

## Vahvuuksien ja kehitettävien asioiden arviointia

	Harjoitettavat osa-alueet
X	Osaaminen: Tietoisuuden kohentaminen
	Itsemääräämisoikeus
X	Vaikuttavuus: Kommunikaatio
	Merkityksen kokeminen
X	Myönteinen minäkuva: Itsensä määrittäminen
	Yhteisöllisyys

### Harjoituksen tavoite

Osallistujat nimeävät omia vahvuuksiaan ja kehitettäviä puoliaan. Osallistujat pyytävät palautetta vahvuuksistaan ja kehitettävistä puolistaan muilta osallistujilta ja myös elämänsä lähimpiin kuuluvilta.

### Harjoituksen suoritustapa ja osallistujien määrä

Suoritustapa erikseen tai ryhmissä, luokkatilassa.

Osallistujien määrä enintään 10 henkilöä.

### Toimintaohje

Osallistujat saavat etukätestehtäväkseen kirjoittaa kotona lista, jossa on viisi omaa vahvuutta ja viisi kehitettävää asiaa. Sen jälkeen he pyytävät, että kaksi heidän läheisistään tekee saman osallistujan suhteen, niin rehellisesti kuin mahdollista. Katso liite.

Harjoitustilanteeseen tultaessa kaikki osallistujat näyttävät omat listansa ja kertovat mitä mieltä he ovat läheistensä suorittamista arvioista ja yllättikö mikään. Lopuksi harjoituksen vetäjä siirtää ajatukset työnhakutilanteeseen kysymällä osallistujilta, että mitä omista vahvuuksistaan ja kehitettävistä puolistaan he painottaisivat työpaikkahaastattelussa.



## Harjoituksen vaiheet ja ajoitus

Ohjeiden antaminen	5 minuuttia
Harjoituksen toteutus	20 minuuttia
Keskustelu ja arviointi	90 minuuttia

---

Yhteensä	115 minuuttia
----------	---------------

## Tarvikkeet

Liitteenä olevat listat vahvuuksista ja kehitettävistä asioista.

## Harjoituksen tulos ja kokemuksen hyödyntäminen

Osallistujat ovat kirjoittaneet ylös omia vahvuuksiaan ja kehitettäviä puoliaan sekä kertoneet niistä muille, saaden ja antaen palautetta. Kokemus toisten suorittamista omien ominaisuuksien arvioinnista saattaa olla arkaluontoinen, mutta tavallisesti myös silmiä aukaiseva kokemus. Omien vahvuuksien ja kehitettävien puolien tunteminen on arvokas tieto.

**Lähde:** VrijBaan Training module Empowerment

**Käännös:** Teuvo Tanner ja Riikka Kotila, Ammattiopisto Luovi

**Liite:** Arviointilomakkeet



## LIITE

### Vahvuuksien ja kehitettävien asioiden arviointia

**Tehtävänanto:** Seuraavalla tapaamiskerralla tarkastelemme henkilön ominaisuuksia. Näin ollen on tärkeää, että mietitte kotona mistä ominaisuuksistanne olette ylpeitä ja mistä vähemmän ylpeitä. Listatkaa ainakin viisi vahvuuttanne ja kehitettävää asiaa itsessänne. Antakaa mukaaan jaetuista listoista kaksi joillekin läheisillenne ja pyytäkää heitä täyttämään ne teitä ajatellen

#### Oma arvio:

Vahvuuksia	Kehitettävää



## LIITE

### Vahvuuksien ja kehitettävien asioiden arviointia

**Tehtävänanto:** Seuraavalla tapaamiskerralla tarkastelemme henkilön ominaisuuksia. Näin ollen on tärkeää, että mietitte kotona mistä ominaisuuksistanne olette ylpeitä ja mistä vähemmän ylpeitä. Listatkaa ainakin viisi vahvuuttanne ja kehitettävää asiaa itsessänne. Antakaa mukanne jaetuista listoista kaksi joillekin läheisillenne ja pyytäkää heitä täyttämään ne teitä ajatellen

#### Toisen arvio:

Vahvuuksia	Kehitettävää



## LIITE

### Vahvuuksien ja kehitettävien asioiden arviointia

**Tehtävänanto:** Seuraavalla tapaamiskerralla tarkastelemme henkilön ominaisuuksia. Näin ollen on tärkeää, että mietitte kotona mistä ominaisuuksistanne olette ylpeitä ja mistä vähemmän ylpeitä. Listatkaa ainakin viisi vahvuuttanne ja kehitettävää asiaa itsessänne. Antakaa mukaanne jaetuista listoista kaksi joillekin läheisillenne ja pyytäkää heitä täyttämään ne teitä ajatellen

#### Toisen arvio:

Vahvuuksia	Kehitettävää