ACUMEN O2: Itse

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

OHJELMA

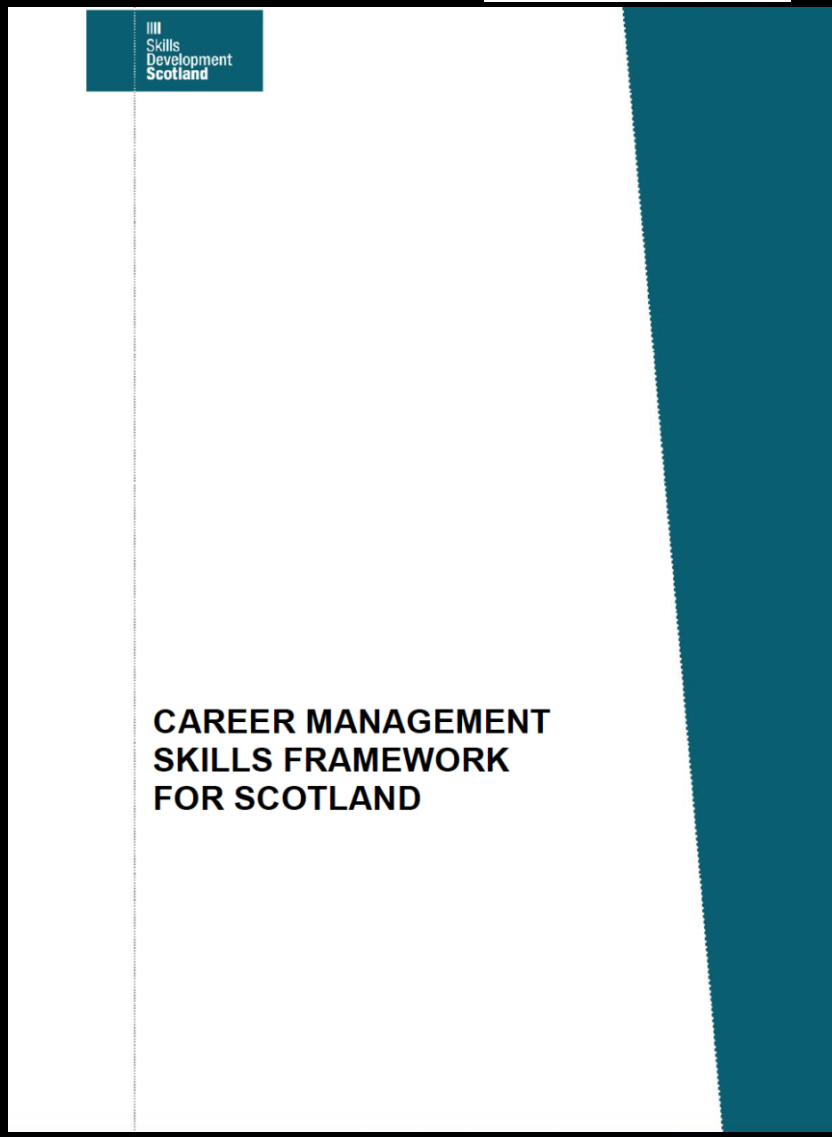
- MODUULI 1 sisältää:
- Lyhyen johdannon uranhallintataitoihin
- ITSE: työkaluja ja taitoja kouluttajille

Partnerit: LUMSA, ELN, BEST, INNOV, MeathPartnership, SYNTHESIS, TTG ja REINTEGRA

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

VIITEKEHYS

2012



ITSE	• Taidot, joiden avulla yksilöt voivat kehittää itseään yhteiskunnassa
VAHVUUDET	• Taidot, joiden avulla yksilöt voivat hankkia ja rakentaa omia vahvuuksiaan ja tavoitella palkitsevaa oppimista ja työmahdollisuuksia
TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT	• Taidot, joiden avulla yksilöt voivat visualisoida, suunnitella ja saavuttaa urapyrkimyksiään koko elämän ajan
VERKOSTOT	• Taidot, joiden avulla yksilöt voivat kehittää suhteitaan ja tukiverkostojaan

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

SELF

Johdanto

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

ITSE

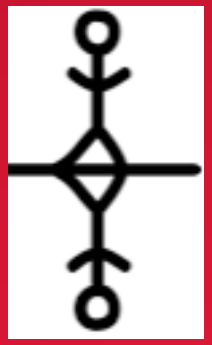
◇ Liittyy sellaisiin kompetensseihin, jotka “auttavat yksilöitä kehittämään itsetuntemustaan yhteiskunnassa”eli

- Positiivisen **minäkuvan** kehittäminen ja ylläpitäminen;
- Omalle elämälle, oppimiselle ja työlle sopivan **tasapainon** ylläpitäminen;
- Käyttäytymisen muokkaaminen sopivaksi erilaisiin **tilanteisiin**;
- Tietoisuus siitä kuinka muututaan ja kasvetaan koko elämän ajan;
- Kuinka tehdään positiivisia urapäätöksiä.

Lähde ***Career Management Skill Framework Scotland*** **(2012)**

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

POHDISKELE



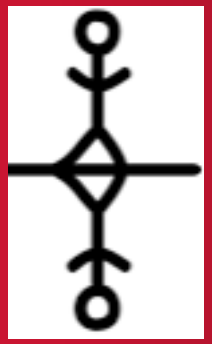
ACUMEN

- KUINKA EDISTÄT NÄITÄ TAITOJA KOULUTTAJANA?

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

POHDISKELE

Skotlannin uranhallintataitojen viitekehys	Nykyinen ja tuleva käytäntö
ITSE • Kehitän ja ylläpidän positiivista minäkuvaa • Ylläpidän tasapainoa, joka on sopiva elämälleni, oppimiselleni ja työlleni. • Mukautan käyttäytymistäni sopivaksi eri tilanteisiin. • Olen tietoinen siitä miten muutun ja kasvan elämän aikana • Teen positiivisia urapäätöksiä.	***Kuinka autan asiakkaita (työntekijöitä) kehittämään näitä taitoja tällä hetkellä?*** ***Kuinka voisin kehittää edelleen näitä taitoja?***



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

TYÖKALUT

Asiakkaan oppimistulokset	Työkalut (*esimerkkejä tunnetuista työkaluista*)
…positiivisen minäkuvan kehittyminen ja ylläpitäminen.	*Joharin ikkuna* *Todellinen minä vs ihanne minä* *Minä parhaimmillani-harjoitus*
…. Sopivan tasapainon ylläpitäminen omalle elämälle, oppimiselle ja työlle	Molempiin: *Elämän pyörä*
….Oman käytöksen muokkaaminen eri tilanteisiin sopivaksi.	
….tietoisuus omasta kasvusta ja ehityksestä läpi elämän.	*Levynkansi elämästäni*

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

TAIDOT

Asiakkaan oppimistulokset	Kouluttajan taidot
…positiivisen minäkuvan kehittyminen ja ylläpitäminen.	Aktiivinen kuuntelu [tehokkaat kysymykset]
…. Sopivan tasapainon ylläpitäminen omalle elämälle, oppimiselle ja työlle	Tietoisuuden lisääminen
….Oman käytöksen muokkaaminen eri tilanteisiin sopivaksi.	Toimien suunnittelu
….tietoisuus omasta kasvusta ja ehityksestä läpi elämän.	Taitojen arviointi

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Menetelmiä sinulle ja asiakkaillesi

◇ Suosittelemme käyttämään pääasiassa aktiivisia menetelmiä, jotka perustuvat Kolbin teoriaan kokemuksellisesta oppimisesta

Kolbin kokemuksellinen oppimisen sykli

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

SELF

1. **Positiivisen minäkuvan** kehittäminen ja ylläpitäminen

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

- Positiivisen minäkuvan kehittäminen ja ylläpitäminen:

HARJOITUS 1: PIIRRÄ

http://www.freepik.com

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

VIDEO

https://www.youtube.com/watch?v=XpaOjMXyJGk

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

JOHARIN IKKUNA

	Minä tiedän	*Minä en tiedä*
Sinä tiedät	AVOIN Tietoja sinusta, jotka sekä sinä että muut tietävät	SOKEA Tietoja sinusta, joita sinä et tiedä, mutta muut tietävät
Sinä et tiedä	KÄTKETTY Tietoja sinusta, jotka sinä tiedät mutta muut eivät	TUNTEMATON Tietoja sinusta, joita kukaan ei tiedät

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

- Positiivisen minäkuvan kehittäminen ja ylläpitäminen:

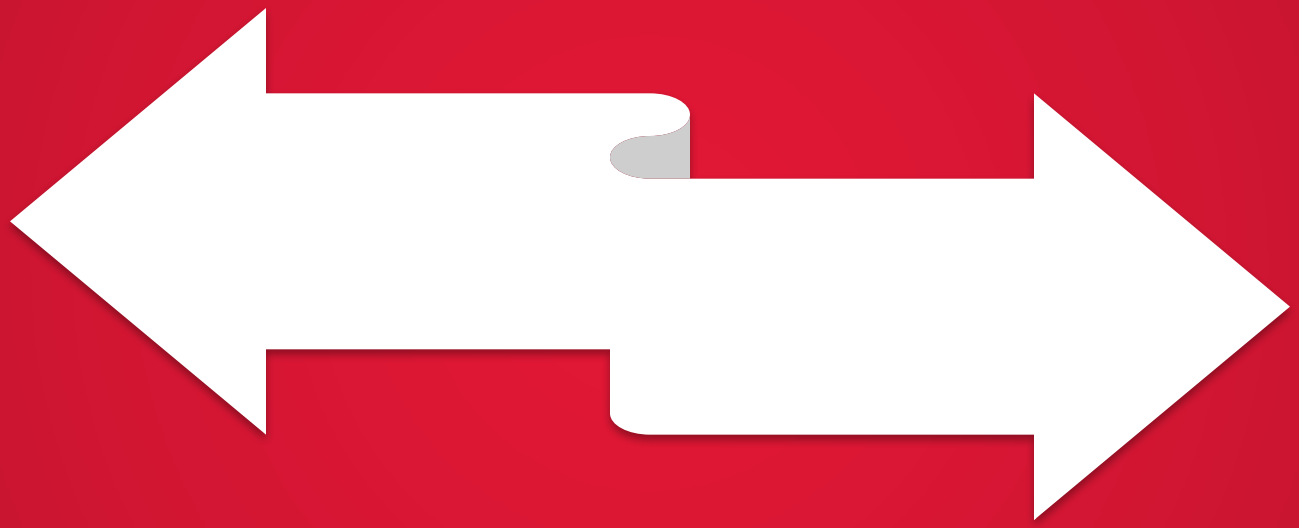
TEHTÄVÄ

Minä parhaimmillani -harjoitus

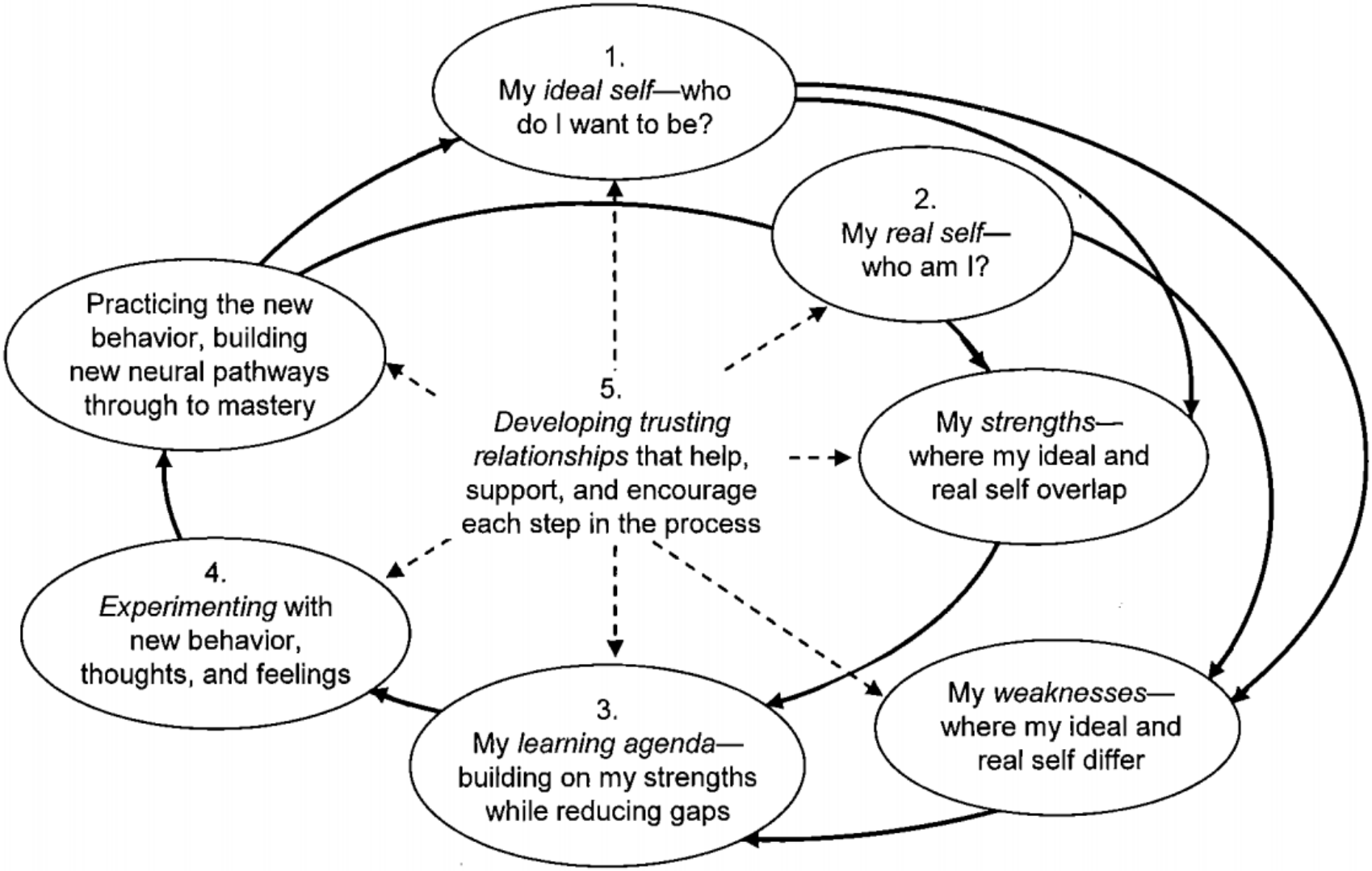
http://www.freepik.com

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Richard Boyatzin teoria



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Lähde: Boyatzis, 2011

HARJOITUS

1: 27 asiaa, jotka haluan tehdä ennenkuin kuolen

2: LOTTO

Teleos Leadership Institute, 2015

3: Unelmieni työ

4: Ihanteellinen elämäni

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

ACUMEN

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SELF

2. Elämän, oppimisen ja työn tasapaino
3. Mukautuminen erilaisiin tilanteisiin

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

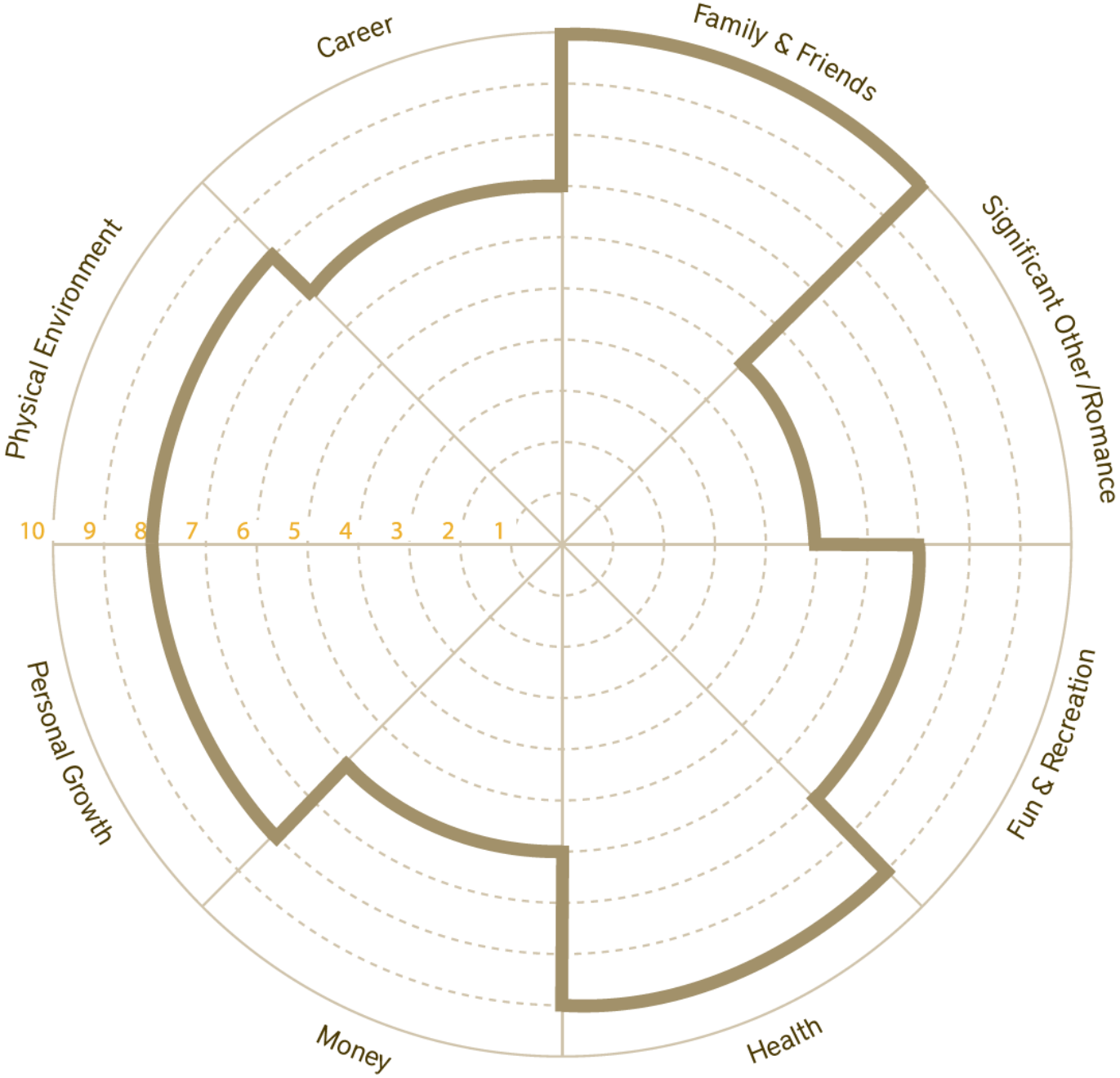
…. Sopivan tasapainon ylläpitäminen omalle elämälle, oppimiselle ja työlle
…. Käytöksen muokkaaminen eri tilanteisiin sopivaksi.

ELÄMÄN PYÖRÄ

◇Kouluttajille/valmentajille/aikuiskouluttajille: elämän pyörän ohjeet: http://www.coactive.com/docs/resources/toolkit/pdfs/18-Wheel-of-Life-Exercise.pdf

◇ Video: https://www.youtube.com/watch?v=nx6ejldUHUw

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union


Career
Family & Friends
Significant Other/Romance
Fun & Recreation
Health
Money
Personal Growth
Physical Environment
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1

the
me
ion

SELF

4. Muutos

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

….tietoisuus omasta kasvusta
ja edistyksestä läpi elämän.

◇ Suunnittele levynkansi elämästäsi

Tina Seelig, *Crash Course on Creativity, NovoEd. 2013*

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

TAIDOT

ACUMEN

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

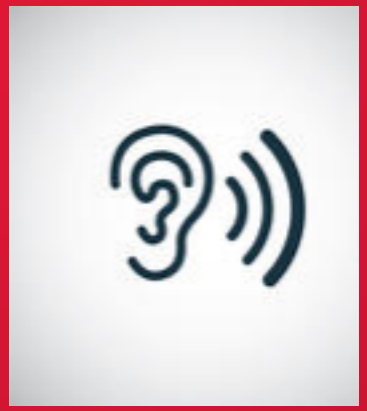
TAIDOT

Asiakkaan oppimistulokset	Kouluttajat taidot
…positiivisen minäkuvan kehittyminen ja ylläpitäminen.	Aktiivinen kuuntelu [tehokkaat kysymykset]
…. Sopivan tasapainon ylläpitäminen omalle elämälle, oppimiselle ja työlle	Tietoisuuden lisääminen
….Oman käytöksen muokkaaminen eri tilanteisiin sopivaksi.	Toimien suunnittelu
….tietoisuus omasta kasvusta ja ehityksestä läpi elämän.	Taitojen arviointi

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

TAITOJEN MÄÄRITELMÄ

◇ **Aktiivinen kuunteleminen** on kyky keskittyä täysin siihen mitä asiakas sanoo tai ei sano, ymmärtää sanotun merkitys asiakkaan kontekstissa ja tukea asiakkaan itseilmaisua.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

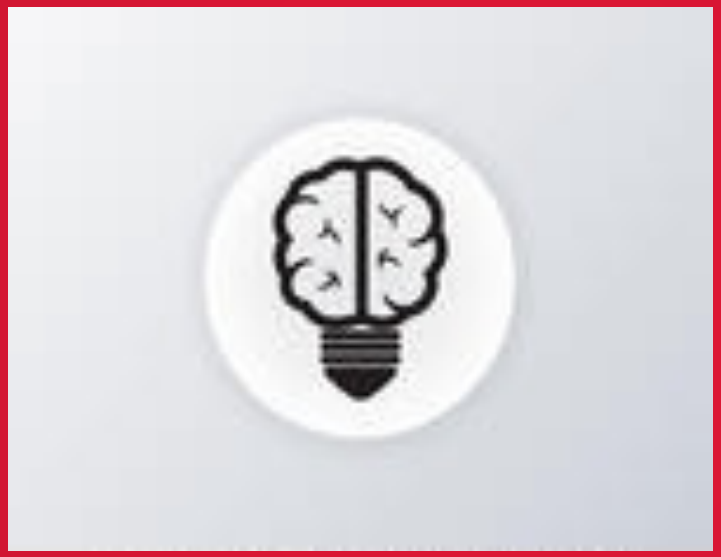
OPPIMISTULOKSET

◇ Koulutuksen päätyttyä osallistujat voivat:

- **Kuulla asiakkaan huolenaiheet, tavoitteet, arvot ja uskomukset siitä mikä on tai ei ole mahdollista;**
- **Erottaa sanat, äänensävyt ja kehonkieli;**
- **Tiivistää, kertoa omin sanoin, toistaa ja peilata asiakkaan sanomisia selkeyden ja ymmärryksen varmistamiseksi;**
- **Ymmärtää asiakkaan viestinnän ytimen ja auttaa asiakasta näkemään se;**
- **Auttaa asiakasta purkamaan tai selvittämään tilannetta ilman tuomitsemista ja siirtymään seuraavaan vaiheeseen.**

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

AIVORIIHI



http://www.freepik.com

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

VIESTINNÄN ESTÄJÄT	VIESTINNÄN TEHOSTAJAT
Syyttäminen ja hyökkääminen	Lisätietojen pyytäminen ja ongelmien ratkaiseminen yhdessä
Häiritseminen tai epäkohteliaan kehonkielen käyttäminen	Katsekontakti, kallistuminen kohti toista ihmistä, koko huomion antaminen
Muiden ongelmien sivuuttaminen tai vähättely	Empatian osoittaminen, toisen tunteiden vahvistaminen
Keskeyttäminen	Toisen puheenvuoron kuunteleminen loppuun keskeyttämättä
Saarnaaminen/moralisointi	Tuomitsemisen välttäminen
“Kyllä ..mutta” lauseet	“Kyllä ..ja” lauseet

Lähde: *Tutu and Franklin: A Journey Towards Peace* Teachers Guide, a production of Wisdom Works, Inc. (www.wisdomworks.net)

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

PARIHARJOITUKSIA

1: Kuuntele ja kerro omin sanoin

2: Kuuntele ja “peilaa”

3: Tee havainnon tarkistuskysymyksiä (*perception check* statement)

4: Luo avoimia kysymyksiä jokaisesta kollegasi kommentista

5: Vastaa avoimella kysymyksellä kollegasi lauseeseen saadaksesi lisätietoja

6: Tee yhteenveto

7: Palautteenanto

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

TAITOJEN MÄÄRITELMÄ (esimerkki 2)

◇ **Toiminnan suunnittelu** on kyky luoda asiakkaalle mahdollisuuksia jatkuvaan oppimiseen ja uusien toimien toteuttamiseen johtaen tehokkaampiin tuloksiin.

http://www.freepik.com

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

OPPIMISTULOKSET (esimerkki 2)

◇ Koulutuksen lopussa osallistujat voivat:

- **Tehdä aivoriihi-harjoituksia ja avustaa asiakasta määrittelemään toimia, joiden avulla asiakas voi osoittaa, harjoittaa ja syventää uuden oppimista.**
- **Auttaa asiakasta keskittymään ja tutkimaan järjestelmällisesti omia huolenaiheitaan ja mahdollisuuksiaan, jotka ovat keskeisiä sovittujen tavoitteiden kannalta.**
- **Kannustaa asiakkaita tutkimaan vaihtoehtoisia ideoita ja ratkaisuja, arvioida vaihtoehtoja ja tehdä niihin liittyviä päätöksiä.**

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

HYÖDYLLISIÄ TEKNIIKOITA/HARJOITUKSIA

MONISTE 4

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

TAITOJEN ARVIOINTI

ACUMEN

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

OPPIMISTULOKSET

◇ Koulutuksen lopussa osallistujat voivat:

Antaa oppijoille palautetta heidän edistymisestään ja lisätä heidän tietoisuutta omista jo olemassa olevista ja kehittyvistä taidoista

Osoittaa partnereille ja työnantajille että henkilö on edistynyt ja pystyy osoittamaan taitonsa

Motivoida yksilöitä pysymään sitoutuneena

Mahdollistaa organisaatioiden mittaukset palveluiden vaikutuksista

Uranhallintataitojen arvioimiseen on useita syitä.
Kirjoita ylös muutamia esimerkkejä

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

KIITOS

ACUMEN

KYSYMYKSIÄ?

Lisätietoja
www.acumen.website

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union