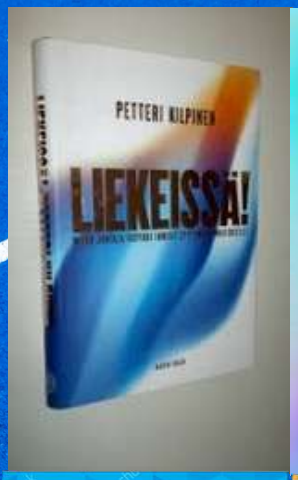
Lisää virtaa!

Pro Rexi 2026

Clarion 26.11.2026
Petteri Kilpinen

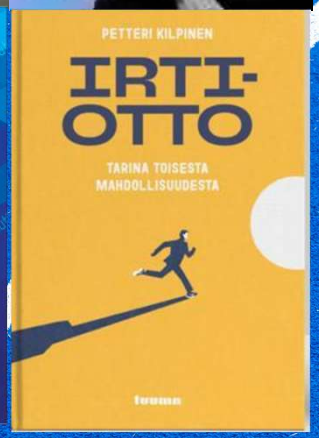


Petteri Kilpinen









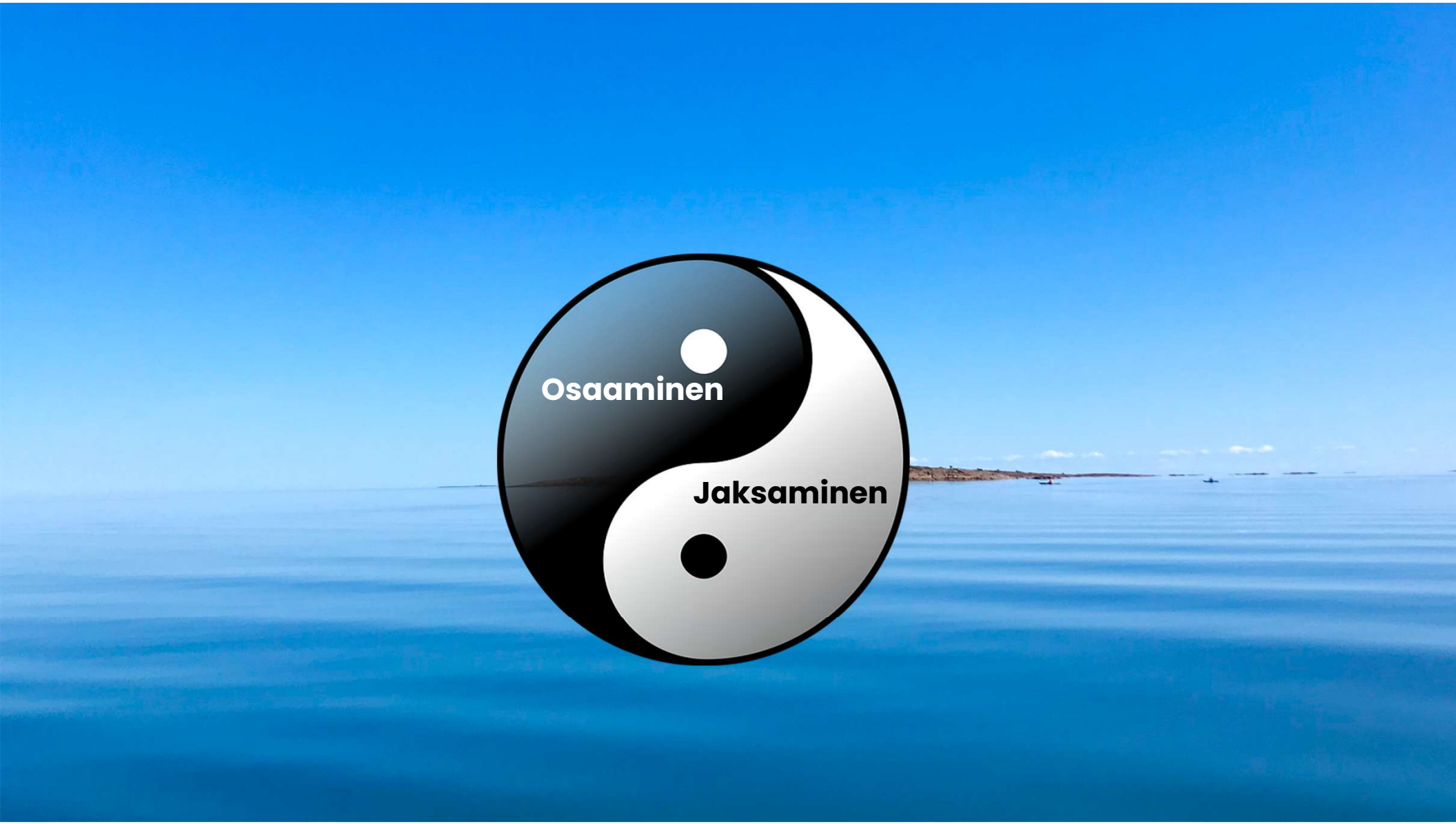
- 30+ vuotta esihenkilönä/toimitusjohtajana
- B.Sc, eMBA (johtamisopinnot Harvard Business School, IMD)
- Aavan Virta-yksikön päävalmentaja ja johtaja
- Yritysvalmentaja ja luennoitsija (100 000+ osallistujaa, 15 + vuotta, 10 + maata)
- Olympiakomitean puheenjohtaja
- Johtaminen, strategia, hyvinvointi, motivaatio
- Tietokirjailija
- Hallitusammattilainen (kokemusta 23 eri hallituksesta), Kauppakamarin HHJ-kurssin kouluttaja
- UEFA Pro kurssin kouluttaja
- Viiden pojan isä, mutta onnellisesti naimisissa
- Juoksija (Masters MM, EM, PM ja SM)

Darwinin ’Lajien synty’:

”Selviytyjä ei ole älykkäin eikä vahvin laji, vaan se, joka parhaiten sopeutuu ympäristönsä muutoksiin.”



Lähde: Leon C. Megginson 1963 “Lessons from Europe for American Business”/*The Southwestern Social Science Quarterly* Vol. 44


Osaaminen
Jaksaminen

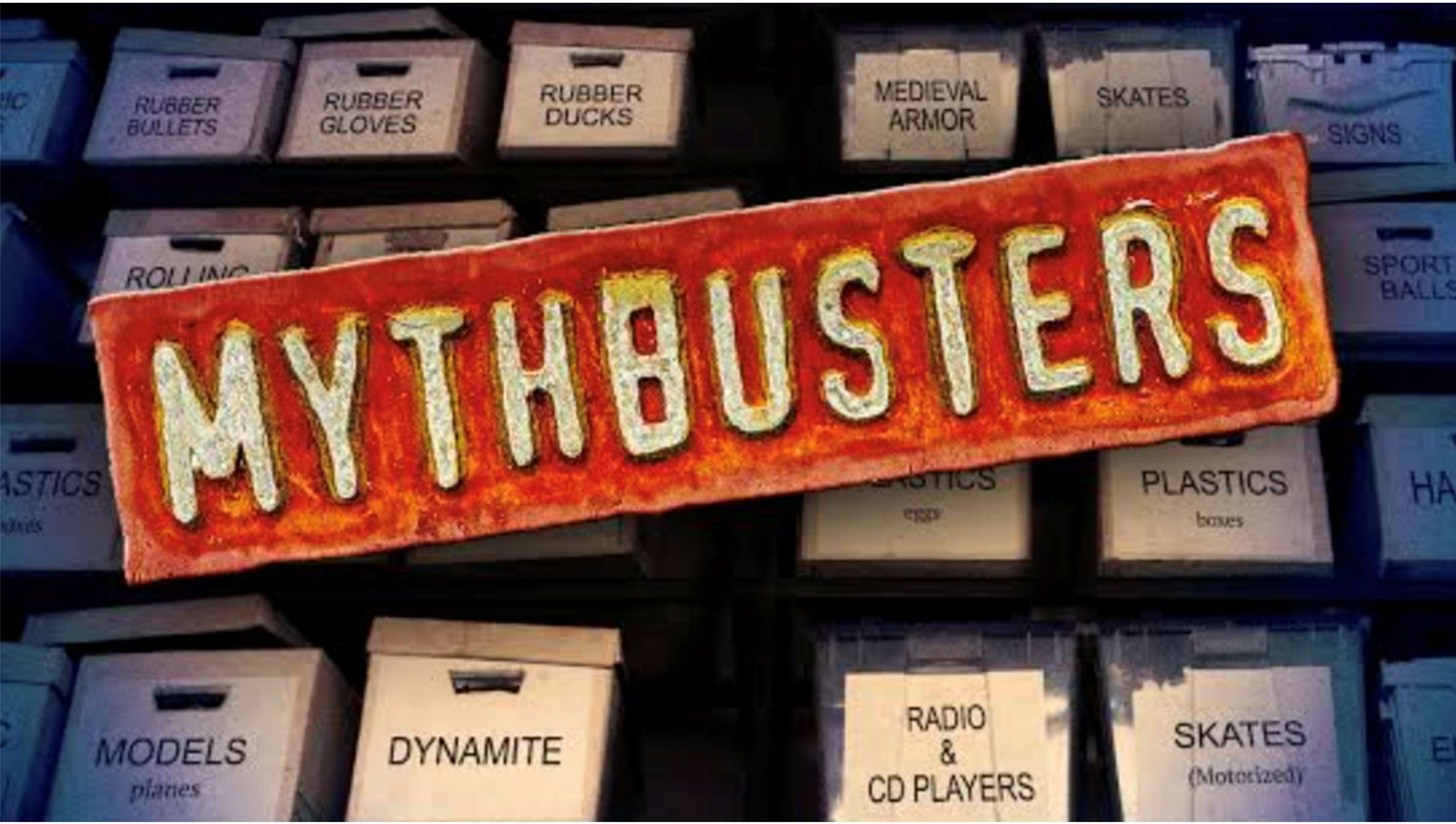

STRATEGIA
LOJAALISUUS
Rekrytointi
Työnantajamielikuva
HENKILÖSTÖN KEHITTÄMINEN
Osaaminen
Jaksaminen
Hyvinvointi +Työkyky= Tuottavuus
SITOUTUMINEN
Työn imu
Motivaatio
ORGANISAATIOKULTTUURI
Välittämisen ja hyvinvoinnin kehittäminen

Energiset ihmiset ottavat vastaan haasteita, joita muut välttelevät



Osaaminen <-> Käyttäytyminen

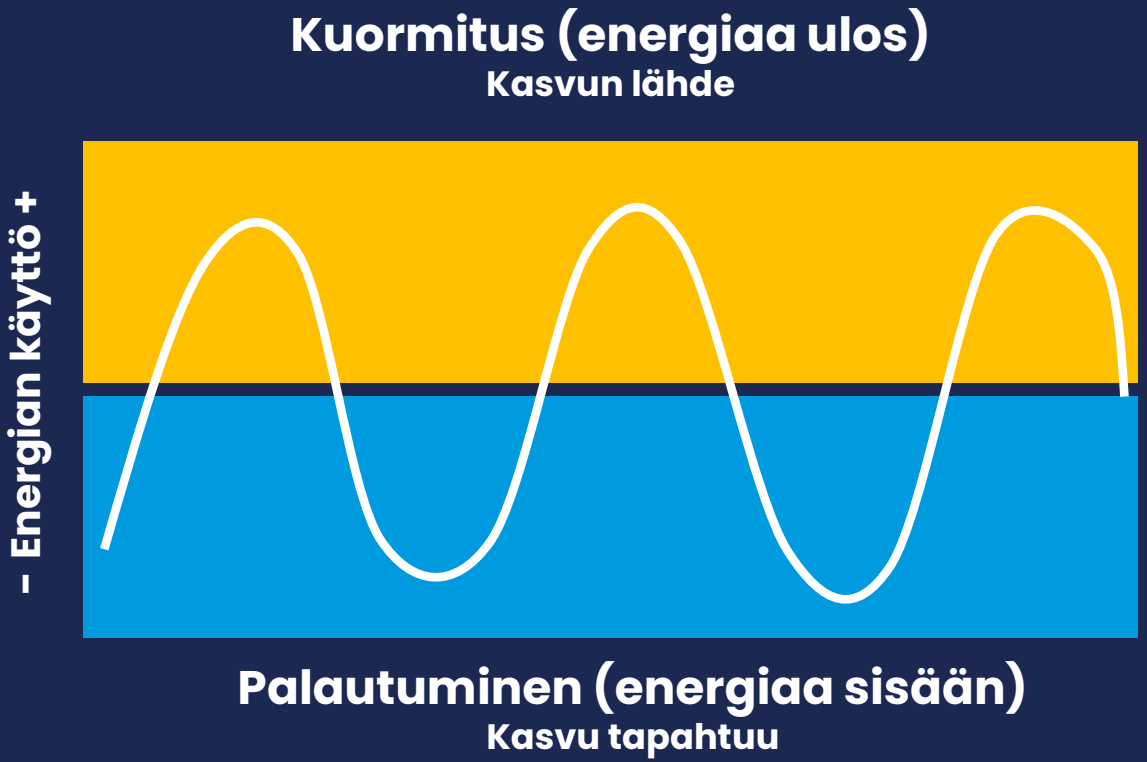



RUBBER BULLETS
RUBBER GLOVES
RUBBER DUCKS
MEDIEVAL ARMOR
SKATES
SIGNS
SPORT BALLS
MYTHBUSTERS
PLASTICS
boxes
MODELS
planes
DYNAMITE
RADIO & CD PLAYERS
SKATES
(Motorized)

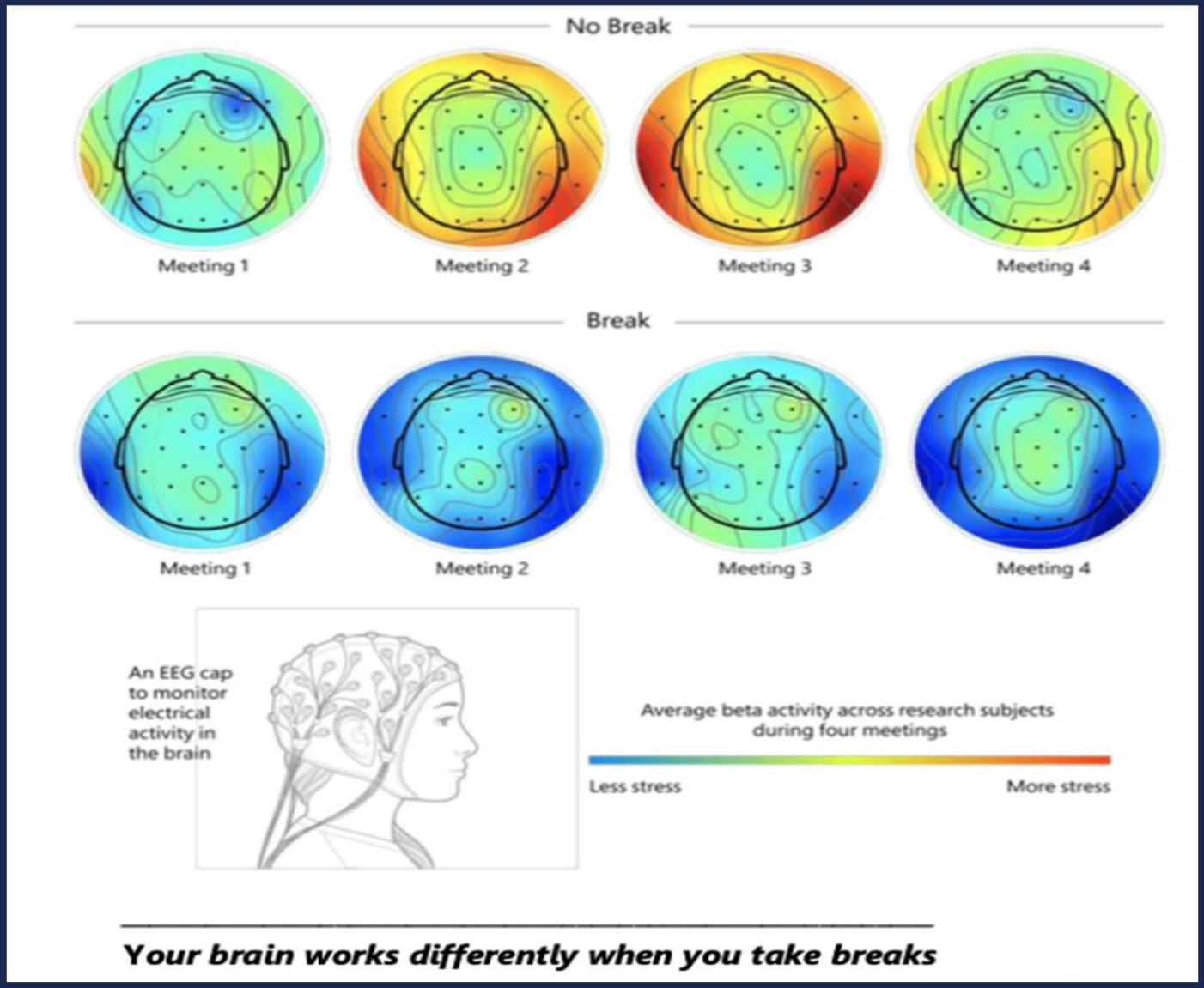
Myytti # 1

“Stressiä pitäisi vältellä kaikin keinoin”

Aava Virta


Kuormitus (energiaa ulos)
Kasvun lähde
- Energian käyttö +
Palautuminen (energiaa sisään)
Kasvu tapahtuu

Aava Virta

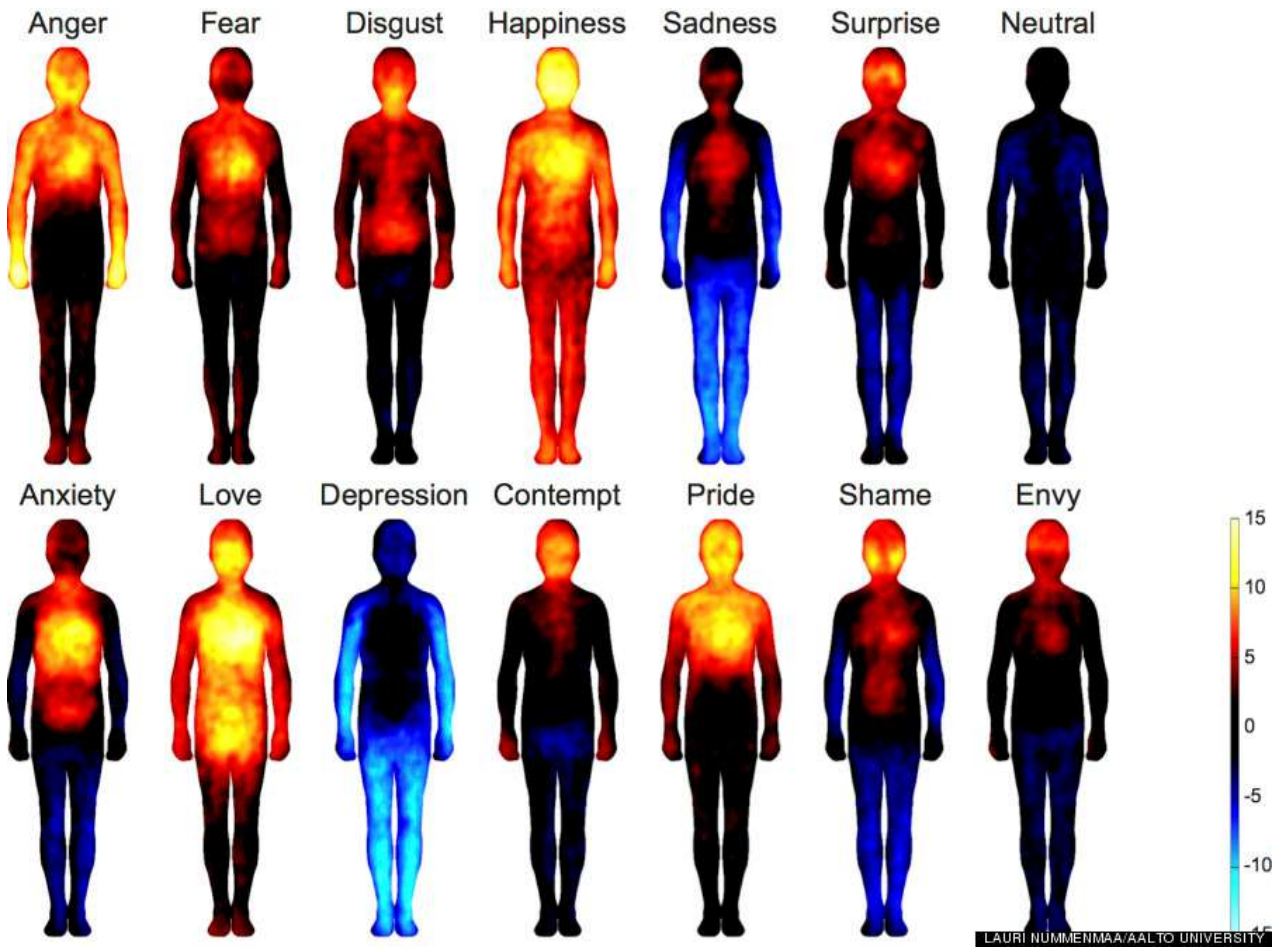

No Break
Meeting 1
Meeting 2
Meeting 3
Meeting 4
Break
Meeting 1
Meeting 2
Meeting 3
Meeting 4
An EEG cap to monitor electrical activity in the brain
Average beta activity across research subjects during four meetings
Less stress
More stress
Your brain works differently when you take breaks

Aava Virta

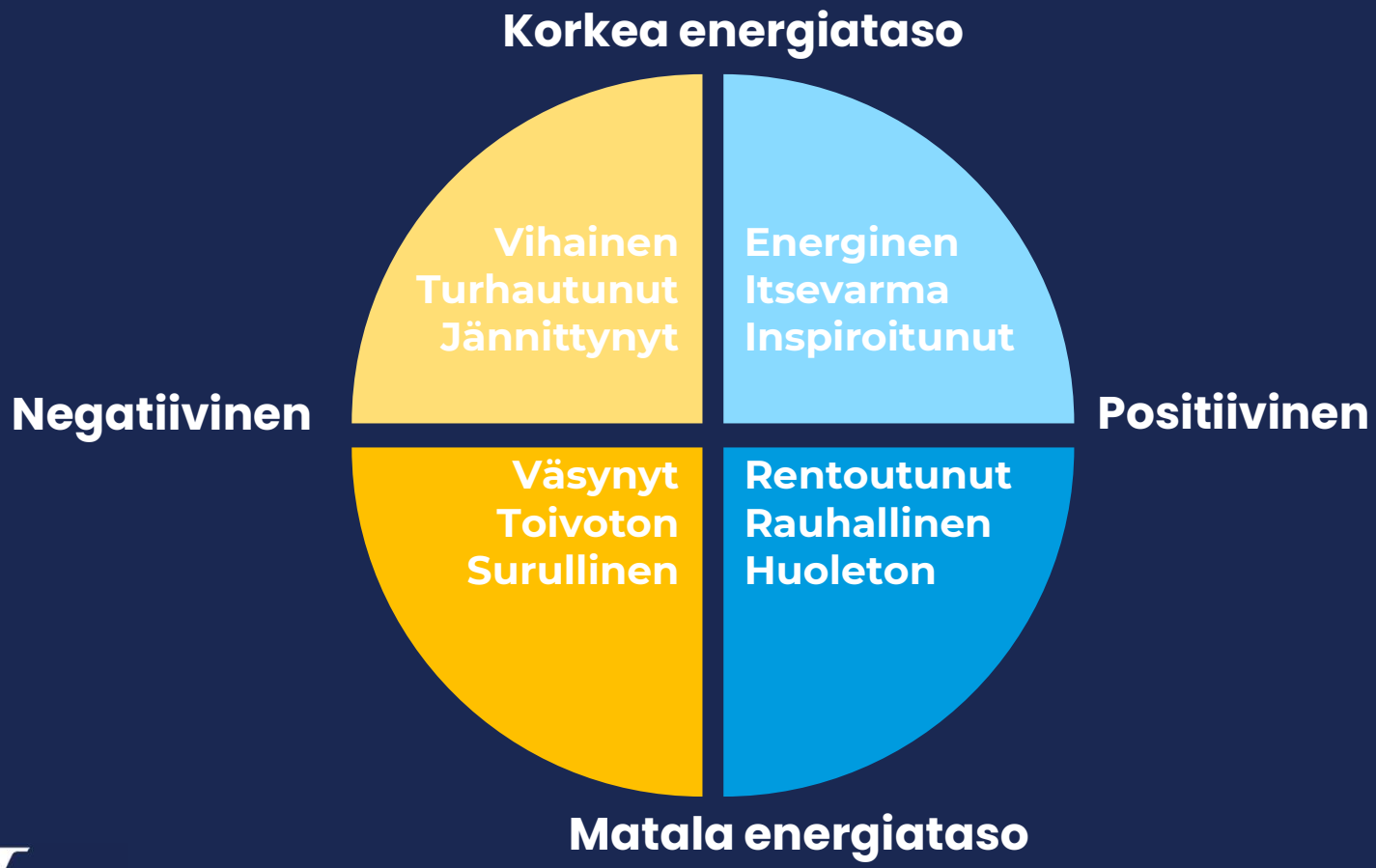
Myytti # 2

“Tunteet tulevat ja menevät, eihän niille mitään voi”

Aava Virta


Anger
Fear
Disgust
Happiness
Sadness
Surprise
Neutral
Anxiety
Love
Depression
Contempt
Pride
Shame
Envy
15
10
5
0
-5
-10
LAURI NUMMENMAA/AALTO UNIVERSITY

Tunne-energiat



Aava Virta

Source: Poesner, Russell, Peterson: The circumplex model of affect, 2005)

Myytti #3

”Jättäkää minut rauhaan!”

Aava Virta


Peruspakitkin juhlivat maalia

Yhteistyön anatomia

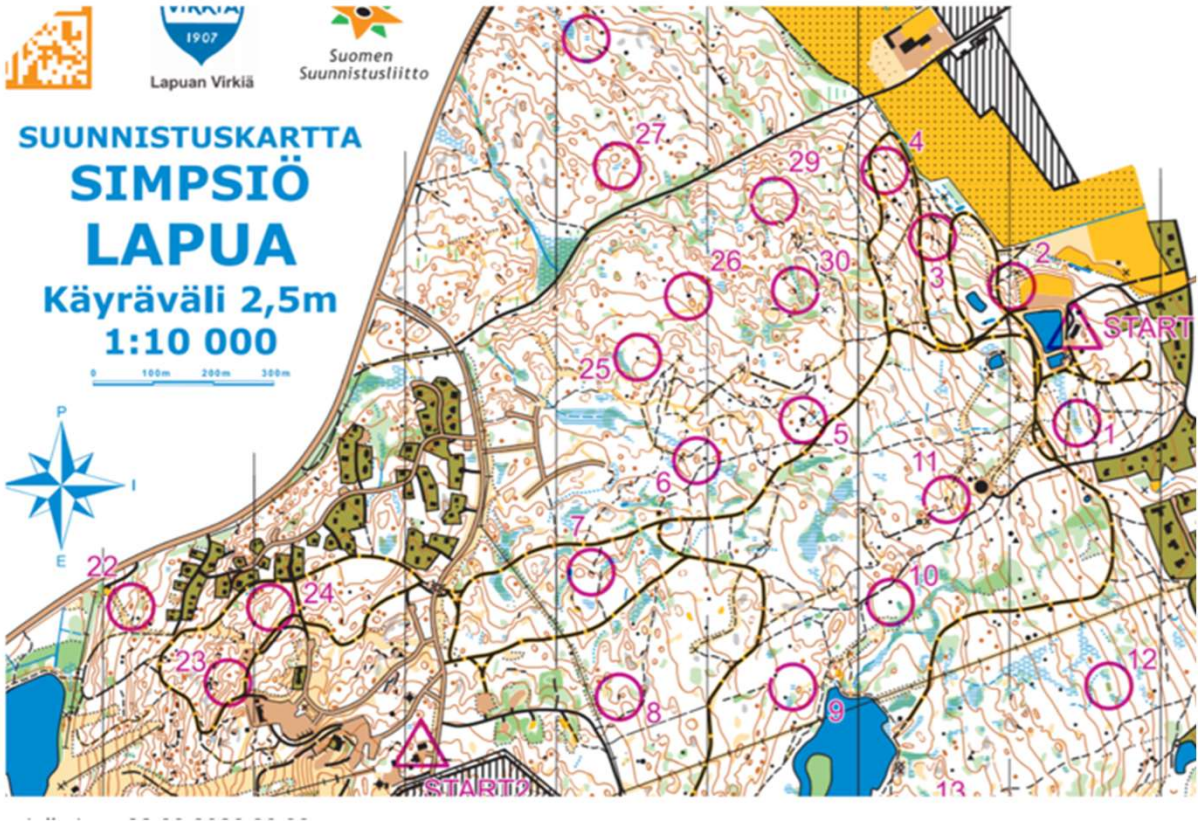


UNELMA	➤	ILO
LUOVUUS	➤	ROHKEUS
DIALOGI	➤	YHTEENKUULUVUUS
PSYKOLOGINEN TURVALLISUUS	➤	LUOTTAMUS

SISÄÄN

ULOS

Miten löydät rastille viisi?



Aava Virta


“Vahvuudet ovat toistettavissa olevia onnistumisia”

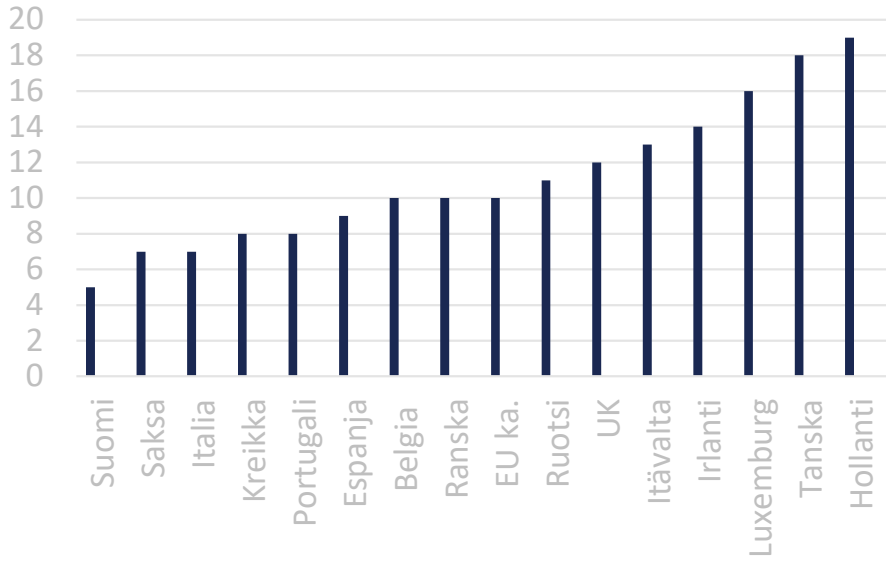

“Uskalla yrittää
tietämättä lopputulosta”


Parannetaan sentti kerrallaan!

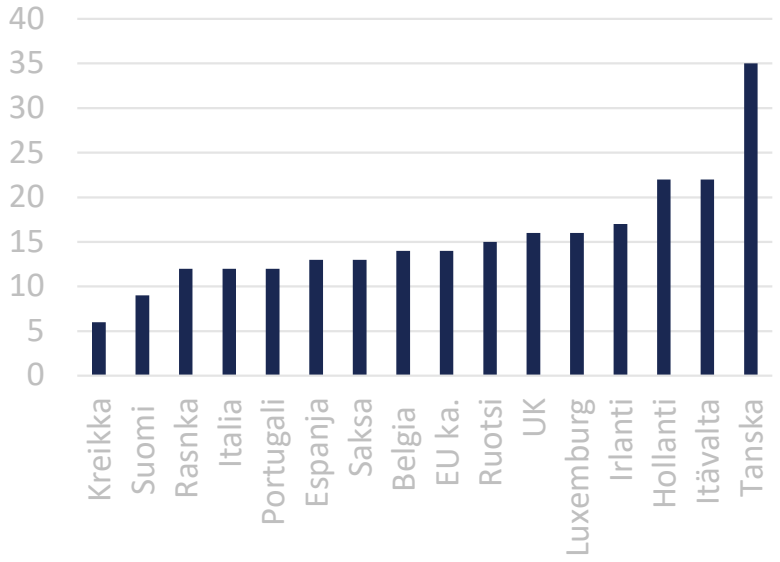

Miten sujuu onnistunut
elämäntapojen /työtapojen muutos?

Suomalaiset ja liikunnan ilo

Liikuntaa – for fun



Liikuntaa – to socialize



Physical activity levels and body weight in a nationally representative sample in the European Union. Vaz de Almeida MD, Graça P, Afonso C, D'Amicis A, Lappalainen R, Damkjaer S. Public Health Nutr. 1999 Mar;2(1A):105-13

”Paras tapa päästä alkuun on lopettaa puhuminen”

– Walt Disney

petteri.kilpinen@uusiagenda.fi

