

Vapaaehtoisten motivointi

Leo Stranius

Vapaaehtoistoimintaa läpi elämän - Valikkowebinaari 12.10.2022

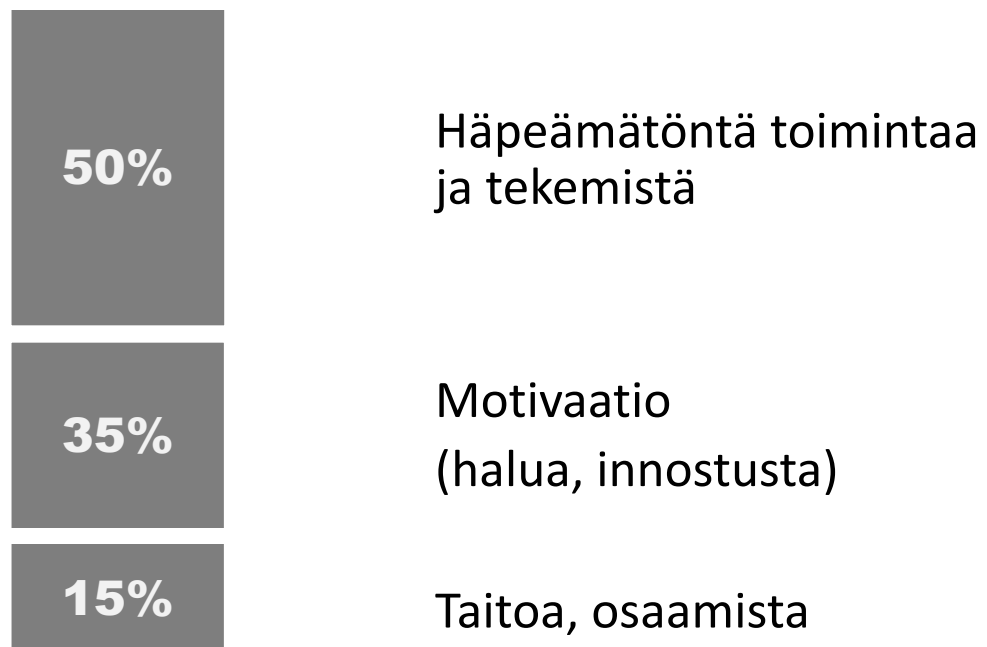
LEO STRANIUS

Hallintotieteiden maisteri

- Third Rock Finlandin perustaja ja toimitusjohtaja. Vauhdittaa organisaatioiden vastuullisuustyötä.
- Aiemmin työskennellyt muun muassa Kansalaisareenan, Luonto-Liiton ja Suomen luonnonsuojeluliiton toiminnanjohtajana.
- Seuraa Twitter & Instagram: @leostranius
- [Lue lisää: www.leostranius.fi](http://www.leostranius.fi)



ONNISTUMISEN RESEPTI



TOIMI
KOSKA
VOIT

Miten sinä vaikutat?

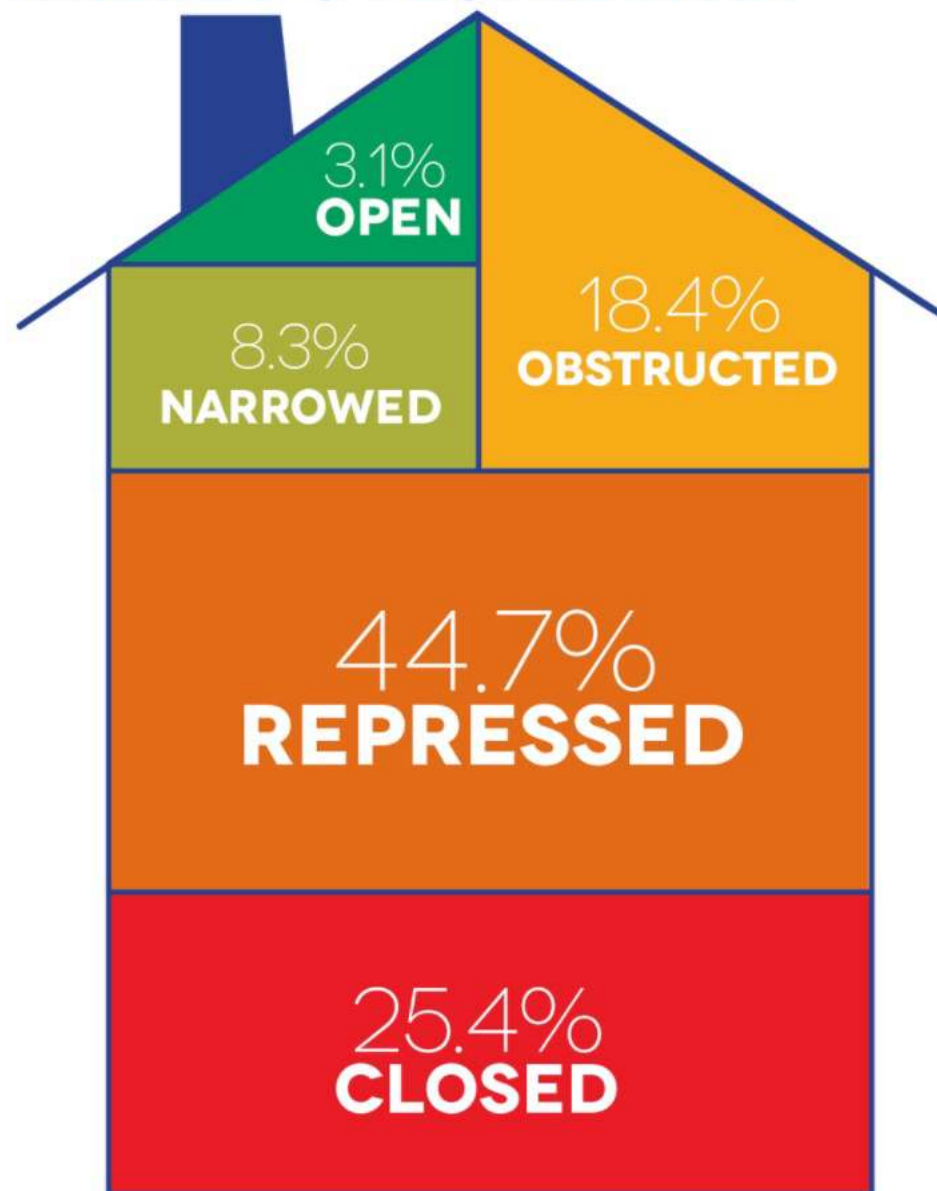
97% maailman väestöstä asuu valtioissa, joissa kansalaisvaikuttamista rajoitetaan. Riskeistä huolimatta ihmiset toimivat paremman tulevaisuuden ja ihmisoikeuksien puolesta.

Toimi sinäkin,
koska voit.

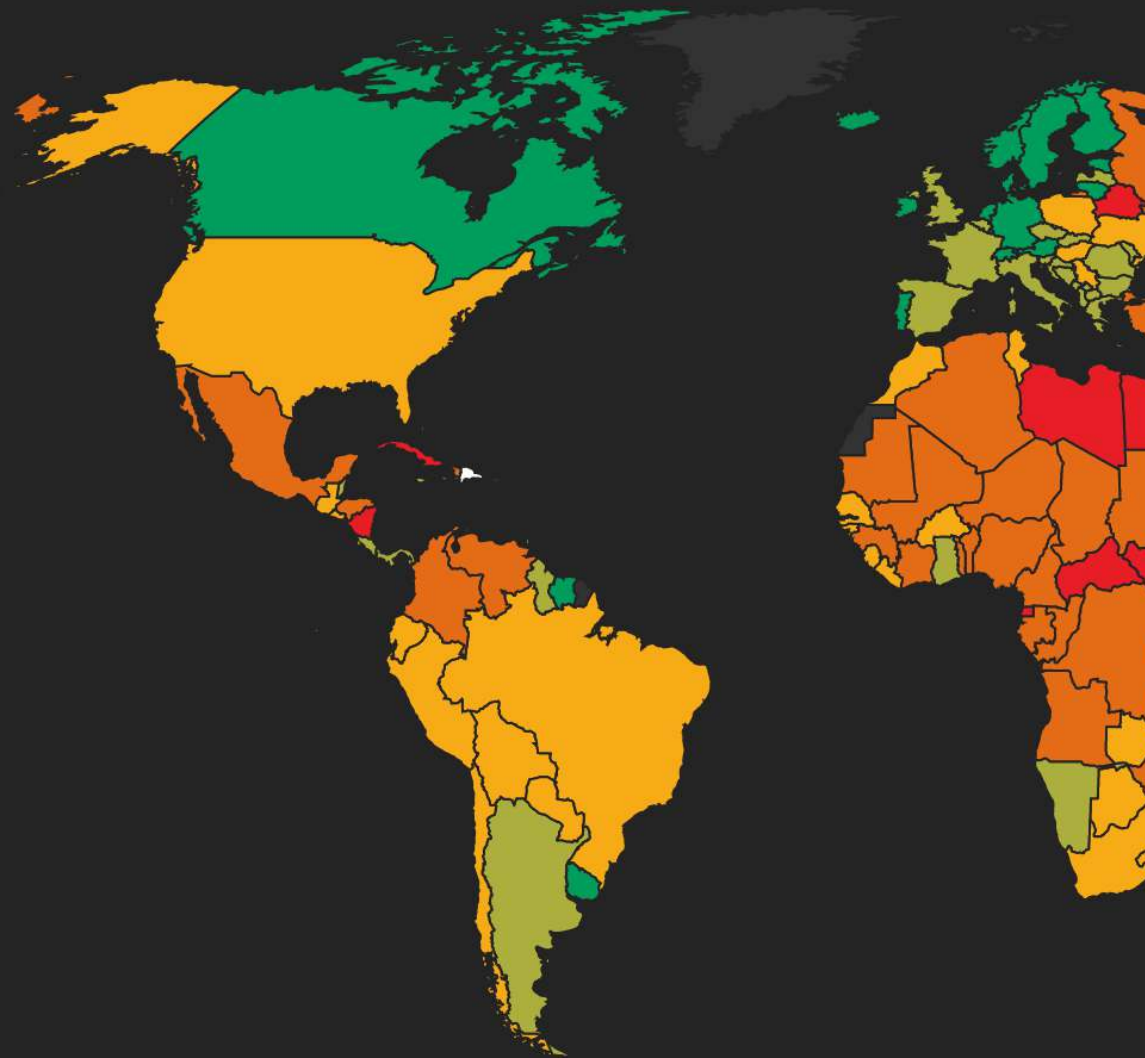
CIVIC SPACE IN 2022

Today, only 3.1% of the world's population lives in countries with **Open** civic space.

WHERE DO PEOPLE LIVE?



- Closed
- Repressed
- Obstructed
- Narrowed
- Open



COUNTRY RATING CHANGES



Sisälllys

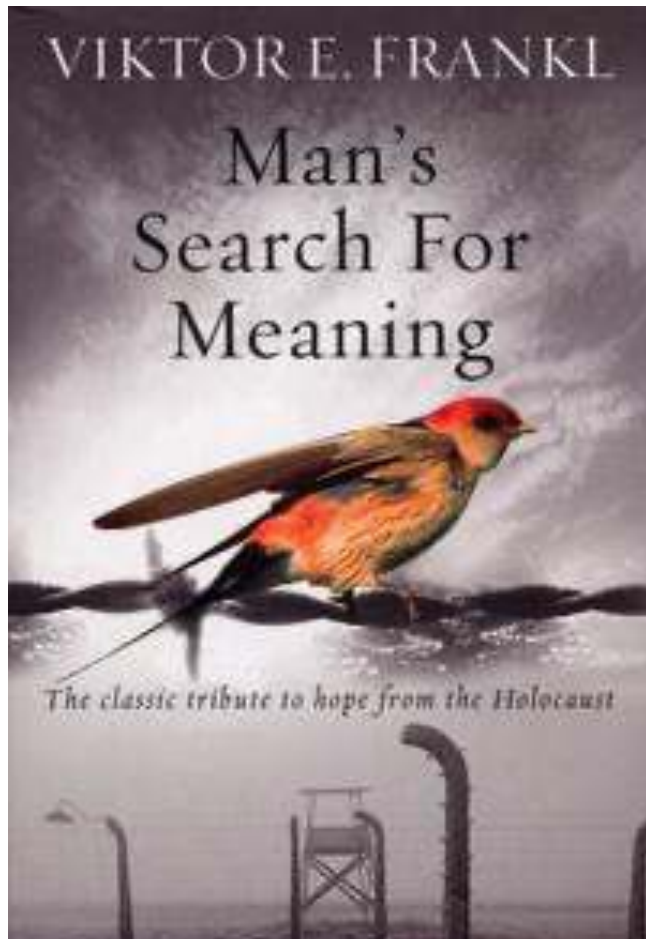
- Mitä on motivaatio?
- Tehokkuuden taika vapaaehtoistoiminnassa
- Viisi vinkkiä motivoivaan suunnitelmaan

- Lopuksi: Mikä vapaaehtoisia motivoi?

Mitä on motivaatio?

Motivaatio on tekemisen käyttövoima eli halu

Töissä motivaation lähteenä toimii yleensä mielekäs työ ja hyvä työympäristö.



- Se jolla on ”miksi” elämälleen, pystyy kestäämään melkein minkä tahansa ”miten”.



Poliisi tyhjentää Mannerheimintietä Elokapinan mielenosoittajista Eduskuntatalon edessä. Kuva: Jani Nivala / Yle

Elokapina

Elokapinan mielenosoittajat tukkivat tien Mannerheimintiellä Eduskuntatalon edessä – poliisi tyhjensi kadun, liikenne kulkee

Mielenosoittajat vaativat luontokadon pysäyttämistä. Vajaa kaksi tuntia mielenilmauksen alkamisen jälkeen poliisi alkoi tyhjentää

Tehokkuuden taika
vapaaehtoistoiminnassa

LEO STRANIUS
TEHOKKUUDEN
TAIKA
NÄIN VOIT ELÄÄ ENEMMÄN

into



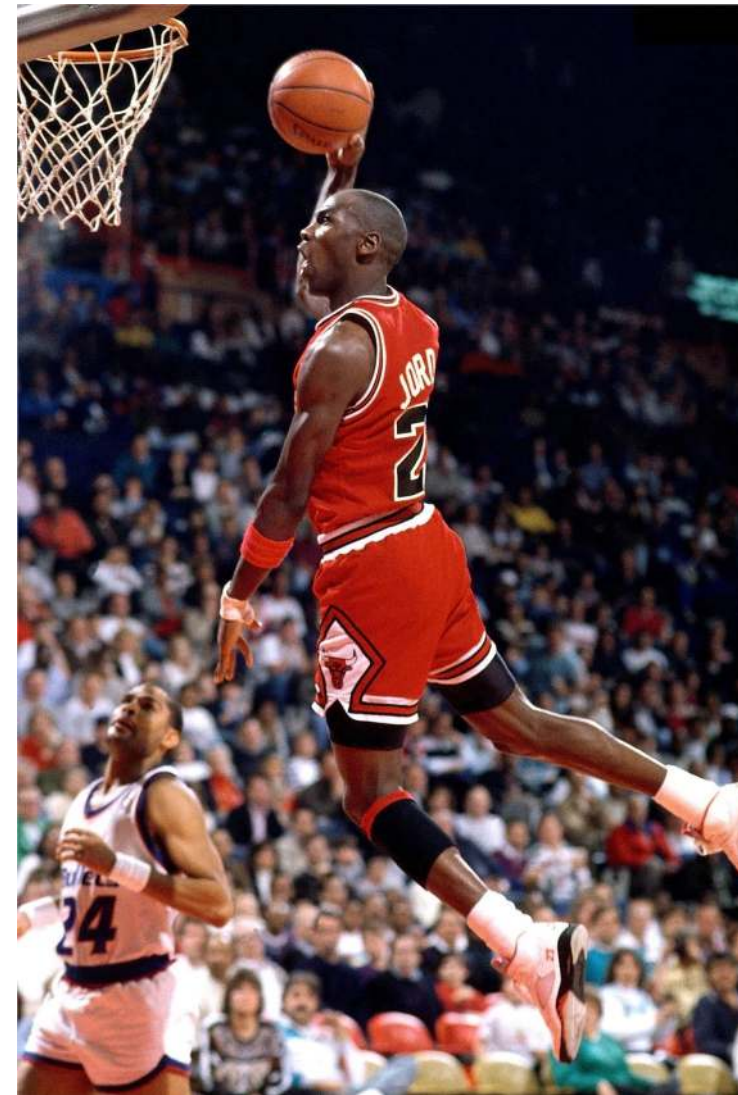
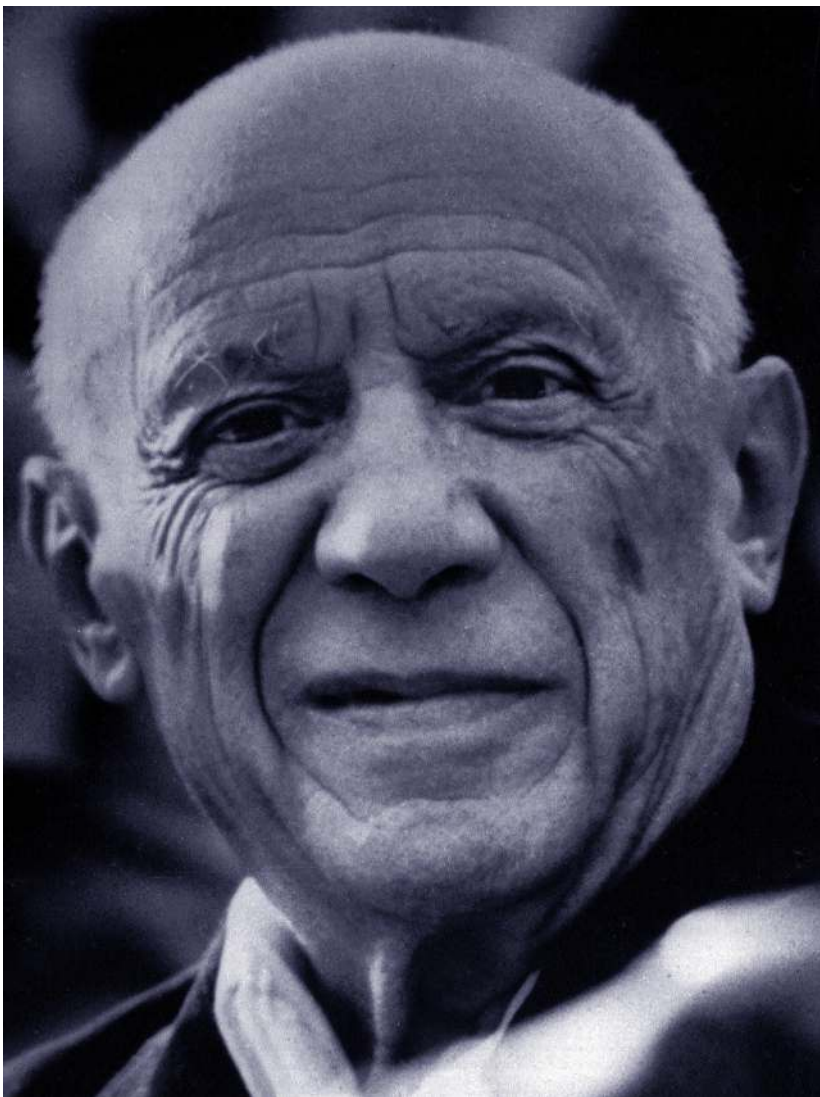
- **Tavat ja rutiinit**
- **Kokeilut**
- **Tavoitteet**
- **Suunnittelu**
- **Seuranta**

Leo Stranius on kirjoittanut kirjan tehokkuuden taista. Tässä jutussa hän kertoo arjestaan ja siitä, mitä "enemmän eläminen" on hänelle opettanut.
KUVA: KALLE KOPONEN / HS

Enemmän elämää

Leo Stranius herää ennen aamuviittä, kuuntelee äänikirjat tuplanopeudella ja suunnittelee jokaisen päivän puolen tunnin tarkkuudella. Hän uskoo, että kaikkien kannattaa koettaa johtaa itseään.

Korvaako laatu määrän vai määrä laadun?



Mikä minua motivoi?

- Asian tärkeys
- Oma kokemus
- Avaimet käteen ohjeistus
- Seuranta ja mittaaminen
- Muutkin ovat mukana
- Kilpailu
- Kiittäminen



Viisi vinkkiä motivoivaan
suunnitelmaan

Motivaatio tarvitsee tuekseen suunnan ja mahdollisuuden toimia

- On epätodennäköistä löytää itseään vuoren huipulta kulkemalla sinne tänne ilman päämäärää.
- Täydellisestä maailmasta haaveileminen voi kohentaa mielialaa, mutta se ei vielä yksin auta kuitenkaan tekemään unelmista totta.
- Itse asiassa pelkällä haaveilulla voi olla haitallinen vaikutus motivaatioon ja sitä kautta tavoitteiden saavuttamiseen.
- **Motivaatiota ja tavoitteiden saavuttamista varten tarvitaan suunnitelma.**

1. Luo osatavoitteita

2. Kerro tavoitteista muille

3. Aloita lyhyesti

4. Muistuta hyödyistä ja palkitse

5. Kirjaa ylös

Viisi vinkkiä motivaatioon

1. Luo osatavoitteita
2. Kerro tavoitteista muille
3. Aloita lyhyesti
4. Muistuta hyödyistä ja palkitse
5. Kirjaa ylös

Lopuksi: Mikä vapaaehtoisia
motivoi?

Lopuksi: Mikä vapaaehtoisia motivoi?

- Saa mukavan harrastuksen
- Tapaa hyviä tyyppejä
- Saa työkokemusta
- Oppii ymmärtämään yhteiskuntaa
- Pääsee matkustamaan
- Voi löytää kumppanin
- Saa uusia ajatuksia
- Pääsee samanmielisten seuraan
- Tuntee olevansa tärkeä
- Voi parantaa maailmaa!

KIITOS!

Ota yhteyttä

@LeoStranius

puh 040-7547371

leo.stranius@iki.fi