



Luontainen toimintatyylini ja yksilöllinen polkuni muutoksessa

Toimistohenkilöiden teemapäivät 26.9.2019

Aarne Kiviniemi, Senior Consultant

Luontainen toimintatyylini ja yksilöllinen polkuni muutoksessa

26.9. klo10.15-12.00

Alustava agenda

- ☐ Klo10.15-11 Minun tarinani ja kokemukseni muutoksessa
- ☐ Klo11-11.30 Luontaiset toimintatyylit ja muutos
- ☐ Klo 11.30-11.50 Polkuni muutoksessa: Kuka minua johtaa?
- ☐ Klo 11.50-12 Johtopäätökset: mitä otan mukaani?





Minun tarinani ja kokemukseni muutoksessa

The background of the slide is a reproduction of Leonardo da Vinci's famous 'Vitruvian Man' drawing. It shows a male figure inscribed within a circle and a square, with arms and legs extended to the boundaries. The drawing is in a classic, detailed style with fine lines and some shading.

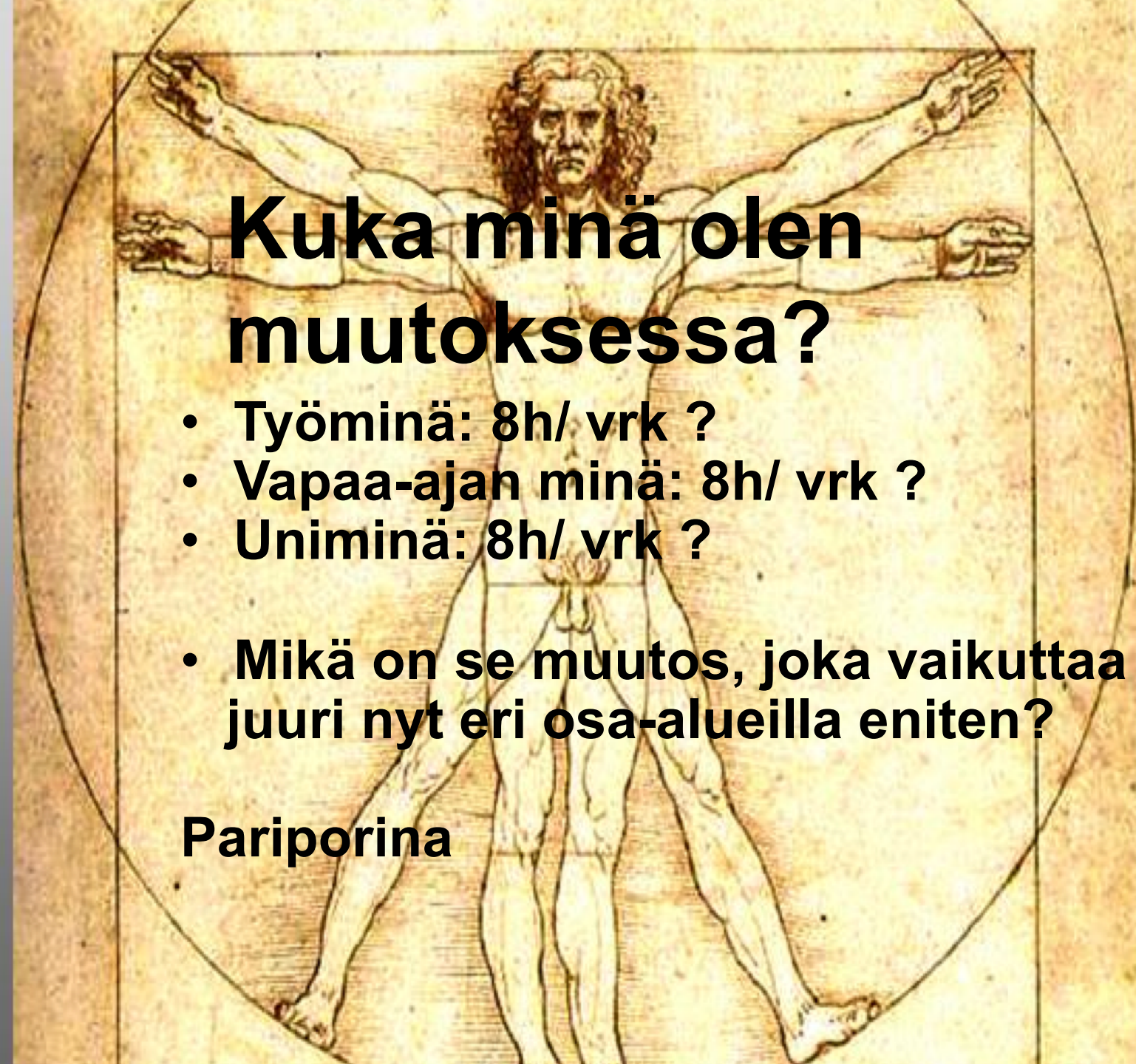
Kuka minä olen muutoksessa?

- **Työminä: 8h/ vrk ?**
- **Vapaa-ajan minä: 8h/ vrk ?**
- **Uniminä: 8h/ vrk ?**

The background of the slide is a reproduction of Leonardo da Vinci's famous 'Vitruvian Man' drawing. It shows a male figure inscribed within a circle and a square, with arms and legs extended to the boundaries. The drawing is in a classic, detailed style with fine lines and shading.

Kuka minä olen muutoksessa?

- **Työminä: 8h/ vrk ?**
- **Vapaa-ajan minä: 8h/ vrk ?**
- **Uniminä: 8h/ vrk ?**
- **Mikä on se muutos, joka vaikuttaa juuri nyt eri osa-alueilla eniten?**

The background of the slide is a reproduction of Leonardo da Vinci's famous 'Vitruvian Man' drawing. It shows a male figure inscribed within a circle and a square, with arms and legs extended to the boundaries. The drawing is in a classic, detailed style with fine lines and shading.

Kuka minä olen muutoksessa?

- **Työminä: 8h/ vrk ?**
- **Vapaa-ajan minä: 8h/ vrk ?**
- **Uniminä: 8h/ vrk ?**
- **Mikä on se muutos, joka vaikuttaa juuri nyt eri osa-alueilla eniten?**

Pariporina

Muutos

Levoton tuhkimo kappaleen sanoin

”Juot ja katselet vieraisiin pöytiin

Salaa vilkaiset itseäsi peiliin

Pikimustat tähdet tuijottaa takaisin

Pöydässäsi ei oo yhtään ystävää

Kaikki tietää sun tuhkimotarinas nimeltään

Ennen taivas oli avoinna sinullekin

Kunnes paha sormi tavoitti karkurin

Ja elämä on helppoo silloin kun on joku josta pitää kii

Ei tarvitse mennä nukkumaan itkeäkseen itsensä unelmiin

Ja elämä on päivästä päivään vieraiden pilkkaa sinullekin

Päivästä päivään levoton tuhkimo tekee itsestään marttyyrin”



Muutos

Levoton tuhkimo 2. säkeistö

” Illan värivalot on kaikille juhlaa

Kynttilöitä syttyy ja pidetään hauskaa

Vasen jalkasi hakkaa rytmissä musiikin

Valot eivät vain loista kasvoille sankarin

Ilta pimenee ja ihmiset lähtee pois

Sä et lähtis nyt kun aikaakin vielä ois

Ulkona sua oottaa lohduton huominen

Rakkauden hinta on nimensä veroinen

Ja elämä on helppoo silloin kun on joku josta pitää kii

Ei tarvitse mennä nukkumaan itkeäkseen itsensä unelmiin

Ja elämä on päivästä päivään vieraiden pilkkaa sinullekin

Päivästä päivään levoton tuhkimo tekee itsestään marttyyrin”





**Mikä kohta kappaleessa
herättää eniten
muutosajatuksia?**

Muutos

- Savanni nukahtaa –sanoin



"Olen usein vihannut sinua ja synkkiä päiviä
jolloin

Olen usein inhonnut sinua ja tyhmiä päiviä jolloin
paiskotaan kamoja

Potkitaan ovia

Toisaalta rakastan sitä hetkeä

Jolloin kaksi leijonaa

Makaa sängyssä raukeina

Savanni nukahtaa iltapäivän kuumuuteen

Myös me nukahdamme väsyneet leijonat

Peiton alle apinanleipäpuun katveeseen

Keltainen ja okranvärinen maa

Se on leijonan osa

Se on leijonan osa"

Muutos

-Savanni nukahtaa – 2. säkeistö



Olen usein kammonnut sinua ja kurjia päiviä jolloin

Olen usein ällönnyt sinua ja tylsiä päiviä jolloin

Paiskotaan kamoja

Potkitaan ovia

Toisaalta rakastan sitä hetkeä

Jolloin kaksi leijonaa

Makaa sängyssä raukeina

•Savanni nukahtaa iltapäivän kuumuuteen

Myös me nukahdamme väsyneet leijonat

Peiton alle apinanleipäpuun katveeseen

Keltainen ja okranvärinen maa

Se on leijonan osa

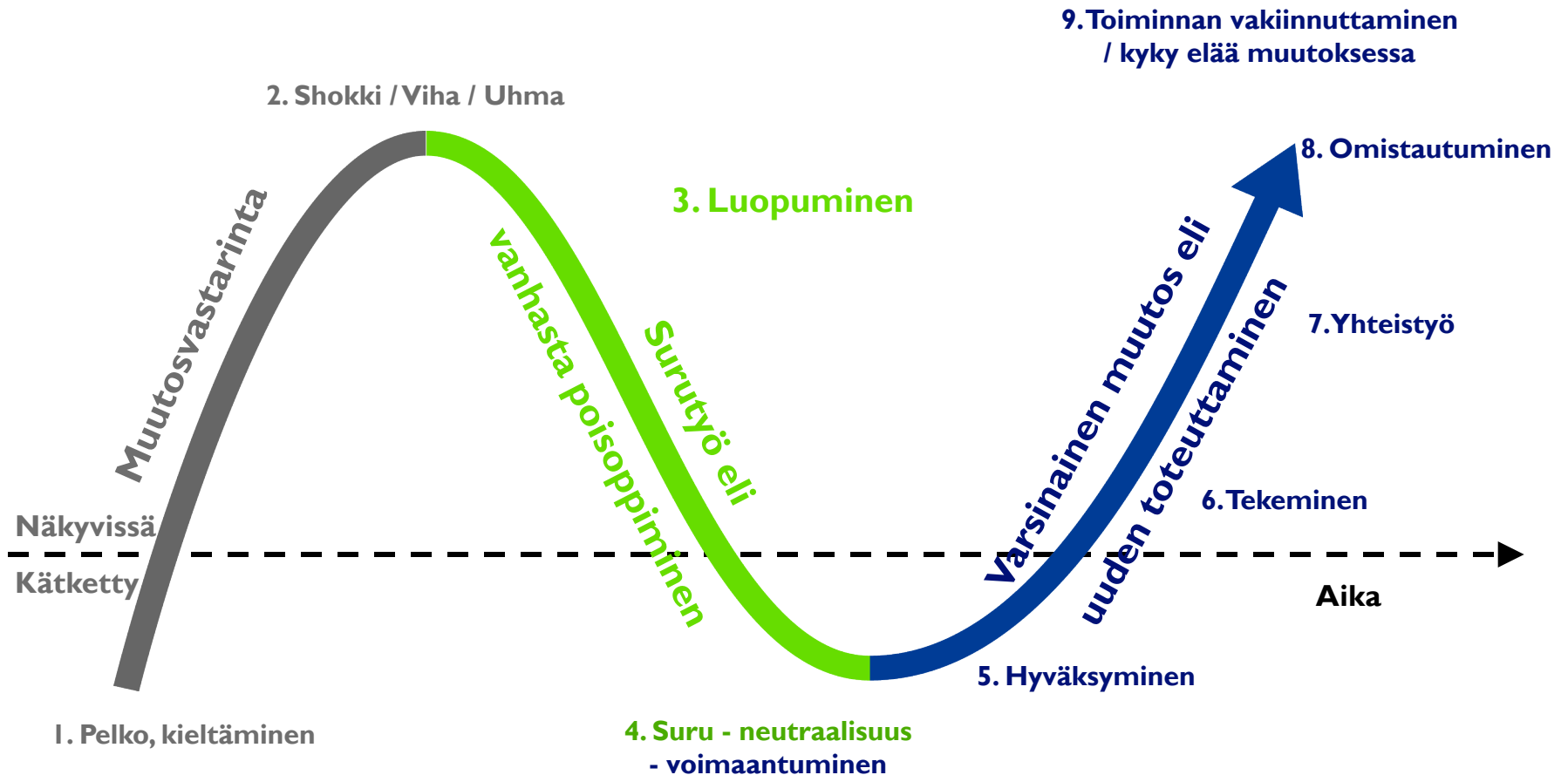
Se on leijonan osa



**Mikä kohta kappaleessa
herättää eniten
muutosajatuksia?**

Tunteet ja muutos

- Missä vaiheessa olet itse?



Based on Kurt Lewins concepts, Juha Arikoski, JTO & Mikael Sallinen, TTL (30012008)

Johtopäätökset:

Minun muutostarinani ja -kokemukseni



1. Mikä tarina ? Alku – eteneminen – miten haluat päättyvän?
2. Millainen kokemus?
3. Mitä tunnistan itsestäni muutoksessa?
4. Mikä on vahvuuteni muutoksessa?
5. Mistä pidän kiinni?
6. Mikä on minussa asuva vastarinta?
7. Miten suhtaudun luopumiseen ja surutyöhön?
8. Luovuus ja itselle tärkeät harrastukset voimavarana (voimabiisi? taide? Liikunta? Luonto?)
9. Tärkeät ihmiset voimavarana

Luontainen toimintatyylini ja muutos

-

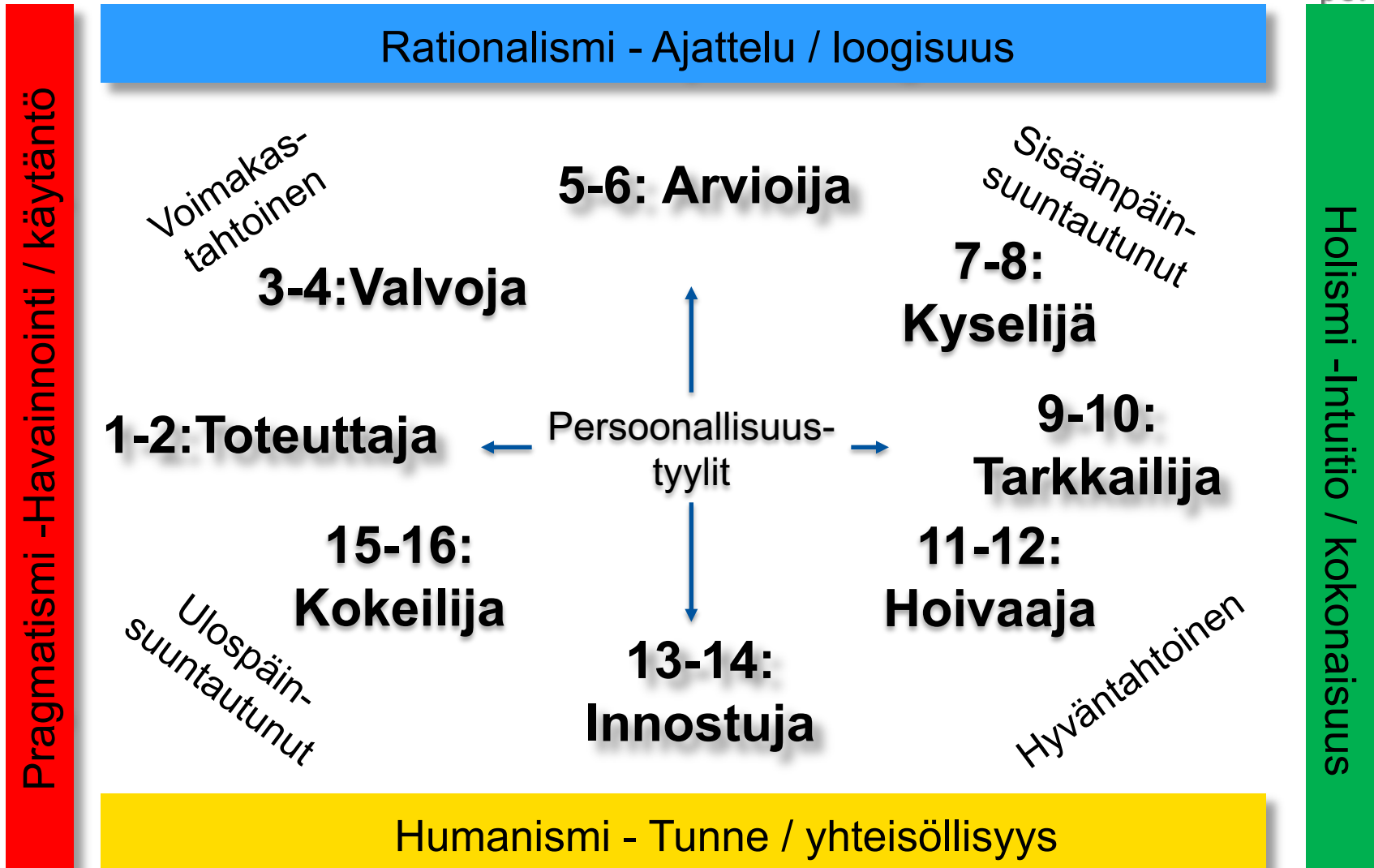
Toimintatyyliarvio: 5min pika-arvio

1 - väittämä ei kuvaa minua lainkaan, 2 - väittämä kuvaa minua vain vähän,
3 - väittämä kuvaa minua jossain määrin, 4 - väittämä kuvaa minua melko hyvin,
5 - väittämä kuvaa minua hyvin, 6 - väittämä kuvaa minua erittäin hyvin



1. Olen hyvin käytännöllinen ihminen.	1	2	3	4	5	6
2. Arvioin toisten ajatuksia ennen kaikkea niiden toimivuuden perusteella	1	2	3	4	5	6
3. Arvostan ennen kaikkea sitä, että asiat ovat järjestyksessä..	1	2	3	4	5	6
4. Minulle on tapana valvoa ja pitää yllä järjestystä.	1	2	3	4	5	6
5. Arvostan erityisesti rationaalisuutta ja analyyttisuutta.	1	2	3	4	5	6
6. Mahdollisimman laajat ja syvälliset tiedot ovat varmin tapa oikeisiin päätöksiin	1	2	3	4	5	6
7. Minulle on tyypillistä kyseenalaistaa lähes kaikki asiat.	1	2	3	4	5	6
8. Esitän enemmän kysymyksiä kuin tarjoan vastauksia.	1	2	3	4	5	6
9. Tutkin tarkkaan käytettävissä olevan tiedon ja vältän hätäisten johtopäätösten tekemistä.	1	2	3	4	5	6
10. Tarkkailen ja analysoin mielelläni muiden toimintaa ja käytöstä.	1	2	3	4	5	6
11. Turvallisuus on tärkein asia tiimin toiminnassa.	1	2	3	4	5	6
12. Jokaisesta yksilöstä huolehtiminen on tärkeä edellytys työyhteisössä.	1	2	3	4	5	6
13. Olen hyvin spontaani henkilö.	1	2	3	4	5	6
14. Minua viehättävät eniten uudet ja epätavalliset ideat.	1	2	3	4	5	6
15. Haluan kokeilla jatkuvasti uusia asioita.	1	2	3	4	5	6
16. En pelkää virheiden tekemistä.	1	2	3	4	5	6

Persoonallisuustyyli ja erilaiset toimintamallit



Menkää pöytäkunnassanne toimintatyylien mukaiseen asetelmaan



Esiteltää itsenne.

Esimerkki: "Hei, olen Aarne, innostuja. Innostun asioista ja minulla on halu kokeilla uutta sekä improvisoida. Minussa on siis myös vahvana kokeilijan piirteitä. Minulle kaikkein vierainta ovat valvojan piirteet. On hyvä, että tiimiini kuuluu ihmisiä, joille järjestyksen pitäminen on luontaista "



Luontaiset käyttäytymistyytit



Valvoja

Järjestys, tavoitteellisuus, aikataulut, arviointi, antaa palautetta, prosessit, vie asiat päätökseen, "valvoja"

Analysoija

Faktat, tieto, kriittisyys, rehellisyys, älykkyys, ajattelu "tutkija"

Kyselijä

Yhteistoiminta, tiimityö, vapaus, verkostot, tiedon jakaminen, "tiimipeluri"

Toteuttaja

lyhyt tähtäin, tässä ja nyt, yksin, vie asiat käytäntöön, päätöksenteko, energinen, tuottelias, uudistava, riski, "projektin vetäjä"



Tarkkailija

Yhdistäjä, perinteet kokonaisuus, viisaus pitkä tähtäin, turvallisuus yhdessä, asiat jäävät roikkumaan, säilyttävä, "filosofi"

Kokeilija

Kokeilu, virheet, mielikuvitus, rohkeus, joustavuus, kyky muuttaa mielipiteitään, uteliaisuus, "keksijä"

Innostuja

tunteet, intuitio, huumorintajuinen alitajunta, innostus, hulluttelija avoimuus, epätavanomaisuus, "taitelija"

Huolehtija

Välittäminen, luottamus, turvallisuus, huomioi muut, esteettisyys, "hoivaaja"



	Toteuttaja	Analysoija	Tarkkailija	Innostuja
Käyttäytyminen	Energinen, ulospäin suuntautuva, voimakastahtoinen, suora, jämäkkä, suoriutuja, aloitteentekijä, huomion keskipiste, malttamaton, valpas, "puhelias" tai puhuu vähän mutta asiaa	rauhallinen, asiallinen, pidättyväinen, harkitseva, arvokas, perusteellinen, tehtävä kerrallaan ja asiat viedään loppuun, suunnitelmallista	Ystävällistä, huomaavaista, tasapainoista, vakaata, vaatimatonta, konservatiivista	Inspiroi ja innostaa muita, kanavoi energiansa puheeseen, hyväntahtoisia, ihmiskeskeistä, ailahtelevaa ja vaihtelevaa
Ajattelu	Käytännöllinen, konservatiivinen, tavanomainen, konkreettinen, esimerkkien ja tarinoiden avulla ajatteleva	Analyttinen; tutkii, analysoi, yrittää ymmärtää, kokonaisvaltaista, pyrkimys täydellisyyteen, teoreettinen	Huolellinen, kokonaisvaltainen, mutta pyrkii yksinkertaisuuteen, asioiden ytimeen, ei välttämättä omia säihkyviä ideoita, omaksuu muilta tarkkailemalla, tekee synteesejä	Idearikas, joustava, mielikuvituksellinen, spontaani, lyhytkestoista, ottaa virikkeitä muilta, intuitiivista
Tunne	Ilmaisee tunteet suoraan ja voimakkaasti, joskus harkitsemattomasti, spontaani, leppyy nopeasti, "Läpi harmaan kiven"	Ilmaisee tunteet varovasti, tunteet järkevän toiminnan tiellä, niukka tunneilmaisu	Tunneilmaisu hillittyä, empaattinen, syvälinen, aito, varautunut	Tunneilmaisu värikästä ja rikasta, elää voimakkaasti tunteiden pohjalta, "taiteellinen", aistillinen

	Kyselijä – (yhdessä tekijä - analysoijan ja tarkkailijan yhdistelmä)	Huolehtija (tarkkailijan ja innostujan yhdistelmä)	Kokeilija (toteuttajan ja innostujan yhdistelmä)	Valvoja (toteuttajan ja analysoijan yhdistelmä)
Käyttäytyminen	Rauhallista, auttaa ja tukee muita, yhdessä tekijä, tulee hyvin toimeen muiden kanssa	Positiivista, muut huomioivaa, muita innostavaa, ihmisläheistä	Ulospäin suuntautunut keksijä, kokeilee mielellään kaikkea uutta, ei pelkää virheitä, uskaltaa mokata, yhdistelmä energisyyttä ja impulsiivisuutta, vauhtia riittää vaikka ei aina osuta maaliin, monessa mukana	Ottaa etäisyyttä ja pyrkii katsomaan asioita objektiivisesti, haluaa dominoida muita, Hyvin tehtäväkeskeinen, kontrolloija
Ajattelu	kyseenalaistavaa, pohdiskelevaa, etsii uusia ideoita	On kiinnostunut muiden ajatuksista ja pyrkii hyödyntämään niitä	Idearikas, mielikuvituksellinen, spontaani, ainainen ihmettelijä	Arvioiva ja analyttinen, ampuu nopeasti alas toisten idea
Tunne	Tunneilmaisu hillittyä ja asiallista	Positiiviset tunteet aina esillä ja välittää todella muista	Tunneilmaisu värikästä ja rikasta, huumorintajuinen	Voimakastahtoinen, viileähkö, joka jättää tunteet taka-alalle

**Mieti sinulle keskeisessä
muutoksessa kannaltasi
avainihmisiä**

**Millaisia toimintatyylejä heistä
löydät?**

**Mikä on toimintatyölien
näkökulmasta tämän porukan
vahvuus muutoksessa?**

**Mitä haasteita toimintatyölien
näkökulmasta porukkaan
liittyy?**





Polkuni muutoksessa: Kuka minua johtaa?

Johdatko itseäsi muutoksessa ?



Tietoisuus



Keho (Fyysinen)

- ravinto
- liikunta
- lepo
- uni
- rentoutuminen



Mieli (Psyykkinen)

- ajattelu
- muisti
- oppiminen
- luovuus



Tunteet (Sosiaalinen)

- tunteiden hallinta
- positiivisuus
- ihmissuhteet
- harrastukset
- yhteisöllisyys



Arvot (Henkinen)

- arvot
- päämäärät
- merkitys
- henkiset virikkeet
- tasapaino



Työ (Ammatillinen)

- avaintehtävät
- tavoitteet
- osaaminen
- palaute
- kehittyminen

Uudistuminen: Itsetuntemus, itseluottamus ja reflektointi



Minulle sinulle tärkeimmät tavoitteet (1-3kpl) muutoksessa

**- valitse mielellään eri osa-
alueilta**

**”Millä toiminnalla/
käyttäytymisellä vahvistan
muutostavoitteiden
toteutumista?”**



**”Millä toiminnalla/
käyttäytymisellä jarrutan
muutostavoitteiden
toteutumista?”**



**Määritä aikataulu
henkilökohtaiselle
muutoksellesi**

Piirrä polkusi



Johtopäätökset: mitä otan mukaani?

Mitä lähden kokeilemaan ja muuttamaan?



- Aamupäivän teemat:
 - ☐ Minun tarinani ja kokemukseni muutoksessa
 - ☐ Luontaiset toimintatyylit ja muutos
 - ☐ Polkuni muutoksessa: Kuka minua johtaa?

Ollaan yhteyksissä



Pertec Consulting Oy
Aarne Kiviniemi
aarne.kiviniemi@pertec.fi
www.pertec.fi