

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistallenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Lehtimäki, T., Smolander, N. & Keränen, M. (2020) Uutta potkua liiketoimintaan positiivisella psykologialla. Teoksessa Smolander, N., Lehto, T. & Keränen, M. (toim.) Älykkäitä toimintamalleja oppimisympäristöihin : 6Aika tulevaisuuden älykkäät oppimisympäristöt. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja, sarja B, raportteja 130, s. 60 - 63.

URL: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7266-54-0>

# Uutta potkua liiketoimintaan positiivisella psykologialla

Toni Lehtimäki, Nina Smolander, Marja Keränen

**Positiivinen psykologia lumosi osallistujat 6Aika – Tulevaisuuden älykkäät oppimisympäristöt -hankkeen Luodaan yhdessä menestystä -työpajoissa, jotka järjestettiin Tampereella 28.11. ja 3.12.2019. Työpajojen tarkoituksena oli esitellä yritysten toimijoille keinoja, joiden avulla voi lisätä tuoretta ja uudistavaa osaamista ns. pehmeitä taitoja hyödyntämällä. Näin yrityksen hyvinvoivat ja tavoitteellisesti itseään johtavat työntekijät tekevät hyvää tulosta ja ovat motivoituneita kehittämään liiketoimintaa ja omia taitojaan.**

Luodaan yhdessä menestystä -työpajat pidettiin Tampereen ammattikorkeakoulun (TAMK) Proakatemian tiloissa, ja molemmat iltapäivätilaisuudet kestivät neljä tuntia. Työpajat järjestettiin kahtena tilaisuutena, koska ensimmäisen työpajan jälkeen osallistujat perehtyivät kotitehtävän kautta VIA Institute of Characterin (Via Character Institute n.d.) 24 luonteenpiirrettä -testiin. Testituloksista hyödynnettiin viittä, omaa vahvinta luonteenpiirrettä toisen työpajan työskentelyssä. Näiden yksilöllisten luonteenvahvuuksien ymmärtäminen on merkityksellistä yksilön näkökulmasta. Niillä on lisäksi vahva rooli yritysten henkilöjohtamisen ja työnsuunnittelun kannalta. Työteho ja liiketoiminta tehostuvat, kun työntekijän yksilölliset ominaisuudet soveltuvat työnkuvaan mahdollisimman optimaalisesti.

Työpajojen vetäjänä toimi hankkeen Yrittäjyys ja uusi liiketoiminta -painoalan ja positiivisen psykologian asiantuntija, TAMKin Lehtori, väitöskirjatutkija Toni Lehtimäki. Positiivinen psykologia lumosi Toni Lehtimäen tämän opiskellessa Lontoossa ja on sen jälkeen kuulunut vahvasti hänen elämäänsä, uraansa ja opetukseensa. Toni Lehtimäen liiketoiminnan ja positiivisen psykologian asiantuntijuus on yhdistelmä, joka nostaa pehmeiden arvojen merkityksen uudelle tasolle. Ne ovat tulevaisuuden tavoitteita, joilla on olennainen merkitys yritysten kehittyvässä liiketoiminnassa.

Luodaan yhdessä menestystä -työpajat pureutuivat positiivisen psykologian työkaluihin, joita on kuvattu tarkemmin luvussa: Rikastava yhteistyö älykkäissä oppimisympäristöissä. Positiivisen psykologian työkalujen avulla voidaan vahvistaa oman elämän hallintaa ja itsensä johtamista. Star-mallin (Situation, Task, Action, Result) avulla työpajan osallistujat johdateltiin pohtimaan oman elämänsä tilanteita, jotka olivat johtaneet menestykseen. Menneisyyden menestystarinoiden jälkeen uppouduttiin työkaluihin, joiden avulla tulevaisuuden tavoitteiden saavuttaminen ja omien vahvuuksien hyödyntäminen tehostuvat. Hampurilaismalli (Tal Ben-Shahar 2007), Flow-teoria (Csikszentmihalyi 1990), toiveikku-

usteoria (Snyder 2003) ja kiitollisuus- sekä onnistumispäiväkirja tarjosivat osallistujille keinoja, joiden avulla pystyy hallitsemaan omaa elämäänsä paremmin. Oman elämänhallinnan kehittymisen myötä myös omien tavoitteiden saavuttaminen tehostuu ja itsetuntemus lisääntyy. Apuna voi käyttää mielikuvaharjoittelua, tunneälyä ja oman luonteensa vahvuuksia uudella tavalla. Näillä keinoilla voidaan helpottaa työelämän sujuvuutta, innovatiivisuutta ja rohkeutta luoda uutta. Samalla muokataan omia taitoja antaa positiivista palautetta ja erityisesti vastaanottaa kiitosta kollegoilta ja työyhteisöltä.

Työpajojen anti tarjosi välineitä, joilla voi kehittää monipuolisesti yksilön oman elämän hallintataitoja. Tasapainoinen, tyytyväinen ihminen tuo yrityksen liiketoimintaan niitä tulevaisuuden taitoja, joilla luodaan yhdessä menestystä. Tulevaisuuteen luotaavien menestysideoiden käyttö aloitettiin jo työpajojen päätteeksi, kun osallistajat ideoivat yrityksille tulevaisuuden mobiilisovelluksia. Nämä ideat ja ideoiden rakennelmat olivat erilaisiin yritystoiminnan aloihin soveltuvia ja saivat innoituksensa työpajojen aihealueista yritys näkökulmaan kohdennettuina.

Työpajojen anti tarjosi välineitä, joilla voi kehittää monipuolisesti yksilön oman elämän hallintataitoja.

## Työpajoihin osallistujat ja palaute

Työpajoihin osallistui 34 henkilöä, joista suurin osa pääsi molempiin tilaisuuksiin. Osallistujia oli koulutusorganisaatioista ja 8 yrityksestä: Apaja, Disena, Evision, Hurma, Motive, Projektitoimisto Kajo, Promisia ja Veritas. Toisen työpajan jälkeen osallistujat vastasivat palautekyselyyn, missä kartoitettiin osallistujien taustatietoja (Taulukko 3), ja tiedusteltiin heidän mielipidettään koulutukseen osallistumisen hyödystä. Osallistujien ikä oli 21-60 vuoden välillä, ja joukossa oli melko tasapuolisesti miehiä ja naisia. Vajaa puolet osallistujista (n=8) oli ammattikorkeakouluopiskelijoita tai ammattikorkeakoulututkinnon suorittaneita, yli neljänneksellä osallistujista (n=5+1) oli yliopisto- tai tohtorintutkinto. Työpajoihin osallistui opetushenkilöstöä, tiiminvetäjiä, jatko-opiskelijoita ja startup-yrittäjiä. Kaikki palautekyselyyn osallistujat olivat sitä mieltä, että tilaisuudet olivat hyödyllisiä, osallistumisen arvoisia ja niitä voi suositella omalla työpaikallaan.

Taulukko 3. Luodaan yhdessä menestystä -työpajoihin osallistuneiden tausta-tiedot

Taustatiedot ja väittämät	Osallistujat N=19
<b>Osallistujat</b>	
Nainen	11
Mies	8
<b>Ikä</b>	
21-30 vuotta	11
31-40 vuotta	-
41-50 vuotta	2
52-60 vuotta	5
<b>Koulutus</b>	
Ammattikoulu	1
Lukio	2
Ammattikorkeakoulututkinto	8
Yliopistotutkinto	5
Tohtorintutkinto	1
Muu	2
<b>Työtehtävä1</b>	
Luottamustoimi	1
Myyntitehtävät	1
Opetushenkilöstö	6
Start up -yrittäjä	10

1= yksi tyhjä vastaus

Palautekyselyssä kartoitettiin avoimilla kysymyksillä työpajojen sisältöä ja pyydettiin kehitysideoita. Lisäksi halusimme palautetta siitä, mitä osallistujat veivät mukanaan tästä kaksiosaisesta työpajasta, ja miten he aikoivat hyödyntää saamiensa ideoita ja työpajojen antia.

Työpajojen menetelmälliset ratkaisut olivat osallistujien mielestä onnistuneita. Työskentelymenetelmät toimivat hyvin, ja tilaisuus tarjosi konkreettisia työvälineitä, joiden avulla pystyy kehittämään itseään ja omia vahvuuksiaan. Erilaiset harjoitukset, esimerkit, testit ja ajatusmallit herättivät innostusta. Näitä konkreettisia työvälineitä pidettiin arvokkaana koulutuksen antina, koska niitä pystyy jokainen soveltamaan käytäntöön. Luodaan yhdessä menestystä -työpajan teoriasisältö koettiin myös hyväksi. Teoriaosuus oli mielenkiintoinen, aihealue tuntui tuoreelta ja kirjallisuusvinkit saivat kiitosta. Kokonaisuuden onnistumiseen vaikuttivat kouluttajan ammattitaito ja monipuolinen osallistujajoukko.

Osallistujien antamat kehitysajat koskivat koulutuksen rakennetta ja osallistujien ennakkovalmistautumista työpajoihin. Osallistujille voisi antaa ennakkotehtäviä, koulutusmateriaalia ja kirjavinkkejä sekä kertoa koulutuksen sisällöstä enemmän etukäteen. Tämä voisi syventää tilaisuuden antia. Työpajatyöskentelyyn ehdotettiin pienempää ryhmäkokoja ja enemmän aikaa. Näin osallistumisen intensiteetti nousisi ja sisältöä ehtisi pohtia enemmän. Ryhmätyöskentelyn tuotokset voisi purkaa siten, että jokainen ryhmä kertoisi esim. yhden osa-alueen tuotoksestaan eikä kävisi niitä kokonaisuudessaan läpi. Dialogisuuden hyödyntäminen menetelmänä vaatisi enemmän ohjausta, jotta sen hyöty pääsisi paremmin esille.

Osallistujat saivat työpajoista arvokkaita viemisiä kotiin ja yrityksiin. He pohtivat positiivisuuden vaikutusta itseensä ja toimintaansa. Erityisesti positiivisuus, omat vahvuudet, oman asenteen tarkastelu ja rohkeus olla armollinen itselleen olivat niitä asioita, joita osallistujat kokivat saaneensa omaan työskentelysalkkuunsa. Tilaisuuden sisältöjä voidaan käyttää omassa työssä kokonaisvaltaisesti; omia vahvuuksia hyödynnetään paremmin ja konkreettisia, opittuja menetelmiä aiotaan käyttää. Työpajat rohkaisivat myös motivoimaan muita. Luodaan yhdessä menestystä -työpaja herätti kiinnostuksen positiiviseen psykologiaan ja halun opiskella sitä lisää. Tilaisuudet koettiin erittäin onnistuneiksi, osallistuminen oli antoisaa ja ilmapiiri oli hyvä.

## Lähteet

Csikszentmihalyi, M. 1990. Flow.

Snyder, C.R. 2003. Hope theory: Rainbows in the Mind. Psychological Inquiry 13. 249-275.

Tal Ben -Shahar. 2007. Happier.

Via Character Institute. n.d. [www.viacharacter.org](http://www.viacharacter.org)