

Vahvuuskortit ohjauksessa

Vahvuuskortit löydät Digillä opin portaille -hankkeen nettisivuilta: [Vahvuuskortit - Opin portailla \(diak.fi\)](#)



1. Tunnistetaan vahvuuksia

Tämä harjoite soveltuu hyvin yksilölliseen koulutus- ja uraohjaukseen. Tavoitteena on tunnistaa omia vahvuuksia.

Vahvuuksien tunnistaminen voidaan aloittaa pohtimalla yhdessä ohjattavan kanssa seuraavia kysymyksiä: *"Mitä vahvuudet ovat?"*, *"Mihin tarvitset tietoa vahvuuksistasi?"* ja *"Mihin vahvuuksia voidaan hyödyntää?"*

Tämän jälkeen tarkastellaan vahvuuskortteja. Kortteja voidaan käsitellä yksittäin tai muutama kerrallaan. Yhdessä ohjaajan kanssa vahvuuskortit lajitellaan kahteen pinoon, joista toisessa pinossa ovat tunnistetut vahvuudet ja toisessa ne kortit, joita ohjattava ei valinnut. Tunnistamisen tukena voi kysyä esimerkiksi: *"Mitä sinä osaat?"* ja *"Missä olet hyvä?"* Tässä kohtaa voi hyödyntää myös vahvuuskorttien eri kieliversioita.

Harjoitteen lopuksi tarkastellaan yhdessä ohjattavan poimimia vahvuuksia ja valitaan kahdesta neljään ydinvahvuutta. Apukysymyksinä tässä voi kysyä esimerkiksi *"Missä olet erityisen hyvä?"* ja *"Mitkä ovat tärkeimmät vahvuutesi?"* Ohjattava voi halutessaan merkitä vahvuutensa vahvuuslistaan ja korostaa siitä ydinvahvuudet esimerkiksi tähdellä.



DIGILLÄ
OPIN PORTAALLE

Diak

SUOMEN
DIAKONIAOPISTO



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014-2020



EUROOPAN UNIONI
EUROPEAN UNION

2. Vahvuuksien hyödyntäminen käytännössä

Tämä harjoite soveltuu hyvin yksilölliseen koulutus- ja uraohjaukseen jatkoharjoitteeksi Vahvuuskorttien harjoitteelle 1. Tunnistetaan vahvuuksia. Harjoitteen tavoitteena on konkretisoida vahvuuksia osana omaa arkea.

Tässä harjoitteessa ohjattavan kanssa keskustellaan, miten omia vahvuuksia voi hyödyntää käytännössä. Ohjattavan kanssa voidaan pohtia esimerkiksi: *"Miten voin hyödyntää vahvuuksiani työelämässä?"* *"Miten voin hyödyntää vahvuuksiani opiskelussa?"* ja *"Miten voin hyödyntää vahvuuksiani arjessa?"* Kysymyksiä voi pohtia suullisesti tai vastaukset voidaan kirjoittaa muistiin.

Ohjattava voi kirjoittaa myös omat ydinvahvuutensa muistiin virkkeiksi ja harjoitella tunnistettujen vahvuuksien avulla kertomaan itsestään.

Harjoitteen lopuksi ohjattavan kanssa voi myös yhdessä pohtia, millä tavalla omia vahvuuksia voi kehittää. Lisäksi voidaan tarkastella myös niitä vahvuuksia, jotka eivät ohjattavasta tuntuneet ollenkaan omilta.



DIGILLÄ
OPIN PORTAILLE

Diak

SUOMEN
DIAKONIAOPISTO



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Euroopan unioni
European Union

3. Tunnistetaan toisten vahvuuksia

Tämä harjoite sopii toteutettavaksi pienryhmissä, jossa ollaan jo hieman tutustuttu toisiin ja vahvuudet sanoina ovat tuttuja. Harjoitteen tavoitteena on oppia tunnistamaan ja sanoittamaan vahvuuksia myös toisissa.

Pienryhmä istuu yhden pöydän ympärille ja vahvuuskortit asetetaan pöydän keskelle näkyville. Jokainen ryhmän jäsen saa paperin, johon kirjoittaa oman nimensä. Tämän jälkeen papereja kierrätetään osallistujien kesken. Ohjattavat kirjoittavat paperiin aina sen henkilön vahvuuden, kenen nimi paperissa on. Kierroksen päätteeksi paperit ovat kulkeneet täyden ympyrän ja ohjattavat saavat itselleen paperin, jossa on jokaisen ryhmän jäsenen hänessä tunnistama vahvuus.

Harjoitteen lopuksi ryhmän kanssa voidaan keskustella vahvuuksista. Jokainen voi esimerkiksi valita muutaman hänen paperiinsa kirjoitetun vahvuuden ja kertoa niistä muulle ryhmälle.



DIGILLÄ
OPIN PORTAILLE

Diak

S30 SUOMEN
DIAKONIAOPISTO



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



European Union
Euroopan unioni