

Menetelmä 6 - 5: Päätös

Viimeinen osio on käsillä ja voit jo tässä vaiheessa onnitella itseäsi, että aivan huikea suoritus! Jotta meidän ei tarvitsisi arjessa tai työssä käyttää paljon energiaa hyvän huomaamiseen tai luontevahvuuksien esiin nostamiseen, vaan luontaisesti vahvistaisimme optimismia ja kasvun asennetta, tarvitaan harjoittelua. Ensimmäinen askel on kuitenkin tieto eli tarvitsemme uutta tietoa. Tällä kurssilla olette saaneet laaja-alaisesti tietoa positiivisesta kasvatuksesta. Tieto osio on tältä osin kunnossa.

Seuraava askel on tietojen siirtyminen taidoiksi ja siihen pääsemme harjoituksen kautta. Ehkä toteutamme aluksi esimerkiksi optimismin VAHVA-mallia hieman kömpelösti, haparoiden ja kokeillen, mutta mitä enemmän tulee toistoja, sitä varmemmaksi toiminta muuttuu. Se on kuin juoksemaan opettelemista. Ensimmäiset lenkit ovat lyhyitä ja lenkin jälkeen on aivan ryytynyt ja loppu. Mitä enemmän juoksemista harjoittelee, sitä paremmin se sujuu ja loppujen lopuksi voimme saada lenkillä flow-kokemuksia. Kun positiivisen kasvatuksen opeista on tullut arjessa toteutettavia taitoja, niin loppujen lopuksi ne muuttuvat voimavaroiksemme. Tällä tarkoitan tiedostetun muuttumista tiedostamattomaksi. Toistoja tulee niin paljon, että aivojemme ”ohjelmointi” muuttuu. Huomaamme hyviä hetkiä automaattisesti ja meillä on enemmän työkaluja ratkaisujen työkalupakissa. Kohtaamme vähemmän konfliktitilanteita ja meillä on kykyä ja taitoa selvitä niistä. Taito muuttuu voimavaraksi ja avuksi arkeen sekä työhön.

Seuraavaksi te kurssilaiset siirrytte taito osioon eli lähдете harjoittelemaan näitä verkkokurssilta saamianne tietoja käytännössä tai ehkä olette jo lähteneet. Tästä voit jatkaa myös muille verkkokursseille.

Nyt voitkin juhlistaa omalla tavallasi kurssin päätöstä. Esimerkiksi kuuntelemalla lempimusiikkikappaleen tai tekemällä jonkun mukavan mielikuvaharjoituksen tai kilauttamalla kaverille, että ”*Hei kuule. Minä tein sen!*” tai sitten vaan kiittämällä itseäsi, että ”*Huippusuoritus! Hienosti tehty.*” Ja tietenkin kannattaa käydä lunastamassa oma todistus kurssin suorittamisesta. Kun olet merkinnyt kaikki osiot suoritetuksi, todistus ilmestyy etusivulle. Järjestelmästä saa suppean todistuksen. Jos haluat laajan todistuksen, laita viestiä asiakaspalvelu@kasvatusneuvoja.fi.

Ihanaa, että olit kurssilla. Toivottavasti, joskus vielä kohtaamme!