



**KEUKE KICK OFF
JÄRVENPÄÄ 16.8. 2023
Erkka Westerlund**

“IHMINEN ON TYÖELÄMÄN TÄRKEIN VOIMAVARA”



JOHTAMINEN / VALMENTAMINEN

**AMMATTI-
OSAAMINEN**

+

**“IHMIS”-
OSAAMINEN**

”ihmisten johtaminen/valmentaminen”

SUOMEN VAHVUUS – VAATII JATKUVAA KEHITTÄMISTÄ

SUOMEN MAHDOLLISUUS – VAATII UUTTA OSAAMISTA

ON MENOSSA IHMISTEN KOHTAAMIS-(JOHTAMIS)KULTTUURIN MUUTOS



MONOLOGISTA
HIERARKIASTA
"YHDET AIVOT"

DIALOGIIN
LUOTTAMUKSEEN
"KAIKKIEN VOIMAVARAT"



NYKYHETKI JA TAVOITETILA

**MILLAINEN JOHTAJA SINÄ OLET JA
MILLAINEN JOHTAJA SINÄ HALUAISIT OLLA?**

**MILLAISIA TYÖNTEKIJÖITÄ SINULLA ON JA
MILLAISIA TYÖNTEKIJÖITÄ HALUAISIT
TIIMIISI?**

**MITEN TYÖYHTEISÖSI TOIMII TÄLLÄ
HETKELLÄ JA MITEN HALUAISIT SEN
TOIMIVAN PARHAIMMILLAAN?**

VALMENTAVA
JOHTAMINEN =
(TRANSFORMAALINEN
JOHTAMINEN)

**IHMISTEN HYVINVOINNIN
JOHTAMINEN**

**VUOROVAIKUTUKSEN
(TIIMIT) JOHTAMINEN**

ILMAPIIRIN JOHTAMINEN



IHMISEN JA YHTEISTYÖN VALMENNUS- / KEHITYSPROSESSI

**1. ITSETUNTEMUS JA
ITSENSÄ
JOHTAMINEN**

**2. KOHTAAMIS- /
JOHTAMIS-
OSAAMINEN**

**3. YHTEISÖN
JOHTAMIS-/
TOIMINTAKULTTUURI**

VALMENTAVAN JOHTAMISEN PSYKOLOGIA JA PEDAGOGIIKKA

ITSETUNTEMUKSEN KEHITTÄMINEN



- FYYSSINEN ITSETUNTEMUS
- HENKINEN ITSETUNTEMUS

”elinikäinen oppiminen”

ITSENSÄ KEHITTÄMINEN JA JOHTAMINEN



- OMAN FYYSSISEN HYVINVOINNIN KEHITTÄMINEN/JOHTAMINEN
- OMAN HENKISEN HYVINVOINNIN KEHITTÄMINEN/JOHTAMINEN

TOISEN IHMISEN KOHTAAMINEN → YKSILÖN ”JOHTAMINEN”/ TUKEMINEN



- TOISEN IHMISEN TUNNISTAMINEN/”LUKEMINEN”
- EMPATIAKYKY → VUOROVAIKUTUSTAITO → LUOTTAMUS

VALMENTAVA JOHTAMINEN = YHDESSÄ TEKEMINEN

- PIENET TIIMIT → DIALOGI → YHTEINEN YMMÄRRYS

”ARVOT”

**ITSETUNTEMUS JA
ITSENSÄ KEHITTÄMINEN**

**IHMISTUNTEMUS JA
EMPATIA**

**”ELÄMÄN” TUNTEMUS
JA ARVOSTAMINEN**

HYVINVOINTI

MITEN SINÄ VOIT?

HYVINVOINTI

- FYYSINEN

MITEN SINÄ VOIT FYYSISESTI?

HYVINVOINTI - HENKINEN

MITEN SINÄ VOIT HENKISESTI?

HYVINVOINTI - SOSIAALINEN

MITEN SINÄ VOIT SOSIAALISESTI?

”FYYSINEN ITSETUNTEMUS”

IHMISEN FYYSISET VOIMAVARAT:

- hyvä fyysinen kunto
- riittävä palautuminen
- terveellinen ravinto
- elämän tavat

Firstbeat hyvinvointianalyysi on hyvä apuväline fyysisen itsetuntemuksen lisäämiseen ja oman arjen johtamiseen



HYVÄ FYYSINEN KUNTO:

- 1. Sydän-, hengitys- ja verenkiertoelimistön kunto**
- 2. Lihaskunto**
- 3. Liikkuvuus, tasapaino, huoltava harjoittelu**



KUKA MINÄ OLEN ? / KUINKA HYVIN TUNNEN ITSENI ?
MITKÄ OVAT MINUN TÄRKEIMMÄT HENKISET VOIMAVARAT?

HENKINEN HYVINVOINTI/IHMISEN SISÄINEN VOIMA

HENKINEN ITSETUNTEMUS:

IHMISEN TÄRKEIMMÄT
HENKISET VOIMAVARAT

=

(OPPIMISEN TÄRKEIMMÄT
TAUSTAMUUTTUJAT)

SISÄINEN MOTIVAATIO

ASENNE

ITSELUOTTAMUS

VASTUULLISUUS

SUORITUSTUNNE

- 5 HENKISTÄ VOIMAVARAA – SISÄINEN MOTIVAATIO, ASENNE, ITSELUOTTAMUS, VASTUULLISUUS JA SUORITUSTUNNE
- KUKIN VOIMAVARA ON KUVATTU NELIKENTÄSSÄ KAHDEN MUUTTUJAN AVULLA – VAAKA- JA PYSTYSUORALLA AKSELILLA 0:STA 5:TEEN
- ARVIOI ITSESI ENSIN VAAKA-AKSELIN MUKAAN JA SITTEEN PYSTYAKSELIN SUUNNASSA - MERKITSE SEN JÄLKEEN YHDELLÄ RISTILLÄ ARVIO ITSESTÄSI NELIKENTTÄÄN
- ARVIO TEHDÄÄN KESKUSTELUN POHJAKSI
- ”ERILAISTEN IHMISTEN HENKINEN TUNNISTAMINEN JA PROFILOINTI”

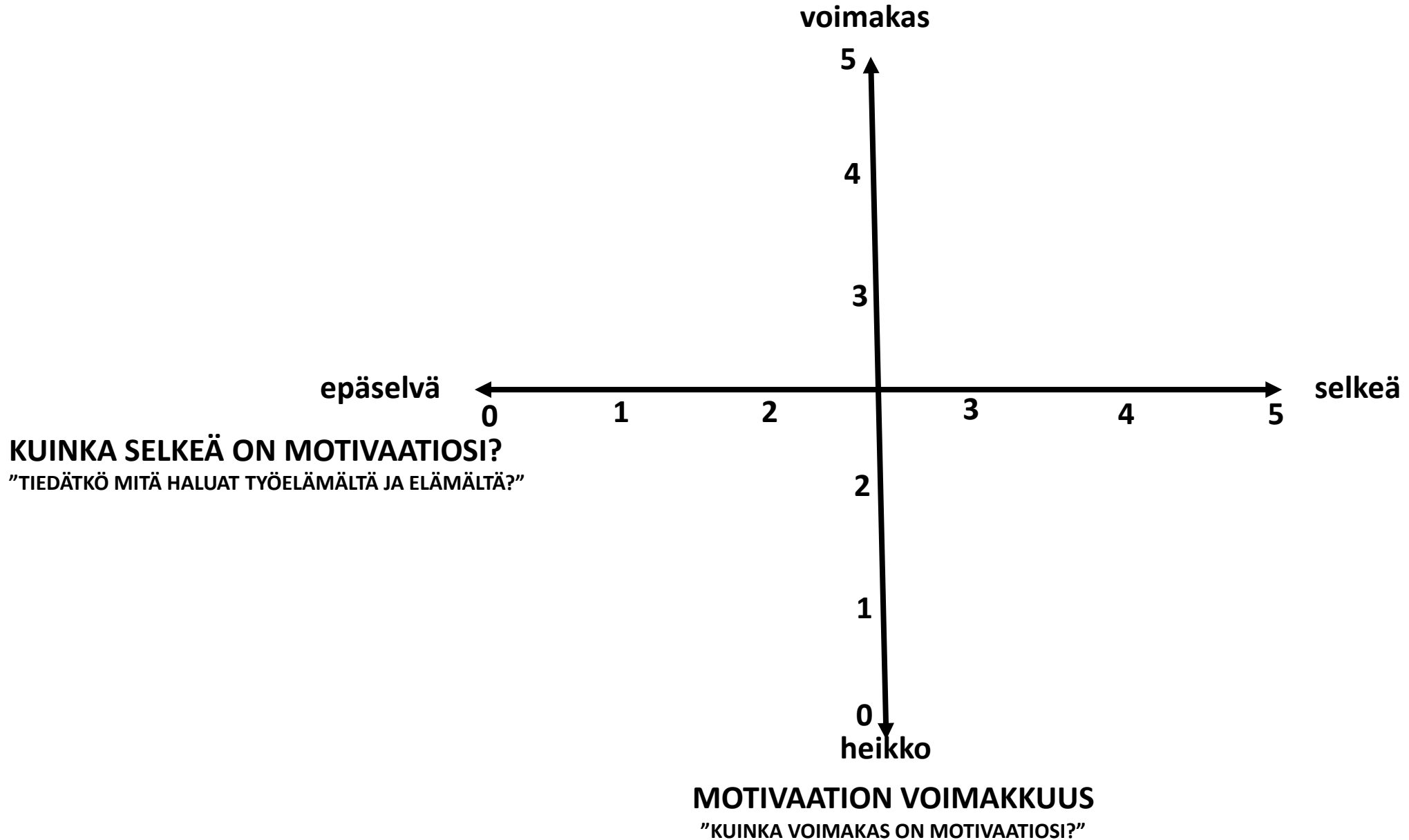
HENKINEN PROFILOINTI

→ TEHDÄÄN ITSEARVIOINTI
JA MÄÄRITELLÄÄN YHDESSÄ
MUUTTUJAT

SISÄINEN MOTIVAATIO

- KUINKA KIRKAS JA SELKEÄ ON SISÄINEN TAHTOTILASI? TIEDÄTKÖ, MITÄ HALUAT TEHDÄ ELÄMÄSSÄSI TAI MITÄ HALUAT TYÖLTÄSI?
 - KUINKA SELKEÄ ON OMA (TAHTOTILASI) MOTIVAATIOSI?
- TOISAALTA SISÄISEN TAHTOTILAN VOIMAKKUUS ON RATKAISEVAA: KUINKA MÄÄRÄTIETOISESTI TOTEUTAT OMIA TAHTOTILOJASI JA AJATUKSIASI KÄYTÄNNÖSSÄ?
 - KUINKA VOIMAKAS ON MOTIVAATIOSI?

SISÄINEN MOTIVAATIO



TAVOITTEENA: MOTIVOITUNUT TYÖNTEKIJÄ

SISÄISEN MOTIVAATION TEORIA (Deci&Ryan)

→ MITEN TUEN SISÄISEN MOTIVAATION SYNTYMISTÄ?

1. AUTONOMIAN TUNTEEN VAHVISTAMINEN
- TEKEMINEN KUMPUAA OMASTA HALUSTA JA
IHMINEN OSALLISTETAAN TOIMINNAN
SUUNNITTELUUN, TOTEUTUKSEEN JA SEURANTAAN

→ "MINÄ OSALLISTUN PÄÄTÖKSENTEKOON"

2. PÄTEVYYDEN TUNTEEN VAHVISTAMINEN
- KOKEMUS, ETTÄ OSAA JA PYSTYY

→ MINÄ OSAAN

3. KUULUVUUDEN TUNTEEN VAHVISTAMINEN
- TARVE KUULUA YHTEISÖÖN, JOSSA VÄLITETÄÄN

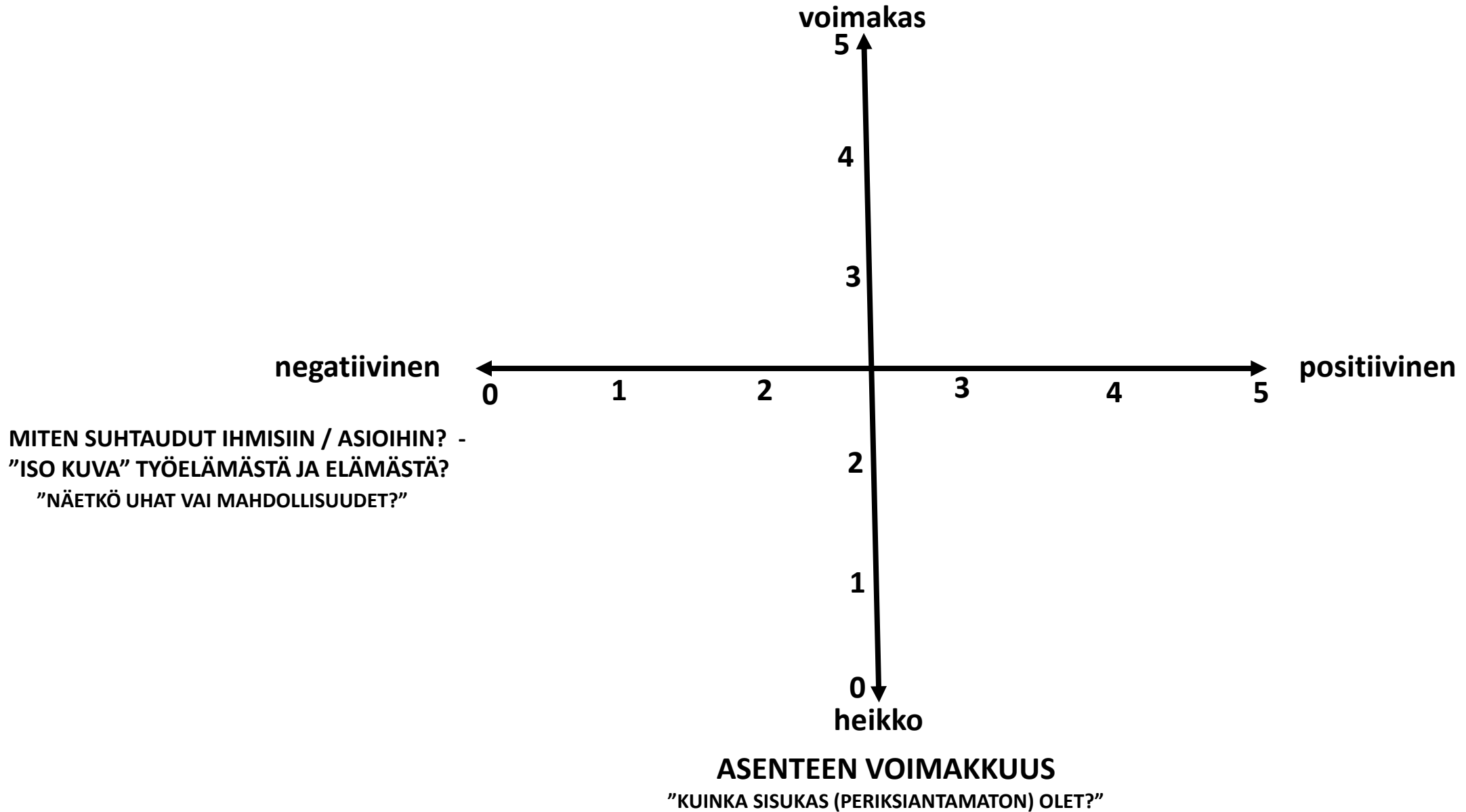
→ MINÄ KELPAAN

"IHMISEN VOIMA"

ASENNE

- KUINKA HYVIN YMMÄRRÄT ELÄMÄN ”ISON KUVAN”: KUINKA ISO/PIENI ON ELÄMÄSI PALAPELI, MITEN SUHTAUDUT IHMISIIN JA TILANTEISIIN? MILLAISENA SINÄ NÄET MAAILMAN, MINKÄLAISILLA MIELIKUVIILA SINÄ RATSASTAT ELÄMÄÄSI LÄPI: MITEN SUHTAUDUT ERILAIISIIN IHMISIIN TAI TILANTEISIIN – NÄETKÖ ONGELMAT VAI MAHDOLLISUUDET
 - OLETKO POSITIIVINEN VAI NEGATIIVINEN IHMINEN?
- TOISAALTA KUINKA VOIMAKAS ASENTEESI ON? KUINKA SISUKAS OLET JA KUINKA SINNIKKÄÄSTI TOTEUTAT ASIOTA JA VIET NE MAALIIN ASTI?
 - ”ASENNE RATKAISEE” – KUINKA SISUKSS OLET?

ASENNE



ITSELUOTTAMUS

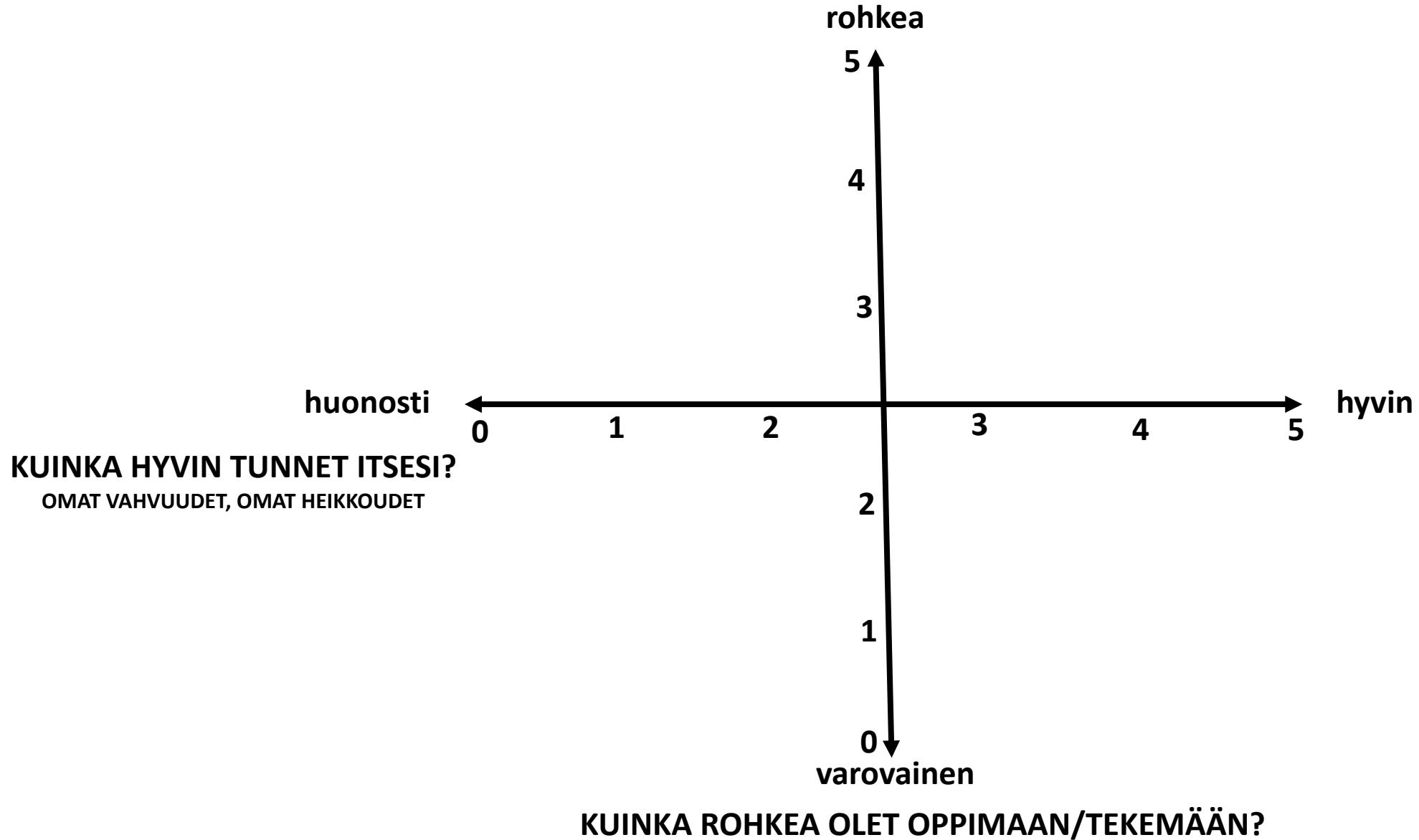
- KUINKA HYVIN TUNNET ITSESI HENKISESTI– OMAT VAHVUUTESI SEKÄ HEIKKOUTESI, USKALLATKO OLLA OMA ITSESI?

→ TUNNETKO ITSESI HYVIN VAI HUONOSTI

- LUOTATKO ITSEESI? OLETKO TIEDOSTANUT VAHTUUTESI, JOIHIN VOIT LUOTTAA?

→ OLETKO ROHKEA TEKEMÄÄN JA OPPIMAAN?

ITSELUOTTAMUS



VASTUULLISUUS

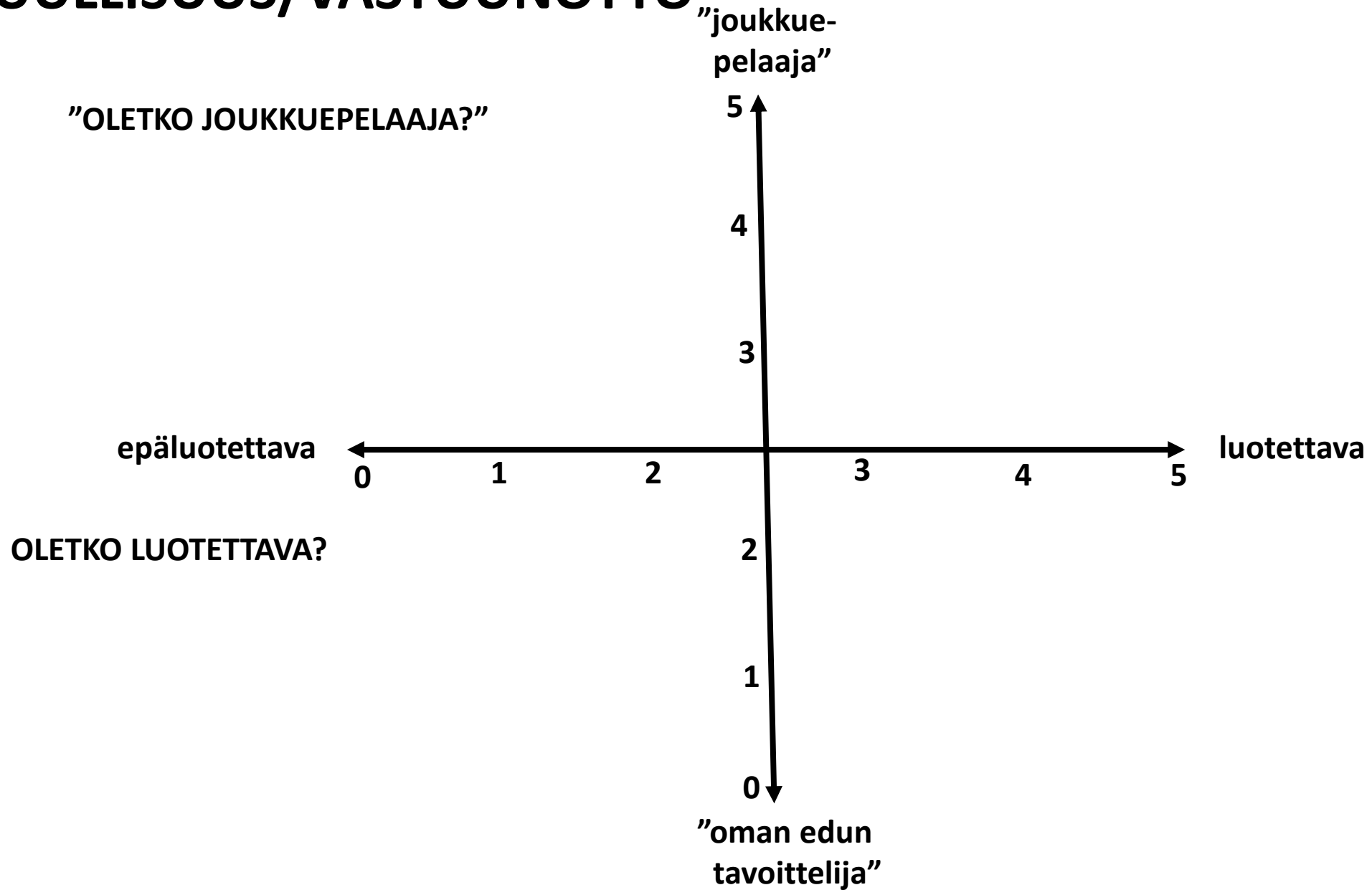
KUINKA VASTUULLINEN OLET? HOIDATKO SOVITUT ASIAT LOPPUUN ASTI?

→ KUINKA LUOTETTAVA OLET?

- VASTUULLISUUS ON TÄSSÄ OMINAISUUS, JOKA YHDISTÄÄ YKSILÖN MYÖS YHTEISÖÖN.

→ OLETKO JOUKKUEPELAAJA?

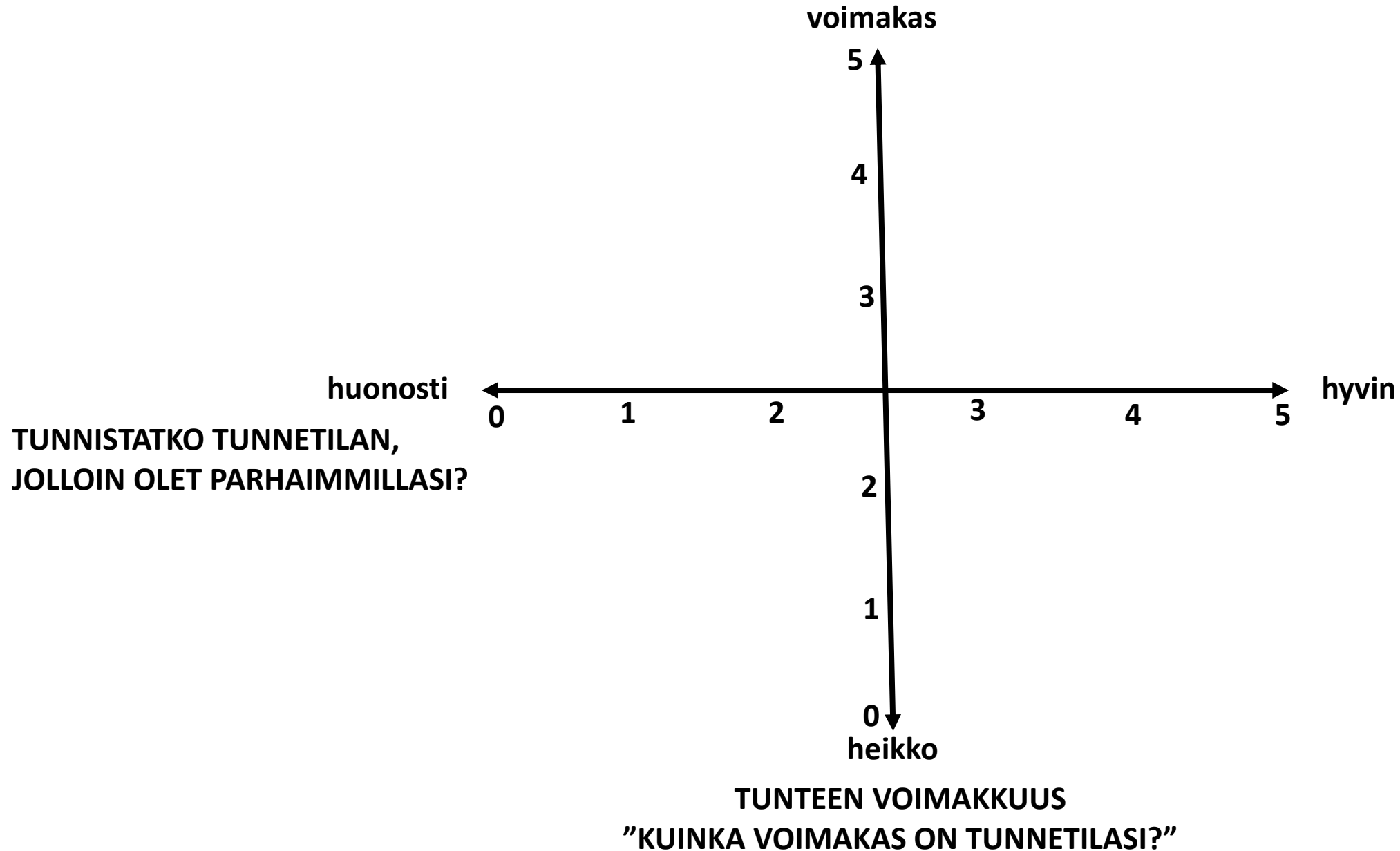
VASTUULLISUUS/VASTUUNOTTO



SUORITUSTUNNE

- TUNNE ON ISO VOIMAVARA
- JOKAISELLA ON OMA YKSILÖLINEN TUNNETILA, JOLLOIN ON PARHAIMMILLAAN
 - TUNNISTATKO HYVIN TUNNETILAN, JOLLOIN OLET PARHAIMMILLASI?
- OLETKO TUNNE IHMINEN? TUNTEEN VOIMAKKUUS VAIHTELEE YKSILÖLLISESTI?
 - KUINKA VOIMAKAS ON TUNNETILASI?

SUORITUSTUNNE



MOTIVOITUNUT JA HENKISESTI HYVINVOIVA IHMINEN

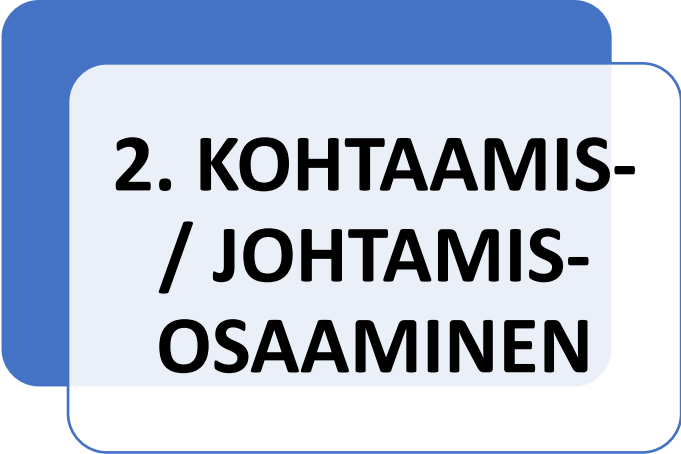
- HÄN TUNTEE ITSENSÄ (HENKISESTI JA FYYSISESTI) JA USKALTA OLLA OMA ITSENSÄ
- HÄN OSAA JOHTAA JA KEHITTÄÄ ITSEÄÄN
- HÄN OSAA KOHDATA ERILAISIA IHMISIÄ
- HÄN AUTTAA IHMISIÄ YMPÄRILLÄ MENESTYMÄÄN
- HÄN ON ITSEOHJAUTUVA, ALOITTEELLINEN JA YHTEISTYÖKYKYINEN



IHMISEN JA YHTEISTYÖN VALMENNUS- / KEHITYSPROSESSI



...



**2. KOHTAAMIS-
/ JOHTAMIS-
OSAAMINEN**



...



**IHMISLÄHTÖINEN JOHTAMINEN PERUSTUU
IHMISTUNTEMUKSEEN JA –OSAAMISEEN
KOHDATA ERILAISIA IHMISIÄ**

**SE VAATII JOHTAJALTA UUTTA OSAAMISTA -
”IHMISOSAAMISTA”**

TIIMIN JOHTAMISEN TAITOJA

Keskustelkaa, mitkä
taidot näyttäytyvät
teidän esihenkilötyössä
ja mitä taitoja kannattaisi
vahvistaa entisestään?

OSALLISTAMISEN TAITO

VUOROVAIKUTUSTAITO – DIALOGIN TAITO

EMPATIAKYKY

REFLEKTOINTITAITO – OMAN TOIMINNAN ARVIOINTI

AJATUKSEN VALMENTAMISEN TAITO – KATALYISOIVA DIALOGI

SUOMALAISEN VALMENNUKSEN MALLI

Valmentajan
osaamistarpeet

Mihin valmentaja
voi vaikuttaa?

Voimavarat

Ihmisenä kasvu
ja voimavarat

Itsensä
kehittämisen
taidot

Ihmissuhde-
taidot

Kuulumisen
tunne

Itsensä
kehittämisen
taidot

Urheilu-
osaaminen

Urheilijana
kehittyminen ja
lajiosaaminen



SUOMALAISEN VALMENNUKSEN MALLI

KEHITYSTAVOITTEET:

HENKISET VV:T:

- Sis. motivaatio
- Itseluottamus
- Asenne
- Vastuullisuus
- Suoritustunne

Itsensä kehittämisen taidot

- Sisäinen motivaatio oppia
- Jatkuva havainnointi
- Itsetuntemus
- Oman toiminnan arviointi
- Palautteen kysyminen ja vastaanotto – toisten avulla kehittyminen → yhteisö
- Oman ajattelun ajattelu
 - Kriittinen ajattelu
 - Luova ajattelu – avoin
- Oppimaan oppiminen

Valmentajan osaamistarpeet

Voimavarat



Urheilu-osaaminen

- ### FYYSISET VV:T
- Fyysinen kunto
 - Lepo
 - Ravinto
 - Elämäntavat

Ihmissuhdetaidot

- Ihmisten tunnistamistaito
- Empatiakyky
- Vuorovaikutustaito
 - Dialogin taito - kysy ja kuuntele
- Luottamuksen ja yhteisen ymmärryksen luominen
- Ajatuksen valmentaminen - oivalluttava oppiminen
- Oppivan ilmapiirin luominen
- Esiintymistaito – oman viestin selkeä esittäminen

Mihin valmentaja voi vaikuttaa?

Ihmisenä kasvu ja voimavarat



Urheilijana kehittyminen ja lajiosaaminen

Kuulumisen tunne

Itsensä kehittämisen taidot

MINÄ ESIHENKILÖNÄ

MITÄ MINÄ TUON YHTEISÖÖN?

- Iloa, valoa, toivoo, uskoa vai ...
- innostusta, osaamista, yhteistyötä ...

KUKA MINÄ OLEN?

IHMISEN JA YHTEISTYÖN VALMENNUS- / KEHITYSPROSESSI



”YKSIN TEKEMISESTÄ YHDESSÄ TEKEMISEEN”

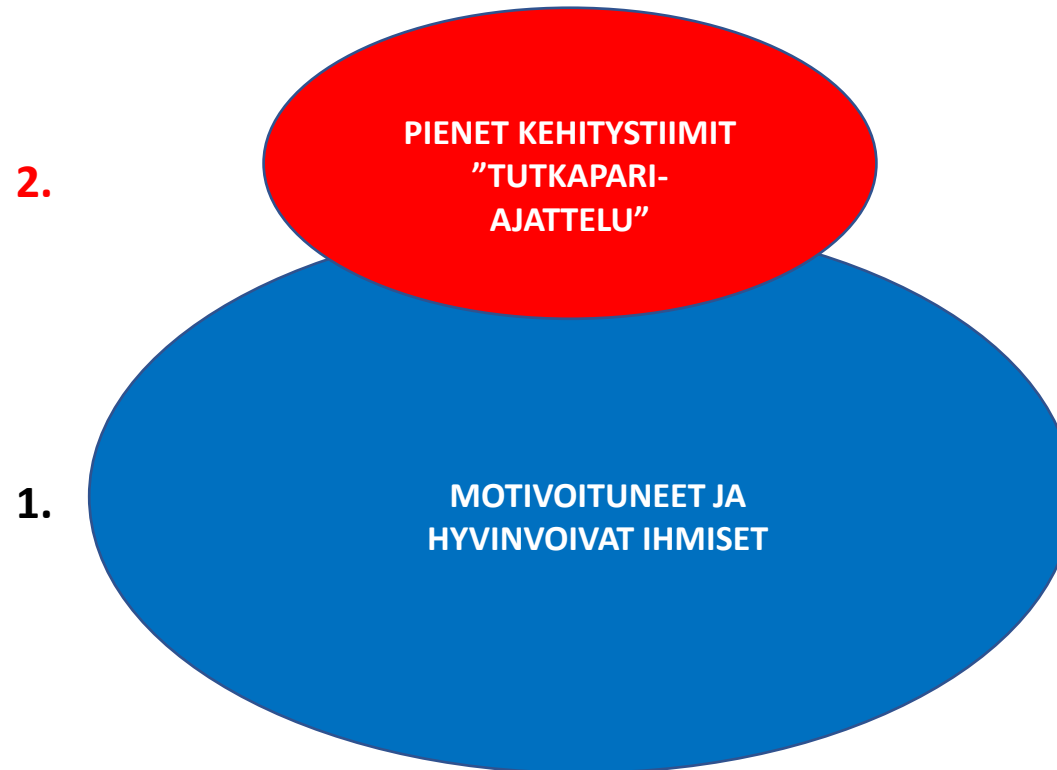
MITEN RAKENNAN HUIPPUTIIMIN?

1.

MOTIVOITUNEET JA
HYVINVOIVAT IHMISET

Rekrytointi /Ihmislähtöinen,
valmentava johtaminen

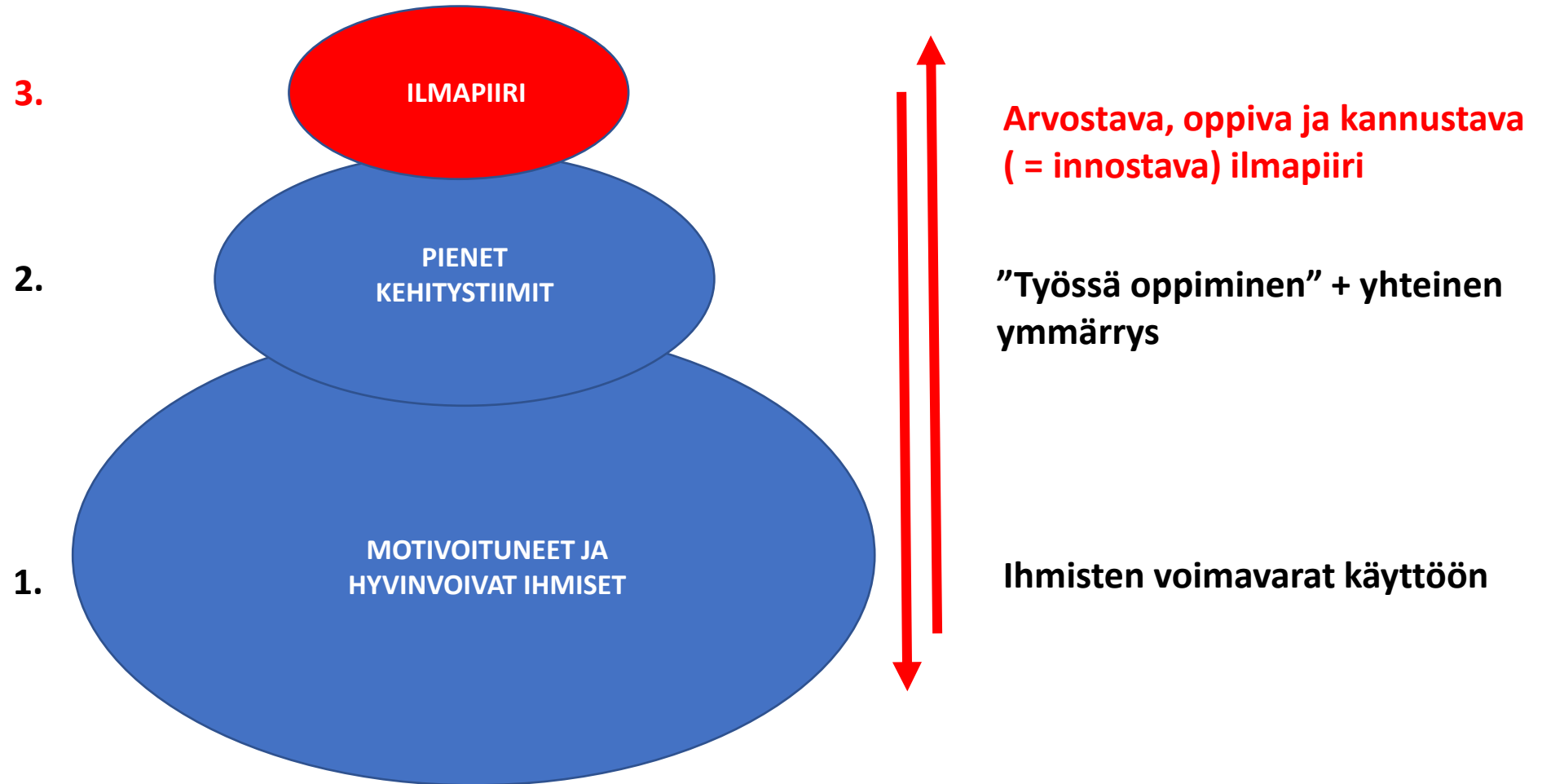
”LUMIUKKOMALLI”



”Työssä oppiminen” – joka päivä – toisten avulla

Ihmiset ovat tiimin tärkein voimavara!

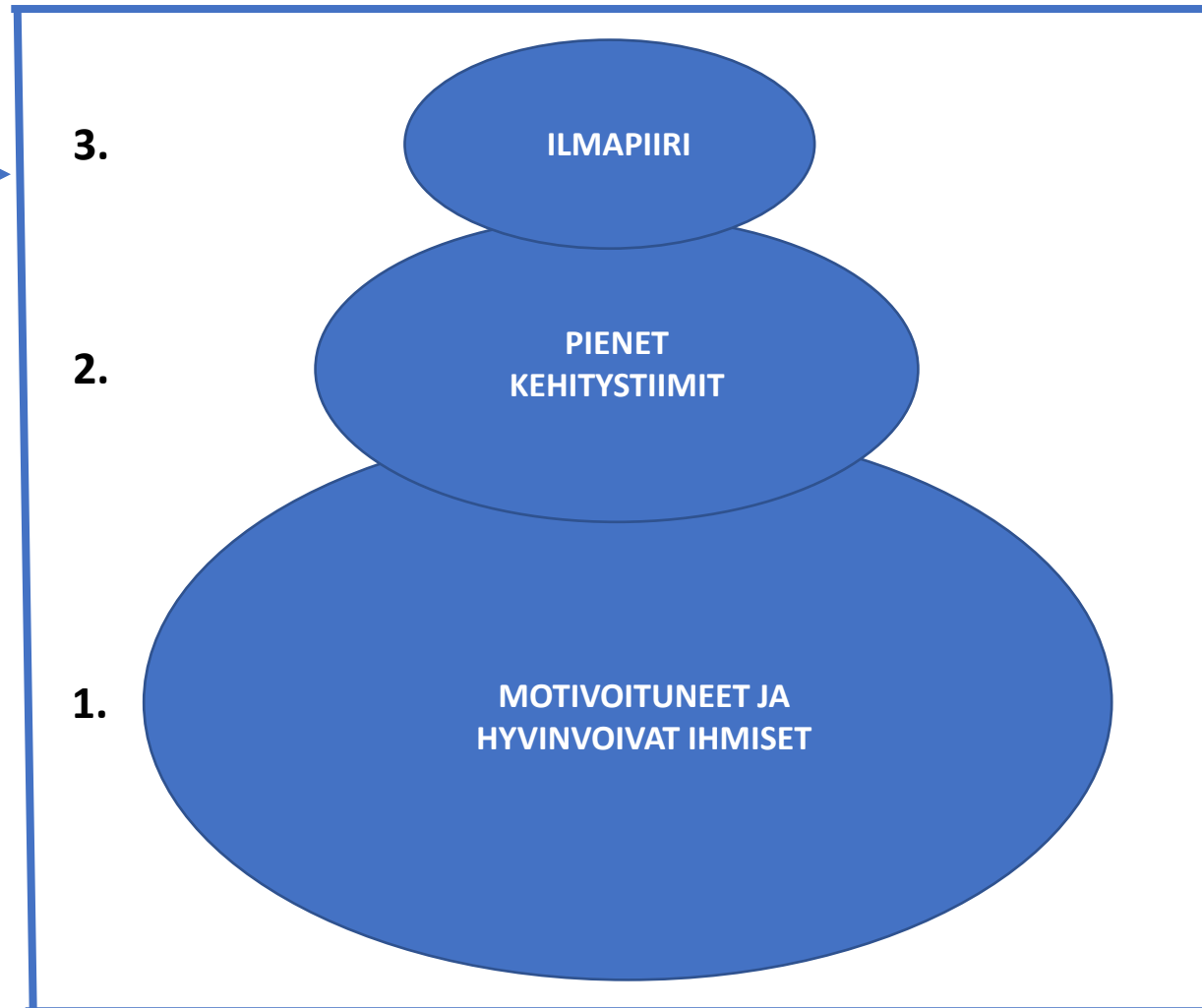
MITEN TOIMII HUIPPUTIIMI?



MITEN TOIMII HUIPPUTIIMI?

YHTEISÖ

- YHDESSÄ SOVITUT
"PELISÄÄNNÖT" / ARVOT
→ koskee kaikkia



Arvostava, oppiva, kannustava

"Työssä oppiminen" – joka päivä

Yksilöiden voimavarat käyttöön

VALMENTAVA
JOHTAMINEN =
(TRANSFORMAALINEN
JOHTAMINEN)

**IHMISTEN HYVINVOINNIN
JOHTAMINEN**

**VUOROVAIKUTUKSEN
(TIIMIT) JOHTAMINEN**

ILMAPIIRIN JOHTAMINEN



**”JOHTAJAN TEHTÄVÄ ON SAADA IHMISET
YMPÄRILLÄ MENESTYMÄÄN”**