

# Vahvuus oivalluksia vapaaehtoistyöhön

## Tutki

**Osaaminen ja taidot**  
**Kyvykkyydet**  
**Resurssit**  
**Kiinnostuksen kohteeni**



### Luontevahvuudet

#### 1. Viisaus

- Luovuus (kekseliäisyys)
- Uteliaisuus (avoimuus)
- Arviointikyky, oppimisen ilo

#### 2. Rohkeus

- Rohkeus
- Sinnikkyys
- Rehellisyys (aitous)
- Innostus

#### 3. Inhimillisuus

- Rakkaus
- Ystävällisyys (myötätunto, avuliaisuus, vaiteliaisuus, kiltteys)
- Tunneäly

#### 4. Oikeudenmukaisuus

- Yhteistyö
- Reiluus
- Johtajuus

#### 5. Kohtuullisuus

- Anteeksianto
- Nöyryys ja vaatimattomuus
- Harkitsevaisuus
- Itsesäätely

#### 6. Henkisyys

- Kauneuden arvostaminen
- Kiitollisuus, herkkyys
- Toiveikkuus
- Huumori

## Tee näkyväksi

Minä osaa...  
Olen hyvä...  
Saan tukea...  
Harrastan, innostun...

Tutustu, mitkä 5 luontevahvuutta tunnistat omassa toiminnassa!

-  
-  
-  
-  
-

Käy tekemässä VIA luontevahvuus testi ja jatka vahvuuksien tutkimista.

-  
-  
-  
-  
-

## Vahvistetaan

Miten olet käyttänyt vahvuuksiasi?

Mitä vahvuuksia voisit ottaa tietoisemmin käyttöön vapaaehtoistyössä?

## Keskustellaan

Vahvuudet energian lisääjinä:

Millaisten tilanteiden jälkeen tunnet itsesi energiseksi, vaikka olisit tehnyt paljonkin vapaaehtoistyötä?

Mitä vahvuuksia käytit silloin?

-  
-  
-

Kerro parille vahvuuksistasi!

Pari jatkaa kuuntelua läsnäollen, jonka jälkeen hän toistaa.

Kuulin sinun sanovan, että sinulle on seuraavia vahvuuksia....