

Lähteet

- Aalto-Setälä, P. (2022). Sovittelija: Kuinka ratkoa riitoja (työ)elämässä. Tammi.
- Barrie, J. M. (1911). Peter and Wendy. Hodder & Stoughton.
- Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J. & Twenge, J. M. (2005). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(4), 589–604.
- Beebe, B., Knoblauch, S., Rustin, J. & Sorte, D. (2005). Forms of intersubjectivity in infant research and adult treatment. Other Press.
- Belviso, F. (2020). Jungian reflections on grandiosity: From destructive fantasies to passions and purpose. Routledge.
- Benau, K. (2022). Shame, pride, and relational trauma: Concepts and psychotherapy. Routledge.
- Bion, W. R. (1979). Kokemuksia ryhmistä: Ryhädynamiikka psykoanalyysin näkökulmasta (suom. L. Syrjälä). Weilin+Göös.
- Bromberg, P. M. (2011). The shadow of the tsunami and the growth of the relational mind. Routledge.
- Brown, B. (2018). Dare to lead: Daring greatly and rising strong at work. Random House.
- Brown, B. (2021). Atlas of the heart. Random House.
- Bunnell, B. N. & Perkins, M. N. (1980). Performance correlates of social behaviour and organization: Social rank and complex problem solving in crab-eating macaques (*M. fascicularis*). *Primates*, 21, 515–523.

- Carnevali, L., Mastorci, F., Audero, E., Grajani, G., Rossi, S., Macchi, E., Callegari, S., Bartolomucci, A., Nalivaiko, E., Quaini, F., Gross, C. & Sgoifo, A. (2012). Stress-induced susceptibility to sudden cardiac death in mice with altered serotonin homeostasis. *PLoS ONE*, 7(7).
- Catmull, E. (2014). Creativity Inc. Overcoming the unseen forces that stand in the face of true inspiration. Transworld.
- Clark, T. R. (2020). The 4 stages of psychological safety: Defining the path to inclusion and innovation. Berrett-Koehler.
- Crofoot, M. C. & Wrangham, R. W. (2010). Intergroup aggression in primates and humans: The case for a unified theory. Teoksessa P. M. Kappeler & J. B. Silk (toim.), *Mind the gap: Tracing the origins of human universals* (s. 171–195). Springer.
- Csikszentmihályi, M. (2009). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper Collins.
- Cuddy, A. (2016). Your body language may shape who you are. TED-talk.
- De Waal, F. (2019). *Mama's last hug: Animal emotions and what they teach us about ourselves*. Norton.
- Draaisma, R. (2017). *Language signs and calming signals of horses: Recognition and application*. CRC Press / Trafalgar Square Books.
- Duhigg, C. (2016). What Google learned from its quest to build a perfect team. *New York Times*, 25.2.2016.
- Dweck, C. S. (2012). *Mindset: How you can fulfil your potential*. Robinson.
- Edmondson, A. (2014). *Building a psychologically safe workplace*. TED-talk.
- Edmondson, A. (2019). *The fearless organization*. Wiley.
- Einarsen, S., Aasland, M. S. & Skogstad, A. (2007). Destructive leadership behaviour: A definition and conceptual model. *Leadership Quarterly*, 18, 207–216.
- Ekman, P. (1992). An argument for basic emotions. *Cognition and Emotion*, 6(3–4), 169–200.
- European Agency for Safety and Health at Work. (2019). *The value of occupational safety and health and the societal costs of work-related injuries and diseases*. EU Publications.
- Feldman Barrett, L. (2017a). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.

- Feldman Barrett, L. (2017b). The theory of constructed emotion: An active inference account of interoception and categorization. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 2017, 1–23.
- Feldman Barrett, L. (2023). Seitsemän ja puoli oppia aivoista. Tuuma-kustannus.
- Fogel, A. (2013). *Body sense: The science and practice of embodied self-awareness*. Norton.
- Freud, S. (1912). The dynamics of transference. Teoksessa J. Strachey (toim.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (12. painos, s. 97–108). Hogarth Press.
- Gerhardt, S. (2004). *Rakkaus ratkaisee: Varhaisen vuorovaikutuksen merkitys aivojen kehittymiselle*. Edita.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence*. Bantam Books.
- Goodall, J. (1986). *The chimpanzees of Gombe: Patterns of behavior*. Harvard University Press.
- Goodall, J. & Kummer, H. (1985). Conditions of innovative behaviour in primates. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 308(1135), 203–214.
- Guyton, A. C. & Hall, J. E. (2016). *Textbook of medical physiology*. 13. painos. Elsevier.
- Harju, L. (2017). *Taming the beast of boredom: Exploring boredom at work and the role of job crafting*. Väitöskirja. Aalto-yliopisto.
- Harju, T. & Oja, S. (2020). *Näkökulmia työhyvinvointiin ja itseohjautuvuuteen*. Oulun ammattikorkeakoulu.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13(12), 673–685.
- Hinshelwood R. D. (1987). *What happens in groups: Psychoanalysis, the individual, and the community*. Free Association Books.
- Hirvihulta, H. & Litovaara, A. (2003). *Ratkaisun taito*. Tammi.
- Hopper, E. & Weinberg, H. (2011). *The social unconscious in persons, groups and societies*. Routledge.
- Huoviala, T. (2021). Boreout eli työssä tylsistyminen on seurausta liian vähäisistä haasteista: ”Se oli ihan jätävä tunne, kun ajatukset vain kiersivät samaa rataa”. Kaleva 5.2.2021.
- Ikonen, H. (2024). *Henkilökohtainen haastattelu*.
- Isaacs, W. (2001). *Dialogi ja yhdessä ajattelemisen taito*. Kauppakaari.

- Izard, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions, and emotion–cognition relations. *Psychological Review*, 99(3), 561–565.
- de Jong, T. R. & Neumann, I. D. (2018). Oxytocin and aggression. *Current Topics in Behavioral Neurosciences*, 35, 175–192.
- Jaakkola, K. (2025). Balance & Bloom -retiriitit. Villa Mandala. Loviisa.
- Juote, A. (2022). Työnohjaajakoulutus. Metanoia Instituutti. Helsinki.
- Kahneman, D. (2011). Thinking fast and slow. Farrar, Straus & Giroux.
- Kaivola, T. (2003). Työpaikan ihmissuhteet. Kirjapaja.
- Kela (2024). Mielenterveysongelmat veivät jo yli 100 000 suomalaista pitkälle sairauspoissaololle vuonna 2023. Tiedote 19.1.2024.
- Keltikangas-Järvinen, L. (2025). Vieraana Puheenaihe-podcastissa. Jakso julkaistu 1.4.2025.
- Klaas, B. (2022). Paha valta: Kuinka se muuttaa meitä kaikkia. Atena.
- Kohanov, L. (2016). The five roles of a master herder: A revolutionary model for socially intelligent leadership. New World Library.
- Kohlrieser, G. (2006). Hostage at the table: How leaders can overcome conflict, influence others, and raise performance. Jossey-Bass.
- Koskinen, P. (2015). Suomalaisten tunteet. Yle. Puoli seitsemän 6.5.2015.
- Kurkela, K. (1993). Mielen maisemat ja musiikki: Musiikin esittämisen ja luovan asenteen psykodynamiikkaa. Sibelius-Akatemia, Musiikin tutkimuslaitos.
- Kuukasjärvi, S., Eriksson, C. J. P., Koskela, E., Mappes, T., Nissinen, K. & Rantala, M. (2004). Attractiveness of women's body odors over the menstrual cycle: The role of oral contraceptives and receiver sex. *Behavioral Ecology*, 15(4), 579–584.
- Lawrence, W. G., Bain, A. & Gould, L. (1996). The fifth basic assumption. *Free Associations*, 6(1), 28–55.
- Leikola, A. (2022). Luonto, kokonaisvaltainen tiede ja polyvagaalinen teoria – turvallinen ihminen, uusiutuva luonnonvara. Luento Green Care -päivillä Tampereella 3.11.2022.
- Leikola, A., Mäkelä, J. & Punkanen, M. (2016). Polyvagaalinen teoria ja emotionaalinen trauma. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim*, 132(1), 55–61.
- Lorenz, K. (1963). On aggression. Harcourt, Brace and World.
- MacKenty Brady, S., Foutty, J. & Wooten, L. P. (2022). Arrive and thrive: 7 impactful practices for women navigating leadership. McGraw Hill.
- Mannila, L. (2025). Kehomieli, lauma ja luonto: Katkenneiden yhteyksien äärellä. Tuuma-kustannus.

- Marciniak, A. (2020). OneHorseLife. Verkkokoulutus 4.4.2020.
- Martela, F. & Jarenko, K. (2015). Draivi: Voiko sisäistä motivaatiota johtaa? Talentum.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Mason, L., Ronconi, A., Scrimin, S. & Pazzaglia, F. (2022). Short-term exposure to nature and benefits for students' cognitive performance: A review. *Educational Psychology Review*, 34, 609–647.
- Maté, G. (2003). When the body says NO: Exploring the stress-disease connection. Wiley.
- Maté, G. (2022). The myth of normal: Trauma, illness, and healing in a toxic culture. Penguin Random House.
- Mech, L. D. (1970). The wolf: Ecology and behavior of an endangered species. Natural History Press.
- Mech, L. D. (1999). Alpha status, dominance, and division of labor in wolf packs. *Canadian Journal of Zoology*, 77(8), 1196–1203.
- Meyerson, D., Weick, K. E. & Kramer, R. M. (1996). Swift trust and temporary groups. Teoksessa R. M. Kramer & T. R. Tyler (toim.), Trust in organizations: Frontiers of theory and research (s. 166–195). Sage.
- Mezirow, J. (1995). Kriittinen reflektio uudistavan oppimisen käynnistäjänä. Teoksessa J. Mezirow (toim.), Uudistava oppiminen: Kriittinen reflektio aikuiskoulutuksessa (suom. L. Lehto, s. 17–38). Oppimateriaaleja 23. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus, 17–38.
- Mikkonen, M. 2016. Työterveyslaitoksen professori: Vähintään 25 miljardin vuosittaiset kustannukset työpahoinvoinnista. Yle Kotimaa 29.4.2016.
- Mintzberg, H. (1973). The nature of managerial work. Harper & Row.
- Mintzberg, H. & Waters, J. A. (1985). Of strategies, deliberate and emergent. *Strategic Management Journal*, 6(3), 257–272.
- Mustill, T. (2022). Kuinka puhua valasta: Tutkimusmatka eläinten viestinnän tulevaisuuteen. Aula.
- Määttä, S., Palmu, I., Hankonen, N., Huhtiniemi, M., Lehtivuori, A., Martela, F., Polet, J., Sjöblom, K., Stenius, M. & Vasalampi, K. (2023). Itsemääräämisteoria ymmärrettäväksi: Pääteesit, suomennokset ja väärinkäsitysten oikaisua. *Psykologia*, 58(4–6), 305–323.

- Nembhard, I. M. & Edmondson, A. C. (2006). Making it safe: The effects of leader inclusiveness and professional status on psychological safety and improvement efforts in health care teams. *Journal of Organizational Behavior*, 27(7), 941–966.
- Nitsun, M. (1996). *The anti-group: Destructive forces in the group and their creative potential*. Routledge.
- Nonaka, I. & Takeuchi, H. (1995). *The knowledge-creating company: How Japanese companies create the dynamics of innovation*. Oxford University Press.
- Nummenmaa, L., Glereana, E., Harib, R. & Hietanen, J. K. (2014). Bodily maps of emotions. *PNAS*, 111(2), 646–651.
- Obholzer, A. & Roberts, V. Z. (2006). *Tiedostamaton työssä: Yksilöllinen ja organisaatorinen stressi palvelualoilla*. Metanoia Instituutti.
- Ogden, P. & Fisher, J. (2015). *Sensorimotorinen psykoterapia: Keinoja trauman ja kiintymyssuhdevaurioiden hoitoon*. Traumaterapiakeskus.
- Ogden, P., Minton, K. & Pain, C. (2006). *Trauma ja keho: Sensorimotorinen psykoterapia*. Traumaterapiakeskus.
- Palmu, N. (2025). *Henkilökohtainen haastattelu*.
- Palmu, N., Järvenoja, H., Van den Bossche, P. & Järvelä, S. (2025). Socially shared regulation of learning in workplace team meetings. *Journal of Workplace Learning*, 37(9), 24–39.
- Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. Oxford University Press.
- Panksepp, J. & Biven, L. (2012). *The archaeology of mind: Neuroevolutionary origins of human emotion*. Norton.
- Paulus, M. P. & Stein, M. B. (2010). Interoception in anxiety and depression. *Brain Structure and Function*, 214(5–6), 451–463.
- Pehrman, T. (2011). *Paremmiin puhumalla: Restoratiivinen sovittelu työyhteisössä*. Väitöskirja. Lapin yliopisto, Kasvatustieteiden tiedekunta. Lapin yliopistokustannus.
- Peltola, A. (2024). *Tunnetartunta*. Tuuma-kustannus.
- Peltola, K. (2020). *Häpeän alkemia*. Basam Books.
- Perel, E. (2023). *Relational intelligence*. Esther Perel. Online-koulutus.
- Perel, E. (2025). *Where should we begin*. Podcast.
- Perez, Veronica Lightning horse. TikTok-video.
- Pernu, M. (2021). *Hymy huulessa töihin: Milleniaalien sitoutuminen suomalaisessa rakennusalan pörssiyhtiössä*. Opinnäytetyö. Oulun ammattikorkeakoulu.

- Porges, S. (2011). *The polyvagal theory*. Norton.
- Porges, S. (2021). *Polyvagal safety: Attachment, communication, self-regulation*. Norton.
- Porges, S. W. & Porges, S. (2023). *Our polyvagal world: How safety and trauma change us*. Norton.
- Puutio, R. & Heikkilä, J.-P. (toim.) (2018). *Organisaatio prosessina: Muodonmuutoksen konsultointi*. Metanoia Instituutti.
- Puutio, R. (2023). *Tavistock-seminaari*. Porvoo.
- Raatikainen, E. & Otonkorpi-Lehtoranta, K. (2023). Psykologista turvallisuutta tukeva työkuultuuri: Esteet ja edellytykset opetus- ja sosiaalialalla. *Aikuiskasvatus*, 43(4), 257–272.
- Rantanen, J., Leppänen, I. & Kankaanpää, H. (2020). *Johda tunneilmasto: Vapauta työyhteisösi todellinen potentiaali*. Alma Talent.
- Real, T. (2020). *Online-pariterapiakoulutus. Materiaalit*. Relational Life Institute.
- Real, T. (2022). *Us: Getting past you & me to build a more loving relationship*. Random House.
- Reddon, A., Ruberto, T. & Reader, S. M. (2021). Submission signals in animal groups. *Behaviour*, 158(8–9), 857–883.
- Rehn, A. (2019). Johtajuuden ristiriidat: Miksi johtaja aina epäonnistuu ja miksei se ole ongelma. Docendo.
- Ristikangas, M.-R. & Grünbaum, L. (2014). *Valmentava esimies: Onnistumista palvelevat positiot*. Talentum.
- Ristikangas, M.-R. & Ristikangas, V. (2017). *Valmentava johtajuus*. Alma Insights.
- Rosenthal, N. E. (2002). *The emotional revolution: How the new science of feelings can transform your life*. Citadel.
- Rothschild, B. (2000). *The psychophysiology of trauma and trauma treatment*. Norton.
- Rugaas, T. (2006). *Talking terms with dogs: Calming signals*. Dogwise.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Salonen, A. O. & Foster, R. (2021). *Irtiolemisesta merkitykselliseksi osaksi maailmaa. Teoksessa R. Haverinen, K. Mattila, A. Neuvonen, R. Saramäki & O. Sillanauke (toim.), Ihminen osana elonkirjoa: Luontosuhteet, luontokäsitykset ja sivistys kestävyyskriisin aikakaudella (s. 52–64)*. Sitra.

- Sapolsky, R. M. (2017). *Behave: The biology of humans at our best and worst*. Penguin Press.
- Savaspuro, M. (2019). *Itseohjautuvuus tuli työpaikoille, mutta kukaan ei kertonut, miten sellainen ollaan*. Alma Talent.
- Seligman, S. (2018). *Relationships in development: Infancy, intersubjectivity and attachment*. Routledge.
- Siegel, D. J. (2020). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are* (3. painos). Guilford Press.
- Sinek, S. (2014). *Leaders eat last*. Portfolio.
- Soback, D. (2021). *Valmentava johtajuus: Opas voiman, viisauden ja myötätunnon herättämiseen*. Basam Books.
- Stokes, J. (2006). Bion, groups and basic assumption theory. Teoksessa A. Obholzer & V. Z. Roberts (toim.), *The unconscious at work: A Tavistock approach to making sense of organizational life*. Karnac Books.
- Strayer, F. F. (1976). Learning and imitation as a function of social status in macaque monkeys (*Macaca nemestrina*). *Animal Behaviour*, 24, 835–848.
- Sydänmaanlakka, P. (2004). *Älykäs johtajuus*. Talentum.
- Takala, O. (2021). *Rakkauden haudalla*. Psykoterapia, 3.
- Tinbergen, N. (1951). *The study of instinct*. Clarendon Press.
- Totro, T. & Hyypä, H. (2012). *Vailla muistia, vailla pyrkimyksiä... Todellisuuksien kohtaaminen – W.R. Bionista keskiajan mystiikkaan*. Metanoia Instituutti.
- Tronick, E. (2007). *The neurobehavioral and social-emotional development of infants and children*. Norton.
- Valkama, H. (2024). Jokaisen on mietittävä, onko tärkeintä korkea palkka vai omien arvojen mukainen elämä, sanoo irtisanoutunut Hanna Suomalainen. *Yle Työelämä* 27.5.2024.
- Van Edwards, V. (2022). *Cues: Master the secret language of charismatic communication*. Penguin.
- Werner, E. E. & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A longitudinal study of resilient children and youth*. McGraw-Hill.
- Werner, E. E. & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.
- Werner, E. E. & Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. Cornell University Press.
- Yalom, I. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*. Basic Books.