



Lotta Uusitalo-Malmivaara – Kaisa Vuorinen

## Huomaa hyvä!

Näin ohjaat lasta ja nuorta löytämään  
luontevahvuutensa

Tässä pdf-tiedostossa on mukana kirjasta seuraavat näytteet:

- Sisällys
- Johdanto
- Näytesivut

Tutustu kirjaan  
verkkokaupassamme



# SISÄLLYS

JOHDANTO .....	9
----------------	---

## 1 OSA



HYVINVOINTIA VOI OPPIA .....	19
Paha pitää huolen itsestään, hyvää pitää helliä .....	20
Lähtökohtana positiivinen psykologia .....	22
Hyvinvoinnin teoria .....	26
Onnellisuuden tutkimisesta vahvuuskulttuuriin .....	28
LUONTEENKASVATUS KEHITTÄÄ HYVINVOINTIA .....	31
Hyvän luonteen jäljillä .....	32
Mitä ovat luontevahvuudet? .....	36
Luontevahvuuksiin keskittyvä opetus .....	39
Taitotavoitteet .....	44
Resilienssi eli toipumiskyky .....	44
Myönteiset tunteet .....	53
Kasvun asenne .....	63
Erityishyöty erityisille oppijoille .....	72

# 2 OSA

<b>LUONTEENVAHVUUksiIN KESKITTYYVÄN OPETUKSEN ALOITTAMINEN</b> . . . . .	79
Vahvuusmielen herättely . . . . .	80
Vahvuuskieleen tutustuminen . . . . .	80
Vahvuuksien dokumentointi . . . . .	83
Luonteenvahvuuksien selvittäminen . . . . .	83
Työkaluina kolmenlaisia luonteenvahvuuksia . . . . .	87
Voimavahvuudet . . . . .	88
Ydinvahvuudet . . . . .	89
Kasvuvahvuudet . . . . .	91
Luonteenvahvuuksien käyttö ja säätely . . . . .	92
Esimerkkejä vahvuusopetuksen integroinnista eri oppiaineisiin . . . . .	96
Ideoita tuntiaktiiviteeteiksi . . . . .	100
Vinkkejä muihin aineisiin . . . . .	102
Kuvataide . . . . .	102
Käsityö . . . . .	104
Äidinkieli . . . . .	104
Historia ja uskonto . . . . .	107
Liikunta . . . . .	108
Tiivistelmä . . . . .	109

# LUONTEENVAHVUUDET: ESITTELYT JA HARJOITUKSET

SINNIKKYYS . . . . .	112
ITSESÄÄTELY . . . . .	121
MYÖTÄTUNTO . . . . .	132
HUUMORINTAJU . . . . .	140
INNOSTUS . . . . .	148
KIITOLLISUUS . . . . .	155
LUOVUUS . . . . .	162
OPPIMISEN ILO . . . . .	169
RAKKAUS . . . . .	175
REILUUS . . . . .	181
ROHKEUS . . . . .	186
RYHMÄTYÖTAIDOT . . . . .	193
SOSIAALINEN ÄLYKKYYS . . . . .	199
TOIVEIKKUUS . . . . .	206
UTELIAISUUS . . . . .	213
YSTÄVÄLLISYYS . . . . .	220
KIRJOITTAJAT . . . . .	217
LÄHTEET . . . . .	227
LIITTEET . . . . .	229
HARJOITUKSIIN LIITTYVIÄ MONISTEPOHJIA . . . . .	238
LISÄÄ LUONTEENVAHVUUKSISTA . . . . .	244

# JOHDANTO

Kasvatuksen ja koulun tehtävä on lisätä maailman hyvää opettamalla taitoja, jotka palvelevat yksilöä, yhteisöä ja koko yhteiskuntaa. Minäkään asian opettamisesta ei ole suurta hyötyä, jos osaaminen ei tule käyttöön, jos lapsella tai nuorella ei ole rohkeutta tai sinnikkyyttä valjastaa tietojaan yhteiseksi hyväksi tai jos itsesäätely puuttuu siten, että ensimmäinen takaisku saa hänet takajaloilleen. Hyvä koulu on paikka, jossa on tilaa akateemisen sekä taito- ja taideaineiden osaamisen lisäksi luonteen kasvamiselle.

Joustava luonne ja kyky selviytyä vaikeuksista ovat monin tavoin yhteydessä oppimiseen. Kognitiiviset tiedot ja taidot eivät kehity tyhjiössä, vaan ne ovat vahvasti yhteydessä luonteeseen ja sen kasvuun. Akateemiseen kehittymiseen tarvitaan myös taitoja, joissa on ei-kognitiivisia komponentteja. Näitä ovat esimerkiksi motivaatio, uteliaisuus, itsesäätelykyky ja sinnikkyys. Näistä kahden jälkimmäisen on todettu ennustavan koulumenestystä älykkyydosamäärää enemmän (Duckworth & Seligman 2005).

Lukuisat tutkimukset osoittavat, miten hyvinvoiva ja vahvuutensa tunteva ihminen muita todennäköisemmin menestyy eri elämänalueilla. Vahva ja tasapainoinen luonne ennustaa onnellisuutta. Onnelliset ihmiset ovat terveempiä ja elävät muita pitempään, heillä on todennäköisesti myönteisiä ihmissuhteita ja menestyksekkäs työura.

Onnellisuus on yhteydessä luovuuteen, sinnikkyuteen, luottavaisuuteen, auttavaisuuteen ja sosiaalisuuteen. Nämä kaikki itsessään taas lisäävät onnellisuutta. Ihmiset, jotka osaavat valjastaa vahvuutensa käytännön työkaluikseen, saavuttavat elämässään toivottavia ja myönteisiä asioita muita helpommin.

Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on tehdä jokainen oppija tietoiseksi omista kyvyistään, jottei kukaan koulunsa päättänyt kokiisi, ettei ole hyvä missään. Koulun tehtävä on auttaa lapsia ja nuoria tavoittamaan heidän oma potentiaalinsa sekä kirkastaa jokaisen vahvuudet. Tällä ei tarkoiteta latteaa, mitään merkitsemätöntä hymistelyä vaan todellisiin havaintoihin perustuvaa vahvuuksien tietoista nostamista esiin.

Positiivisen pedagogiikan tavoitteena on sekä ennaltaehkäistä että mahdollistaa. Ennaltaehkäisyn näkökulma tarkoittaa, että koulussa opetetaan monipuolisesti erilaisia luonteen taitojen työkaluja. Luonteen ei pidä kehittyä elämän kolhujen ja pahoinvoinnin kautta, vaan lapsille tulee antaa eväitä, joilla parannetaan mielen kimmoisuutta ja voimaa säilyä eheänä ja toipumiskykyisenä vaikeissakin paikoissa. Mahdollistaminen puolestaan tarkoittaa monipuolisten näkymien avaamista jokaiselle oppijalle. Kaikilla on useita teitä valittavanaan, ja niille on laitettava viitat. Koulu ei ole vain oppiainelaitos vaan parhaimmillaan vuorovaikutuksen ja ihmisenä kasvamisen aarreaitta, josta ammennetaan kokonaisvaltaiseen yksilöiden ja yhteisön kukoistukseen. Kannustava palaute, omien luonteenvahvuuksien löytäminen sekä sinnikkään työntöön ja siitä nauttimisen oppiminen avaavat myönteisiä kehityskulkuja pitkälle tulevaisuuteen.

Olemme testanneet luonteenvahvuusopetusta kymmenissä kouluissa ja päiväkodeissa. Näistä suuresta osasta on kerätty tutkimustietoa. Kaisan väitöskirja luonteenvahvuusopetuksen yhteyksistä sekä

oppilaiden että opettajien hyvinvointiin kokosi useiden interventioiden tulokset yhteen (Vuorinen 2022) ja osoitti vahvuuksien käytön ja onnellisuuden kulkevan käsi kädessä (Vuorinen, Hietajärvi & Uusitalo 2021). Emme kuitenkaan edes tiedä, mitä kaikkea kekseliäät opettajat ja opiskelijat ovat Huomaa hyvä -pedagogiikasta ammentaneet. Tulokset ovat hyvin rohkaisevia. Vierailumme lapsiryhmissä ja luokissa eri puolilla Suomea ja muissa maissa, kuten Ruotsissa, Thaimaassa ja Indonesiassa, eivät lakkaa hämmästyttämästä. Vahvuusteemaa on opetettu niin matematiikan tunneilla kuin kotitaloudessa, päiväkotiryhmissä ja aikuiskasvatuksessa. Vahvuusvaris on löytänyt tiensä korvakoruiksi, leivonnaisten päälle ja mitaleihin sekä kokonaiseksi digitaalseksi palveluksi (positive.fi). Voimme syystäkin puhua liikkeestä hyvän havaitsemiseksi.

Luokissa vetämämme tutkimukselliset interventiot ovat olleet määräämittäisiä ja strukturoituja. Vahvuusopetus ei periaatteeltaan ole kuitenkaan mikään yksittäinen, tarkka-aikainen ohjelma vaan opetus- tai varhaiskasvatussuunnitelman ja käytännön lukujärjestyksen läpäisevä pedagoginen filosofia. Vahvuusperustainen opetus ei myöskään vaadi lisälaitteita tai muita erityisjärjestelyitä. Sijoitus oppia positiivisen pedagogiikan tulokulma tuottaa itsensä takaisin todennäköisesti monenlaisissa onnistumisissa. Ennen kaikkea pienetkin onnistumiset tulevat helpommin havaituiksi.

Interventioiden lupaavat tulokset kannustavat meitä jatkamaan luontevahvuusopetuksen tutkimista ja siitä kertomista. Oppilaiden itseluottamuksen, luokassa koetun turvallisuuden ja keskinäisen kunnioituksen kasvu sekä oppimisen ilon löytyminen ovat keskeisiä havaintojamme. Opettajien innostus aihetta kohtaan on ilmeinen, ja koulutusta vahvuuspohjaiseen pedagogiikkaan kaivataan lisää. Vahvuusinterventioon osallistuneet opettajat ovat kokeneet myös oman

hyvinvointinsa parantuneen ja positiivisen psykologian aiheisiin pe-rehtymisen lisännen onnellisuuttaan (Vuorinen, Erikivi & Uusitalo-Malmivaara 2019). Myötätuntoiseen organisaatiokulttuuriin täh-dänneet päiväkodinjohtajille suunnatut ohjelmamme ovat niin ikään olleet menestyksekkäitä (Vuorinen, Pessi & Uusitalo 2021). Niistä li-sää myös teoksessa Myötätunnon mullistava voima (toim. Pessi, Mar-tela & Paakkanen 2017).

Käsillä olevan teoksen kolmen ensimmäisen painoksen ilmestymi-sen jälkeen vahvuuskoulutus ja -tutkimus on jatkunut hyvin aktiivi-sena. Olemme saaneet kiittää paitsi Suomea myös vierailta lukuissa muissa maissa kertomassa positiivisen kasvatuksen mahdollisuuksis-ta. Huomaa hyvä! -kirja on ilmestynyt myös ruotsiksi (Se det goda!), englanniksi (See the Good!) ja kiinaksi. Opetushallituksen valtuutuk-sella kiersimme vuosien 2019–2020 aikana 80 suomalaisessa kunnas-sa kertomassa positiivisesta tulokulmasta oppimiseen ja opetukseen. Huomaa hyvä! -materiaaleihin kuuluvat Vahvuusvariksen bongaus-opas, Vahvuusvariksen tarinakirja, Vahvuuskalenteri sekä toiminta-kortit ja oppilaskortit. Lisäksi olemme tehneet muun muassa joulu-kalenterin, tarroja, kaulanauhan ja rintanappeja. Varis liihottaa mones-sa mukana! Suuri etappi hyvän huomaamiselle oli jaetun ensimmäi-sen sijan voittaminen Positiivisen CV:n innovaatiolla Sitran Ratkaisu 100 -haastekilpailussa syksyllä 2017 (Sitra 2017). Vahvuusopetus kos-kettaa. Emme vielä ole kohdanneet oppilasta, opettajaa tai vanhem-paa, joka ei olisi kokenut tarpeelliseksi kääntää katsetta kohti etevyy-den moninaisuutta. Seuraavassa on vahvuusopetukseen osallistunei-den 11–12-vuotiaiden oppilaiden kommentteja.



## Kenelle suosittelisit vahvuusopetusta?

*”Sellasille, jotka riehuu paljon ja haluaa tosi paljon huomioo. Ne oppii enemmän itsestään ja toisistaan. Ja pystyy kehuun muita. Niistä tulee parempii ystävii vaikka ne ei oo koskaan niin hyvin tuntenut ja haukkunut toisii vaik ei tunne niin hyvin toisii.”*

*”No esim, jos joku on esim. vähän masentunut. Tai jos on vähän liian villi niin kannattaa. Tai jos joku on ollut vähän niin kuin luokan pelle, tai jos on aina esim. myös kiusannut muita niin sitä myöskin toimii.”*

*”Surulliselle ihmiselle. No koska mä luulen, että niille tulee kyllä parempi elämä siitä. Koska jos ne vaikka oppii sitä myötätuntoa ja rakkautta, niin siitä tulee hyvä mieli niille.”*

## Mitä olet oppinut tunneilta?

*”Olen ymmärtänyt asioita paremmin. Esim. ennen jos mä olen nähnyt jonkun henkilön, niin mä olen ajatellut, että tossa ei ole mitään erikoista. Mutta nyt kun mä mietin sitä, esim. sen jotain vahvuutta että okei toi on oikeesti sellainen urhea ja kiva tyyppi.”*

*”No ihan säätelystä, että onko järkevää että kannattaako tässä, että harkitsevaisuutta. Onks hyvä idea tässä niinku alkaa huudella ja metelöidä vai ihan niin ku kuunnella.”*

*”On jäänyt mieleen rakkaus, että tekee hyviä pikku rakkausjuttuja toisille. Ja se tekee hyvän mielen itelle. Ja toiselle. Ja sitä on jäänyt vielä myötätunto. Eli myötätunto ja kaikki ne asiat yhdessä, niin tulee hyvä mieli.”*

Myös interventioissa mukana olleilta opettajilta on tullut rohkaisevia kommentteja:

*”On ollut todella antoisaa olla osallisena interventiossa ja saada opettaa vahvuustunteja viidesluokkalaisille. Koen asian äärimmäisen tärkeäksi ja toivon että suomalainen koulu muuttuisi enemmän siihen suuntaan, että hyvinvointitaitoja voitaisiin opettaa akateemisten taitojen rinnalla. Koen, että opetus vaikuttaa valtavasti ryhmän ilmapiiriin ja oppilaiden henkiseen hyvinvointiin sekä antaa oppilaille välineitä saada parhaat puolet esiin itsestään, ja opettajille ja vanhemmille välineet kutsua näitä puolia esiin lapsissa. Meillä on ollut hienoja kohtaamisia, hetkiä ja keskusteluja tunteilla. Tällainen opetus on satsaus oppilaiden tulevaisuuteen ja mielenterveyteen ja parasta syrjäytymisen ehkäisyä.”*

*”Murrosikää lähestyvien lasten tunteiden kuvaaminen ja ilmaiseminen helpotti opetuksen kautta, varsinkin kun heidän ei tarvitse enää pelätä sanaa rakkaus. Heidän sanallinen skaalansa on todella laajentunut, erityisesti pojilla.”*

Vaikka tässä kirjassa puhutaan pääasiassa päiväkodista, koulusta ja opettajista, vahvuuskasvatus on sovellettavissa muihinkin yhteisöihin, joissa ihmiset ovat kiinnostuneita vaikuttamisesta hyvän kautta. Olitpa varhaiskasvatuksen opettaja, luokanopettaja, aineenopettaja, äiti tai isä, mummo tai vaari, valmentaja, johtaja tai kirjaston työntekijä, olet luonteen kasvattaja. Olet muokkaamassa kaikkien niiden lasten, nuorten ja aikuisten luonnetta, joiden kanssa olet tekemisissä. Luonteenkasvatus on läsnä kaikessa: siinä, miten puhut toisille, kuinka käyttäydyt, miten hallitset tunteitasi ja millaisia tekoja kannustat tekemään. Vahvuuksille rakentaminen ja toisessa piilevän positiivisen potentiaalın näkeminen tulee esiin kaikissa niissä odotuksissa, joita toisiin kohdistat, sekä ajatuksissa ja asenteissa, joita siirrät eteenpäin.

Luonteenkasvatus ja luonteenvahvuuksien opettaminen ja oppiminen ovat aikuisten ja lasten jakama matka. Lapset tarkkailevat jatkuvasti, mitä aikuiset tekevät, ja he oppivat esimerkistä. Sen, mitä vaadimme lapsilta, tulee näkyä myös omassa elämässämme ja työssämme. Siksi positiivisen pedagogiikan ytimessä on ajatus: huomaa hyvä, rakenna elämäsi vahvuuksille ja näytä se muille.

Tervetuloa mukaan oppimaan itsestäsi ja omista vahvuuksistasi ja kokemaan positiivisen psykologian voima omassa elämässäsi samalla kun ohjaat lapsia ja nuoria löytämään omat luonteenvahvuutensa.

Helsingissä 25. syyskuuta 2022

Sydämellisesti

Lotta Uusitalo ja Kaisa Vuorinen

huomiota tulisi suunnata myös hankaliin hetkiin: ”Mitä vahvuuttani en juuri nyt käytä, vai käytätkö jotakin liikaa?” Usein sorvaamalla hieman ydinvahvuuttamme pääsemme parempaan tulokseen kuin kasvuvahvuuksia kutsumalla tai heikkouksia korjaamalla. Vahvuksiemme muokkaaminen on kiitollista. Olemme jo entuudestaan vahvoilla emmekä ajaudu herkästi puolustuskannalle kuten heikkouksiin kajottaessa. Tämä pätee erityisen hyvin lapsiin, jotka saavat toistuvasti negatiivista palautetta. Reflektointi vahvuuksien käytöstä on oleellinen osa positiivista pedagogiikkaa ja lisää luottamusta selviytyä mitä eriskummallisimmista tilanteista.

Kolme tärkeää hetkeä (McQuaid 2015):

1. Kun kaikki sujuu hienosti ja nojaan kuin kohti elämää. → Mitä vahvuutta tai vahvuuksia käytän?
2. Kun käytän vahvuuksiani liian vähän ja epäröin. → Mitä pitäisi tehdä? Mitä vahvuuksia voisin ottaa käyttööni?
3. Kun asiat eivät suju, vaikka pitäisi. → Mitä vahvuuttani käytän liikaa?

## ESIMERKKEJÄ VAHVUUSOPETUKSEN INTEGROINNISTA ERI OPPIAINEISIIN

Luontevahvuuksiin keskittyvässä opetuksessa on kyse hyvän varaan rakentuvasta kasvattamisesta. Ei voida sanoa, että pedagogiikka sopisi johonkin oppiaineeseen paremmin kuin toiseen. Kaikkiaan läpileikkaavana kasvatusfilosofiana vahvuusopetus sopii hyvin suomalaiseen, opettajalle paljon vastuuta suoavaan koulujärjestelmään ja uusiin opetussuunnitelman perusteisiin. Yksittäisiä vahvuuksia voi opet-

taa tunnin viikossa tai lukujärjestystä lävistävästi. Jokaisessa oppiaineessa on suuri määrä mahdollisuuksia integroida vahvuuksia pieniin hetkiin tai isompiin kokonaisuuksiin. On hyvä miettiä yhdessä oppilaiden kanssa, vaativatko eri aineet erityisiä vahvuuksia tai kehittääkö jonkin aineen opiskelu erityisesti joitain tiettyjä vahvuuksia. Entä miten oppilaat omasta mielestään voivat hyödyntää omia vahvuuksiaan eri aineissa? Onko jokin aine sellainen, jossa tarvitaan erityisen paljon voimavahvuuksia? Professori Mathew White puhuu ”caught & taught” -metodista, jossa luonteenvahvuuksia opetetaan suoraan, kuten oppitunnilla, sekä oman esimerkin kautta tai vaikkapa huomauttamalla loistokkaasta luovuuden osoituksesta tai pysäyttämällä ystävällisesti toimivan oppilaan ja kiittämällä häntä palautteen muodossa (White & Kern 2018).

## Vahvuusopetus kielten luokassa

*”Aineenopettajalla on paljon oppilaita ja ryhmät vaihtuvat tunteittain. Fokus on opetettavassa aineessa ja oppilaiden kognitiivisissa taidoissa, tulevissa kokeissa ja akateemisessa pärjäämisessä. Oppilaiden toivotaan ja oletetaan tekevän hommansa ja käyttäytyvän hyvin, mutta kehys ja syvyys kaikelle toiminnalle sekä oppilaan näkeminen kokonaisena persoonana jää helposti uupumaan.”*

*Elina Paatsila, englannin ja ranskan lehtori, Espoo*

Elina Paatsila on kehittänyt vahvuusopetusta omassa englanninopetuksessaan alakoulussa, ja alustavat kokemukset ovat erittäin lupaavia. Kielten luokassa tarvitaan monenlaisia ominaisuuksia tukemaan kognitiivisia taitoja ja tuntitoimintaan osallistumista, puhumattakaan kielen käyttämisestä luokan ulkopuolella todellisen elä-

män tilanteissa. Tarvitaan rohkeutta käyttää vierasta kieltä, luovuutta löytää erilaisia tapoja ilmaista asiat, sinnikkyyttä harjoitella ja opetella vaikeitakin asioita, itsesäätelykykyä, jotta voi keskittyä opiskeluun ja ryhmätöitä toimiakseen muiden kanssa joustavasti. Vahvuuksien esiin tuominen tukee erilaisia temperamentteja ja oppijoita. Se on myös kulttuuriset raja-aidat ylittävä teema. Tuntitoiminta on hyvä suunnitella niin, että jokainen saa käyttää tunteilla omia vahvuuksiaan ja turvallisesti kehittää niitä puolia, jotka kaipaavat vielä harjoitusta.

Paatsila on valinnut 13 luonteenvahvuutta, jotka sopivat erityisen hyvin tukemaan kielten opiskelua. Näiden vahvuuksien käyttö vaikuttaa tuntitoimintaan osallistumiseen, opiskelutaitoihin, ryhmän ilmapiiriin ja siten myös oppimistuloksiin. Lukukauden opetus on suunniteltu niin, että muun muassa sinnikkyyttä, rohkeutta ja sosiaalista älykkyyttä voidaan opettaa oppiaineen ohessa. Kieli on vuorovaikutuksen väline, ja kielten tunnit ovat mainioita tilaisuuksia pohtia vuorovaikutuksellisia kysymyksiä kulttuurisesti ja inhimillisesti. Eri kulttuureissa ja kielissä on erilaiset tavat toimia sosiaalisissa tilanteissa. Myös kohteliaisuusfraasit, small talk ja kohtaamisten sävyt vaihtelevat. On kuitenkin olemassa inhimillisesti kulttuurista toiseen pyssyviä arvoja, joita vahvuuksien esiin nostaminen tukee. Ystävällisyys, reiluus, rakkaus, myötätunto ja sosiaalinen älykkyys ovat ominaisuuksia, joita kannattaa aina tukea. Siksi voitaisiinkin suullisen kielitaidon sijaan alkaa puhua sosiaalisesta kielitaidosta. Se sisältäisi syvemmin kielen käyttämisen vuorovaikutuksellisen ulottuvuuden.

Paatsila on huomannut, että vahvuuksien tuominen luokkaan motivoi oppilaita, luo hyvää ja kannustavaa ilmapiiriä, edistää työrauhaa ja tuo oppilaat lähemmäs opettajaa. Hän uskoo, että oppilaat kokevat tulevaisuutta paremmin nähdyiksi kokonaisina ihmisinä. Vahvuus-

pohjainen opetus tukee oppilaan toimijuutta luokassa ja luokan ulkopuolella. Se antaa oppilaille välineet kehittää omia työskentelytaitojaan ja ryhmässä toimimisen taitojaan ja näin edistää oppiaineen haltuunottoa.

Paatsilan mielestä toimintatapojen tukemisen voisi ottaa huomioon arvioinnissakin. Nykyinen numeroarviointi ei kerro mitään esimerkiksi oppilaan sinnikkyydestä, luovuudesta tai oppimisen ilosta eikä tue oppimista tai rohkeutta yrittää. Oppilaiden kokonaiskehityksen ja vahvuuksien tukeminen on tärkeää paitsi heidän hyvinvointinsa myös heidän oppimisensa ja tulevaisuutensa kannalta. Sinnikkyden, rohkeuden ja sosiaalisten taitojen tukeminen sisältyvät monin eri tavoin Paatsilan opetussuunnitelmaan muun opetettavan aineksen ohessa. Vain opettajan mielikuviutus on rajana, miten kehitellä materiaaleja ja aktiviteetteja opettamaan ja harjoittamaan näitä vahvuuksia.

Tämän lisäksi Paatsilan tunneilla on aktiviteetteja, joissa oppilaat voivat käyttää eri vahvuuksiaan. Näitä toimintoja ovat toiminnalliset pelit ja leikit (luovuus, innostus, uteliaisuus, rohkeus, sinnikkyys, sosiaalinen älykkyys, huumorintaju, itsesäätely, reiluus), suulliset harjoitukset, kuten vuoropuhelut ja roolileikit (rohkeus, sosiaalinen älykkyys, luovuus), kirjalliset tehtävät (sinnikkyys, itsesäätely, uteliaisuus, oppimisen ilo, toiveikkuus, harkitsevaisuus), pari- ja ryhmätyöt (ystävällisyys, reiluus, sosiaalinen älykkyys) ja monet muut, kuten sähköiset oppimateriaalit. Näkökulmanottoa tarvitaan, kun tutustutaan uuteen kulttuuriin ja asetutaan toisesta kulttuurista tulevan ihmisen asemaan.

Paatsila kertoo: ”Tämä kaikki on siis tuttua, eikä muu muutu kuin se, että vahvuuksien käyttö tuodaan näkyviin ja se sanoitetaan. Muutos tapahtuu opettajan ajatuksissa ja puheessa ja luokassa esillä ole-

vissa vahvuuksien käyttöön liittyvissä materiaaleissa sekä siinä, että erilaisia tehtävätyyppejä tuodaan tunneille monipuolisesti niin, että jokainen oppilas saa käyttää vahvuuksiaan tunneilla. Temperamentillaan erilaisilla oppilaille kun on hyvinkin eri vahvuudet kielten opiskelijoina. Oppituntien jälkeen oppilaat merkitsevät tunnilla käyttämänsä vahvuudet vahvuustauluun. Onnistumisiin kiinnitetään huomiota ja valokeila on yhtä paljon tavoissa toimia kuin lopputuloksessa. Kielistipendit jaetaan vahvuuksien pohjalta.”

## IDEOITA TUNTIAKTIVITEETEIKSI



**Secret friend:** Jokaiselle oppilaalle annetaan salainen ystävä, jonka toimintaa ja vahvuuksien käyttöä hän tarkkailee viikon ajan. Ystävälle tehdään kortti, jossa kerrotaan havainnot vahvuuksista ja niiden käytöstä. Kortit jaetaan luokassa "Guess who?"-leikkiä käyttäen, eli oppilas kuvailee salaisen ystävänsä vahvuuksia ja muut arvailevat, kenestä on kyse. Lopuksi salainen ystävä saa kortin itselleen muistoksi.



**Letter to future self:** Oppilaat kuvittelevat itselleen parhaan mahdollisen tulevaisuuden ja pohtivat, mitä vahvuuksia tarvitsevat saavuttaakseen tavoitteensa. Futuurin käyttöön sopiva harjoitus.



**What went right:** Oppilaat miettivät jotain itselleen tärkeää saavutusta ja pohtivat, mitä vahvuuksia käyttivät saavuttaakseen tavoitteensa. Imperfektin harjoitteluun sopiva harjoitus.