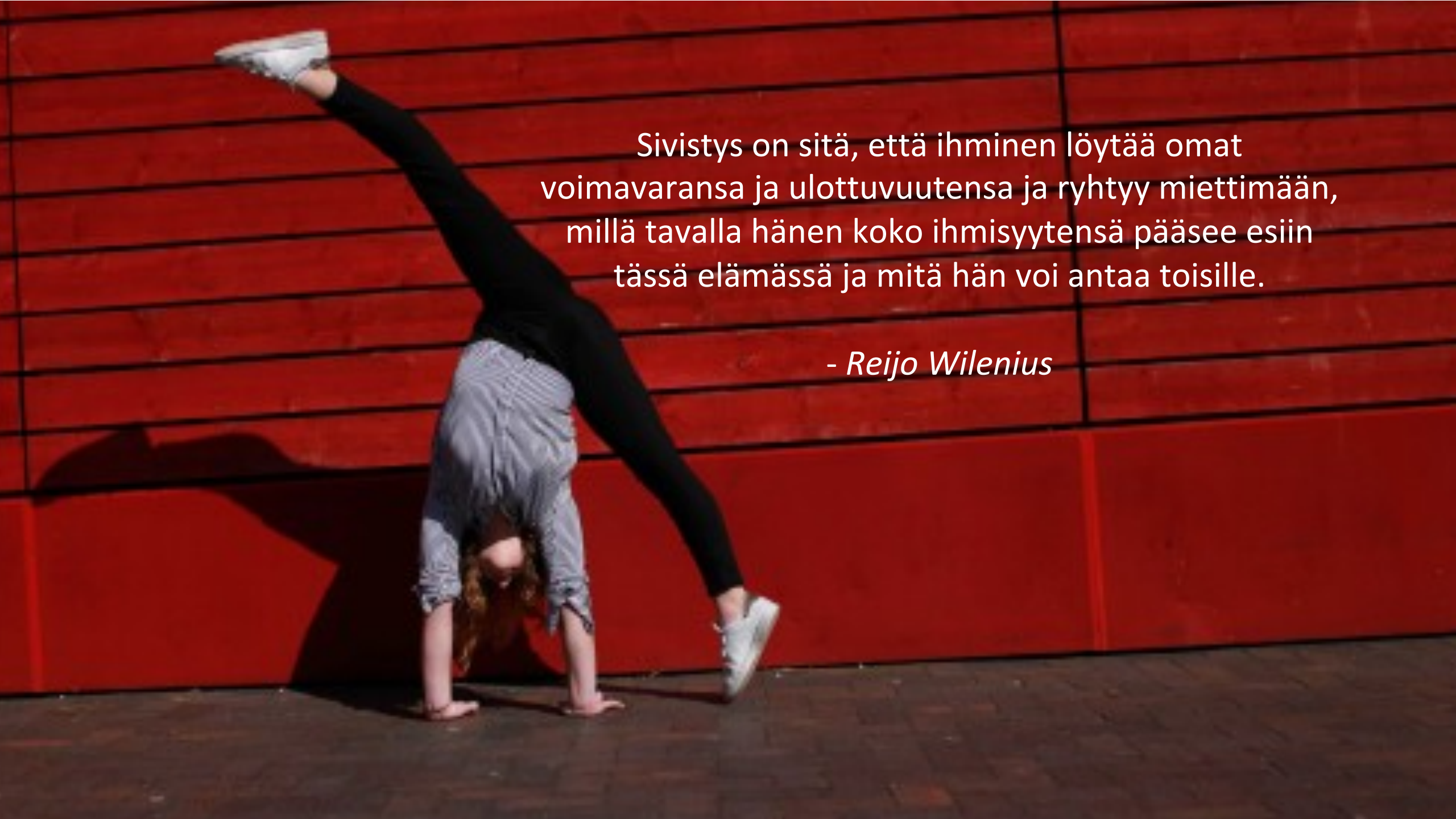




# VALMENTAVA TYÖOTE HYVINVOINTIA TUKEMASSA

A person with long hair, wearing a grey and white striped shirt, black leggings, and white sneakers, is performing a handstand against a red wall. The person is balanced on their hands, with one leg extended upwards and the other leg bent at the knee. The wall behind them is made of horizontal wooden planks. The ground is a dark, paved surface. The person's shadow is cast onto the wall to the left.

Sivistys on sitä, että ihminen löytää omat  
voimavaransa ja ulottuvuutensa ja ryhtyy miettimään,  
millä tavalla hänen koko ihmisyytensä pääsee esiin  
tässä elämässä ja mitä hän voi antaa toisille.

- *Reijo Wilenius*

# PSYKOLOGINEN PÄÄOMA

Asennetta, joka näkyy ulospäin hyvinvointina, oma-aloitteisuutena, yritteliäisyytenä, toimeliaisuutena ja vastuuntuntona.

Kehitettävä, harjoiteltava ominaisuus.

Rakentuu neljästä ulottuvuudesta: itseluottamus, toiveikkaus, optimismi ja sinnikkyys.

Tutkitusti yhteydessä työniloon, hyvinvointiin, motivaatioon, työhön sitoutumiseen, kykyyn sopeutua ja joustaa, laajempaan ajatteluun, parempaan ongelmaratkaisukykyyn ja luovuuteen.

# ITSE- LUOTTAMUS

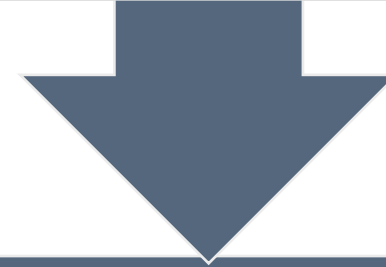
Merkittävin yksittäinen menestymistä selittävä tekijä: Ne, jotka uskovat onnistuvansa, myös onnistuvat.

Pohja ihmisen toiminnalle, merkittävä osa hyvinvointia:

Rohkeus asettaa tavoitteita, kokeilla, yrittää ja erehtyä.

Työskentelyyn panostaminen, aktiivisuus.

Mahdollistaa oman potentiaalin esiin saamisen, osallisuuden ja toimimisen yhteisön hyväksi.



Kontekstisidonnainen ja kehitettävä ominaisuus

Palaute

Arviointi

Hyvään vai  
puutteiden  
korjaamiseen  
keskittyminen

Yhteisöllisyyden  
rakentaminen,  
toisilta saatu tuki



# ARKI- BRILJANSSI

Kokemus arvostuksesta tai sen puutteesta vaikuttaa oleellisesti lapsen käyttäytymiseen ja siihen, miten hän yrittää ilmaista tunteitaan tai tarpeitaan (näkymättömät/haastavasti käyttäytyvät lapset)

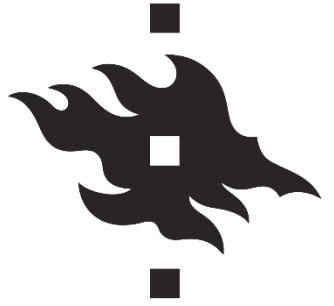
Asenteemme välittyy aina. Aikuiset, jotka viestivät arvostusta, kasvattavat itseluottamusta.

Mitkä asiat jokapäiväisessä toiminnassasi vahvistavat työssäsi kohtaamiesi ihmisten itseluottamusta? Miten viestit arvostusta?



# VALMENTAVA TYÖOTE

**Positiivisen psykologian lainalaisuuksiin perustuva ajattelu- ja toimintatapa, joka tähtää psykologisen pääoman kasvattamiseen ja elinikäisen oppimisen asenteen kehittämiseen.**



Oppilaan tai ryhmän potentiaalin löytämistä ja vahvistamista, oppimiselle suotuisan ilmapiirin rakentamista.

Mielen valmentamista, uusien ajattelu- ja toimintatapojen etsimistä ja löytämistä.

Vierellä kulkemista, oikea-aikaista tukea, toisilta oppimista, yhdessä reflektointia.

Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemista, vahvuuksien kautta toimimista, hyvän etsimistä ja näkemistä.

Parhaimmillaan asenneilmasto, joka näkyy kaikissa kohtaamisissa ja työyhteisön toiminnassa.

# VALMENTAVAN TYÖOTTEEN TYÖKALUT

Oppimiselle  
suotuisan ilmapiirin  
luominen

Luottamuksellisen  
yhteyden  
muodostaminen

Kuunteleminen,  
kysyminen,  
haastaminen

Kieli, tarinat ja  
mielikuvat

Tavoitteet, palaute,  
onnistumiskeskeisyys

# TURVALLISEN TILAN LUOMINEN

Oppilaiden välinen energia, luokan ilmapiiri: Mitä meneillään?

Oma energia: Tunnenko itse oloni turvalliseksi, kykenenkö olemaan läsnä?

Positiiviset tunteet, sallivan yhdessäolon ilmapiiri

Kiireettömyys ja hyvät kohtaamiset

Avoin keskusteluilmapiiri

Jokaisen ainutlaatuisuuden huomioiminen ja kunnioittaminen: Omatahtisuus, erilaisuuden hyväksyminen, oppilaiden aikaansaannosten ja mielipiteiden arvostaminen, kaikenlaisten tunteiden validoiminen, vertailun ja mitätöidyksi tulemisen välttäminen.

# LUOTTAMUKSELLISEN YHTEYDEN MUODOSTAMINEN - KAIKKI MITÄ TÄSSÄ HETKESSÄ ON, ON OK

Tavoitteena turvallisen, kehittymiseen kannustavan tilan avaaminen oppilaalle, ei opettajan asiantuntijuuden näyttäminen

Oppilaan omiin voimavaroihin uskomisen ja omien suunnitelmien kunnioittaminen

Pyrkimys erilaisuuden ymmärtämiseen: Erilaisten innostusten lähteiden ja elämäntilanteiden huomioiminen, joustaminen

Arvostava yhteistyö kotien kanssa

Omien tunteiden tiedostaminen ja huomioiminen, toisen tunteiden validoiminen

# VALMENTAVAN OPETTAJUUDEN YDIN

Itsetuntemus, omien vahvuuksien ja haasteiden tiedostaminen, oman psykologisen pääoman kehittäminen.

Omien arvojen ja tavoitteiden selkeinä pitäminen, oleelliseen keskittyminen.

Omasta hyvinvoinnista huolen pitäminen, oman energian johtaminen.