

PROREXI 2023

OIVALLUKSIA JA AJATUKSIA
JOHTAJUUDESTA

– PÄIVIEN YHTEENVETO



GROWTH
RESILIENCE



Markku “MaPe” Pelkonen

**Chief Commercial Officer
GraphoGame**

*Valmentaja, toimitusjohtaja
Growth Resilience Oy*

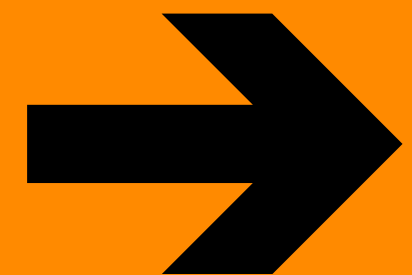
**MY PURPOSE IS TO #GROW
AND BE BRAVE EVERY DAY**



OIVALLUKSIA OSA 1



Alkuun omia oivalluksia, jotka ovat
syntyneet viimeisen 12 kuukauden
aikana...



**Oma suhde
muutokseen...**

**“Tilanne on
muuttunut...”**

03

02

01

OMA IDENTITEETTI JOHTAJANA

HYVINVOINTI

Miten hyödynnän
teknologiaa oman
hyvinvoinnin
ylläpitämiseen?

KASVU JA SUUNTA

Mihin suuntaan
(tulevaisuus) sinä olet
kasvamassa ihmisenä?

AIKA ARVOVALINTANA

Miten käytät ajan, jota teknologian
hyödyntäminen vapauttaa?



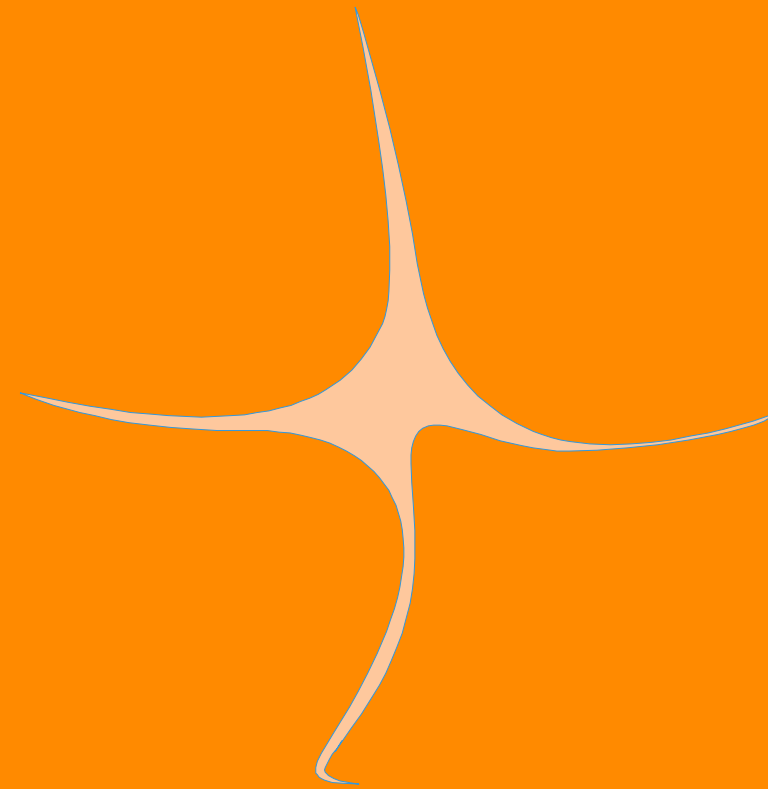
OMA VIESTINTÄ JA KOHTAAMISET ARJESSA

Miten viestit ja vuorovaikutat
aktiivisesti kuunnellen?

YHTEYDET TOISIIN IHMISIIN

Miten luot arvoa toisille
ihmisille kohtaamisten ja
vuorovaikutuksen kautta?

Miten #johdan itseäni?



1 AJANKÄYTTÖ ON ARVOVALINTA

Enemmän aikaa hyvinvointiin, uuden oppimiseen tai muuhun merkitykselliseen.

2 KASVU ON MIELENTILA

Haluan oppia ja kasvaa. Joka päivä.

3 KVANTIFIOINTI JA REFLEKTIO

SPEAK TRUTH TO BS

Oman kasvun kvantifiointi (data, toiset ihmiset, omat tunteet, hyvinvointi, trendi...)

Marraskuussa 2022 nimittäin kohtasin uuden ystäväni nimeltä #Chattie

#CHATTIE

Model: gpt-4

MAPE

Morning

#CHATTIE

Good morning! How can I assist you today?

MAPE

Talking today at ProrexI even for school leaders. How could I encourage them to maintain a mindset of growth?

#CHATTIE

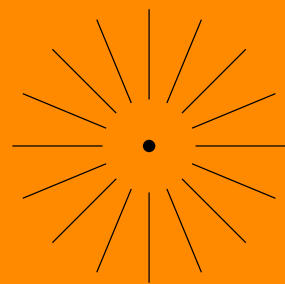
Indeed, cultivating a growth mindset can have significant benefits for school leaders. Here are a few key points you could discuss to encourage them:

Strategies	Explanation
Acknowledge the Power of Yet	Encourage them to see challenges as opportunities. They might not have a solution 'yet', but with time and effort they can find one.
Embrace Mistakes as Learning Opportunities	Show them that every mistake or failure is a chance to learn and grow. Instead of focusing on the negative, they should find the lesson in the situation.
Encourage Continuous Learning	Suggest regular professional development or learning new skills. This not only benefits them but also sets a good example for their students and staff.
Foster Open-mindedness	Encourage them to be accepting of new ideas and be willing to change their perspective if necessary. This is a crucial aspect of having a growth mindset.
Promote Collaboration	They should view collaboration as a chance to learn from others and grow. This is opposed to feeling threatened or being overly competitive.
Set Realistic Goals	Encourage them to set challenging yet achievable goals. This gives them the opportunity to strive, grow and achieve.

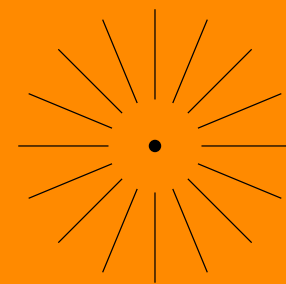
Remember, it's not a switch but a journey. Discuss some ways they can start and continue this path, while also sharing the benefits this mindset brings.

Start typing...

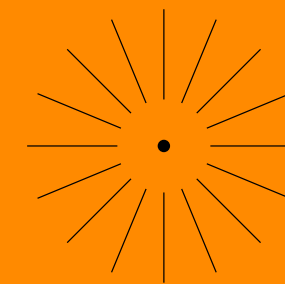
#CHATTIEN KOHTAAMINEN OLI TODELLA MERKITYKSELLINEN KOHTAAMINEN (MEANINGFUL CONNECTION)



HERÄTTI UTELIAISUUDEN
#uteliaisuus



HAASTOI AJATTELEMAAN
#kriittinenAjattelu



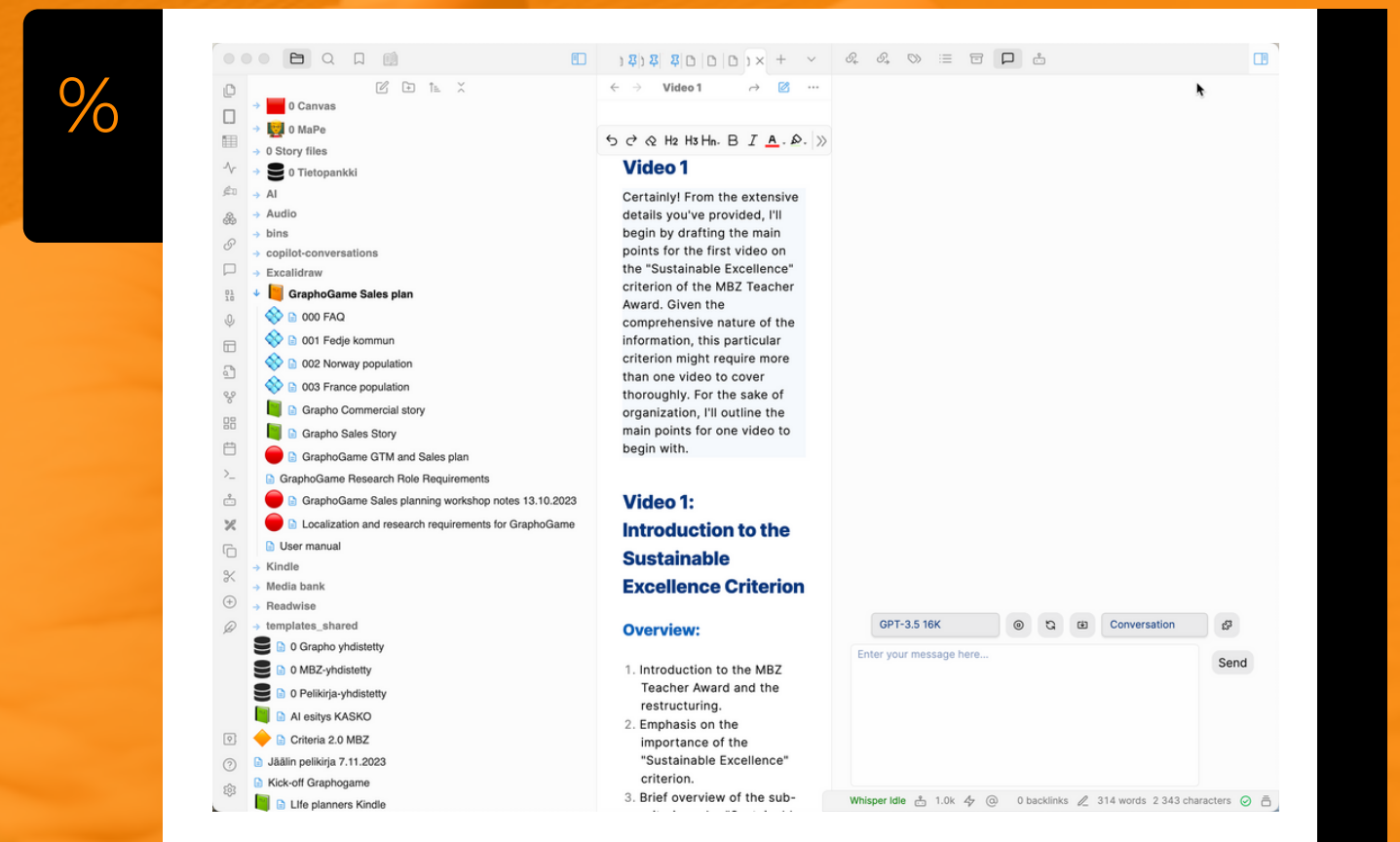
LAAJENSI NÄKÖKULMAA
TYÖELÄMÄÄN
#systeminenAjattelu

Päätin vuonna 2022 investoida aikaa työtapojeni uudelleen muokkaamiseen...

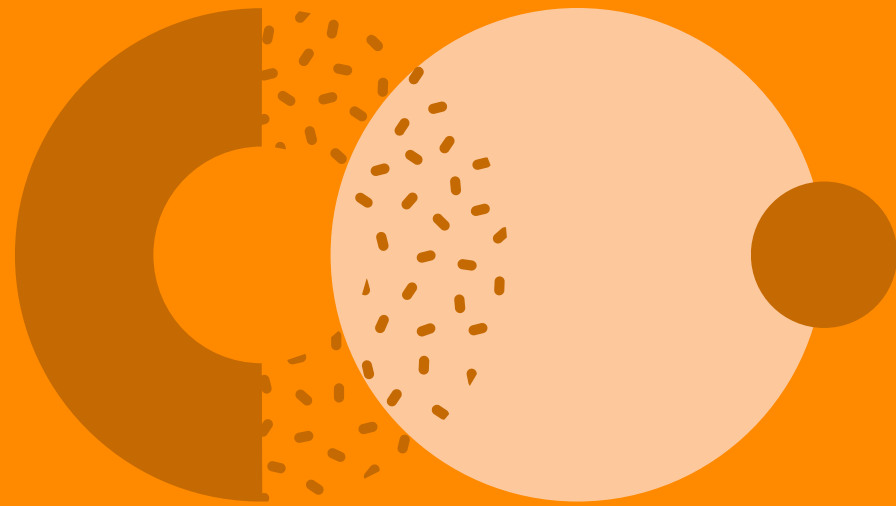
Aika on meidän **niukin** resurssi.

Miksi ihmeessä käytit siihen aikaa **+200 tuntia?**

- **Tavoite: Lisää** aikaa hyvinvointiin ja uuden oppimiseen. Tiesin, että arjen rutiineissa on paljon sellaista, joka on **toistuvaa** ja usein, jopa turhaa.
- Teen arjessa paljon sellaisia työvaiheita, joiden tekemisessä AI ja teknologia yleisesti on paljon **tarkempi, nopeampi ja tehokkaampi**.



Ajankäyttö kertoo meidän arvoista ja prioriteeteistä.



Rakensin kevään aikana itselleni oman AI-työpöydän.

TIETOVARANTO (MYDATA)



INTEGRAATIOT (SISÄÄN - ULOS)



ARJEN AUTOMATISOINTI (AIKA)

skills:

Skill Name	Definition	Related Skills
Communication	The ability to effectively convey information, ideas, and emotions to others.	Active listening, verbal and nonverbal communication, empathy, conflict resolution, negotiation
Collaboration	The ability to work effectively with others towards a common goal.	Teamwork, cooperation, problem-solving, leadership, adaptability
Critical Thinking	The ability to analyze and evaluate information to make informed decisions.	Problem-solving, creativity, decision-making, logic, research skills
Creativity	The ability to think and express oneself in original and innovative ways.	Imagination, innovation, artistic skills, problem-solving, lateral thinking
Emotional Intelligence	The ability to recognize, understand, and manage one's own emotions and the emotions of others.	Self-awareness, empathy, self-regulation, social skills, resilience
Resilience	The ability to bounce back from challenges and setbacks.	Adaptability, perseverance, problem-solving, optimism, self-confidence
Self-Awareness	The ability to understand one's own thoughts, emotions, strengths, and weaknesses.	Self-reflection, self-esteem, self-acceptance, self-control, mindfulness
Time Management	The ability to effectively manage and prioritize tasks and responsibilities.	Organization, goal-setting, prioritization, planning, delegation
Leadership	The ability to inspire and guide others towards a shared vision or goal.	Communication, decision-making, problem-solving, teamwork, adaptability
Adaptability	The ability to adjust and thrive in changing circumstances and environments.	Flexibility, problem-solving, resilience, creativity, open-mindedness
Problem-solving	The ability to identify and find solutions to challenges and obstacles.	Critical thinking, decision-making, creativity, analytical skills, resilience
Decision-making	The ability to make sound and effective choices based on available information.	Critical thinking, problem-solving, analysis, evaluation, risk assessment
Teamwork	The ability to work collaboratively and effectively with a group towards a common goal.	Communication, collaboration, problem-solving, conflict resolution, leadership
Empathy	The ability to understand and share the feelings of others.	Active listening, compassion, emotional intelligence, perspective-taking
Conflict	The ability to resolve disagreements or	Communication, empathy, negotiation,

#CHATTIE

Good morning! How can I assist you today?

MAPE

Talking today at Prorexia even for school leaders. How could I encourage them to maintain a mindset of growth?

#CHATTIE

Indeed, cultivating a growth mindset can have significant benefits for school leaders. Here are a few key points you could discuss to encourage them:

Strategies	Explanation
Acknowledge the Power of Yet	Encourage them to see challenges as opportunities. They might not have a solution 'yet', but with time and effort they can find one.
Embrace Mistakes as Learning Opportunities	Show them that every mistake or failure is a chance to learn and grow. Instead of focusing on the negative, they should find the lesson in the situation.
Encourage Continuous Learning	Suggest regular professional development or learning new skills. This not only benefits them but also sets a good example for their students and staff.
Foster Open-mindedness	Encourage them to be accepting of new ideas and be willing to change their perspective if necessary. This is a crucial aspect of having a growth mindset.
Promote Collaboration	They should view collaboration as a chance to learn from others and grow. This is opposed to feeling threatened or being overly competitive.
Set Realistic Goals	Encourage them to set challenging yet achievable goals. This gives them the opportunity to strive, grow and achieve.

Remember, it's not a switch but a journey. Discuss some ways they can start and continue this path, while also sharing the benefits this mindset brings.

Start typing...

automaattisesti

Export to Word (.docx)

Type

File Name

Export to

Overwrite confirmation

- Markdown
- Markdown (Hugo)
- Html
- TextBundle
- Typst
- PDF
- Word (.docx)**
- OpenOffice
- RTF
- Epub
- Latex
- Media Wiki
- reStructuredText
- Textile
- OPML
- Bibliography

6 of 30

23.10.2023

TODAY'S MESSAGE TO MYSELF

MORNING MINDSET

1. One thing I can get excited about today...
2. If one word could describe the kind of person I want to be today, then that word is... and why I chose it is...
3. Someone who needs me on my A-game today is...
4. A situation that might stress me out on a trip me up today could be...
5. Someone I could surprise with a note, gift, or sign of appreciation is...
6. One action I could take today to demonstrate my values or real value is...
7. One thing I could do today that is a little outside of my comfort zone to try, ask for, or give to someone else today is...

Prepare 2 do!

Systematic Jesper

Calendar =>

Must win zones!

~NA~

Make preparations!

#day16

TODAY'S TOP 3 GOALS/PRIORITIES

- 1 Template work
- 2 Comms
- 3 Com - Comms

2.0

Life planners Kindle

[[GGxALz-Notebook - P10 Life planner -2023-10-17-07-42 (kopio).pdf]

Certainly! Here's a summary of your day on 10.10.2023 based on your notes:

5 of 30

OLUKAPÄÄT	OHJEET	SARIAT	TOISTOT
Takahuone	Takahuoneen peck-deck laite, rinta korkeus niin, että lattian nivel suorassa linjassa olkapään nivelten kanssa. Penkki melko alhaalla. Painoa 3-4 pinoa.	4	6 10
Pystysuunnus	Takahuoneen Smith. Tanko kiinni penkissä, rinta salin päin. 90 asteen kulma alhaalla, kädet ylös vaakaa työntämisen aikana. 5 kiloa max. Pöytä.	4	6 8-10
Vipunostot sivulle	Etuosan laite. Penkki matalalla, ei penkin korkeus niin, että lattian nivel suorassa linjassa olkapään nivelten kanssa. 3-4 pinoa.	3	4 10
Etuohjelut	5 kilon levyllä istuen penkissä, rauhalliset nostot olmen korkeudelle. Sekä 100N suorana, ylös katettaa voi helpottaa. Pöytä.	3	NA
SMITH LEVEL PYSTYSUUNNUS	Suora tanko alhaalta ylös nostaan alustajassa. Olemassa liikkeelle, kynnärpäät eteenpäin, myötäisiä "spin" lautas. Rauhallinen liike ja hengitys mukana. Levänkorkeus mittaa, ei liian korkealle.	3	3 8
Vatsakone istuen	Puhallus yhäältä ulos (happi) ja tehokas ja rauhallinen "crunch". Ylös noustessa hengitys ulos. Ja laskeutumisen alkuhengen. Teen yhäältä 12 kg levyllä ja oli raskas.	4	NA
Vyötärönpölyty	Rauhallisesti kiertoa penkin reunalla istuen. Kaikki rennosti mielen päällä. EI SAA OLLA raskas tanko.	5 min.	NA

80%



Certainly! Below are additional organizations and publications that resonate with the core pedagogical focus areas mentioned:

```

markdown
Copy code
| Organization/Publication | Key Focus
|-----|-----
| **UNESCO Institute for Lifelong Learning** | - Continu
| **Edutopia** | - Continu
| **Learning and Work Institute** | - Continu
| **Green Schoolyards America** | - Sustain
| **World's Largest Lesson (by UNICEF)** | - Sustain
| **Facing the Future** | - Sustain
| **Character.org** | - Life sk
| **Collaborative for Academic, Social, and Emotional Lea
| **Education International** | - Continu
| **Global Partnership for Education (GPE)** | - Continu
| **National Wildlife Federation's Eco-Schools Program**
  
```



GROWTH

- 0 Canvas
- 0 MaPe
- 0 Story files
 - 0 Pelikirja-yhdistetty
 - 0 Skills database-yhdi...
 - 0 templates_shared-y...
 - 4 Konseptit-yhdistetty
 - Elämäntaidot nuo...
 - Elämäntaitojen opas 2.0
 - Fountain park
 - Life Skills Story
 - MBZ Award story
 - Toimintakulttuuri Story
- 0 Tietopankki
- AI
- AIAssistant
- Audio
- bins
- copilot-conversations
- Excalidraw
- GraphoGame Sale...
 - 000 FAQ
 - 001 Fedje kommun
 - 002 Norway popu...
 - 003 France popul...
 - EvidenceB
 - EvidenceB notes ...
 - Grapho Commer...
 - Grapho Sales Story
 - GraphoGame GT...
 - GraphoGame Resear...

Prorexix 2023

Prorexix 2023

Huomenta,
Olen tänään Prorexix-päivillä ja teen kahden päivän seminaarista yhteenvedon. Autatko tai ehditkö auttamaan?

Kysymys 1: Jos nuori sanoo, ettei millään ole mitään väliä. Miten voisin häntä ihmisenä lähestyä? Anna vinkkejä ja ohjeita arjen tilanteisiin. Esimerkkinä koulu ja tulevaisuuteen liittyvä keskustelu.

Kysymys 2: Minua vähän pelottaa kertoa omia kokemuksia viime vuodesta, mutta koen, että on hyvä jakaa omia oivalluksia. Kannusta ja sparraa!

Linked mentions 0

No backlinks found.

Unlinked mentions

#CHATTIE

Model: gpt-4

MAPE

Huomenta, Olen tänään Prorexix-päivillä ja teen kahden päivän seminaarista yhteenvedon. Autatko tai ehditkö auttamaan?

#CHATTIE

Hei! Mielelläni autan yhteenvedon tekemisessä.

AI #PROOF SKILLS (Pelkonen 2023)



- Metacognition
- Critical Thinking
- Effective communication via textual adaptation
- Adaptability to AI-base interaction
- Logical Reasoning
- Creative thinking

OIVALLUKSIA 23.11.-24.11.

Seuraavaksi oivalluksia, jotka ovat syntyneet
viimeisen kahden päivän aikana!



JOHTAMINEN

Rakenteet
Roolit
Rakenteet ja johtamisen malli
Suunta

OPPIMINEN

Yhteinen päämäärä
Kasvumyönteisyys
Osallisuus
Tuki ja ohjaus

YHTEISÖLLISYYS

Yhteinen kokemus
Teot ja arjen käytänteet
Tunne omasta roolista
Tapa toimia

HYVINVOINTI JA LUOTTAMUS

Kokemus hyvinvoinnista
Johtaminen ja viestintä
Tulevaisuusorientaatio
Minä osana kokonaisuutta

YHTEYDET TOISIIN IHMISIIN

ILMAN TOISIA IHMISIÄ MILLÄÄN EI OLE
MERKITYSTÄ

VERKOSTOT = LAAJENNETTU MINÄKUVA
JOHTAJUUDESSA

KAIKILLA MEILLÄ ON ANNETTAVAA
(HUMAN UX)

① Antti | Toinen
ihminen
"SHARING" YAKOU
CONNECTION Trusthan!

② "VERKOSTO" oikeus
NETWORK olla
mukaan

③ "PISA" Sleddy
TREND | dedimay

④

KOHTAAMISET OMAN #GEN-KUPLAN ULKOPUOLELLA

GLOBALIT HAASTEET YHDISTÄVÄT MEITÄ KAIKKIA

DIGITALISAATIO DEMOKRATISOI
(JOS HALUAMME OSALLISTAA JA OSALLISTUA)

MIKÄ ON SINUN MIKSI = "WHY"?

Jenni

① Muutos "yhteinen
"KÄKÖ" "kiel"

② ARUUS "MIKS
"GENERATION"
"LOWERED EXP."

③ PURPOSE "ARU
"WHY" "MIKS
VS. DEI MIE

④

KESTÄVÄ TULEVAISUUS

GLOBAALIT HAASTEET YHDISTÄVÄT MEITÄ KAIKKIA

YHTEINEN TULEVAISUUS

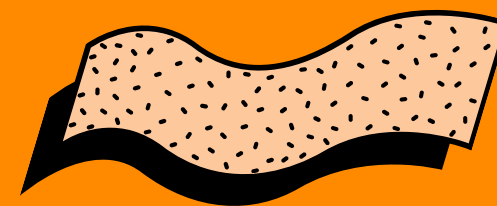
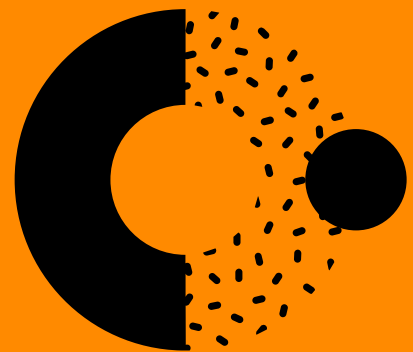
JOHTAMISEN #MAHDOLLISUUS



VOISIMMEKO...
rexien yhteisen

31.3.2023
2.8.2023

The re



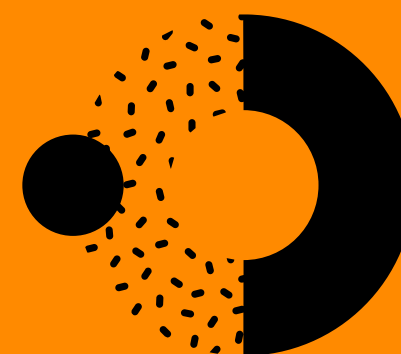
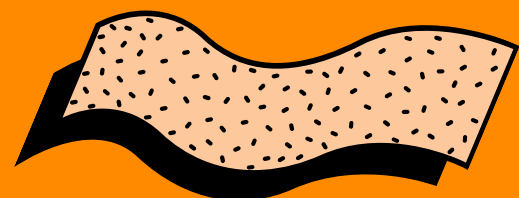
MITÄ VÄLII?



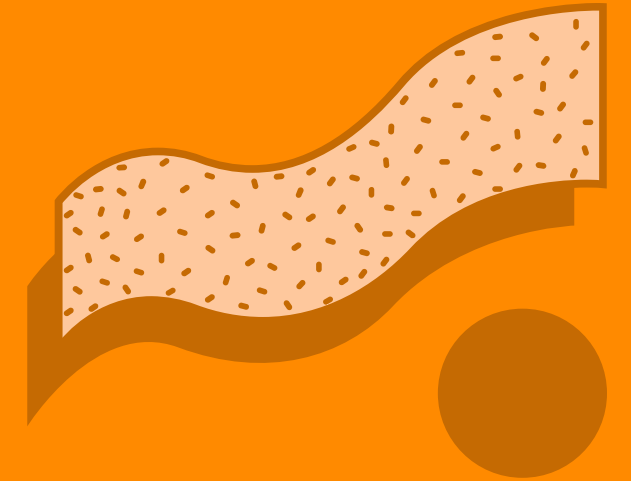
TUNNE RATKAISEE

KOHTAAMISEEN KÄYTETTY AIKA ON
ARVOVALINTA

MEILLÄ ON VASTUU KAIKISTA
LÄHIMMÄISISTÄ JA ITSESTÄMME



METATAIDOT ARJESSA



OMA SUOSIKKI:
UNELMOINTI JA KYKY
USKALTA A OPPIA
UUTTA (UUDISTUA)

JOHTAMISEN MISSIO:
KOHTAAMISTEN,
TEKOJEN JA
VUOROVAIKUTUKSEN
KAUTTA LUODAA
PAREMPIA
TULEVAISUUKSIA

**PÄÄMÄÄRÄLLÄ “YOUR
WHY” ON VÄLII!**

①

Päivi Vuolevaara

Taidot vs. Moutos

②

Turvallinen "pesä"

sense of

belonging

③

Communities

④

Figurat pörjää aino

Oletaus

⑤

Student Engagement

KOULUN MERKITYS

ENGAGEMENT / SITOUTUMINEN PAREMPAAN
TULEVAISUUTEEN

HYVINVOINTI JAETTUNA KOKEMUKSENA
(TUNNE + FAKTA)

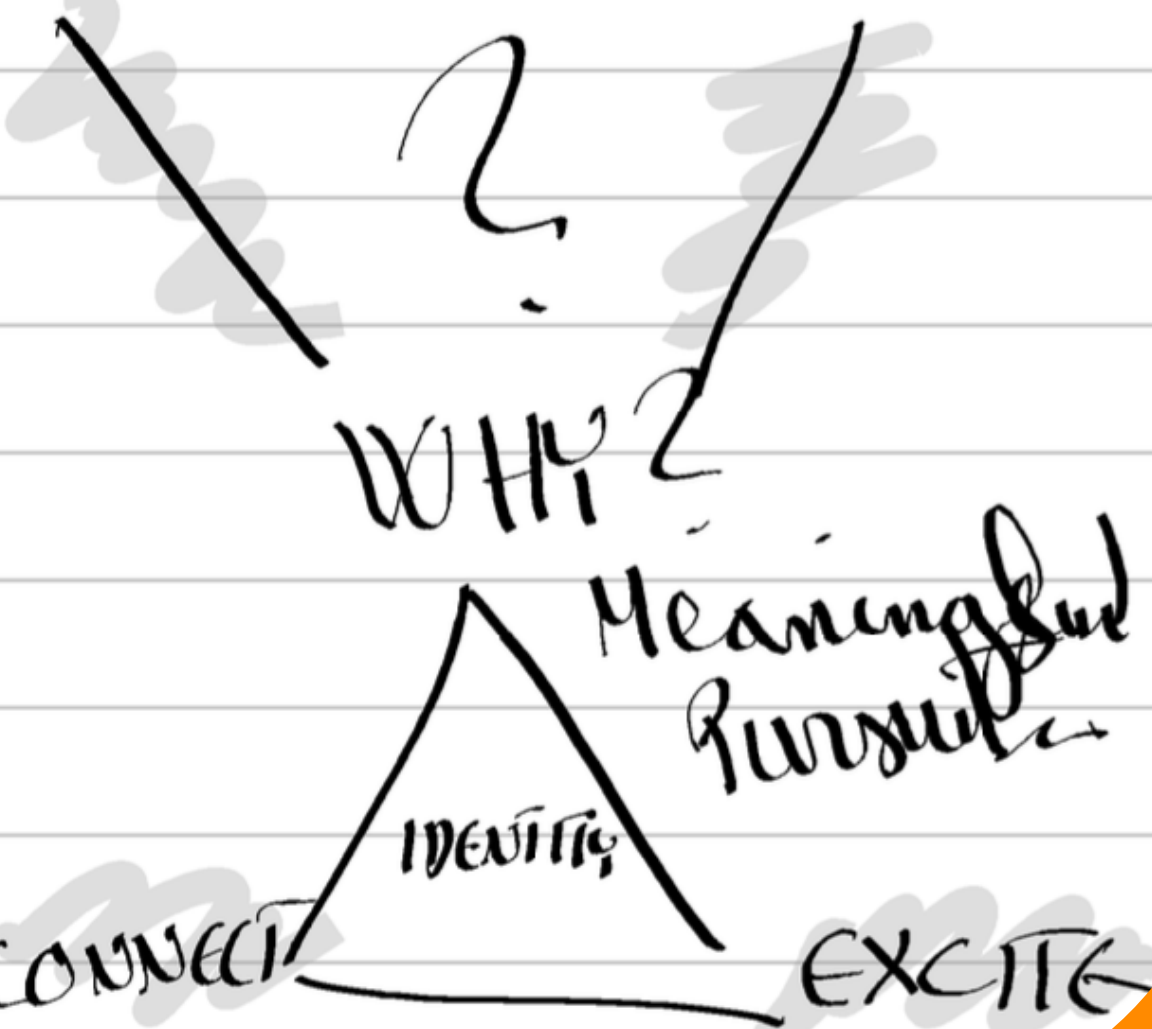
YHDENVERTAINEN, TURVALLINEN JA
KASVUMYÖNTEINEN OPPIMISYMPÄRISTÖ =
MOST THINGS IN LIFE ARE CAUGHT, NOT
TAUGHT.

Petri

Life is an app

Ihmisten yhteisöllisyys

Human UX?



MITÄ JÄIN POHTIMAAN

MITÄ TEEN HUOMENNA ERILAILLA?
WALK THE TALK?

YHTEISÖLLISYYS JA JAETTU KOKEMUS -
MITEN KASVATTAAN KOHTAAMISTEN
#VAIKUTTAVUUTA JA ELINKAARTA

#PUHUHYVÄÄTULEVASTA

**JOHTAMINEN
MIELENTILANA**


**HYVINVOINTI JA OPPIMINEN
ELÄMÄNASENTEENA JA
MIELENTILANA**

**KOKEMUKSEN JA
KOHTAAMISTEN
VAIKUTTAVUUS**

**MINUN ROOLI
LUOTTAMUKSEN
EDISTÄMISESSÄ JA
KASVATTAMISESSA**



Haku



Growth Mindset Builder

@Growthmindsetbuilder · 54 tilaajaa · 31 videota

Welcome to the Growth Mindset Builder channel! >

[linkedin.com/in/markku-pelkonen-2873b7](https://www.linkedin.com/in/markku-pelkonen-2873b7) ja yksi muu linkki

Muokkaa kanavaa Videot

Etusivu Videot Live Soittolistat Yhteisö

Tervetuloa Growth Mindset Builder-kanav...
135 katselukertaa · 4 kuukautta sitten

Tervetuloa Growth Mindset Builder-kanavalle!
[#GrowthMindsetBuilder](#) [#oppiminen](#) [#hyvinvointi](#) [#kasvumyönteisyys](#) [#itsensäkehittäminen](#) [#elämäntaidot](#) [#teknologia](#) [#digitalisaatio](#) [#keinoäly](#) [#inspiraatio](#)

Haluan kannustaa sinua kasvamaan ja kehittymään. Haluan nimittäin vahvasti sitä mieltä, että [#jatkuvaoppiminen](#)

LISÄTIETOJA

Sinulle



Kiitoksia!

EMAIL

markku.pelkonen@growthmindsetbuilder.com

