



**VAHVUUKSILLA
TULEVAISUUS-
POLULLE
10.1.2025**

© Meri Hirvonen



Jotta jokainen voisi innostua ja onnistua vahvuuksillaan!

- Vahvuuttamo Oy
- Perustettu vuonna 2020
- Ammattipedagogien ja tutkijoiden perustama yritys
- VOIMAKEHÄ®-konseptin ja lisenssituotteiden kehittäminen ja kouluttaminen
 - VOIMAKEHÄ®-lisenssivalmennukset ja täydennyskoulutukset
 - Vahvuuskartoitukset ja –valmennukset
 - Työyhteisö- ja johtamisvalmennukset
- www.voimakeha.fi



Tämän webinaarin sisältöjä

- Vahvuuksien voima ja merkitys opiskelijoiden tulevaisuuspoluilla eli opinnoissa, työelämässä ja elämässä.
- Laaja vahvuusnäkemys, kuusi vahvuuden lajia:
 - Luonteenvahvuudet
 - Luontainen kyvykkyys
 - Arvot
 - Taidot ja osaaminen
 - Kiinnostukset
 - Resurssit
- Laajan vahvuusnäkemys pohjalta kehitetty, tutkimusperustainen ja tutkittu VOIMAKEHÄ®-menetelmä ja sen hyödyntäminen ohjauksessa
- Taitaja25 Tulevaisuuspolut –ennakkotehtäviin tutustuminen.
- Keskustelua vahvuuksista ja mahdollisuus esittää kysymyksiä tehtäviin liittyen.

Vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyntäminen on yhteydessä....

- Itsetuntoon, myönteiseen minäkäsitykseen
- Positiiviseen psykologiseen pääomaan (optimismi, toiveisuus, resilienssi, minäpystyvyys)
- Hyvään elämään, onnellisuuteen
- Terveysteen, hyvinvointiin eri elämänalueilla
- Myönteisiin sosiaalisiin suhteisiin
- Innostumiseen, työn imuun ja työssä kukoistamiseen
- Koulumotivaatioon ja opintoihin sitoutumiseen
- Merkityksellisyyden kokemiseen
- Parempaan suoriutumiseen opinnoissa ja työssä
- Positiivisiin tulevaisuuden odotuksiin
- Vähäisempään työstressiin, vähäisempiin sairauspoissaoloihin
- Organisaatioissa laatuun, tuloksellisuuteen ja asiakastyytyväisyyteen



Vahvuusperustainen oppilaanohjaus vahvistaa psykologista pääomaa

Voimat kehiin! : yhdeksäsluokkalaisten ja opinto-ohjaajien kokemuksia vahvuusperustaisesta ohjauksesta

Katajisto, Marjo (2023)



Avaa tiedosto

[978-952-337-366-2.pdf \(4.844Mt\)](#)

[Artikkeli_I.pdf \(2.082Mt\)](#)

[Artikkeli_II.pdf \(1.549Mt\)](#)

[Artikkeli_III.pdf \(1.200Mt\)](#)

Lataukset: 1219

Julkaisun pysyvä osoite on

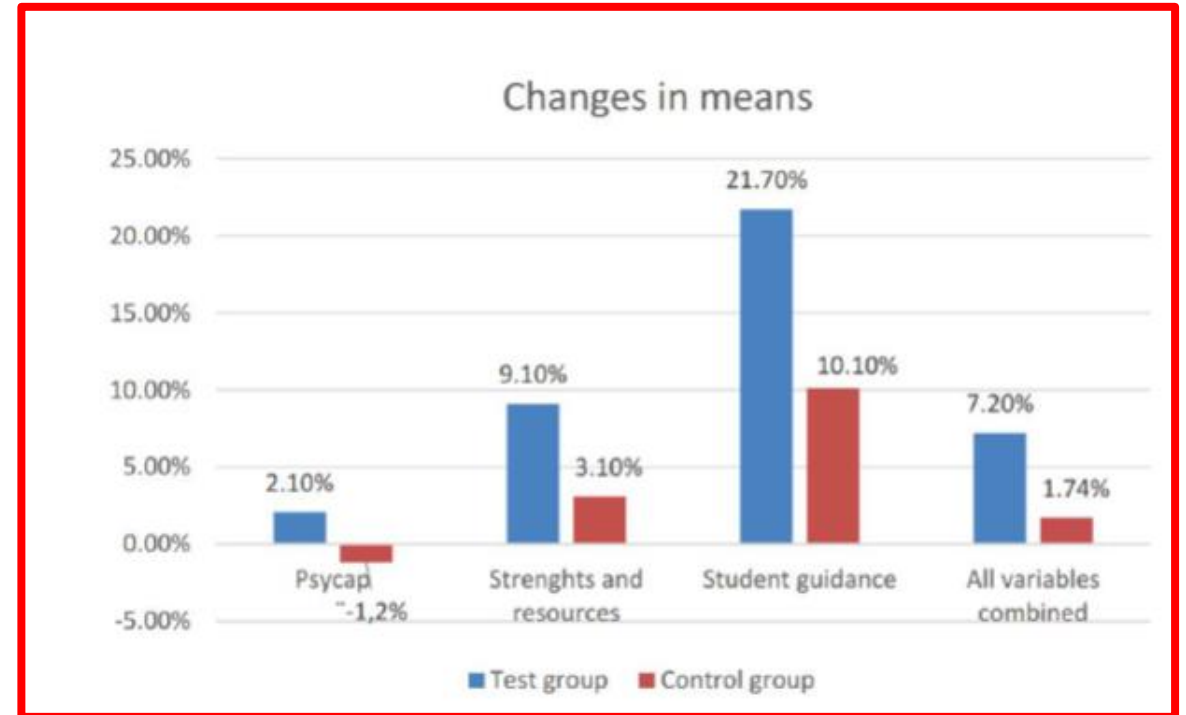
<https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-337-366-2>

Kasvatustieteen alaan sijoittuvassa tutkimuksessa tarkastelin monimenetelmäisesti vahvuusperustaisen ohjausintervention vaikuttavuutta perusopetuksen oppilaanohjauksen kontekstissa. Tutkin, miten vahvuusperustainen ohjaus tukee yhdeksäsluokkalaisten vahvuusien tunnistamista, psykologisen pääoman karttumista sekä minkälaisia kokemuksia oppilailla ja opinto-ohjaajilla on ohjauksesta.

Tutkimuksen teoreettinen viitekehys rakentui oppilaanohjauksen uravalintateorian tarkastelusta sekä vahvuusperustaisesta ohjauksesta ja sen roolista psykologisen pääoman ja kasvun asenteen kartuttajana. Vahvuusperustaisen ohjauksen ytimen muodosti laaja vahvuusnäkemys, joka koostui kuudesta osa-alueesta: luontevahvuudet (character strengths), taidot ja osaaminen (skills), luontainen kyvykkyyks (talents), kiinnostukset (interests), arvot (values) ja resurssit (resources). Laajan vahvuusnäemyksen avulla voidaan sanoittaa ja tunnistaa vahvuuksia sekä kiinnostuksia laaja-alaisesti.

Tutkimus koostui kolmesta osatutkimuksesta, joista kullakin oli oma tutkimustehtävänsä. Osatutkimus I kuvasi vahvuusperustaisen intervention vaikutusta yhdeksäsluokkalaisten psykologiseen pääomaan, vahvuuksiin ja voimavaroihin sekä kokemuksiin oppilaanohjauksesta. Osatutkimus II kuvasi muutosta, joka oppilaiden käsityksissä tapahtui vahvuusperustaisen intervention aikana. Osatutkimuksessa III analysoitiin vahvuusperustaisen ohjauksen ja siihen liittyvän materiaalin hyödyntämistä ja toimivuutta opinto-ohjaajien kertomana. Vahvuusperustaisessa oppilaanohjauksen interventiossa hyödynnettiin VOIMAKEHÄÄ-tuokaloja ja ohjauksen mallia.

<https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/65715>



Vahvuudet urasuunnittelussa

- Vahvuusperustainen ohjaus tukee psykologista pääomaa (Katajisto, 2023), joka puolestaan ennustaa myönteisiä urasiirtymiä ja uramenestystä (Järnlström & Brandt, 2017; Järnlström et al., 2020)
- Vahvuudet vaikuttavat mm. kyvykkyyteen, minäpystyvyyteen ja autonomiaan ja sitä kautta vahvistavat motivaatiota (Bakker & Van Woerkom, 2018; Moore et al., 2024)
- Vahvuuksien tunnistaminen ja käyttö lisäävät myönteisiä tunteita, jotka lisäävät mm. mahdollisuuksien näkemistä ja toiveikkuutta sekä tukevat tavoitteenasettelua (Ghielen et al., 2018; Meyers et al., 2015; Meyers & Van Woerkom, 2016)
- Vahvuuksille rakentuva autenttinen identiteetti ennustaa sekä omaa hyvinvointia että onnistumista työuralla (Auvinen, 2023; Paaso & Ollila, 2024; Ryan & Deci, 2012; Ström et al., 2024)
- Vahvuuksien laaja-alainen tunnistaminen on urasuunnittelussa keskeistä (Vaaramo, 2024)

Laaja vahvuusnäkemys

- Vahvuuksia on kuutta erilaista lajia (Niemiec, 2018)
- Vahvuuden lajeilla on omat määritelmänsä ja ominaisuutensa
- Vahvuuden lajit ovat yhteydessä toisiinsa
- Kun ihminen voi hyödyntää vahvuuksiaan laaja-alaisesti, toimii hän ”voimavyöhykkeellään” (*power zone*), joka on optimaalinen **hyvinvoinnin, motivaation ja toimintakyvyn vyöhyke** (Mayerson, 2015)



Kun ihminen voi toimia työssään ja elämässään alueella, jossa vahvuuksien eri lajit kohtaavat, toimii hän ”voimavyöhykkeellä”, joka on innostuksen ja kukoistuksen optimaalinen vyöhyke.

(Niemi, 2018; Mayerson, 2015)

© VOIMAKEHÄ® / Sanna Wenström

VOIMAKEHÄ®

- Laajaan vahvuusnäkemykseen perustuva ohjauskonsepti, -**näkemyks**, -menetelmä ja – työkalu
- Kehittäneet Sanna Wenström & Laura Paaso
- Soveltuu vahvuuksien laaja-alaiseen tunnistamiseen positiivisessa pedagogiikassa sekä ohjauksen, valmentamisen ja johtamisen toimintaympäristöissä (mm. opinto- ja uraohjaus; coaching, työnohjaus, positiivinen johtaminen ja HR)
- Menetelmää voi hyödyntää suorittamalla VOIMAKEHÄ®-lisenssivalmennuksen ja hankkimalla käyttölisenssin

www.voimakeha.fi



Laaja vahvuusnäkemys (VOIMAKEHÄ®)



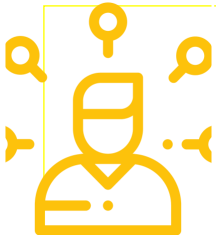
Luontevahvuudet

- Ydinvahvuudet heijastavat identiteettiämme ja arvojamme
- Kehitettäviä (hyvän luonteen kehittäminen)



Kyvykkyydet (*talents*)

- Synnynnäisiä, vahvasti perinnöllisiä
- Melko pysyviä läpi elämänkaaren
- Tilannekohtaiset vahvuudet



Osaaminen ja taidot (*skills*)

- Opittavia ja kehitettäviä



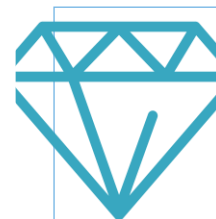
Kiinnostukset

- Suuntaavat vahvuuksien käyttöä
- Motivoivat



Resurssit

- Ainoa vahvuuksien laji, joka voi olla myös ulkoinen
- Mahdollistavat vahvuuksien käyttöä ja valintoja



Arvot

- Luovat merkityksellisyyttä
- Ohjaavat valintoja



Kiinnostuksen kohteet

Kyvykkyydet

Taidot ja osaaminen

Kiinnostuksen kohteet

Asiantuntijana toiminen

Kiinnostuksen kohteet

Asioiden koordinaointi

Kiinnostuksen kohteet

Fyysinen hyvinvointi

Eri elämäntilanteiden tasapaino

Ahkeruus

Itsensä toteuttaminen

Hyvä kunto

Kyvykkyyden tunne

Avoimuus muutokselle

Itseluottamus

Innostus

Vahvuudet

Rakkaus

Rehellisyys

Menestyminen

Muutos

Kyvykkyys

Kyvykkyys

Itse

Kyvykkyys

Kyky olla rakentajana

Kokonaan uuden laadun saavuttaminen

Oppimisen ilo

Vahvuudet

Oppilaanohjauksen tehtävä

POPS 2014: 96: ”Oppilaanohjauksen tehtävänä on edistää oppilaiden kasvua ja kehitystä siten, että oppilaat pystyvät kehittämään opiskeluvälmiuksiaan ja vuorovaikutustaitojaan sekä oppimaan elämässä tarvittavia tietoja ja taitoja.

Oppilaanohjaus tukee oppilaita tekemään omiin vämiuksiinsa, arvoihinsa ja lähtökohtiinsa sekä kiinnostukseensa perustuvia arkielämää, opiskelua, jatko-opintoja sekä tulevaisuutta koskevia päätöksiä ja valintoja.

Ohjauksen avulla oppilaat oppivat tiedostamaan mahdollisuutensa vaikuttaa oman elämänsä suunnitteluun ja päätöksentekoon. Oppilaita kannustetaan pohtimaan ja kyseenalaistamaan koulutukseen ja ammatteihin liittyviä ennakkokäsityksiään ja tekemään valintansa ilman sukupuoleen sidottuja roolimalleja. Oppilaanohjausta toteutetaan yhteistyössä huoltajien kanssa.”



Opetuksen tavoite	Tavoitteisiin liittyvät sisältöalueet	Laaja-alainen osaaminen
<p>Elinikäinen oppiminen T3: Luoda edellytyksiä oppilaan halulle oppia, arvioida osaamistaan, tunnistaa ja hyödyntää taitojaan ja vahvuuksiaan, kehittää kykyään tunnistaa oppimiskohteitaan sekä antaa valmiuksia muuttaa tarvittaessa suunnitelmiaan ja toimintamallejaan</p>	<p>S1 Oppiminen ja opiskelu S2 Itsetuntemus ja elinikäinen urasuunnittelu</p>	<p>L1 Ajattelu ja oppimaan oppiminen</p>
<p>Itsetuntemus T4: Ohjata oppilasta tunnistamaan omiin valintoihinsa vaikuttavia tekijöitä sekä suhteuttamaan omaa toimintaansa kykyjensä, edellytystensä ja kiinnostuksensa mukaisesti</p>	<p>S2 Itsetuntemus ja elinikäinen urasuunnittelu</p>	<p>L3 Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot</p>
<p>Työelämään suuntautuva oppiminen T7: Ohjata oppilasta kehittämään taitoaan arvioida eri työtehtävissä tarvittavaa osaamista, vuorovaikutus- ja viestintätaitoja sekä itselleen sopivia ammattialoja ja vahvistamaan valmiuksia hakea tietoa vaadittavan osaamisen hankkimisesta perusopetuksen jälkeen</p>	<p>S2 Itsetuntemus ja urasuunnittelu S3 Opiskelussa ja työelämässä tarvittavat taidot S4 Työelämään tutustuminen S5 Jatko-opinnot ja niihin hakeutuminen</p>	<p>L4 Monilukutaito L5 Tieto- ja viestintäteknologoinen osaaminen L6 Työelämätaidot ja yrittäjäjyys</p>

Voimakehän sovelluksia opetuksessa ja ohjauksessa

- Eri oppiaineissa, monialaisissa oppimiskokonaisuuksissa, opetuksen eheyttämisessä
- Ammatillisissa tutkinnon osissa, yhteisissä tutkinnon osissa
- Oppimisen ja koulunkäynnin tuessa / erityisessä ja vaativassa erityisessä tuessa
- HOKS-prosessissa
- Uraohjauksessa
- Opinto-ohjauksessa / oppilaanohjauksessa
- Uraohjauksessa, opinto-ohjauksessa
- Työpaikalla tapahtuvan oppimisen / TET-jakson suunnittelussa ja arvioinnissa
- Yrittäjyyskasvatuksessa ja yrittäjyysopinnoissa
- Vahvuuspolku läpi koko tutkinnon
- Portfoliot, osaamissalkut, voimakehä-cv



Voimakehätyöskentelyn hyödyt opinto-ohjauksessa

- Laaja vahvuusnäkemys on hyvin kokonaisvaltainen näkemys, jossa huomioidaan ohjattavan vahvuudet kuudella eri osa-alueella, vastaa hyvin holistiseen ohjausnäkemykseen
- Laajan vahvuusnäkemysten taustalla humanistinen ihmiskäsitys
- Laaja vahvuusnäkemys sisältää toivon näkökulman, monia vahvuuksia voi tietoisesti lähteä vahvistamaan, hankkimaan ja ottamaan käyttöön
- Voimakehä ei mittaa, testaa, luokittele, arvioi tai arvostelee
- VOIMAKEHÄ-työskentely vahvistaa ohjattavan työelämätaitoja ja työskentelyn tuloksia voi hyödyntää erinomaisesti esimerkiksi työnhaussa.
- Konkreettinen työkalu jatko-opinto- ja urasuunnittelun tueksi
- VOIMAKEHÄ-työskentely antaa nuorille sanoja omien vahvuuksien tunnistamiseen



- Joustava työmenetelmä: voidaan rakentaa ohjattavan voimakehä kokonaisuudessaan tai hyödyntää vain joitakin vahvuuden lajeja
- Soveltuu käytettäväksi
 - ohjauksen luokkatunneilla
 - pienryhmäohjauksessa
 - Henkilökohtaisessa ohjauksessa
 - Parityöskentelyssä
- Opinto-ohjaajalle hyvin innostava ja palkitseva ohjausmenetelmä, tutkimuksen mukaan menetelmän käyttäminen lisäsi oppilaiden myönteisiä käsityksiä opinto-ohjauksen laadusta (Katajisto, Hyvärinen & Uusiautti, 2021)
- Vahvistaa niin ohjattavan kuin ohjaajankin itsetuntemusta ja itsearvostusta
- Tarjoaa erinomaisen välineen vahvuuspalautteen antamiseen myös ohjaajalle



**Heti luokkaan astuessa tulee
turvallinen ja hyväksytty olo.
- 7. luokkalainen nuori-**



VOIMAKEHÄ® TEHOSTETUSSA HENKILÖKOHTAISISSA OPPILAANOHIJAUSSA

Oppitunnit

Henkilökohtainen
ohjaus

Pienryhmäohjaus

Oppimisympäristö

Jatkokoulutus-
ja työelämä-
kokemukset

- Oppilaskohtaisesti suunnitellut ohjaustoimet, joilla pyritään oppilaan itsetuntemuksen, tiedonhankintataitojen ja päätöksentekotaitojen kehittämiseen ja vahvistetaan oppilaan kykyä tehdä hänelle itselleen soveltuvia uravalintapäätöksiä.

Vahvuuksien tunnistaminen, vaihtoehtojen rajaaminen, ensisijaisen vaihtoehdon valitseminen, suunnitelmiin sitoutuminen

Niemi, P. (2022). Tehostettu ja henkilökohtainen oppilaanohjaus. Opetushallitus.



Oulun kaupungin perusopetuksen opetussuunnitelma: Ohjaus, tehostettu henkilökohtainen oppilaanohjaus ja tukea tarvitsevan ohjaus oppilaanohjauksessa vuosiluokilla 7-9

”Oppilaanohjauksessa huomioidaan jokaisen oppilaan yksilölliset lähtökohdat ja tarpeet. Ohjausta eriytetään ottamalla huomioon oppilaiden henkilökohtaiset tavoitteet, kokemukset, harrastukset, kiinnostuksen kohteet, osaamisalueet sekä elämäntilanteeseen vaikuttavat tekijät. Keskeistä on eri toimijoiden yhteistyö erityisesti opiskeluun kuuluvien siirtymä- ja nivelvaiheiden ohjauksessa. Moniammatillista ja -hallinnollista yhteistyötä tehdään erityisesti tukea tarvitsevien oppilaiden ja koulutuksen ulkopuolelle jäämässä olevien nuorten opintojen jatkumisen turvaamisessa.”

VOIMAKEHÄ® -POLKU YLÄKOULUSSA

Halutessasi voit tutustua vahvuustyöskentelyn toteutukseen mm. Jäälin koulussa esimerkiksi perehtymällä Sanna Wenströmin kirjaan *Kaikilla vahvuuksilla*. Kirjasta löydät runsaasti esimerkkejä vahvuustyöskentelystä eri kouluasteilla.

Sanna Wenström

Kaikilla vahvuuksilla

Opas laajan vahvuusnäkömyksen
käyttöön opetuksessa

Voimakehäohjaus toisella asteella

- Käytössä monissa lukioissa, ammatillisissa oppilaitoksissa, vaativan erityisen tuen koulutuksessa, maahanmuuttajien opetuksessa, TUVA-koulutuksessa...
- Oulun seudun ammattiopiston kaikissa yksiköissä uraohjauksellinen henkilökohtaistamisen prosessi, joka sisältää opiskelu- ja urasuunnitteluvalmiudet tutkinnon osaa
- Joissakin yksiköissä opetiimien voimakehät, OPVA-opinnot (oppimisvalmiuksia parantavat opinnot), opiskelu- ja urasuunnittelutaitojen Pinjakurssi <https://www.osao.fi/hankkeet/urahaku/>
- OSAO:n Haukiputaan yksikössä coaching / yksilöohjaus, jossa hyödynnetään laajaa vahvuusnäkemystä
- OSAO:n Haukiputaan yksikössä nepsy-valmennus (oppilaitoksessa tapahtuva nepsy-valmennus / coaching-toiminta perustuu opintojen edistämisen ajatukselle ja laajaan vahvuusnäkemykseen sen pohjalla)



VOIMAKEHÄ®
Löydä omat vahvuutesi!

**Taitaja2025 Tulevaisuuspolut -
tehtävät**



Mikä on VOIMAKEHÄ® ?



Tämä materiaali ja tehtävät perustuvat VOIMAKEHÄ®-ohjausmenetelmään. Voimakehä on tutkimusperusteinen ja tutkittu menetelmä sekä viitekehys vahvuuksien laaja-alaiseen tunnistamiseen ja nimeämiseen. Voimakehän avulla voidaan tunnistaa vahvuuksia kuudesta vahvuuden lajista: luonteenvahvuudet, luontainen kyvykkyys, taidot ja osaaminen, kiinnostukset, arvot sekä resurssit.

VOIMAKEHÄ® perustuu humanistis-holistiseen ihmiskäsitykseen, eikä se tuota tiettyä tulosta, luokittele, mittaa, arvioi tai arvostelee. Se tuo näkyväksi ihmisen laaja-alaista vahvuuspotentiaalia sekä sillä hetkellä merkityksellisiä vahvuuksia. Voimakehäajattelun mukaan vahvuudet ovat kehitettäviä ja kehittyviä. Vahvuuksia voidaan monin tavoin ottaa käyttöön ja hyödyntää esimerkiksi oppimisessa, opiskelussa, urasuunnittelussa ja ammatinvalinnassa. Tutkimukset osoittavat, että voimakehää hyödyntävä oppilaanohjaus vahvistaa oppilaan psykologista pääomaa, tulevaisuususkoa, kasvun asennetta, opiskelumotivaatiota sekä tukee urapäätöksentekoa ([Katajisto 2023](#)).





Lisätietoa voimakehästä

VOIMAKEHÄ®-menetelmään sisältyy erilaisten harjoitusten lisäksi vahvuustyökalu, jossa on 600 vahvuussanaa sisältävää korttia. Korttien avulla vahvuuksia on helppo tunnistaa ja nimetä.

Lisätietoa voimakehästä löydät sivustolta www.voimakeha.fi. Voit tutustua Voimakehään myös [Kaikilla vahvuuksilla](#) –kirjan avulla.

Mikäli kiinnostuit vahvuuksien laaja-alaisesta tunnistamisesta ja haluat päästä hyödyntämään VOIMAKEHÄ®-vahvuustyökalua, -konsepteja sekä laajaa materiaalipankkia, olet tervetullut kouluttautumaan VOIMAKEHÄ®-lisenssivalmentajaksi. Voimakeha.fi-sivustolta löydät tietoa sekä avoimista koulutuksista että mahdollisuudesta tilata oma lisenssivalmennus. Toteutamme tilauksesta myös erilaisia työpajoja, koulutuksia ja luentoja laajasta vahvuusnäkemyksestä ja vahvuuksien voimasta työssä, elämässä ja urapolulla!



Ohje materiaalin käyttöön

Tämä VOIMAKEHÄ®-materiaali sisältää ohjeistuksen Taitaja 2025 Tulevaisuuspolut -tehtäviin, joiden tavoitteena on auttaa oppilasta tunnistamaan omia vahvuuksiaan sekä itseä kiinnostavia aloja ja ammatteja.

- Tehtävä 1. on tarkoitettu tehtäväksi ennen Taitaja-tapahtumaan osallistumista, ja niiden perusteella oppilas voi valita itselleen kiinnostavat alat ja ammatit tutustuttavaksi.
- Taitaja-tapahtuman jälkeen voidaan pohtia tarkemmin näihin ammatteihin johtavia koulutusmahdollisuuksia, niihin liittyviä työtehtäviä sekä palata omien vahvuuksien äärelle tehtävän 2. avulla.

Ennen Taitaja-tapahtumaa:

- Aloita esittelemällä oppilaille lyhyesti voimakehän vahvuudenlajit diojen 6-13 avulla.
- Oppilaat tekevät tehtävän 1 (dia 14). Voit tulostaa tehtävän oppilaillesi.

Taitaja-tapahtuman jälkeen:

- Oppilaat tekevät tehtävän 2 (dia 15). Voit tulostaa tehtävän oppilaillesi.





Materiaalin käyttöehdot

VOIMAKEHÄ® on rekisteröity tavaramerkki, jonka omistavat Sanna Wenström ja Laura Paaso, Vahvuuttamo Oy. Tavaramerkin käyttöä säätelevät tekijänoikeuslaki ja tavaramerkkilaki.

Taitaja Tulevaisuuspolut 2025 -materiaalit on tuotettu yhteistyössä Vahvuuttamo Oy:n kanssa ja tavaramerkin omistajien luvalla.

Tämä materiaali on tarkoitettu vain oppilaitoskäyttöön Taitaja Tulevaisuuspolut 2025 –yhteydessä. Materiaalia ei ole lupa käyttää tai levittää muihin tarkoituksiin, muunnella eikä hyödyntää kaupallisessa toiminnassa.

Tiedustelut: vahvuuttamo@outlook.com



VOIMAKEHÄ® vahvuuden lajit

Luonteenvahvuudet

- Ydinluonteenvahvuudet heijastavat identiteettiämme
- Kehitettäviä, käyttöön otettavia, aktivoitavia

Taidot ja osaaminen

- Opittavia ja kehitettäviä
- Yleinen osaaminen, ammatillinen osaaminen, erityisosaaminen

Luontaiset kyvykkyydet

- Synnynnäisiä, vahvasti perinnöllisiä ja melko pysyviä taipumuksia, ”lähtöasetuksia” (temperamentti) tai lahjakkuutta
- Tilannesidonnoisia vahvuuksia



Kiinnostukset

- Suuntaavat muiden vahvuuksien käyttöä
- Motivoivat ja innostavat

Arvot

- Luovat merkityksellisyyttä
- Ohjaavat valintojen tekemistä

Resurssit

- Ainoa vahvuuden laji, joka voi olla myös ulkoinen
- Mahdollistavat muiden vahvuuksien käyttöä ja valintoja

Luonteenvahvuudet

- Luonteenvahvuudet ovat meillä jokaisella käytössä olevia vahvuuksia. Meillä kaikilla on jokaista luonteenvahvuutta jonkin verran.
- Luonteenvahvuuksia voi tietoisesti kehittää ja hyödyntää.
- Luonteenvahvuuksista muutamat tuntuvat itsellemme ominaisilta, helpolta ja energisoivilta. Ne ovat ydinluonteenvahvuuksiamme.
- Oma luonteenvahvuuksien käyttöä voi kartoittaa VIA-instituutin maksuttoman kartoituksen avulla www.viacharacter.org
- Voit myös tunnistaa luonteenvahvuuksiasi seuraavan sivun luettelosta.



1. VIISAUS

Tiedolliset vahvuudet

- Luovuus (kekseliäisyys, omaperäisyys)
- Uteliaisuus (avoimuus uudelle)
- Arviointikyky (kriittinen ja tieteellinen ajattelu)
- Oppimisen ilo
- Näkökulmanottokyky

2. URHEUS

Emotionaaliset vahvuudet

- Rohkeus
- Sinnikkyys
- Rehellisyys (aitous)
- Innostus

3. INHIMILLISYYS

Ihmissuhteisiin liittyvät vahvuudet

- Rakkaus (välittäminen)
- Ystävällisyys (myötätunto, avuliaisuus, anteliaisuus, kiltteys)
- Sosiaalinen älykkyyys (tunneäly, itsetuntemus ja itsereflektio)

4. OIKEUDENMUKAISUUS

Yhteisölliset vahvuudet

- Yhteistyö, vastuullisuus
- Reiluus
- Johtajuus, suunnitelmallisuus

5. KOHTUULLISUUS

Tasapainottavat vahvuudet

- Anteeksiantavuus
- Nöyryys ja vaatimattomuus
- Harkitsevaisuus
- Itsesäätely

6. TRANSENDENSSI

Henkiset vahvuudet

- Kauneuden ja erinomaisuuden arvostaminen
- Kiitollisuus
- Toiveikkuus
- Huumori
- Merkityksellisyys / henkisyys / hengellisyys



Arvot

- Arvot kertovat siitä, mikä meille on tärkeää. Arvostatko esimerkiksi hyvinvointia, luontoa, jännitystä tai kauneutta?
- Arvot omaksutaan kasvatuksen ja ympäröivän kulttuurin kautta.
- Arvot voivat muuttua elämän aikana.
- Arvot ohjaavat valintojen ja päätösten tekemistä sekä tavoitteiden asettelua.
- Kun voimme toimia arvojemme mukaan, tuntuvat asiat oikeilta ja merkityksellisiltä. Arvot liittyvät siis siihen, mitä pidämme hyvänä elämänä.
- Arvojen tunnistaminen ohjaa meitä kohti omannäköistä elämää.



Luontainen kyvykkyys



- Luontaisella kyvykkyydellä tarkoitetaan piirteitä, jota ovat synnynnäisiä, vahvasti perinnöllisiä ja myös melko pysyviä läpi elämän. Niitä voi kutsua ”lähtöasetuksiksi”.
- Ne ovat itselle luontaisia taipumuksia ajatella, tuntea, toimia tai reagoida.
- Kyvykkyyttä ovat erilaiset temperamenttipiirteet, lahjakkuus sekä luontaiset ajattelutaipumukset.
- Erilaiset piirteet ovat vahvuuksia erilaisissa tilanteissa, kuten esimerkiksi vilkkaus ja nopeus, rauhallisuus, tarkkuus, joustavuus tai herkkyys.
- Voit tunnistaa kyvykkyttäsi esimerkiksi pohtimalla, mikä on sinulle helppoa. Onko sinulle jokin lahjakkuus tai ”talentti”, esim. musikaalisuus, liikunnallisuus tai matemaattinen lahjakkuus? Voit myös pohtia, miten toimit luontaisesti erilaisissa vuorovaikutustilanteissa ja ryhmissä.

Kiinnostukset



- Kiinnostuksia voi tunnistaa pohtimalla, millaiset asiat ja tekeminen saavat sinut innostumaan koulussa, vapaa-ajalla tai kavereiden kanssa? Oletko kiinnostunut esimerkiksi ohjelmoinnista, kirjoittamisesta, ruoanlaitosta tai tekniikasta?
- Ihmiset ovat kiinnostuneita erilaisista asioista. Kiinnostua voi periaatteessa mistä tahansa. Kiinnostukset yleensä myös muuttuvat elämän aikana.
- Kiinnostukset ovat innostuksen ja motivaation lähde. Ne vaikuttavat siihen, mihin ja miten suuntaamme, käytämme ja kehitämme muita vahvuuksiamme.
- Kun rohkeasti tutustut erilaisiin työpaikkoihin, aloihin ja ammatteihin, voit löytää uusia sinua kiinnostavia asioita ja uravaihtoehtoja. Hyödynnä Taitaja-tapahtuma myös mahdollisuutena löytää uusia innostavia tulevaisuuspolkuja!

Resurssit

- Resurssit tarkoittavat aineellisia, taloudellisia, fyysisiä, psyykkisiä tai sosiaalisia tekijöitä ja voimavaroja, jotka ovat hyvinvoinnillemme välttämättömiä.
- Esimerkiksi bussiyhteydet, riittävä toimeentulo, terveys, itseluottamus, perheen tuki tai ystävät ovat resursseja.
- Resurssit vastaavat kysymykseen, mitkä asiat auttavat sinua arjessasi ja tukevat hyvinvointiasi. Puuttuvat resurssit puolestaan hankaloittavat hyvinvointia.
- Tarvitsemme resursseja, jotta voimme käyttää muita vahvuuksiamme tai vaikkapa opiskella.
- Ihmisillä on yleensä paljon erilaisia resursseja ja voimavaroja, vaikka niitä ei heti osaisi tunnistaa. Resursseja voi myös hankkia lisää ja kehittää eri tavoin. Mitä hyviä asioita sinun elämässäsi on?



Taidot ja osaaminen



- Taidot ja osaaminen ovat vahvuuksia, joita voimme oppia, opiskella, kehittää ja harjoitella.
- Opimme asioita koulussa ja opiskelemalla, mutta myös vapaa-ajalla, harrastuksissa ja perheen parissa, erilaisia asioita tekemällä. Mitä asioita sinä olet oppinut vapaa-ajallasi?
- Yleiset työelämätaidot ovat osaamista, jota voi oppia missä vain ja jota voi hyödyntää erilaisissa tehtävissä. Esimerkiksi vuorovaikutustaidot, digitaidot, kielitaito tai taito työskennellä ryhmässä.
- Ammatillista osaamista ja erityisosaamista hankitaan peruskoulun jälkeen esimerkiksi ammatillisissa opinnoissa ja työelämässä.
- Taitajat-tapahtumassa pääset näkemään monenlaista ammatillista osaamista ja taitoja!

Tehtävä 1: Omien vahvuuksien kartoittaminen



Taidot ja osaaminen

- Missä olet hyvä?
- Minkä asioiden tekemisestä olet saanut hyvää palautetta?
- Minkä asioiden tekeminen saa sinut kokemaan onnistumisen tunnetta?
- Onko sinulla joku sellainen taito, joka erottaa sinut muista?



Luontevahvuudet

- Mitä luontevahvuuksia tunnistat itsessäsi?
- Miten luontevahvuutesi näyttäytyvät käytännössä erilaisissa tilanteissa?



Resurssit

- Mitkä asiat auttavat sinua arjessa ja edistävät hyvinvointiasi?
- Mitkä asiat auttavat sinua kohti tavoitteitasi?
- Mitkä asiat vievät voimia tai haastavat tavoitteidesi toteuttamista?



Kyvykkyydet

- Missä olet hyvä luontaisesti?
- Mikä on sinulle helppoa?
- Onko sinulla jokin lahjakkuus tai ”talentti”?
- Miten toimit vuorovaikutustilanteissa tai osana ryhmää?



Kiinnostukset

- Millaiset asiat saavat sinut innostumaan koulussa, vapaa-ajalla, kavereiden kanssa?
- Mistä tekemisestä innostut?
- Mikä ammatti tai ala sinua kiinnostaa?
- Mihin ammattiin tai alaan haluat tutustua Taitaja-tapahtumassa? **Tutustu Taitaja-tapahtumassa esillä oleviin ammatteihin ja aloihin (tähän tulee linkki)**



Arvot

- Millaisia asioita arvostat?
- Mikä on sinulle tärkeää elämässä?
- Mitä asioita haluat tavoitella, saavuttaa tai edistää tulevaisuudessa?

Tehtävä 2: Minua kiinnostava ala tai ammatti



Mihin ammatteihin tai aloihin tutustuit
Taitaja-tapahtumassa?

Mikä näissä ammateissa oli kiinnostavaa
tai mitä uutta opit?

Mistä vahvuuksistasi voisi olla hyötyä alalla?

Mitä vahvuuksia ja osaamista olisi hyvä
kehittää alaa silmällä pitäen?

Missä sinua kiinnostavaa alaa voi opiskella?

Millaiset pääsyvaatimukset ja hakumenettely alalle on?

Tutustu alan työpaikkoihin esim. nettisivujen tai työnhakuilmoitusten avulla.
Millaisia työpaikkoja alalla on?

Millaisia tehtäviä alan työpäivään kuuluu?

Tietolähteenä voit käyttää esim. sivustoa
<https://tyomarkkinatori.fi/ammattitieto>

VOIMAKEHÄ®

Ainoastaan Taitaja 2025 Tulevaisuuspolut -käyttöön.

Uratarina: Taitajien Taitaja 2023

- <https://www.youtube.com/watch?v=s-izQkPEoso>



Laaja vahvuusnäkemys todellakin laajensi ajatteluani.

Vahvuustyöskentelyn avulla ymmärsin, että minulla on lukematon määrä vahvuuksia kiinnostuksen kohteista resursseihin, arvoihin ja temperamenttipiirteisiin, vaikken tekisi mitään erityistä.

Tämän saman siemenen yritän istuttaa kaikkiin kohtaamiini ihmisiin. Meissä on olemassa kaikki potentiaali, olemme hyviä ja riittäviä.

[Maria Ojala-Vesteri](https://marianlaatutyö.com)

<https://marianlaatutyö.com>

VOIMAKEHÄ®-lisenssivalmennus

<https://voimakeha.fi/palvelut/voimakehar-lisenssivalmennus/>



“

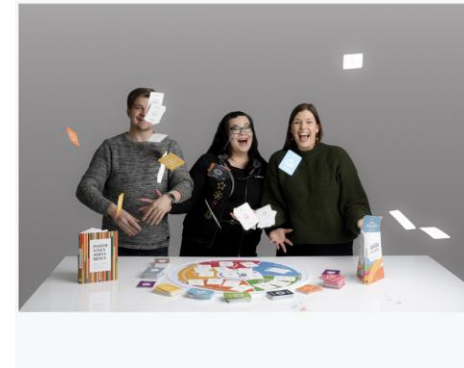
Oli todella arvokasta päästä juuri teidän kehittäjien koulutukseen ja saada kokea se välitön ja pursuava innostus aihetta kohtaan. – Se välittyi ja tarttui.

“

Koulutus oli todella hyvin suunniteltu ja toteutettu. Huomaa että asialla on ammattipedagogit.

“

Hyödynnän voimakehää sekä konkreettisesti korttien muodossa että taustateorian opinto-ohjaajan työssä. Hyödynnän kortteja myös ohjaustilanteissa ja koen, että ne ovat auttaneet ohjattavaa eteenpäin tilanteissa, joissa hän on kokenut olevansa umpikujassa.



Lisenssivalmennuksen sisällöllinen kesto on 12 tuntia (toteutusmuoto etä/lähi vaikuttaa taukoihin ja kokonaiskesto). Valmennuksen laskennallinen kokonaislaajuus on 5 op sisältäen itsenäisen työskentelyn, osaamisen hankkimisen ja osaamisen osoittamisen. Halutessasi voit osoittaa osaamisesi valmennuksesta sekä saada todistuksen.

VOIMAKEHÄ®-tuotteiden ja konseptin hyödyntäminen edellyttää lisenssivalmennuksen suorittamista ja asiaankuuluvan käyttölisenssin hankintaa. HUOM! Lisenssit ja tuotteet eivät lähtökohtaisesti sisälly valmennuksen hintaan.

Lisenssivalmennuksia järjestetään sekä avoimina verkkototeutuksina että tilauksesta organisaatiolle ja yhteisöille etä-, live- ja hybriditoteutuksina. Tarjolla on myös itsenäisesti suoritettava Express-verkkovalmennus.

Avoimet lisenssivalmennukset

VOIMAKEHÄ®-lisenssivalmennus Zoom-verkkototeutuksena

Kouluttajat: Laura Paaso ja Meri Hirvonen, Vahvuuttamo Oy

Pe 21.3.2025 klo 12-15

To 27.3.2025 klo 12-15

Pe 28.3.2025 klo 12-15

To 3.4.2025 klo 12-15

Hinta

Lisenssivalmennuksen hinta on 451 € + alv 25,5 % / osallistuja (yht. 566 €), ja se laskutetaan yhdessä erässä ennen valmennuksen alkua.

Lisenssit ja tuotteet eivät sisälly koulutuksen hintaan, vaan osallistuja hankkii ne erikseen oman tarpeensa mukaisesti

Ilmoittautuminen

Viimeistään viikkoa ennen ensimmäistä webinaaria

<https://link.webropol.com/ep/maaliskuu2025>

Peruutusehdot

Viimeinen maksuton peruutuspäivä tässä koulutuksessa on pe 7.3.2025.

Sen jälkeen tehdystä peruutuksesta laskutetaan koko koulutuksen hinta. Osallistujan voi kululta vaihtaa.

Koulutuksen hinta laskutetaan myös, jos osallistuja jättää tulematta koulutukseen.

