Happy Note

ELO-PIKNIK
Johto sotkussa?
Johdanpa ainakin itseäni!

Raija Kallioinen
30.8.2017

Itsensä johtaminen

- Hyvä johtaminen alkaa itsensä johtamisesta
- Itsensä johtaminen itsensä tiedostamisesta
- Itsensä tiedostaminen itsensä kohtaamisesta

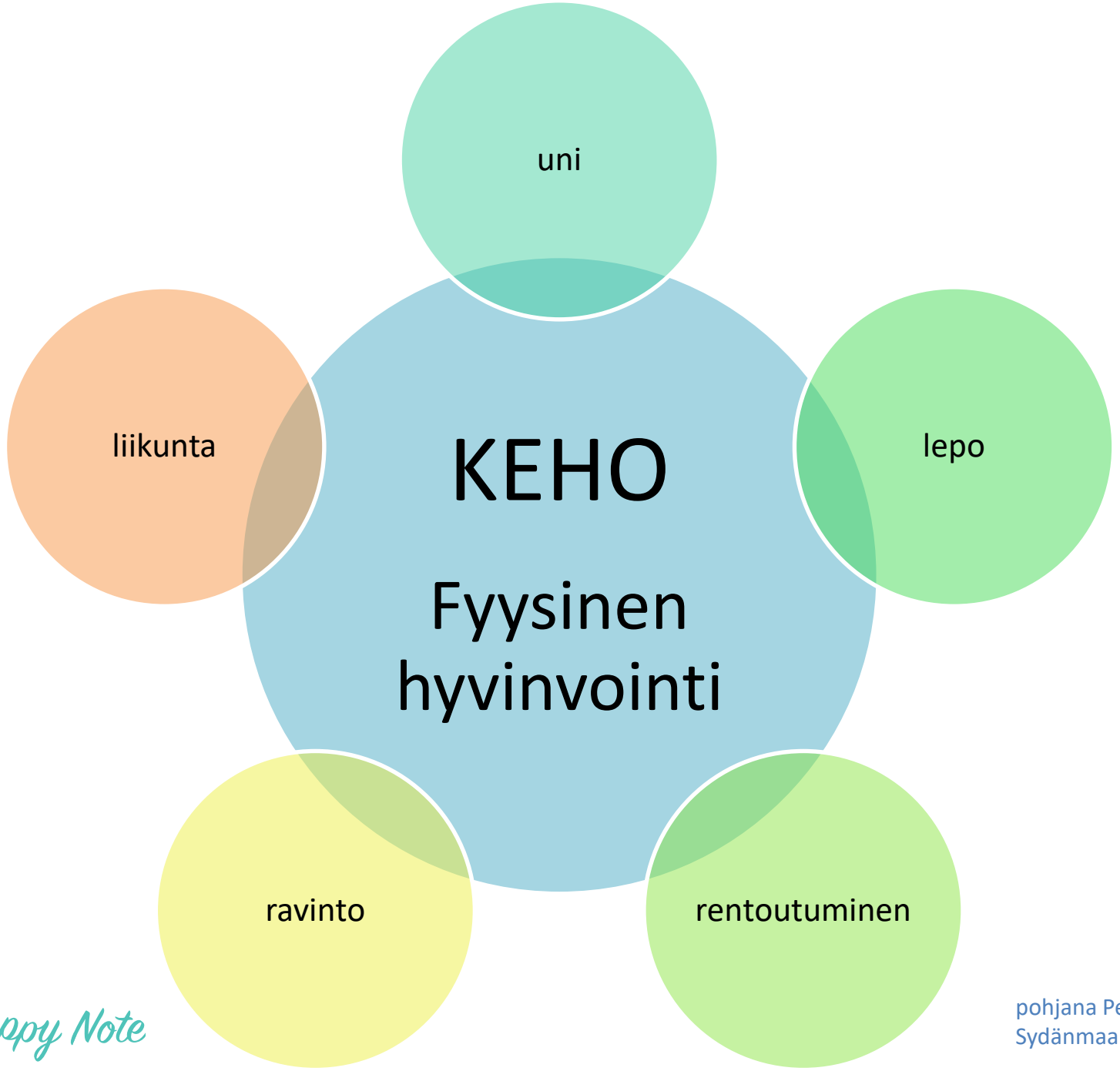
Tommy Hellsten

Oy Minä Ab

KEHO (fyysinen)	MIELI (psyykkinen)	TUNTEET (sosiaalinen)	ARVOT (henkinen)	TYÖ (ammatillinen)
Ravinto	Ajattelu	Tunteiden hallinta	Arvot	Avaintehtävät
Liikunta	Muisti	Positiivisuus	Päämäärät	Tavoitteet
Lepo	Oppiminen	Ihmissuhteet	Merkitys	Osaaminen
Uni	Luovuus	Harrastukset	Henkiset virikkeet	Palaute
Rentoutuminen	Havainnointi	Yhteisöllisyys	Tasapaino	Kehittyminen

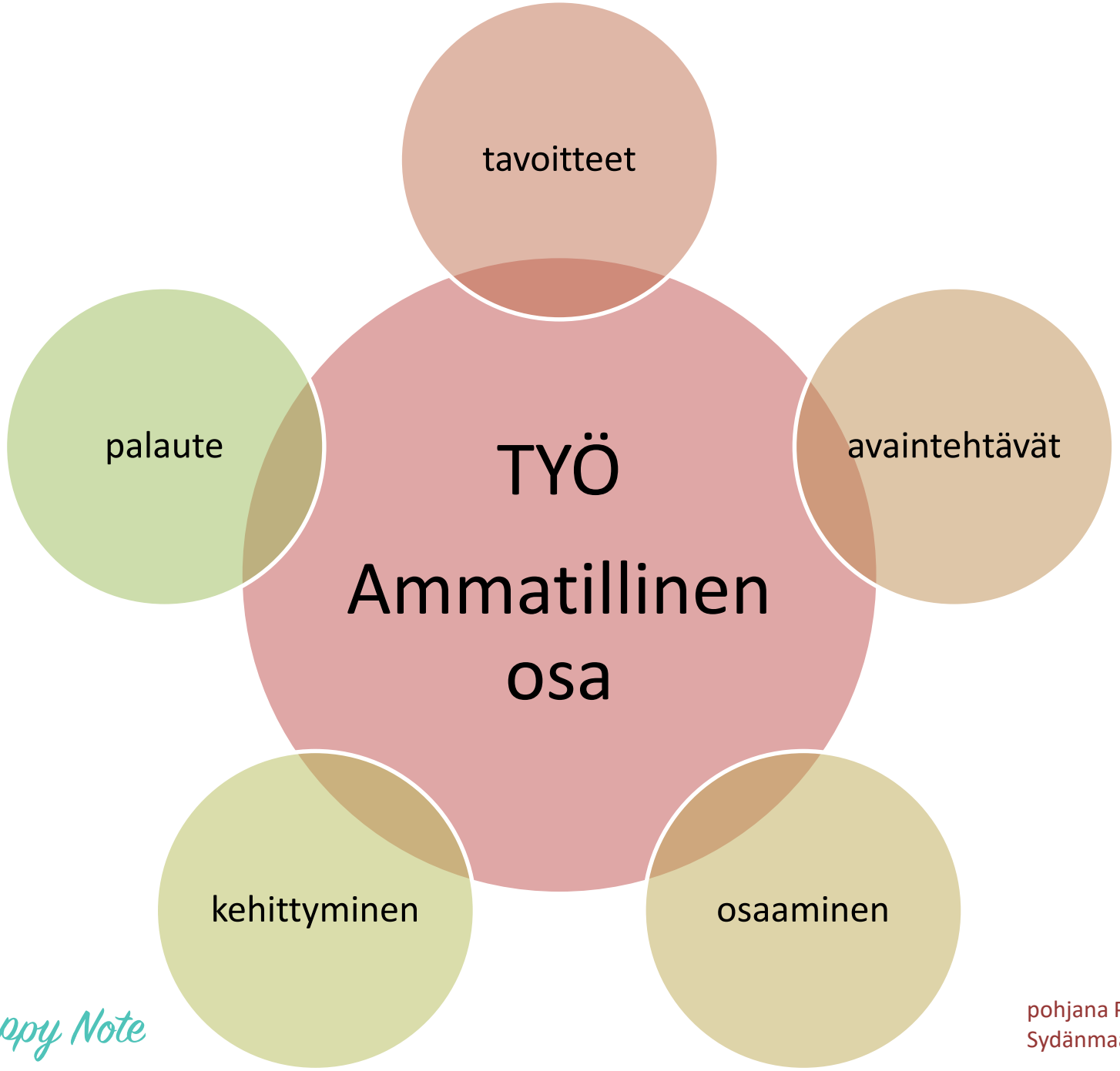
Happy Note

Pentti Sydänmaanlakka



Happy Note

pohjana Pentti Sydänmaanlakka



Happy Note

pohjana Pentti Sydänmaanlakka

Miten johdan itseäni?

- Missä olen onnistunut?
- Missä olen erinomaisen hyvä?
- Muistanhan kiittää itseäni onnistumisista!

Miten kehitän itseni johtamista?

Kolme asiaa, joita haluan parantaa:

1)
2)
3)

Priorisointi, mistä aloitan?

Mikä on ensimmäinen toimenpiteeni?

VOIMAVARAT

- Oma kokonaisvaltainen hyvinvointi tärkeää
- Itsensä löytäminen, **omien voimavarojen tunnistaminen ja vahvistaminen** tärkeää

- Mistä sinä saat voimaa?
- Mitkä ovat tärkeimmät voimavarasi?

Yhteistyössä

Raija Kallioinen

- Business Coach, valmentaja, työnohjaaja
- 040 5888 906
- raija.kallioinen@happynote.fi

Työelämän kehittämistä jo yli 20 vuotta

- Happy Note Oy
- https://happynote.fi

3K Savo Oy

Raija Kallioinen
hallituksen puheenjohtaja, partneri

- Johdon ja esimiesten coachaus
- Työhyvinvointi- ja muutosvalmennus
- Työyhteisöjen kehittäminen

040 588 8906
raija@3ksavo.fi

Tehdään yhdessä hyvästä vielä parempi!

www.3ksavo.fi