

Tervetuloa Räjähdyksvaara 2.0! - lapsen ja aikuisen tunnetaitojen, itsesäätelyn ja itsemyötätunnon kurssille!

Voit ensiksi aloittaa sillä, että taputat itseäsi olalle ja sanot: ”Hyvä minä!” Omien kasvattajan taitojen parantaminen on aina upea asia ja sinun kannattaa kiittää itseäsi, että olet lähtenyt tälle matkalle.

Seuraavaksi voit sulkea silmäsi ja kuulla minun taputtavan sinulle. Haluan antaa aplodit joka kerta, kun kasvattaja näkee vaivaa omien taitojensa parantamiseksi: lukee kirjaa tai kuin sinä nyt osallistuu kurssille tai etsii tietoa muilla tavoin. Jokainen teko paremman kasvatuksen puolesta ei kosketa vain sinua ja lasta, vaan parantaa koko maailmaa.

Haluan aluksi kertoa sinulle, miten saat kaiken irti kurssin käynnistä, mutta sitä ennen muutama sana omasta taustastani. Aloitan aina esittelyn ensin kertomalla jotain muuta kuin tittelijonolla, koska olen elämäni aikana huomannut, että titteli ei aina takaa tietoa ja tieto ei aina riipu tittelistä. Tärkeimpinä ominaisuuksinani näen ikuisen tiedonjonon ja uteliaisuuden. Opiskelen koko ajan lisää ja etsin jatkuvasti tietoa. Siksi tutkimuksia ja koulutuksia on vuosien varrella kertynyt paljon. Kaikki kuitenkin liittyvät tavalla tai toisella lasten kasvatukseen. Lasten hyvinvointi on jo vuosia ollut lähimpänä sydäntäni. Olen jo 13-vuotiaana aloittanut lastenhoitajana perheissä ja ollut sen jälkeen eri työtehtävissä vastaten aivan pienistä vauvoista nuoriin aikuisiin saakka. Olen toiminut eri ympäristöissä, muun muassa varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja nuorisotyössä.

Yli kahdeksan vuotta sitten aloin kehittää omaa llo olla yhdessä! - kasvatustietoa ja nyt olen vuosia kiertänyt ympäri Suomea kouluttamassa ja kurssittamassa niin vanhempia kuin ammattikasvattajia sekä kirjoittanut aiheesta neljä kirjaa. Olen nähnyt positiivisen kasvatuksen vaikutuksen niin omassa kodissani kuin työssäni lasten kanssa sekä päässyt todistamaan useiden perheiden ja ammattikasvattajien iloa, kun he ovat toteuttaneet positiivista kasvatusta arjessa ja työssään.

Tämän kurssin tarkoitus on tuoda kaikki tietoni tunnetaidoista, itsesäätelystä ja itsemyötätunnosta sinun ulottuville ja siirtää ne sinun tiedoiksi ja taidoiksi. Neljän viikon aikana käymme läpi tunnetaitojen portaavat, itsesäätelyn alueet ja itsemyötätunnon voiman sekä lukuisia harjoituksia sellaisella tavalla, että sinun on helppo siirtää ne osaksi omaa kasvatustasi.

Ensimmäiset viikot ovat enemmän teoriapainotteisia, mutta joka viikolta löytyy myös harjoituksia. Viimeinen viikko on kokonaan varattu harjoituspakin täyttöön ja sieltä löytyy harjoituksia runsain mitoin.

Kaikki osiot ja aiheet eivät ole yhtä pitkiä, mutta tieto pituudesta löytyy aina osion alusta (esimerkiksi videon tai audion pituus). Näet näin helposti, mihin väliin ehdit katsoa videon tai kuunnella audion. Osiot ja aiheet on jaettu pieniin paloihin, jotta ne saat helposti osaksi myös kiireistä arkea.

Haluan kuitenkin jo tässä vaiheessa muistuttaa, että kurssilla on läpikäyntiaikaa vuoden verran, joten yhtä osiota ei tarvitse aina suorittaa viikon aikana, vaan voit kulkea täysin omaan tahtiin. Kaikki etusi, kuten pulmapuhelimeen soitto-oikeus säilyy koko vuoden ajan.

Suosittelen myös tekemään jonkinlaisen suunnitelman kurssin läpikäymisestä. Tämä auttaa sinua pysymään tahdissa, eikä kurssi unohdu ensimmäisen viikon jälkeen. Voit varata kalenteriin oman ajan kurssin läpikäymiseen tai sopia esimerkiksi puolison tai työkaverin kanssa, mikä aika viikosta sinulla on kurssia varten. Parhaiten suunnitelmat toteutuvat, kun ne on sidottu osaksi muita rutiineja ja ovat mahdollisimman tarkkoja, kuten ”*Aina aamuisin aamukahvin yhteydessä katson yhden videon tai luen yhden tekstin*” tai ”*iltalenkin yhteydessä kuuntelen yhden osion*”. Näin kurssin läpikäyminen sujuu helposti osaksi arkea.

Voit pitää kurssin aikana oppimispäiväkirjaa. Jokaisen aiheen kohdalta löytyy siihen liittyviä kysymyksiä, joita voit pohtia ja halutessasi kirjoittaa itsellesi muistiin. Voit kasata omaa kasvattajan kansiota, johon tulostat jokaisen osion harjoituskirjan sekä voit kerätä myös muuta tietoa, kuten tutkimuksia, lehtiartikkeleita tai muuta tärkeää kasvatukseen liittyvää tietoa. Nämä auttavat sinua ensinnäkin keräämään tietoa kasvatuksesta, mutta myös näkemään oman kasvusi ja kehityksesi.

On tärkeää, että näemme miten olemme kehittyneet ja kasvaneet vuosien varrella kasvattajana. Mitään palautettavia tehtäviä kurssilla ei ole, vaan tehtävien ja harjoitusten on tarkoitus olla sinun oppimisen tukena.

Voit jakaa omia ajatuksiasi, oivalluksiasi, esittää kysymyksiä tai kommentoida sisältöä osioiden kommenttikentissä. Voit myös pitää omaa ”oppimispäiväkirjaa” kommentteissa jättämällä jonkun ajatuksen, idean tai oivalluksen jokaisen aiheen kommenttikenttään.

Voit halutessasi kokeilla tätä heti, jättämällä terveiset tai esitellä itsesi tämän osion kommentteissa. Tämä on kuitenkin täysin vapaaehtoista. Voit käydä kurssin myös täysin anonyyminä.

Voit myös keskustella, jakaa ajatuksia ja kysellä kaikkien kasvatusneuvoja.fi kurssilaisten kanssa positiiviset kasvattajat facebook ryhmässä. Siellä myös muut kurssilaiset jakavat omia kokemuksiaan ja vinkkejä eri tilanteisiin.

Minut tavoittaa sähköpostilla, whatsapp viesteillä tai soittamalla pulmapuhelimeen puhelinaikoina. Nämä ovat sellaisia aikoja, jolloin minut varmasti saa kiinni. Jos ne eivät kuitenkaan sovi täysin omiin aikatauluihisi, voimme sopia tarvittaessa näiden ulkopuolelle ajan. Viikonloput ovat kuitenkin aina meidän perheen omaa aikaa, joten sinne en varaa pulmapuhelin aikoja.

Kurssista saa todistuksen sen suorittamisen jälkeen. Jokaisen osion alla on merkitse suoritetuksi nappula ja kun painaa siitä, niin osion tai alaotsikon edessä oleva pallo muuttuu vihreäksi suorituksen merkiksi. Kun kaikki pallot ovat vihreänä, todistus ilmestyy kurssin etusivulle ja on sieltä ladattavissa.

Koska emme valmistu samaan aikaan, emmekä voi juhlia yhdessä, jokainen voi järjestää itselleen omat ”valmistumisjuhlat”. Kurssin suorituksen jälkeen kannattaa pitää vaikka kahvi ja kakkuhetki tai ostaa itselleen vaikka kukkia. On aina hyvä juhlia kaikkia elämänsä etappeja. Tässä kaikki tieto, mitä tarvitset aloitukseen. Jos jotain vielä jäi mieleen, ota yhteyttä.

Sähköposti: asiakaspalvelu@kasvatusneuvoja.fi

Puhelin: 045 144 03 82

Nyt aloitetaan!