



PL 303  
40101 Jyväskylä



Lotta Uusitalo-Malmivaara – Kaisa Vuorinen

## Huomaa hyvä! – Vahvuusvariksen bongausopas

PS-kustannus, nid. 178 s. Hinta 40,-  
ISBN 978-952-451-746-1

### Lapset ja nuoret kasvavat sellaisiksi, joiksi heitä innostetaan ja kannustetaan

Yksi toimivimmista keinoista kasvattaa hyvinvointia on osoittaa lapsille heidän vahvuutensa ja opettaa, miten niitä voi hyödyntää. Luonteenvahvuudet ovat muokkaantuvia ja kehitettäviä taitoja, joiden avulla yllämme parhaimpaamme ja saavutamme tavoitteitamme. Mutta ennen kuin pystymme tähän, on tärkeää tunnistaa sekä omat että muiden vahvuudet. Vahvuuksien tunnistaminen ja näkyväksi tekeminen rohkaisevat lasta ja nuorta uskomaan itseensä ja pärjäämään elämässä.

12.5.2017 ilmestyvään *Huomaa hyvä! – Vahvuusvariksen bongausopas* -kirjaan on koottu tietoa ja harjoitteita vahvuuksista, jotka ovat tärkeitä erityisesti lasten ja nuorten kanssa työskennellessä. Näitä ovat esimerkiksi sinnikkyys, itsesäätely, rohkeus, sosiaalinen älykkyys ja huumorintaju. ”Bongausopas auttaa kasvattajaa näkemään jokaisen lapsen ja nuoren mahdollisuudet ja ruokkimaan osaamista monipuolisesti”, kertovat kirjan kirjoittaneet Lotta Uusitalo-Malmivaara ja Kaisa Vuorinen.

Luonteenvahvuuksien taustalla oleva positiivinen psykologia on ottanut jalansijaa myös Suomessa. Tieteenala on vaikuttanut niin kasvatukseen kuin työyhteisöihin. ”Suomessa kasvava

joukko opettajia, terveys- ja sosiaalialan työntekijöitä, valmentajia, kouluttajia ja liike-elämän edustajia on ottanut positiivisen psykologian tietoiseksi lähestymistavakseen. Tämä tarkoittaa keskittymistä siihen, mikä on ehjää ja kunnossa ja minkä varaan kannattaa rakentaa. Korjaimisen traditio elää kasvatuksessa ja opetuksessa vankasti. Tarkastelemme suoritusta ja sen jälkeen kerromme, mitä siinä olisi voinut tehdä paremmin”, kirjoittajat sanovat.

Uusitalo-Malmivaara ja Vuorinen uskovat, että meistä jokaisella on taipumus tulla sellaisiksi, joiksi meitä innostetaan ja kannustetaan. Luonteenvahvuuksien korostamisessa kyse ei kuitenkaan ole turhanpäiväisestä kehujen suitsuttamisesta. Kirjan kirjoittajat muistuttavat, ettei vahvuuskeskeinen kasvattaja sivuuta lapsen kehittymisen tarpeita. Sen sijaan hän auttaa kannustavalla ja rohkaisevalla palautteellaan lasta ymmärtämään, mikä oppimisprosessissa sujui hyvin ja mitä olisi tärkeää vielä oppia lisää.

#### **Yhteystiedot:**

**Lotta Uusitalo-Malmivaara**  
lotta.uusitalo-malmivaara@helsinki.fi  
puh. 0400 514 365

**Kaisa Vuorinen**  
kaisa.vuorinen@helsinki.fi  
puh. 041 527 0978

#### **Lisätiedot ja arvostelukappaleet:**

PS-kustannus  
**Sari Malinen**  
sari.malinen@ps-kustannus.fi  
puh. 040 747 2078

