisemista.**
- Myös nonverbaalien viestien välityksellä voidaan kannustaa.



Kysyminen

KYSMYS: Kuinka moni täällä haluaa mielellään auttaa toisia ihmisiä? (AA)

- **Kysyminen** on paras keino auttaa toista ihmistä?
 - Mitä sinä olet ajatellut tehdä? Mitä olet ajatellut tästä tilanteesta?
- ”**Kaikki**” haluavat neuvoa, mutta kukaan ei halua ottaa neuvoja vastaan, ellei itse niitä pyydä.
- Neuvominen tuottaa miltei aina **vastustusta** ihmisessä.
- Kysyminen on kaikkein paras tapa AUTTAA toisia ihmisiä.
 - Usein jo **kuulluksi tuleminen** auttaa toista ihmistä eteenpäin.
 - **Kysymällä toiselta**, annamme hänelle tilaa tulla kuulluksi.
- **Ihmiset ovat taitavia ja kyvykkäitä, ja keksivät yleensä ratkaisut itse.**
- Kysyminen on erittäin **kunnioittavaa ja kannustavaa.**
- Hyvä kysymys melkein tilanteessa kuin tilanteessa on: ”**Kerro lisää?**”
- **Kysyminen on äärimmäisen hyvä vuorovaikutusmenetelmä.**
- **Mitä jos kukaan ei koskaan kysy lapselta?**
 - Silloin lapsi ei opi keksimään ratkaisuja itse.
 - On vaarallista, jos ei koskaan kysytä lapsilta ja nuorilta.
 - Kysyminen on aitoa auttamista – **ratkaisut voivat löytyä yhdessä.**



Kysyminen ja subjektivismi

- Ratkaisukeskeisyydessä tärkeää:
 - Se, että **opettaja kysyy!**
 - **Kysymyksissä on myös** paljon eroja:
 - Mikä on pielessä tässä?
 - Miten toivoisit tämän olevan?
 - Jos kysymys ei toimi – vaihda se!
- **Subjektivismin sisäistäminen on tärkeää.**
 - On olemassa paljon hyviä ratkaisuja!
 - Opettajan omat ratkaisut EIVÄT ole ainoita oikeita!
- On tärkeää luottaa lapsen tai nuoren ajatteluun ja ideoihin.
 - Jos ne eivät toimi, voi aina miettiä uusia ratkaisuja!



*Jos et ole koskaan
epäonnistunut, et ole kokeillut
mitään uutta.*

- <https://www.youtube.com/watch?v=zLYECljmnQs>

Kysymyksiä tai kommentteja?





Kiitos!

Pauliina Avola

Positive Education Oy

www.positiivinenoppiminen.fi

KUKOISTAVA KASVATUS –kirjan tilaus: www.kukoistavakasvatus.fi

pauliina@positiivinenoppiminen.fi

044-5182774

Lähteitä:

- Ahtola, A. 2016. Koulu hyvinvoinnin rakentajana. Teoksessa A. Ahtola (toim.) Psykykinen hyvinvointi ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Bereczki, E. O. 2016. Mapping creativity in the Hungarian National Core Curriculum: a content analysis of the overall statements of intent, curricular areas and education levels. *The Curriculum Journal* 27(3), 330–367.
- Blomberg, S. 2010. Tunnetaitoinen opettaja–hyvinvoiva oppilas. Teoksessa H. Juuso, M. Kielinen, L. Kuure & A. Lindh (toim). Koulun kehittämisen haaste. Näkökulmia harjoittelukoulussa tapahtuvaan tutkimukseen. s. 40–51. Oulun yliopiston opetuksen kehittämissyksikön julkaisuja. *Dialogeja* 13.
- Bronfenbrenner, U. & Ceci, S. J. 1994. Nature-nuture reconceptualized in developmental perspective: A biological model. *Psychological Review*, 101 (4), 568–586.
- Burkeman, O. 2012. *The antidote. Happiness for people who can't stand positive thinking.* New York: Faber and Faber.
- Cassell, E. J. 2011. Compassion. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition.* New York: Oxford University Press, Inc.
- Clark, A. 2005. Listening to and involving young children: a review of research and practice. *Early Child Development and Care* 175 (6), 489–506.
- Cohn, M. A. & Fredrickson, B. L. 2011. Positive Emotions. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition.* New York: Oxford University Press, Inc.
- Csikszentmihalyi, M. 2002. *Flow; The classic work on how to achieve happiness.* London : Rider.
- Diener, E. 2011. Positive Psychology: Past Present, and Future. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition.* New York: Oxford University Press, Inc.

Lähteitä:

- Dirkx, J. M. 2001. The power of feelings: Emotion, imagination, and the construction of meaning in adult learning. *New directions for adult and continuing education*, 2001(89), 63–72.
- Duckworth, A.L. & Seligman, M.E.P. 2005. Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological science*, 16 (12), 939–944.
- Dweck, C.S. 2007. The perils and promises of praise. *Kaleidoscope, Contemporary and Classic Readings in Education*, 12.
- Dweck, C. S. 2010. Even geniuses work hard. *Educational Leadership*, 68 (1), 16–20
- Ehrenreich, B. 2010. *Smile or die. How positive thinking fooled America & the world*. London: Granta Books.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L. & Eggum, N. D. 2010. Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495–525.
- Flook, L., Goldberg, S. B., Bonus, K. & Davidson, R. 2013. Mindfulness for teachers: A pilot study to assess effects on stress, burnout and teaching efficacy. *Mind, Brain and Education*, 7 (3), 182–195.
- Fox Eades, J. M., Proctor, C. & Ashley, M. 2014. Happiness in the classroom. *Teoksessa S. A. David, I. Boniwell & A. C. Ayers (toim.) Oxford handbook of happiness*. Oxford: Oxford University Press, 579–591.
- Fredrickson, B. 1998. What good are positive emotions? *Review of General Psychology* 2 (3), 300–319.
- Fredrickson B. 2001. The Role of positive emotions in positive psychology: The Broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*. 56, 3. 218–226.

Lähteitä:

- Fredrickson, B. L. & Joiner, T. 2002. Positive emotions trigger upward spirals toward emotional wellbeing. *Psychological science* 13, 172–175.
- Fredrickson, B. 2003. The value of positive emotions, http://www.unc.edu/peplab/publications/Fredrickson_AmSci_English_2003.pdf.
- Fredrickson, B. 2013. *Love 2.0: How Our Supreme Emotions Affects Everything We Think, Do, Feel and Become*. USA: Hudson Street Press.
- Fredrickson, B. 2017. 3.2 Prioritizing Positivity. Courcera course: Positive Psychology. The University of North Carolina at Chapel Hill.
- Fredrickson, B. 2017. 5.2 Immune benefits. Courcera course: Positive Psychology. The University of North Carolina at Chapel Hill.
- Gergen, K. J. 1997 *Realities and Relationships: Soundings in Social Construction* Cambridge, Massachusetts, London, England: Harvard University Press.
- Gill, S. 2009. Monitoring and promoting well-being in education principles and possible approaches to child well-being indicators. Working paper, Education for Well-Being Europe Consortium. http://www.ghfp.org/Portals/ghfp/publications/gill09_monitoring_promoting_wellbeing.pdf.
- Gunnar, M. & Quevedo, K. 2007. The neurobiology of stress and development. *Annual Review of Psychology*, 58 (1), 145–173.
- Held, B. S. 2002. The tyranny of the positive attitude in America: Observation and Speculation. *Journal of Clinical Psychology* 58, 965–992.
- Heppner, P. P. & Lee, D. 2011. Problem-Solving Appraisal and Psychological Adjustment. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.

Lähteitä:

- Howell, A. J. 2009. Flourishing: Achievement-related correlates of students' well-being. *The Journal of Positive Psychology* 4 (1), 1–13.
- Huebner, E.S., Suldo, S. M., Smith, L.C. & McKnight, C.G. 2004. Life Satisfaction in Children and Youth: Empirical Foundations and Implications for School Psychologists. *Psychology in the Schools*, 41(1), 81–93.
- Huebner, E. S., Gilman, R., Reschly, A. L. & Hall, R. 2011. Positive Schools. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Hyytiäinen, E. 2017. Koulussa voidaan hyvin kun neljä perustarvetta täyttyy. <http://www.utu.fi/fi/Ajankohtaista/Uutiset/Sivut/koulussa-voidaan-hyvin-kun-nelja-perustarvetta-tayttyy.aspx>.
- Kirschman, K. J. B., Johnson, R. J., Bender, J. A. & Roberts, M. C. 2011. Positive Psychology for Children and Adolescents: Development, Prevention, and Promotion. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Kumpulainen, K., Mikkola, A., Rajala, A., Hilppö, J. & Lipponen, L. 2014. Positiivisen pedagogiikan jäljillä. Teoksessa L. Uusitalo-Malmivaara (toim.) *Positiivisen psykologian voima*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kumpulainen, K & Renshaw, P. 2007. Culture and Learning. A special theme issue. *International Journal of Educational Research* 46 (3-4), 109–115.
- Laajasalo, T. 2016. Hiljennä häirikkö hyvällä – tutkittua tietoa käytösongelmien ehkäisystä. Teoksessa A. Ahtola (toim.) *Psykykinen hyvinvointia ja oppiminen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Langer, E. 2011. Mindfulness Versus Positiivisen Evaluation. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Lassander, M., Fagerlund, Å, Markkanen, S. & Volanen, S-M. 2016. Tietoinen läsnäolo – voimavaroja ja hyvinvointia kouluun. Teoksessa A. Ahtola (toim.) *Psykykinen hyvinvointia ja oppiminen*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lähteitä:

- Launginauer, A. & Hakuni-Järvinen, P. 2008. Lastenpsykiatrian turvaistavan perhehoidon seurantatutkimus. Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri (HUS). Hyvinkään sairaala.
- Lefstein, A. 2008. Changing classroom practise through the English National Literacy Strategy: A micro-international perspective. *American Educational Reserch Journal* 45 (3), 701–737.
- Leontinev, D. A. 2013. Personal meaning: a challenge for psychology. *The Journal of Positive Psychology* 8 (6), 459–470.
- Leskisenoja, E. 2016. Vuosi koulua, vuosi iloa. PERMA-teoriaan pohjautuvat luokkakäytänteet kouluilon edistäjinä. *Acta Universitatis Lapponiensis* 330. Lapin yliopisto. Rovaniemi.
- Lerner, R. M. 2011, *The Positive Youth Development Perspective: Theoretical and Empirical Bases of a Strengths-Based Approach to Adolescent Development*. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Lewis, A. D., Huebner, E. S., Reschly, A. L. & Valois, R. F. 2009. The incremental validity of positive emotions in predicting school functioning. *Journal of Psychoeducational Assessment* 27 (5), 397–408.
- Lindblom, J., Kampman, M., Ojala, T. & Solantaus, T. 2015. Yhteispelin tieteellinen perusta. Teoksessa M. Kampman, T. Solantaus, N. Anttila, T. Ojala, P. Santalahti & Yhteispeli –työryhmä. *Yhteispeli koulussa – opas hyvinvoinnin ja vuorovaikutuksen vahvistamiseen*. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.
- Linkins, M., Niemec, R. M., Gillham, J. & Mayerson, D. 2015. Through the lens of Strenght: A framework for educating the heart. *the Journal of Positive Psychology*, 10 (1), 64–68.
- Linley, p. A., Joseph, S., Maltby, J., Harrington, S. & Wood, A. M. 2011. *Positive Psychology Applications*. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Lopez, S. J. & Gallagher, M. W. 2011. A Case for Positive psychology. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.

Lähteitä:

- Lyubomirsky, S. 2007. The How of Happiness. London: Sphere.
<http://www.globalcrisisguide.com/2012/10/lyubomirsky-2007/>.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. & Becker, B. 2000. The Construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child development*, 71 (3), 534.
- MacConville, R. & Rae, T. 2012. Building Happiness, Resilience and Motivation in Adolescents. A Positive psychology curriculum for well-being. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Maisel, N. C. & Gable, S. L. 2011. For Richer... in Good Times... and in Health: Positive Process in Relationships. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Martela, F. 2009. Lähikehityksen vyöhyke ja yksilön ylittävä osaaminen.
<http://frankmartela.fi/2009/06/post-129/>.
- Meek, S. 2015. Introduction. Teoksessa J. Norrish (toim.) *Positive Education. The Geelong Grammar School Journey*. United Kingdom: Oxford University Press.
- Morris, I. 2013. Learning to ride elephants. *Teaching Happiness and Well-Being in Schools*. London: Continuum.
- Mäkinen, M & Kallio, S. 2007. Oppimisen ohjaaminen – kohtaamisia ja yhteisöllistä tiedonjäsentämistä. *Kasvatus* 38 (1), 29–41.
- Nickerson, A. & Nagle, R. J. 2004. The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence. *Social Indicators Research: An International and Interdisciplinary Journal for Quality of Life Measurement* 66, 35–60.

Lähteitä:

- Nikkilä, M-L. 2015. OPS! Oppiminen uusiksi. Opettaja 1/2015.
- Noddings, N. 2003. Happiness and education. New York: Cambridge University Press.
- Norrish, J. 2015. Positive Education. The Geelong Grammar School Journey. United Kingdom: Oxford University Press.
- Ojanen, M. 2007. Positiivinen psykologia. Helsinki: Edita.
- Ojanen, M. 2014. Positiivisen psykologian kritiikki. Teoksessa L. Uusitalo-Malmivaara (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Parviainen, J. 2006. Kollektiivinen tiedonrakentaminen asiantuntijatyössä. Teoksessa J. Parviainen (toim.). Kollektiivinen asiantuntijuus. Tampereen yliopistopaino: Juvenes Print.
- Pessi, A. B. 2014. Myötunto onnen lähteenä. Teoksessa L. Uusitalo-Malmivaara (toim.) Positiivisen psykologian voima. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Peterson, C. & Seligman M. E. P. 2004. Character strenghts and virtues: A handbook and classification. New York: Oxford University Press.
- Peterson, C. & Steen, T. A. 2011. Optimistic Explanatory Style. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition. New York: Oxford University Press, Inc.
- Proctor, C., Linley, P. A. & Maltby, J. 2010. Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents. Social Indicators Research 98, 519–532.

Lähteitä:

- Rae, T. & MacConville, R. 2015. Using Positive Psychology to Enhance Student Achievement. A School-based programme for character education. London and New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Rauste von Wright, M., von Wright, J. & Soini, T. 2003. Oppiminen ja koulutus. Helsinki: WSOY.
- Reivich, K. & Shatte, A. 2002. The Resilience Factor – 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life’s Hurdles. New York: Three Rivers Press.
- Robbins, B. D. 2008. What is the good life? Positive psychology and the renaissance of humanistic psychology. The humanistic psychologist 36, 96–112.
- Roffey, S. 2014. Becoming an agent of change for school and student well-being. <http://www.sueroffey.com/wp-content/uploads/2014/02/2015-Becoming-an-Agent-of-Change-for-Wellbeing.pdf>.
- Sajaniemi, N. 2016. Vanhat aivot, uudet oppimisympäristöt – Digitalisaatio evoluution haastajana. Teoksessa A. Ahtola (toim.) Psykkinen hyvinvointia ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salmivalli, C. 2005. Kaverien kanssa. Vertaissuhteet ja sosiaalinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salonen, M. 2016. Valmentamismenetelmän monipuolinen käyttö koulussa. Teoksessa A. Ahtola (toim.) Psykkinen hyvinvointia ja oppiminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Caruso, D. & Yoo, S. H. 2011. The Positive Psychology of Emotional Intelligence. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition. New York: Oxford University Press, Inc.
- Seligman, M. E. P. 1972. Learned helplessness. Annual review of medicine, 23 (1), 407–412.

Lähteitä:

- Seligman, E. P. & Csikszentmihalyi, M. 2000. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist* 55 (1), 5–14.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. & Peterson, C. 2005. Positive Psychology Progress. Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*. Vol 60 (5), 410–421.
- Seligman, M. 2008. *Aito onnellisuus*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Seligman, E.P., Ernst, R. M., Gillham, J., Reivich, K. & Linkins, M. 2009. Positive education: Positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education* 35 (3), 293–311.
- Seligman, M. 2011. *Flourish. A New Understanding of happiness and well-being – and How to Achieve Them*. London – Boston: Nicholas Brealey Publishing.
- Saari, A. & Harni, E. 2015. Onnellisuuden Hermes: positiivisen psykologian hegemoniapyrkimykset. *Agon*, 14.
<file:///C:/Users/Pauliina/Downloads/saariharnionnellisuuden%20hermes%20%20positiivisen%20opsykologian%20hegemoniapyrkimykset%20%20agon.pdf>.
- Simonton, D. K. 2011. Creativity. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) *The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition*. New York: Oxford University Press, Inc.
- Strong-Wilson, T. 2015. Phantom traces: exploring a hermeneutical approach to autobiography in curriculum studies. *Journal of Curriculum Studies* 47 (5), 613–632.
- Sutton, R. E. & Wheatley, K. F. 2003. Teachers' emotions and teaching: A review of the literature and directions for future research. *Educational psychology review*, 15(4), 327–358.
- Terve Oppiva Mieli –tutkimushanke. Ensimmäinen tietoisuustaitojen hyvinvointivaikutuksia lasten ja nuorten parissa kartoittava tutkimus Suomessa.
<https://terveoppivamieli.fi/tutkimuksen-tavoitteet/>

Lähteitä:

- TieVie. 2006. Valtakunnallinen tieto- ja viestintätekniikan opetuskäytön virtuaaliyliopistohanke. http://tievie oulu.fi/verkkopedagogiikka/luku_3/vygotskyn_kasitys.htm.
- Tirch, d., Schoendorff, B. & Silberstein, L. R. 2016. Myötätunnon tiede – Psykologisen joustavuuden kehittäminen. Helsinki: Viisas Elämä Oy.
- Tynjälä, P. 1999. Oppiminen tiedon rakentamisena. Konstruktivistisen oppimiskäsityksen perusteita. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Uusitalo-Malmivaara, L. & Vuorinen, K. 2016. Huomaa Hyvä! Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään luonteenvahvuutensa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Waters, L. E., White, M. A., Wang, L. & Murray, A. S. 2015. Chapter 3. Leading Whole-School Change. Teoksessa A. Mathew & A.S. Murray (toim.). Evidence-based approaches in positive education: Implementing a strategic framework for well-being in schools. Dordrecht: Springer Netherlands.
- Watkins, P. C., Gelder, M. & Frias, A. 2011. Furthering the Science of Gratitude. Teoksessa S. J. Lopez & C. R. Snyder (toim.) The Oxford Handbook of Positive Psychology – Second edition. New York: Oxford University Press, Inc.
- Weare, K. & Gray, G. 2003. What works in developing children’s emotional and social competence and wellbeing? Research Report No 456. University of Southampton.
- White, M. A. & Murray, A. S. 2015. Preface. Teoksessa A. Mathew & A.S. Murray (toim.). Evidence-based approaches in positive education: Implementing a strategic framework for well-being in schools. Dordrecht: Springer Netherlands.
- White, M. A. & Murray, A. S. 2015. Chapter 1. Building a Positive Institution. Teoksessa A. Mathew & A.S. Murray (toim.). Evidence-based approaches in positive education: Implementing a strategic framework for well-being in schools. Dordrecht: Springer Netherlands.
- Zajdel, R. T., Bloom, J. M., Fireman, G. & Larsen, J. T. 2013. Children’s understanding and experience of mixed emotions: The roles of age, gender and empathy. The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development, 174 (5), 582–603.
- Zenner, C., Herrnleben-Kurz, S. & Walach, H. 2014. Mindfulness-based interventions in schools – A systematic review and meta-analysis. Frontiers in Psychology. 5.