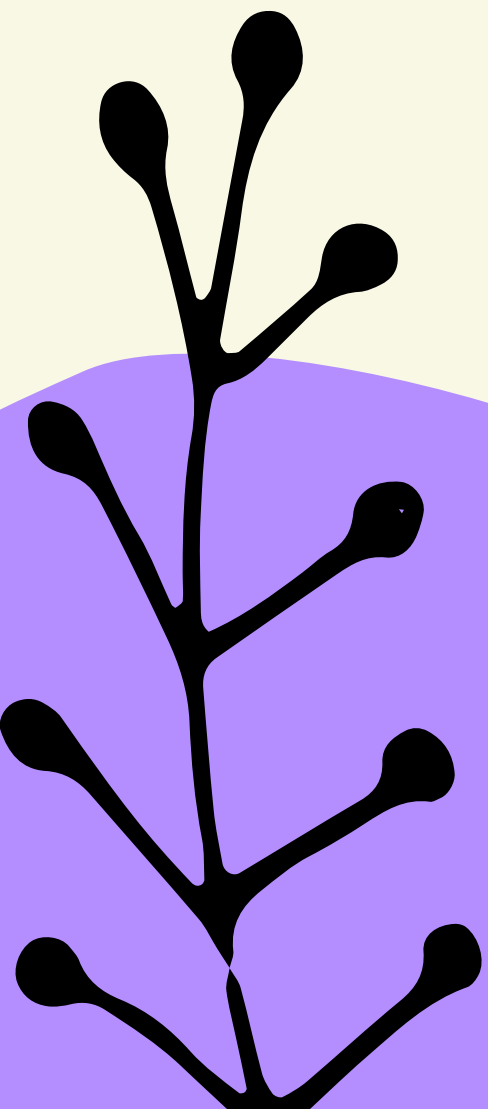


OSA 5 - AIHE 5

Ilo olla minä!

- kasvattajan hyvinvointi ja positiivinen kasvu

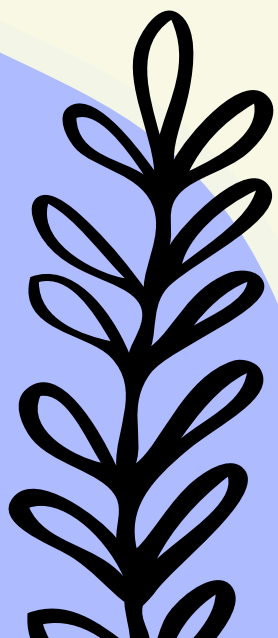


ARVOT JA HYVINVOINTI

- Omien arvojen tunteminen ja arvojemme mukainen elämä parantaa hyvinvointia

ARVOT

- REILUUS
- LOJAALISUUS
- JOUSTAVUUS
- LUOVUUS
- ANTEEKSIANTO
- REHELLISYYS
- HAUSKUUS
- JÄRJESTYS
- KUULIAISUUS
- JÄRKI
- PALVELUS
- SUVAITSEVAISUUS
- AIKAANSAAMINEN
- MAINE
- PERHE
- SEIKKAILU
- VAPAAUS
- ONNELLISUUS
- TASA-ARVO
- YHTEISÖLLISYYS
- TERVEYS
- VALTA
- RAKKAUS
- LUONTO
- RAUHA
- HENKISYYS
- NAUTINTO
- KIITOLLISUUS
- RAHA
- YHTEISTYÖ
- VIISAUS
- ROHKEUS
- AUTONOMIA
- HYVÄKSYNTÄ
- MERKITYS
- IHMISSUHTEET
- URA/TYÖ
- KASVU
- TOTUUS
- TOIVO
- LIIKUNTA
- AITOUS
- TURVA
- KUNNIOITUS
- MYÖTÄTUNTO
- VAIKUTTAVUUS



ARVOT ERI ELÄMÄNALUEILLA

- Opiskelu ja työ
- Perhe ja vanhemmuus
- Ystävät ja kumppanit
- Vapaa-aika
- Kokonaisvaltainen hyvinvointi
 - Fyysinen
 - Henkinen

OMAT ARVOT

- Sisäisiä
- Haluamme itse elää juuri näiden arvojan mukaan
- Ne ovat itse valitsemiamme
- Emme pidä niitä arvoina muiden takia



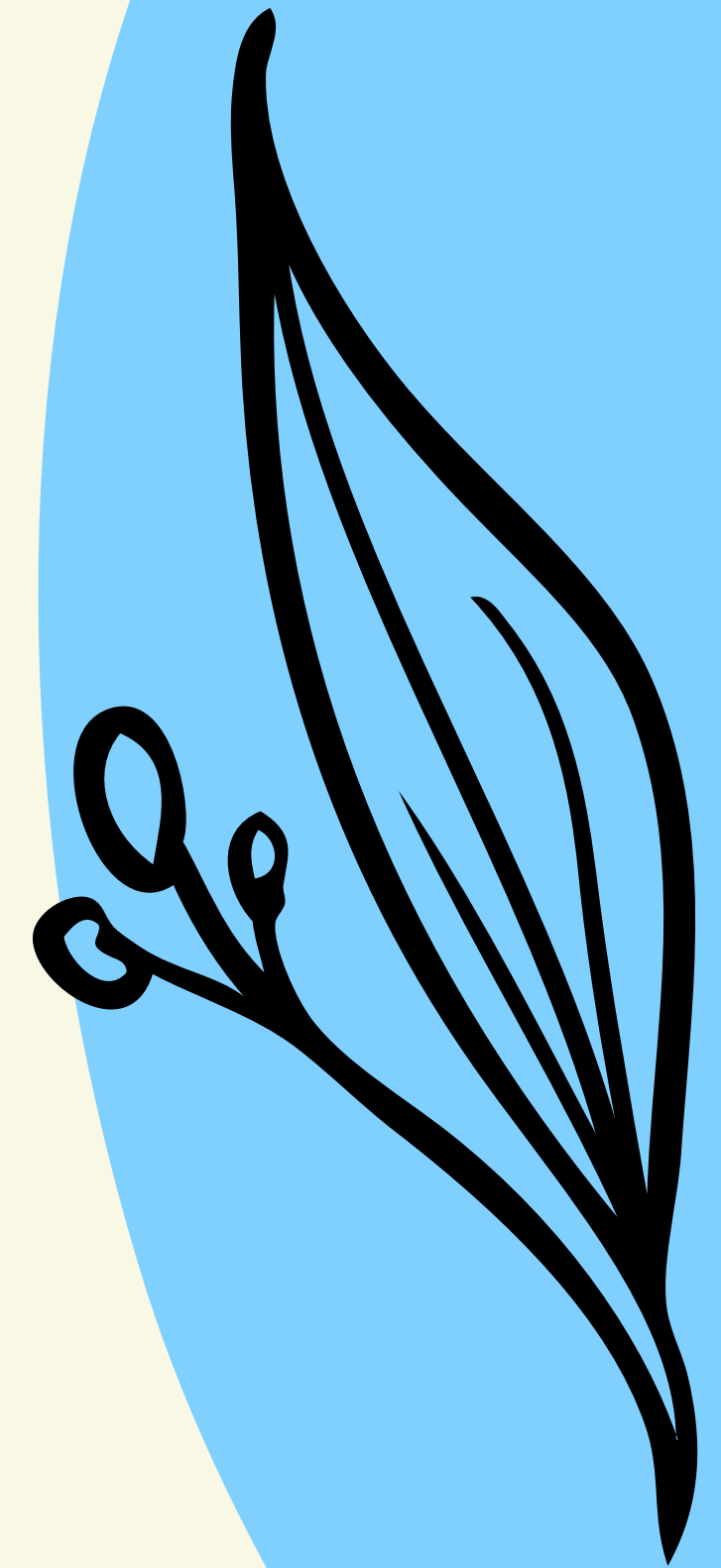
ARVOJEN JA TOIMINNAN RISTIRIITA

- Toimintamme ei vastaa arvojamme
- Joudumme toimimaan arvojemme vastaisesti

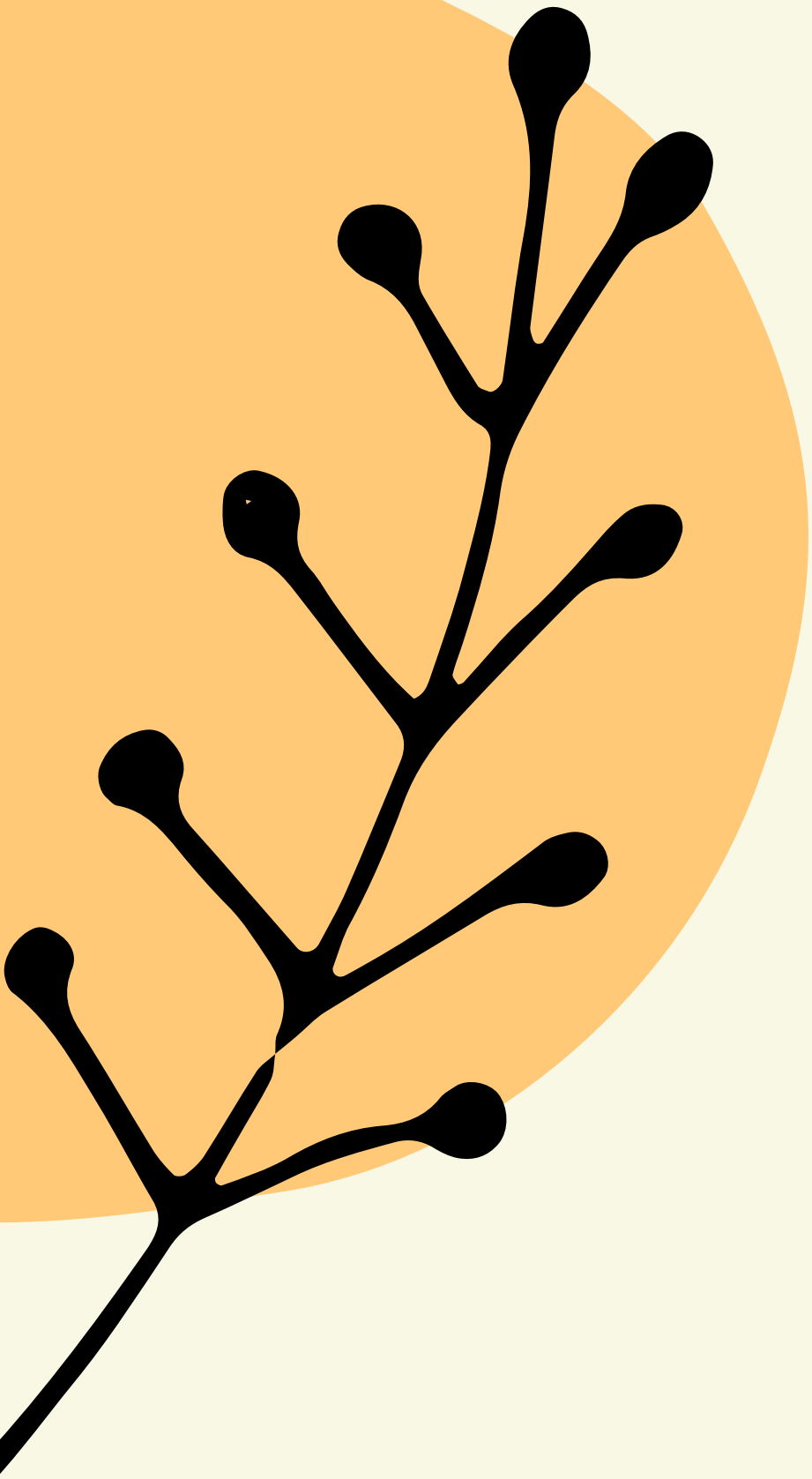


ARVOT OHJAAJAT

- Miten saamme arvomme näkyviin elämässämme?
- Arvot näkyvät teoissamme ja valinnoissamme



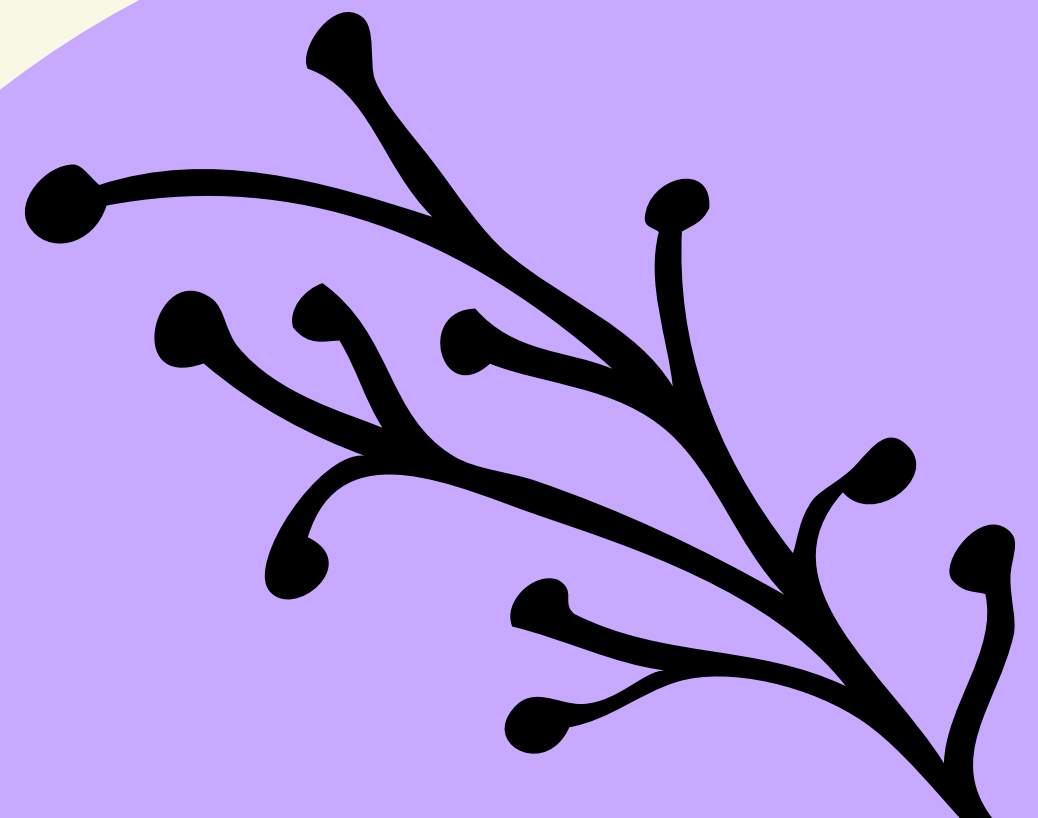
ARVORISTIRIIDAT



- Arvomme ovat ristiriidassa toisten kanssa
- Kotona, työpaikalla tai muissa ympäristöissä
- Aiheuttaa usein konflikteja, jos puuttuu toisen arvojen kunnioitus

ARVOJEN MUUTTUVUUS

- Saattavat muuttua monta kertaa elämänaikana
- Elämänmuutokset ja -kriisit usein taitekohtia





YDINAJATUKSET

- Arvojen tunteminen lisää itsetuntemusta
- Arvojen mukainen elämä lisää hyvinvointia
- Arvojen tulisi olla sisäisiä eli meidän omia
- Arvomme näkyvät parhaimmillaan kaikilla elämänalueilla
- Arvot voivat muuttua elämänaikana useasti