

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU

Muotoilu- ja taideinstituutti

Muotoilun koulutusohjelma

Opinnäytetyö ylempi AMK

Syksy 2015

Irina Kujanpää



Muotoilua ja merkityksellistä elämää

VOIKO MUOTOILUAJATTELUN TYÖKALUJA KÄYTTÄÄ
MERKITYKSELLISEMMÄN ELÄMÄN SUUNNITTELUAVUKSI

MUOTOILUA JA MERKITYKSELLISTÄ ELÄMÄÄ

VOIKO MUOTOILUAJATTELUN TYÖKALUJA KÄYTTÄÄ
MERKITYKSELLISEN ELÄMÄN SUUNNITTELUAVUKSI

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU

Muotoilu- ja taideinstituutti
Muotoilun koulutusohjelma
Opinnäytetyö ylempi AMK
Syksy 2015
Irina Kujanpää

TIIVISTELMÄ

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Muotoilu- ja taideinstituutti
Muotoilun koulutusohjelma YAMK

Opinnäytetyö ylempi amk
Syksy 2015

Irina Kujanpää
Muotoilua ja merkityksellistä elämää
Voiko muotoiluajattelun työkaluja käyttää
merkityksellisemmän elämän suunnitteluavuksi

52 sivua

Työnsä merkitykselliseksi kokevat henkilöt viihtyvät työssään paremmin ja kokevat enemmän työn imua kuin verrokkinsa. Merkityksellisyyden kokeminen ei ole kuitenkaan jakautunut tasaisesti. Työn lisäksi omaa merkitystään voi toteuttaa muillakin tavoilla, mutta löytääkseen itselleen tärkeän merkityksen ja pystyäkseen toteuttamaan sitä, on se ensin tunnistettava. Tässä opinnäytetyössä tavoitteena oli selvittää, voisiko muotoiluajattelu ja siihen liittyvät työkalut auttaa merkityksellisemmän elämän suunnittelussa. Työ on luonteeltaan konstrukttiivinen kehittämistyö, jonka lopputuloksena pyritään saamaan prosessimalli ja työkaluja, joiden avulla itselleen merkityksellisiä asioita voi etsiä ja tavoitella.

Selvitystyöhön lähdettiin avaamalla muotoiluajatteluun liittyvä prosessi ja periaatteet ja vertaamalla, voisiko niistä olla hyötyä yleisesti elämän suunnittelussa. Tämän jälkeen perehdyttiin tarkemmin merkityksellisyyden teemaan ja analysoitiin, mitä uutta hyötyä muotoiluajattelu voisi tähän tuoda. Yhdistämällä merkityksellisyyteen liittyvät teemat muotoiluajatteluun, saatiin aikaan prosessimalli, jonka pohjalta lähdettiin etsimään sopivia työkaluja. Ensimmäistä työkalukokonaisuutta testattiin muutaman sellaisen henkilön kautta, joille muotoiluajattelu ei ollut ennestään tuttua. Tämän kokeilun kautta saatiin kehittämistyölle arvokkaita vinkkejä sekä prosessikonaisuuteen, että yksittäisten työkalujen toimivuuteen liittyen.

Testaamisen jälkeen prosessikonaisuutta analysoitiin vielä tarkemmin ja työkaluvalikoimaa muokattiin, jotta se vastaisi paremmin prosessin ja sen vaiheiden tavoitteisiin. Lopputulokseksi syntyi kokonaisuus, jota voi käyttää koulutuspaketin pohjana. Myöhemmin toteutettavien käytännön koulutusten ja niistä saatavien palautteiden kautta prosessia tullaan kehittämään jatkossakin vastaamaan yhä paremmin tarkoitukseensa: auttamaan yksilöitä rakentamaan itselleen merkityksellisempää elämää.

ABSTRACT

LAHDEN UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Institute of Design and Fine Arts
Master's Degree Programme in Design

MA Thesis
Autumn 2015

Irina Kujanpää

Design and Meaningful Life

Can the tools of design thinking be used to help planning a more meaningful life

52 pages

People who experience their work as something meaningful to them, enjoy more of and are more engaged to their work than others. Besides work, meaning may come from variety of things. Nonetheless, the feeling of meaningfulness has not been uniformly distributed. To be able to find meaning and to be able to implement it to ones life, one must first recognize what it is. This thesis is about finding out whether design thinking and design tools would be able to help in planning a more meaningful life. This thesis as a constructive development aims to finding out what kind of process and which tools would be best to help to find and seek for ones meaning.

The development started out by opening up what design thinking and its process is all about. By comparing design thinking and life planning it was found out how they actually fit together. After opening up the issue of meaning and meaningfulness, I analyzed what benefits design thinking could bring to the search for meaningfulness. Uniting the themes found from meaningfulness with design thinking generated a model of a process that was used as a basis to finding the most suitable design tools. The first set of tools was tested out with a few persons formerly unfamiliar with design thinking. This test gave important knowledge that was used to refine the process and the selection of the tools.

After the test the process as a whole was once more thoroughly analyzed. The selection of tools was modified to better suit the process and the targets that were set out to each chapter. The end result is a process and tools suitable to be used as a basis for developing of a training package. Later on, as the trainings start running, also the process will be developed further on to better answer what it was made for: to help people build more meaningful lives for themselves.

Keywords: Meaningfulness, meaning, life planning, design, design thinking, design process

SISÄLLYSLUETTELO

1	JOHDANTO	1
1.1	Aiheen merkitys	1
1.2	Tutkimusongelma	3
1.3	Tutkimusmenetelmät ja etenemistapa	3
1.4	Visuaalinen viitekehys	3
2	Lähtökohtana muotoiluajattelu	5
2.1	Mitä on muotoiluajattelu	5
2.2	Muotoilun neljä eri tasoa	6
2.3	Muotoilun prosessi	6
	2.3.1 Asenne muutokseen	7
	2.3.2 Muotoiluprosessin eteneminen	7
3	Merkityksellisen elämän suunnittelua muotoiluajattelun keinoin	12
3.1	Muotoiluajattelu yksilön ja elämän suunnittelun näkökulmasta	12
3.2	Mitä merkityksellisyys tarkoittaa	19
3.3	Muotoiluajattelun ja merkityksellisyyden vertailua keskenään	20
4	Merkityksellisyyteen tähtäävän muotoilun prosessi ja työkaluja	23
4.1	Prosessin vaiheet ja työkalujen validointi	26
	4.1.1 Valmistautuminen	27
	4.1.2 Tarinani nyt	29
	4.1.3 Tarinan haastaminen	31
	4.1.4 Kohti uutta tarinaa	34
	4.1.5 Uuden tarinan toteuttaminen	36
4.2	Prosessin testaus, arviointi ja muokkaus	38
	4.2.1 Työkalujen testaaminen verkkolomakkeen avulla	38
	4.2.2 Testauksen tuomat tulokset	39
	4.2.3 Prosessin kokonaisuuden arviointi	41
	4.2.4 Prosessin muokkaaminen	46
5	Päätelmät	48
	Lähdeluettelo	50
LIITE 1	Työkalujen testaukseen käytetyn verkkolomakkeen sisältö	
LIITE 2	Työkalujen testauksen kautta saadut vastaukset	

KUVALUETTELO

KUVA 1	Visuaalinen viitekehys kuvaa merkityksellisyyden yhdistämismahdollisuuksia muotoiluajatteluun	4
KUVA 2	Tuplatimantti, Double Diamond	7
KUVA 3	Squiggle	8
KUVA 4	STEM Fab Studion prosessimalli (STEM FAB Studio 2011)	8
KUVA 5	Kettusen uusi malli muotoilulle	8
KUVA 6	Työkaluvaihtoehtoja	26
KUVA 7	Prosessin kokonaisuuden arvioinnin apuna käytetty mind map	42
KUVA 8	Ympyrä ja viivat tehtävä voisi korvata sata toivetta -tehtävän	44
KUVA 9	Kuilu sen välillä, mikä nyt on mahdollista ja mikä ei vielä ole mahdollista on mahdollista ylittää	45
KUVA 10	Lotus Blossom -tehtävän ajatus	45

Kannen kuva: Zffoto/Shutterstock.com. Muut kuvat: Irina Kujanpää

TAULUKKOLUETTELO

TAULUKKO 1.	Muotoiluajattelun yksityiskohtien sopiminen yhteen yksilön elämän kanssa	13
TAULUKKO 2.	Perusteluita muotoiluajattelun käytöstä elämän suunnitteluun	18
TAULUKKO 3.	Merkityksellisyyden ja muotoiluajattelun vertailua	21
TAULUKKO 4.	Muotoiluajattelun prosessi ja lisäarvo merkityksellisyyden etsimiselle	23
TAULUKKO 5.	Asenne kuntoon -vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	28
TAULUKKO 6.	Nykytilanteen tunnistamisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	29
TAULUKKO 7.	Nykytilanteen avaamisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	30
TAULUKKO 8.	Ongelman haastamisvaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	32
TAULUKKO 9.	Reflektointivaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	33
TAULUKKO 10.	Ongelman ja tavoitteen kehittämisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	34
TAULUKKO 11.	Ratkaisuideoiden kehittämisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	35
TAULUKKO 12.	Käytännön toteuttamisvaiheen työkalujen validointi matriisin avulla	37
TAULUKKO 13.	Työkalu merkitysten etsimiseen	43
TAULUKKO 14.	Tärkeimmät asiat ja viisi kertaa miksi -tehtävä	43
TAULUKKO 15.	Idea oman merkityksellisyyden tavoittamisen visualisointityökalusta	43
TAULUKKO 16.	Nopea malli riskianalysistä	46
TAULUKKO 17.	Prosessin vaiheet, testauksessa käytetyt työkalut ja uudet työkalut	47

1 JOHDANTO

Työskenneltyäni muotoilijana monenlaisissa kehittämistehtävissä design thinking -periaatetta hyödyntäen, kiinnostuin siitä, mihin kaikkeen tämä ajattelu- ja prosessimalli voisi taipua. Jos tällä hetkellä design thinking on otettu käyttöön yritysjohtajien ja yhteisöjen työkaluksi ja ajattelumalliksi, jonka avulla pyritään saavuttamaan tavoitteita ja tuottamaan innovaatioita, voisiko se toimia myös muunlaisten, kenties jopa henkilökohtaisten tavoitteiden saavuttamiseen? Olen itse pyrkinyt elämässäni toimimaan ja kehittämään toimintaani muotoilun periaatteiden avulla, mutta voisinko tehdä sitä vielä paremmin ja kenties auttaa muitakin elämään innovatiivisempaa, tavoitteellista, tavoitteet saavuttavaa ja mahdollisesti jopa onnellisempaa elämää?

Halusin tässä työssä siis keskittyä tutkimaan, voiko design thinking -prosessia soveltaa oman elämän tavoitteiden saavuttamiseen. Matkan varrella esiin tuli ajatus merkityksellisyydestä. Merkityksellisyys tarkoittaa psykiatri Viktor Franklin mukaan (2004, 1284–1391/2003) sellaista yksilön ainutlaatuista merkitystä tai tehtävää, jonka vain hän voi täyttää ja joka tuo yksilölle hänen senhetkiseen elämäänsä ja tilanteeseensa tyydytyksen. Kävin sisäistä debattia näiden kahden aiheen välillä: keskitynkö etsimään keinoa löytää design thinkingin avulla merkityksellisyyttä elämään ja työhön vai pysynkö alkuperäisessä ajatuksessani, eli yksittäisempien tavoitteiden saavuttamisessa, onnistumisen muotoilussa. Tiedon karttuessa päädyin keskittymään merkityksellisyyden etsimiseen, koska se vaikutti määrittelevältä tekijältä elämän onnellisuuden ja mielekkyyden suhteen. Oman merkityksellisen tarkoituksen löytymisen jälkeen alkaa matka kohti merkityksellistä tekemistä: eli tarvitaan keinoja saavuttaa tämä tavoite. Työ sisältää siis molemmat aiheet.

Tavoitteeni on tämän kehittämistyön kautta myös saada aikaan prosessi ja työkaluja merkityksellisyyden muotoiluun. Jos prosessi vaikuttaa toimivalta, voin tämän kehittämistutkimuksen aikaansaannosten ympärille rakentaa koulutuspaketin ja mahdollisesti jopa yritystoimintaa. Tällaisen koulutuspaketin kohderyhmänä olisivat jo työelämässä olevat aikuiset,

jotka eivät vielä koe elävänsä merkityksellistä elämää ja miettivät mahdollisesti uutta suuntaa elämälleen. Tämä segmentti toimii myös tämän kehittämistyön kohderyhmänä.

1.1 AIHEEN MERKITYS

Muotoilu on alana käynyt läpi suuria muutoksia viimeiset vuodet. Käsityökulttuurista teolliseksi muotoiluksi kehittynyt ala on jatkanut kehittymistään ja laajentunut yhä suurempien haasteiden ratkaisemiseen (Hienonen 2007, 12-13). Halusin selvittää, kuinka pitkälle muotoilu taipuu ja voisiko muotoiluajattelusta olla apua elämän ikuisten kysymysten, kuten itselle tärkeän merkityksen selvittämisessä ja voisiko prosessia hyödyntää oman elämän suunnittelussa. Koen itse toteuttavani itseäni työssäni, tekeväni merkityksellistä työtä, ja haluaisin auttaa yhä useampaa muutakin pääsemään kiinni merkitykselliseen työhön sen sijaan, että työtä tehtäisiin vain rahan takia.

Työssäni nuorten työllisyyden palveluiden kehittäjänä, jaottelimme nuorten elämäntilanteita ja sitä kautta palvelutarpeita neljään vaiheeseen: elämänhallintaan, suunnan löytämiseen, osaamisen vahvistamiseen ja työelämään. Tätä reittiä etenemällä uskotaan, että jopa syrjäytyneet nuoret voisivat päästä askel askelelta takaisin osaksi yhteiskuntaa. Tässä opinnäyetyössä pyrin kehittämään työkalua, jonka avulla voisi löytää suuntansa elämässä niin, että kokisi samalla palvelevansa suurempaa merkitystä elämässään, tekisi merkityksellistä työtä. Itse ehkä lisäksi näiden neljän elämänvaiheen perään vielä viidennen: itsensä toteuttamisen työn avulla eli merkityksellisen työn tekemisen. Tässä työssä en kuitenkaan keskity nuoriin tai syrjäytyneisiin, vaan haluan yleisemmin löytää keinoja yksilön oman tarkoituksen löytämiseen: siihen viidenteen vaiheeseen, jolloin esimerkiksi työn kautta voi toteuttaa omaa merkitystään.

Miksi sitten juuri muotoilu tai muotoiluajattelu (de-

sign thinking) voisi olla sopiva keino tähän? Bergerin kirjassa *Glimmer*, muotoilija Bruce Mau selvittää, että muotoilusta löytyy riittävästi potentiaalia elämien muuttamiseen - jopa maailman muuttamiseen asti. Hänen mukaansa muotoilulla voidaan tehdä sellaisestakin abstraktista käsitteestä, kuin toivo, näkyvää. (Berger 2009, 2:29:39 & 3:09:41.) Miksi ei sillä voitaisi siis löytää myös kullekin omaa merkitystä? Muotoilu pyrkii jo nyt kartoittamaan ihmisten kokemuksia ja elämyksiä erilaisissa palveluissa (Berger 2009, 4:35:39), joten miksei sillä voitaisi kartoittaa myös yksilön elämään liittyviä sisältöjä? Lopputulos ei tule olemaan ”ainoa oikea tapa” elämänhallintaan tai sen suunnitteluun, vaan tavoitteeni on tuoda esiin erilainen lähestymisnäkökulma aiheeseen, eli muotoiluajattelun prosessimalli ja sitä kautta myös uusia työkaluja.

Työelämän kehittämiseksi on Suomessa asetettu kansallinen visio, jonka mukaan meillä tulisi vuonna 2020 olla Euroopan paras työelämä: tuloksellista ja innovatiivista työelämää, jossa myös työelämän laatu paranee. Organisaation menestymisen kannalta onkin tärkeää, että ihmiset kaikilla henkilöstötasoilla ovat sitoutuneita ja innostuneita työstään. (Alasoini et al., 2014, 26 & 32.) Innostuneet ihmiset myös saavat työssään muita enemmän aikaa (Cook et al. 2014, 10). Alasoini ym. (2014, 26) puhuvat työn imusta: tunne- ja motivaatiotilasta, jossa on mukana myös työn kokeminen merkitykselliseksi. Hakanen ja Perhoniemi (11-12 & 31) taas puhuvat henkilökohtaisesta aloitteellisuudesta, joka viittaa ennakoivaan, tavoitteelliseen, pitkänköiseen ja sinnikkäästi esteet kohtaavaan työskentelytapaan, joka on myös yhdenmukainen organisaation tavoitteisiin nähden. Henkilökohtainen aloitteellisuus ylittää työltä vaadittavan muodollisen työsuoritusodotteen, eli sen, mitä työntekijän täytyy vähintään tehdä palkkaansa vastaan. Nämä tekijät ovat yhteydessä myös työn voimavara-tekijöihin ja muodostavat yhdessä toisiaan vahvistavia kehii. Työn imu ja henkilökohtainen aloitteellisuus ovat vaikeasti saavutettavissa, ellei työtä kokisi jollain tasolla henkilökohtaisestikin merkitykselliseksi.

Artikkelissa Visio Suomelle käytetään käsitettä uusi työelämä. Teknologian kehittyessä työelämään koulutavien koulutusohjelmien on vaikea pysyä muutosten perässä ja työpaikoilla joudutaan pohtimaan, minkälaisia taitoja nykytyössä tarvitaan. Uusi työelämä vaatii yksilöiltä enemmän ja enemmän: parempaa elämänhallintaa, verkostojen hyödyntämistä ja elinikäistä op-

pimista, mahdollisesti jopa kokonaan uuden ammatin opettelemista. Uudessa työelämässä koulutuksenkin tulisi valmistaa ihmisiä kohtaamaan muutoksia ja epävarmuutta ja opettaa tarttumaan eteen tuleviin tilaisuuksiin. (Cook et al. 2014, 11.) Koska muotoilussa ja muotoiluajattelussa nämä ovat tuttuja toiminnan teemoja, voisiko muotoiluajattelutietoutta lisäämällä vastata osaltaan uuden työelämän haasteisiin?

Lauri Järvilehto (2013, 16) kertoo Mihaly Csikszentmihalyin esittäneen, että toisin kuin teollisessa yhteiskunnassa koettiin, työtä ja leikkiä ei tarvitse erottaa toisistaan. Työstäkin voi nauttia leikin tavoin ja rakentaa sen kautta palkitsevampaa elämää. Merkityksellisen, palkitsevan työn tekemisellä taas on organisaatiovaikutusten lisäksi muitakin yhteiskunnallisia vaikutuksia: palkitsevaa, kutsumuksellista työtä tekevät ovat muita onnellisempia ja terveempiä, harvemmin palavat loppuun ja sairastuvat vähemmän kognitiivisiin sairauksiin. Olisiko muotoilun seikkailumielisyydellä yhteyksiä tähänkin? Muotoile Suomi -muotoiluohjelman tavoitteena on lisätä muotoiluymmärrystä varhaiskasvatuksesta lähtien (Muotoile Suomi -ohjausryhmä, 24-25). Kenties tulevaisuuden työntekijät saataisiin pitämään leikkimielisyys tekemisessään mukana vielä työelämässä?

Cook ym. (2014, 11) toteavat vielä, että merkityksellisen tekemisen olisi jakauduttava yhteiskunnassa paljon nykyistä tasaisemmin. Tämän kehittämistyön kautta pyrin vastaamaan myös tähän toiveeseen: työkalujen kautta voin luoda koulutuksen, jossa omaa merkityksellistä toimintaansa voi etsiä.

Muotoiluajattelun periaatteiden laajemmalla tuntemuksella voisi olla yhteiskunnallista hyötyä myös innovatiivisen ajattelutavan lisääntymisen kautta. Suomalaisessa työnteon kulttuurissa on edelleen voimassa teollisen työyhteiskunnan arvot: ahkeruus, luotettavuus, periksiantamattomuus (Alasoini et al. 2014, 10). Rillan ym. (2007, 57) mukaan menestyvästä innovaatiotoiminnasta on kuitenkin tulossa aina vain tärkeämpää yrityksille, kun niiden on pystyttävä uudistamaan paitsi tuotteita ja palveluitaan, myös tuotantotaan, jakelua ja toimintatapojaan. Teollisten ja taloudellisten rakenteiden uudistaminen vaatii radikaaleja muutoksia. Vaikka Suomi usein pärjääkin kansainvälisissä innovaatiovertailuissa, on meillä innovaatiotoiminnan epätasapaino muita EU-maita suu-remppaa: yrityksissämme keskitytään liikaa kustannus-

leikkauksiin ja tuotteiden elinkaarien pidentämiseen varsinaisten uudistusten sijaan (Alasoini et al. 2014, 7, 10-11 & 32.)

Innovaatiot lähtevät liikkeelle ideoista ja oivalluksista, jotka haastavat nykyisyyden (Alasoini et al. 2014, 12). Muotoiluajattelukin on yksi lähestymistapa innovoimiseen (Brown 2008, 92). Jos innovaatioita halutaan yrityksessä saada aikaan, ei kuitenkaan riitä, että johto on innovatiivinen, vaan innovatiivisuutta tarvitaan läpi organisaation; myös henkilöstön on oltava innostunut ja ideoita tuottavaa (Alasoini et al., 2014, 28). Tämä taas saadaan aikaan ja pidetään yllä luomalla organisaatioon sopiva innovaatiokulttuuri, jossa yksilöitä kannustetaan luovuuteen ja innovatiivisuuteen (Ahmed 1998, 30; Saunila 2009, 53). Yrityksen johdon olisi siis osattava hyödyntää henkilöstön potentiaalia (Saunila 2009, 21 & 85) ja toisaalta, voidakseen vaikuttaa muutoksiin ja innovaatioihin, on työntekijöilläkin oltava riittävät taidot ja osaaminen siihen (Ahonen 2010, 11; Alasoini et al. 2014, 19). Voitaisiinko laajemmalla muotoiluajatteluosaamisella vahvistaa yritysten sisäistä luovuutta?

1.2 TUTKIMUSONGELMAT

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on saada ymmärrys siitä, voiko muotoiluajattelua käyttää oman elämän ja oman tulevaisuuden suunnitteluun ja sinne pääsemiseen ja tuoko se jotain uutta merkityksellisuuden etsimisen tapoihin. Jos tämä nähdään mahdolliseksi, on seuraavaksi tavoitteena selvittää, millaisilla työkaluilla tätä prosessia voitaisiin toteuttaa käytännössä.

Kehittämistyön tutkimusongelmat ovat:

Kuinka hyvin muotoiluajattelu soveltuu oman elämän suunnittelun työkaluksi?

Voisiko muotoiluajattelua hyödyntää oman merkityksellisyytensä, elämäntehtävänsä etsimiseen?

Mitä uutta muotoiluajattelu toisi merkityksellisuuden etsimiseen?

Millaisilla työkaluilla merkityksellisuuden etsimisen muotoiluprosessia voitaisiin ei-muotoilijoille opettaa?

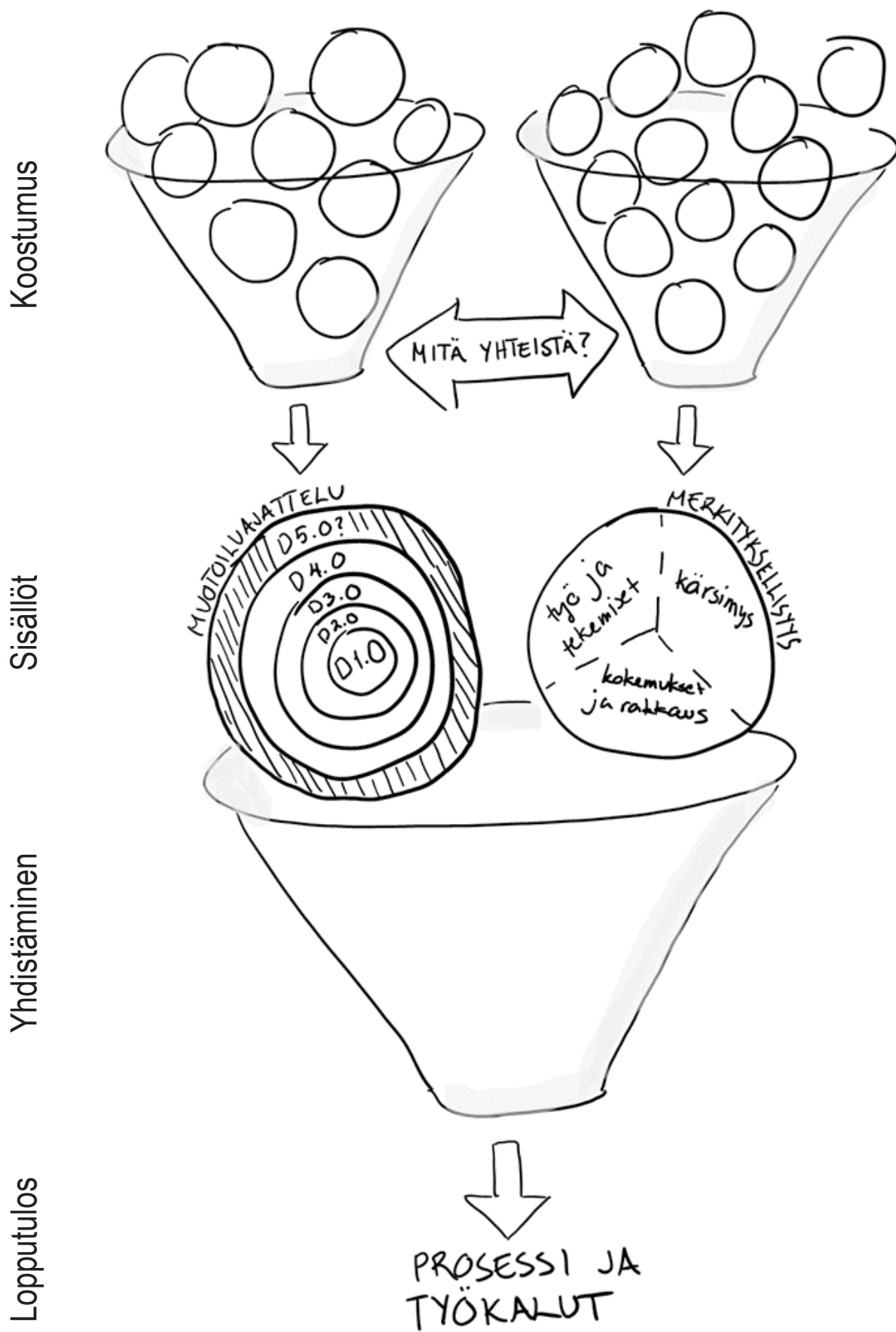
1.3 TUTKIMUSMENETELMÄT JA ETENEMISTAPA

Menetelmänä tässä opinnäytetyössä on konstruktii- vinen kehittämistyö. Konstruktii- vinen kehittämistyö tarkoittaa jonkin konkreettisen tuotoksen kehittä- mistä ja aikaansaamista tutkimustiedon pohjalta. Täl- lainen tuotos voi olla myös suunnitelma, mittari tai malli. Tavoitteena konstruktii- visessa kehittämistyössä on saada käytännön ongelmaan uudenlainen ja teo- reettisesti perusteltu ratkaisu. (Ojasalo, et al., 2009, p. 65.) Tässä opinnäytetyössä pyritään tutkimustietoon perustuen kehittämään työkaluja merkityksellisuuden etsimiseen.

Työssä edetään konstruktii- visen kehittämistyön vai- heiden mukaisessa järjestyksessä. Ensin etsitään aihe eli ratkaistava ongelma ja määritellään se. Tämän jäl- keen käydään läpi aiheeseen liittyvää teoreettista taut- tietoa ongelma-alueesta, jotta siitä saadaan riittävä ymmärrys. Kun tietoa on riittävästi, lähdetään kehittä- mään ratkaisua ja testataan sen toimivuutta. Ratkaisun löydyttyä sen toimivuus pyritään perustelemaan paitsi käytännön, myös teoreettisen tiedon kautta. (Ojasalo, et al., 2009, pp. 66-67)

1.4 VISUAALINEN VIITEKEHYS

Kehittämistyön visuaalinen viitekehys kuvaa, kuinka tässä kehittämistyössä pyritään ensin selvittämään, mistä muotoiluajattelu ja merkityksellisyys koostuvat ja mitä yksittäisiä asioita niihin liittyy. Tämän jälkeen selvitetään, mitä yhteistä näissä koostumuksissa on ja onko ylipäätään mahdollista miettiä, että muotoi- luajattelu ja merkityksellisyys yhdistettäisiin. Tämän jälkeen aloitetaan yhdistämisprosessi, jonka lopputu- loksena pyritään merkitykselliseen elämään tähtäävään muotoiluajattelun prosessiin ja sitä tukeviin käytän- nön työkaluihin.



KUVA 1. Visuaalinen viitekehys kuvaa merkityksellisyiden yhdistämismahdollisuuksia muotoilujatteluun

2 LÄHTÖKOHTANA MUOTOILUAJATTELU

Tässä kehittämistyössä lähden tutkimaan, voiko muotoiluajattelua laajentaa yksilön oman elämän ja sen merkityksellisyuden kehittämiseen. Avaan aluksi tarkemmin, mistä muotoilussa ja muotoiluajattelussa on kyse. Koska muotoilu, muotoiluprosessi ja muotoiluajattelu viittaavat kaikki samanlaiseen työskentelytapaan, käytetään näitä käsitteitä seuraavissa kuvauksissa sekaisin.

2.1 MITÄ ON MUOTOILUAJATTELU

Vuonna 2015 julkistetun, päivitetyn määritelmän mukaan (teollinen) muotoilu on ”strategista ongelmanratkaisua, joka tuottaa innovaatioita, rakentaa liiketoiminnallista menestystä ja johtaa parempaan elämänlaatuun innovatiivisten tuotteiden, järjestelmien, palveluiden ja kokemusten kautta” (International Council of Societies of Industrial Design 2015).

Myös muut määritelmät muotoilusta ovat osin samoilla linjoilla. Beckman ja Barry (2007, 49) toteavat muotoilun olevan elämän parantamista, Birsell (2015, 875/1283) taas tekemällä ajattelua. Kettunen (2013, 197) kuvaa muotoilun olevan mielekkyyden luomista asioille ja tilanteille. Bergerin (2009, 59:00 & 8:22:21) mukaan muotoilussa on kyse liikkumisesta nykyisyydestä haluttuun todellisuuteen: se on taidetta, jota ihmiset käyttävät ja taidetta, jonka tehtävä on tuottaa parempia vastauksia. Nelson ja Stolterman (2012, 5 & 12) ovat tämän määritteen kanssa samoilla linjoilla: heidän mukaansa muotoilu on taitoa kuvitella jotain, mitä ei vielä ole olemassa ja toteuttaa tästä kuvitelmasta oikeaan maailmaan tarkoituksenmukainen, konkreettinen asia. Muotoilun prosessi onkin heidän mukaansa tehokkain tapa johdattaa organisaatiot ja yksilöt uusiin paikkoihin, jolloin siihen liittyy tiukasti myös johtamisen käsite. Johtajien ei tulisi kuitenkaan jättäytyä vain päätöksentekijöiksi, vaan heidän tulisi itsekin osallistua aktiivisesti muotoiluun (Kettunen 2013, 8). Kolkon (2014, 16-17) mukaan muotoiluprosessin määrittelyä yleisesti olevan ennen kaikkea

käyttäjälähtöinen prosessi, jossa päätöksenteon perusajatuksena on auttaa ihmisiä saavuttamaan omia toiveitaan ja tavoitteitaan.

Muotoilijoiden käyttämän kehittämisprosessin ja siihen liittyvän ajatustavan on koettu erottuvan muista tavoista nähdä ja kokea maailmaa ja tätä muotoilijoille ominaista lähestymistapaa on alettu kutsua design thinkingiksi, muotoiluajatteluksi (Kolko 2014, 17). Muotoiluajattelu yhdistää kaikkia eri muotoilualojen ammattilaisia ja sitä voivat hyödyntää myös muiden alojen ammattilaiset halutessaan muuttaa tai tehdä lisäyksiä olemassaolevaan maailmaan (Nelson & Stolterman 2012, 22).

Muotoiluajattelu voidaan nähdä joko ajattelutapana tai prosessina, joka ei niinkään pyri parantamaan olemassa olevia ratkaisuja, vaan etsimään uusia, käyttäjälähtöisiä ratkaisuja erilaisia haasteita ja mahdollisuuksia tutkimalla (Aminoff et al. 2010, 5). Asiakkaalle tuotettava arvo on tuotettavalle ratkaisulle tärkeintä, kun taas teknologiset mahdollisuudet ja liiketoiminnalliset tavoitteet luovat tällä ratkaisulle ne raja-aidat, joiden sisältä mahdollisuudet löytyvät (Brown 2008, 86). Muotoiluajattelu onkin kykyä yhdistää empatia, luovuus ja rationaalisuus (Aminoff et al., 2010, 5). Siinä pyritään muuttamaan ihmisen käyttäytymiseen liittyvä näkökulma sekä asiakkaan että liiketoiminnan saamaksi arvoksi (Brown 2008, 92; Aminoff et al. 2010, 12). Kyse on siis tavasta tuottaa innovaatioita ihmisenäkökulmasta (Brown 2008, 86).

Muotoiluajattelulle on tyypillistä lähteä etsimään perinpohjaista ymmärrystä sille, mitä ihmiset haluavat ja tarvitsevat elämäänsä ja minkä he kokevat epämiellyttäväksi tai hankalaksi. Keinona tähän käytetään mieluummin esimerkiksi suoraa tarkkailua kuin kyselyitä. (Brown 2008, 86.) Intuitiivinen päätöksenteko on muotoiluajattelulle ominaista ja luonnosten ja muiden visuaalisten esittämistapojen avulla helpotetaan ongelmanratkaisua ja ajattelua (Kolko 2014, 17). Ideointimenetelmiä, synteesiä ja prototypointia hyödynnetään myös muotoiluajattelun menetelminä (Aminoff et al. 2010, 6).

Muotoiluajattelijoiden tyypillisiin piirteisiin kuuluvat mm. empaattisuus, jonka avulla pystytään ymmärtämään useiden käyttäjäryhmien eri näkökulmia (myös työntekijöiden näkökulmaa), optimistisuus, jonka avulla uskotaan, että aina löytyy vähintään yksi nykyisiä parempi ratkaisu ongelmaan, kyky yhdistää täysin vastakkaisiakin näkökulmia ratkaisujen löytämiseksi, kokeiluhalukkuus, jonka avulla uskalletaan lähteä aivan uusia suuntia kohti sekä yhteistyöhalukkuus, sillä monimutkaisten ongelmien ratkaisemiseen tarvitaan monenlaista osaamista (Brown 2008, 87).

Suunnittelutaito itsessään on ihmiselle luontainen tapa ja jokainen meistä pystyy käyttämään aivojaan suunnitellakseen jotain uutta. Silti kyseessä on yksi ihmisen älykkyyden korkeimmista muodoista. Kaikki eivät luonnollisestikaan ole suunnittelutaidoissaan lähtökohtaisesti tasavertaisia (Cross 2011, 4 & 8), mutta onko suunnittelu ja muotoilu opittavissa? Rillan ym. (2007, 57) mukaan on, sillä he kertovatkin menestyvien innovaattoreiden lisäävän kyvykkyyttään toteuttamiensa projektien eli tekemisen kautta ajan myötä oppimalla. Tähän muotoiluajattelukin antaa monella tavalla mahdollisuuden.

2.2 MUOTOILUN NELJÄ ERI TASOA

Muotoilu on koko olemassaolonsa ajan ollut muutoksessa ja tämä muutos jatkuu edelleen. Sen roolit ovat laajentuneet horisontaalisesti palveluiden suunnitteluun ja vertikaalisesti strategiseen muotoiluun, jossa muotoilua käytetään osaamis- tai menetelmänäköku- mana. Nämä uudet roolit eivät kuitenkaan ole tulleet syrjäyttämään aiempia rooleja, vaan muotoiluun on ennemmin syntynyt entistä enemmän kerroksellisuutta. Osittain muotoilu suuntautuu myös tuote- tai palvelusuunnittelun taustalle, itse suunnittelun suunnitteluun tai innovaatioiden mahdollistamiseen. Avoin innovaatiotoiminta nostaa myös päätään, ja tulevaisuuden arvonaluoina nähdään yritysten ja asiantuntijoiden sijaan ennemmin käyttäjät ja yhteisöt. (Aminoff et al. 2010, 49-50.)

NextDesign Leadership Institute (2002-2011, 22-35) on jakanut muotoilun neljään eri tasoon. Perinteinen muotoilu, D1.0, kuvaa käsityö- ja taidelähtöistä suunnittelua. Tuote- ja palvelumuotoilu, D2.0, kuvaa

moniammatillisessa ryhmässä toimivaa muotoilua, joka kehittää yrityksen tarjoomaa käyttäjälähtöisestä näkökulmasta. Organisaatiotason muutoksen suunnittelu, D3.0, kuvaa strategiseen ongelmanratkaisuun pyrkivää muotoilua, jossa ratkaisu pyritään löytämään moniammatillisissa, avoimissa ryhmissä. Muotoilun tehtävänä on tällöin tuoda ratkaisuun paitsi muotoilun työkaluja, myös käyttäjänäköku- lma mukaan. Sosiaalisen muutoksen suunnittelu, D4.0, taas kuvaa avointa innovaatiomallia, jossa ovat mukana sosiaali- set aspektit. Tällöin ratkaistavana on esimerkiksi yhteiskunnallisia haasteita.

Nämä neljä eri roolia kuvaavat samalla hyvin myös muotoilun roolien muuttumista ajan saatossa. Roolien yhteisenä nimittäjänä on myös muotoiluajattelu. Aminoff ym. (2010, 51) pohtivatkin, pitäisikö tätä muotoiluajattelun näkökulmaa jatkossa pyrkiä käyttämään yleisemmin uuden luomiseen ja innovointiin, ja opettaa sitä laajemmin kaikille.

Muotoilun rooleissa ei kuitenkaan ole vielä mukana yksilön henkilökohtaiseen elämään suuntautuvaa muotoilua. Onko kyseessä siis uusi rooli, D5.0, vai lasketaanko tämä elämän muotoilu mukaan sosiaalisen muutoksen suunnitteluun?

2.3 MUOTOILUN PROSESSI

Muotoilun ja muotoiluajattelun taustalla oleva prosessi ei ole selkeä ja suoraviivainen. Monimuotoisuutensa vuoksi sitä on pyritty rationalisoimaan ja luomaan siitä selkeämpi ja systemaattisempi tapa suunnitella. Nämä rationalisointirytykset ovat kuitenkin olleet muotoilijoiden intuitiivisuuteen perustuvalle ajattelulle vastakkaisia. (Cross 2011, 26-27) Muotoilun prosessi ei siis edelleenkään ole selkeä ja Nelsonin ja Stoltermanin (2012, 250) mukaan sitä on turha edes yrittää katata yhdellä tarkalla kuvauksella. Crossin (2011, 4) mukaan koko muotoiluun liittyvää toimintaa ei ole kovin pitkään edes kunnolla ymmärretty.

2.3.1 Asenne muutokseen

Muotoiluajattelussa on kyse uuden luomisesta ja uuden luominen tarkoittaa aina myös muutosta. Muutoksen hakemiselle täytyy olla olemassa ensin motivaatio ja löytää vastaus kysymykseen: miksi on välttämätöntä saada muutos aikaan (Apilo & Taskinen, 2006, 41). Muutoshalukkuuteen vaikuttaa myös henkilön suhtautumistapa itseensä: muuttumattomuuden asenteen omaavat kokevat ominaisuuksiensa olevan melko pysyviä ja heille haasteet toimivat testeinä heidän taitavuudelleen, kun taas kasvun asenteen omaavat uskovat pystyvänsä kehittymään ja haasteet nähdään oppimiskokemuksina (Järvilehto, 2013, 58). Muotoiluajattelun kannalta jälkimmäinen asenne toimii paremmin ja Järvilehdon (2013, 59) mukaan asenne toimii myös keskeisenä tekijänä menestymisen suhteen.

Asennoituminen on muutenkin tärkeä tekijä muotoiluajattelussa. Bergerin (2009, 39:14) mukaan muotoilijoilla ei ole edes varaa kyynisyyteen. Pystyäkseen kehittämään uusia, parempaan johtavia, mahdollisesti useita vaihtoehtoisia tulevaisuudenkuvia, on muotoiluajattelijan pystyttävä olemaan optimistinen (Kolko 2014, 21-22). Optimistisena täytyy pysyä prosessin loppuun asti, sillä kun suunnitellaan asioita, joita ei vielä ole olemassa, ei niiden toimivuuttakaan voida todistaa ennen kuin ne lopulta ovat osa todellisuutta. Sama asia liittyy myös muotoiluajattelun intuitiivisuuteen: on uskallettava luottaa omaan näkemykseen silloin, kun todisteita eri vaihtoehtojen toimivuudesta tai toimimattomuudesta ei vielä tarpeeksi ole. Kyse on silloin myös riskien hallinnasta ja epävarmuuden sietämisestä. (Kolko 2014, 22.) Muotoilijoille onkin tyyppillistä pitää vaihtoehdot avoimina niin pitkään, kuin mahdollista (Cross 2011, 12) ja epäonnistumisten koetaan olevan vain prosessiin liittyvä asia (Cross 2011, 73; Norman 2013, 64).

Tärkeinä asennoitumisen osina muotoilussa ja muotoiluajattelussa on tuotava esiin myös leikkisyys ja seikkailumielisyyys. Birselin (2015, 131/1283) mukaan leikkiessä epäonnistumisilla ei ole väliä, mikä sopii asennoitumisena loistavasti muotoiluajatteluun. Seikkailumielisyyys taas tukee etenkin prosessin alkuvaihetta, jossa lähdetään etsimään vaihtoehtoisia ratkaisuja yllättävistäkin paikoista, rohkeasti uusille poluille astuen ja uusia näkökulmia hyödyntäen (Cross 2011, 8). Seikkailumielisyyden lisäksi muotoiluprosessissa on

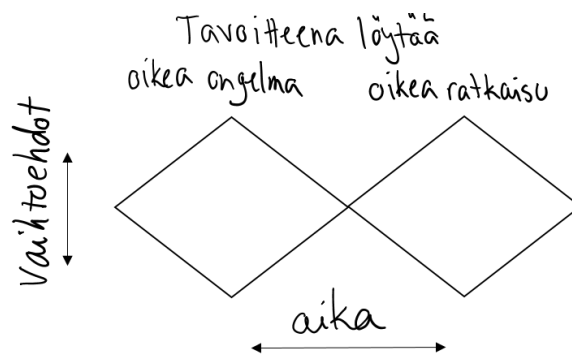
mukana myös serendipiteettiä. Serendipiteetti kuvaa sellaista asioiden löytämistä tai keksimistä, joita ei varsinaisesti etsitä. Kyse on siis sattuman kautta tulevista löydöistä ja kyvystä tarttua niihin. (Pursiainen 2011, 17.)

Leikkisyyden ja seikkailumielisyyden täydentäjänä toimii myös kyseenalaistaminen: kysymällä entä jos -tyyppisiä kysymyksiä, voi löytää taas uusia polkuja kohti ratkaisua (Cross 2011, 24–25). Muotoilussa tuleekin lähteä liikkeelle uteliaasti, tilannetta tiedustellen. Tämä prosessi aloitetaan tutusta poisoppimalla, normaalia kyseenalaistamalla. Prosessin alkuun olisi löydettävä uudelle avoin, oppimaan haluava mieli. (Nelson & Stolterman 2012, 242.) Tämä ei välttämättä ole niin yksinkertaista, miltä se kuulostaa, sillä olemme ihmisinä hyviä tarkkailemaan ympäristöämme ja pyrimme automaattisesti toimimaan sen mukaan, minkä koemme olevan normaalia käytöstä ja ajattelua. Ympäristömme siis muokkaa meitä ja ajatuksiamme jatkuvasti - huomaamattamme. (Ahmed 1998, 31.)

Lähes kaikkiin näihin aiemmin mainittuihin asenteisiin liittyy myös rohkeus: rohkeus kyseenalaistaa, rohkeus astua uusille poluille ja rohkeus epäonnistua.

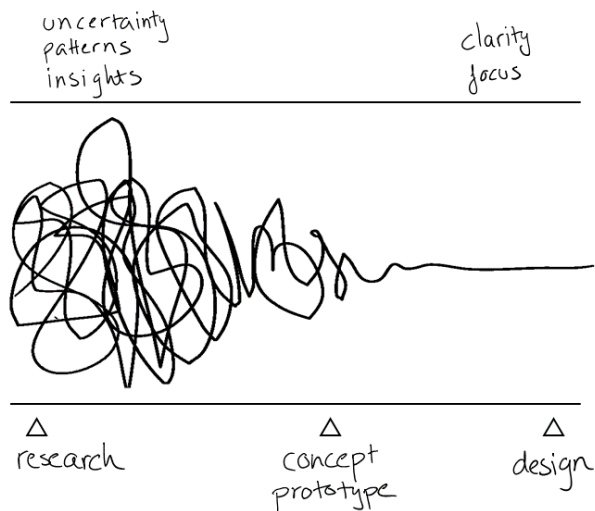
2.3.2 Muotoiluprosessin eteneminen

Muotoiluprosessille on monenlaisia kuvauksia, joista tunnetuin lienee tuplatimantti (KUVA 2). Se kuvaa muotoiluprosessin etenemistä niin, että ensin etsitään oikea ongelma ja sen jälkeen oikea ratkaisu. (Norman 2013, 220.)



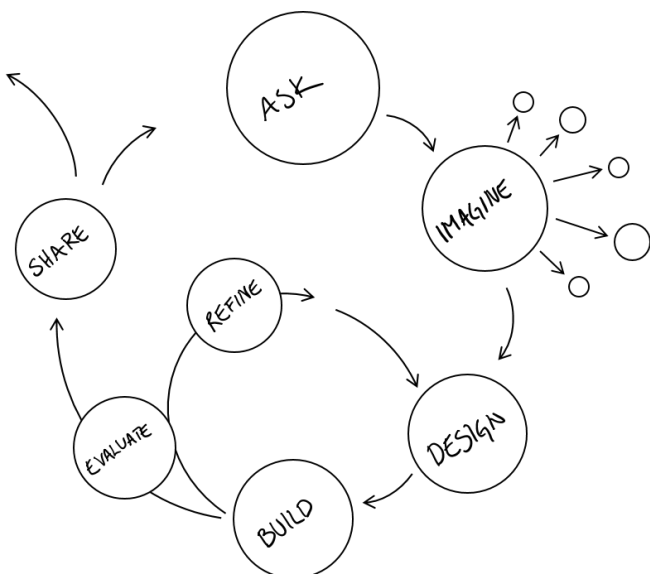
KUVA 2. Tuplatimantti, double diamond

Toinen kuvaus on nimeltään Squiggle (KUVA 3). Squiggle on kuin loppua kohti selkenevä syherö, jonka tarkoituksena on tuoda esiin muotoiluprosessin alussa esiintyvä etsintä ja epävarmuus (Newman, 2010).



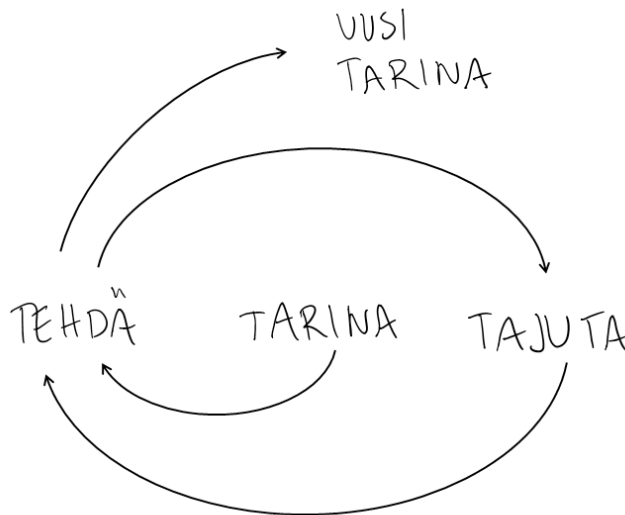
KUVA 3. Squiggle

Näiden lisäksi muotoilun iteratiivista luonnetta on kuvattu monenlaisin prosessin iteratiivisuutta kuvaavien ympyräkuvioin. Watson (2015, 14) käyttää opiskelijoidensa kanssa STEM Fab Studion prosessimallia (KUVA 4), jossa prosessin vaiheita kuvaavat sanat kysy, kuvittele, muotoile (tai suunnittele), rakenna, arvioi, paranna ja jaa.



KUVA 4. STEM Fab Studion prosessimalli (STEM|FAB Studio 2011)

Kettunen (2013, 17) taas on päätenyt yksinkertaisempaan, spiraalimaisesti toistuvaan kuvioon (KUVA 5), jossa alkukohtana on tarina, tämän jälkeen toistuvat kohdat tehdä ja tajuta riittävän monta kertaa, kunnes päädytään uuteen tarinaan. Jokaisella kierroksella ymmärrys siitä, mitä ollaan tekemässä, joko syvenee tai muuttuu.



KUVA 5. Kettusen uusi malli muotoilulle

Oli kuvaustapa mikä tahansa, muotoilussa lähdetään liikkeelle ongelman tai haasteen syvällisestä ymmärtämisestä. Kettusen (2013, 46–47 & 163–164) mukaan muotoilijan tehtävänä on tehdä epäselvästä tilanteesta mielekäästä ja luoda toiminnan kautta koko muotoiluprosessin ajan asioille, tilanteille, tuotteille ja abstrakteille visioille merkityksiä. Merkityksellistämistä tapahtuu jo puheen ja keskustelujen (tarinat, juorut) kautta, mutta merkityksiä saadaan aikaan myös käyttäytymisen ja sanattoman viestinnän kautta, fyysisten elementtien, kuten merkkien, kuvien ja signaalien kautta sekä toiminnan kautta.

Koska muotoilu on luonteeltaan empaattista ja ihmislähtöistä, on ymmärrettävä, miksi ihmiset yleensä tekevät asioita ja mitä aito merkityksellisyys käyttäytymisen takana on. Hyväksi keinoksi tämän tiedon kartuttamiseen on koettu käyttäjien tarkkailu. Tarkkailun voi toteuttaa monin tavoin, mutta parhaat tulokset yleensä saadaan, kun tarkkailu tapahtuu käyttäjän aidossa ympäristössä ja kun maailmaa katsotaan käyttäjän silmin ja heidän näkökulmaansa ymmärtäen. (Beckman & Barry 2007, 34–35.) Ihmislähtöinen suunnittelu auttaa löytämään markkinoille ratkaisuja, joissa heijastuvat suoraan kuluttajien toiveet – ja tätä

kautta saadaan tuotettua arvoa myös ratkaisujen tuottajille (Brown 2008, 90). Muotoilussa ei kuitenkaan ole kyse ihmisten käyttäytymisen ymmärtämisestä ja sen muuttamisesta myynnin aikaansaamiseksi, vaan toisten aidosta auttamisesta: siitä, että tuotetaan uudenlaisia, parempia tapoja ratkaista elämään kuuluvia haasteita (Nelson & Stolterman 2012, 41). Muotoilun sosiaalisuus näkyy auttamisnäkökulman lisäksi myös toisella tavalla: muotoilun osallistavuudella. Kehittämistä tehdään usein julkisesti ja käyttäjiä sekä muiden sidosryhmien edustajia voidaan ottaa mukaan joko itse kehittämiseen ja ideointiin tai ideoiden testaamiseen ja arviointiin (Cross 2011, 20).

Muotoilulle on tyypillistä edetä reflektiivisesti tilanteen kanssa keskustellen. Tämä tarkoittaa työskentelytapaa, jossa asetetaan eri ongelmia tai ongelman osia vuorotellen suunnittelun keskiöön ja etsitään niille ratkaisuvaihtoehtoja. Ratkaisumahdollisuuksien kautta taas selvitetään (kokonaiskuvaan verraten), oliko kyseinen ongelma sellainen, jonka ratkaisemalla päästään suunnittelussa taas eteenpäin. (Cross 2011, 23) Kuvaavaa on, että muotoiluprosessin tässä vaiheessa otetaan ikään kuin askel taaksepäin, jotta voimme myöhemmin taas jatkaa eteenpäin (Nelson & Stolterman 2012, 17–18). Cross (2011, 75) puhuukin systeemiajattelusta, jossa verrataan, miten asiat liittyvät toisiinsa, pyrkien saamaan aikaan uudenlaisia ratkaisuja. Myös asioiden yhtäaikaisuus ja samalla vastakkaisuus, konflikti, voi toimia myös itse prosessin vauhdittajana, sillä silloin joudutaan etsimään uusia, luovia ratkaisuja tilanteen ratkaisemiseksi (Cross 2011, 77).

Tarkkailuun ja muuhun tiedonhankintaan pystyy halutessaan käyttämään loputtomasti aikaa. Jossain vaiheessa on kuitenkin todettava, että nyt tietoa on riittävästi ja siirryttävä ratkaisuideoiden tuottamiseen ja senkin avulla käsittelemään, mikä tieto on relevanttia ja tarpeellista. (Cross 2011, 121.) Tiedonkäsittelyssä tietomassaa voidaan määritellä erilaisiin kokonaisuuksiin, järjestellä sitä eri tavoin uudelleen, etsiä yhdistäviä tekijöitä ja toistuvia kuvioita ja ylipäätään pyrkiä selvittämään, mikä käyttäjälle on asiassa tärkeintä. Samaan aikaan tietoja järjestellessä pidetään mielessä myös kysymys siitä, mitä käyttäjältä vielä puuttuu ja mitä kautta uutta arvoa voitaisiin löytää. Tietojenkäsittelyvaiheen tarkoitus on ensin selvittää, kuinka ongelma koetaan ja ratkaistaan nyt ja sen jälkeen avata tietomäärä ja järjestää se uudelleen ja sitä kautta määritellä kehitettävä asia uudella tavalla: löytää uusi

tapa nähdä ja kuvata ongelma ja sitä kautta löytää uusia tapoja ratkaista ongelma. (Beckman & Barry 2007, 36.) Jopa tutulta tuntuvien asioiden aukaiseminen ja uudelleenjärjestäminen auttaa näkemään ne uudesta perspektiivistä ja pääsemään eroon ennako-oletuksista asian suhteen (Birsell 2015, 191/1283).

Tietojenkäsittelyvaiheesta saatujen aihoiden avulla määritellään ongelma ja kehittämistyön tavoitteet uusiksi. Muotoilun avulla pyritään löytämään uusi, optimistinen asenne tulevaisuuteen olettamalla, että aina on mahdollista saada aikaan jotain nykytilannetta parempaa. Muotoilija ei oleta, että olisi olemassa vain yksi optimaalinen ratkaisu, vaan etsii ratkaisumahdollisuuksien kentältä useita parannusmahdollisuuksia. Muotoilussa näkökulma on siinä, mitä voisi olla olemassa tai miten asiat voisivat olla eikä niinkään siinä, mikä nyt on mahdollista toteuttaa. Koska kehittäminen keskittyy sellaiseen, mitä ei vielä ole olemassa, ei sen toimivuuttakaan voida todistaa kuin vasta jälkikäteen. (Kolko 2014, 21–22.) Tässä vaiheessa myös määritellään ne asiat, jotka lopputuloksen tulee täyttää. Tällaisena määritteenä voidaan käyttää muutamien, valitun käyttäjätarpeen listaa, suunnittelun periaatteita tai arvolupausta, jolla kuvataan, mitä arvoa, hyötyä, asiakkaan tai käyttäjän ratkaisusta tulee saada. Ongelman uudelleenmäärittelyn kautta saadaan määriteltyä siis myös kehittämistyölle uusi ja tarkennettu tavoite. (Beckman & Barry 2007, 41–42.)

Kuten ongelman uudelleenmäärittelyn vaiheesta voi ajatella, muotoilun kautta uutta ratkaisua kehitettäessä lopullinen ratkaisu ei välttämättä vastaa alkuperäiseen ongelmaan. Muotoilussa edetään syventymällä sekä ongelmaan että ratkaisuun, molempia yhdessä kehittäen ja tämän työskentelyn kautta voidaan löytää sellaisia ratkaisuja, joita ei prosessin alussa osattu vielä edes kuvitella. (Cross 2011, 10). Donald A. Norman (2013, 217–218) kertoo kirjassaan *The Design of Everyday Things* perussääntönsä kehittämisessä olevan: älä koskaan ratkaise ongelmaa, joka pyydetään ratkaisemaan. Tärkeintä on ratkaista oikea ongelma.

Muotoiluajattelussa on siis pystyttävä ajattelemaan yhtä aikaa sekä kokonaisuutta että yksityiskohtia, ja verrata niitä paitsi toisiinsa, myös erilaisiin lopputulokselle asetettuihin toiveisiin ja odotuksiin sekä lopputuloksen sosiaaliseen kontekstiin ja ympäristöön (Nelson & Stolterman 2012, 254). Tämän tyyppinen monen asian yhtäaikaisesti mielessä pitäminen ja re-

flektoiminen vaatii melkoisesti toimintakykyä aivoilta. Tähän helpotusta tuo ajattelun ulkoistaminen piirtämällä ja visuaalisia menetelmiä käyttämällä. (Cross 2011, 12.) Visualisoimisen ja havainnollistamisen kautta pystytään myös ymmärrettävästi kertomaan prosessin etenemisestä, ideoista ja ratkaisuista (Kolko 2014, 21). Pelkän kynän ja paperin avulla pystyy helpottamaan huomattavasti ajattelun siirtämistä kokonaiskuvasta yksityiskohtiin, erilaisiin näkökulmiin ja vaihtoehtoihin ja pitämään samalla myös kirjaa aiemmista ajatuksista. Piirtämisestä seuraava askel on erilaisten mallien ja prototyyppien kautta ajatusten kehittäminen ja ideoiden testaaminen (Cross 2011, 74–75).

Visuaalisia menetelmiä hyödynnetään muotoiluajattelussa myös monella muullakin tavalla. Muotoilijat selaavat ideoinnin ja tiedonhankinnan avuksi paljon kuvallista materiaalia. Tällä on kehittämisen lopputuloksen kannalta selkeä merkitys: keräämiensä mentaalisten muistojen ja kuvien avulla muotoilija pystyy kehittämään johdonmukaisempia, käytännöllisempiä ja houkuttelevampia ratkaisuja (Cross 2011, 19). Lopputuloksen onnistuneisuus esimerkiksi esteettisyyden kannalta on siis osin riippuvainen siitä, millaisia vertailukohtia suunnittelijan muistissa tai fyysisessä ympäristössä on nähtävissä. Muotoilijoille esteettisyyden tasolla onkin tärkeä merkitys: esteettiset ratkaisut kun vaikuttavat helppokäyttöisemmiltä ja niitä myös käytetään epäesteettisempiä ratkaisuja todennäköisemmin (Lidwell et al., 2003, 18). Myös metaforia, vertauskuvia, voi hyödyntää etenkin silloin, kun haluaa muuttaa näkökulmaansa jollain tavoin, esimerkiksi nykyisestä tilanteesta tulevaisuuteen. Kuvaamalla tuttua asiaa uuden mielikuvan kautta, pääsee näkemään sen uutena ja samalla pääsee paremmin kiinni sen ytimeen, tuttuuden kautta unohtuneeseen olemukseen. (Birsell 2015, 218 & 649/1283.)

Tästä eteenpäin prosessi jatkuu selkeämmin ideoita testaamalla ja kokeiluiden kautta kehittämällä. Muotoilussa monimutkaisia ratkaisuja kehitetään iteroimalla eli kehittämällä ratkaisua asteittain tutkimisen, testauksen ja parantamisen avulla. Iteraatiokierroksia toistetaan, kunnes päästään haluttuun lopputulokseen. Joka kierroksella opitaan ongelmasta ja ratkaisusta lisää – oli kokeilun lopputulos sitten onnistuminen tai epäonnistuminen - ja päästään kehittämistyössä eteenpäin, kun vaihtoehtojen kenttää saadaan kavennettua. (Lidwell et al. 2003, 118.) Tes-

taamiskierroksia voidaan tehdä useitakin ja monipuolisesti erilaisia asioita kokeillen. Eri tuloksia voidaan yhdistellä uudenlaisen lopputuloksen aikaansaamiseksi ja testata sen jälkeen myös yhdistelmävaihtoehtojen toimivuutta. Testaamisen kautta saattavat vielä kehittämistyöhön asetetut tavoitteetkin muuttua uuden tiedon tullessa esiin. Kyse ei ole siis vain kokeilemalla kehittämisen, vaan myös kokeilemalla oppimisesta. (Beckman & Barry 2007, 43–44.)

Ennen testaamista on kehitettävä ratkaisuideoita. Ideoiden kehittämisen avuksi voi käyttää haluamiaan ideointimenetelmiä. Tärkeintä on kuitenkin, että ideoita kehitetään paljon. Vaarallisinta on jäädä kiinni vain pariin ensimmäiseen ideaan. Toinen tärkeä sääntö ideointivaiheessa on, että silloin ideoita ei kritisoida tai arvioida, vaan kaikki ideat, hyvät ja huonot, järkevät ja hullut, hyväksytään mukaan. (Norman 2013, 226–227.) Joskus parhaat ideat kun saavat alkunsa huonoimmista ideoista (Birsell 2015, 424/1283).

Kun ideoita on kerrytetty riittävä määrä, lähdetään niitä arvioimaan kehitettävän ratkaisun määritteiden kautta. Apuna voidaan käyttää esimerkiksi erilaisia matriisitaulukoita, joissa ideat arvotetaan sen mukaan, kuinka ne vastaavat lopputulokselle annettuihin odotuksiin tai ideoita voidaan muulla tavoin verrata ja validoida. Testattavaksi valitaan yksi tai useampi idea, joiden koetaan parhaiten vievän kehittämistyötä eteenpäin. (Beckman & Barry 2007, 43.)

Kokeileminen kannattaa aloittaa prosessissa niin aikaisin, kuin mahdollista ja sitä tulisi tehdä mahdollisimman usein (Brown 2008, 90). Yksinkertaisimmillaan testaaminen voi olla sitä, että pyydetään luonnoksesta potentiaaliselta asiakkaalta kommentteja tai tehdään ideasta paperimalli (Norman 2013, 227). Jos tavoitteena on testata ideoita prototyyppien avulla, tulee ensin miettiä mihin kysymykseen halutaan saada vastaus ja millä tavoin se olisi helpointa löytää. (Beckman & Barry 2007, 43.) Prototyypin ei tarvitse olla monimutkainen tai pitkälle viety ajatus lopputuloksesta, vaan kokeiluun tulisi käyttää aikaa, rahaa ja vaivaa vain sen verran, mitä tarvitaan hyödynnettävissä olevan palautteen keräämiseen (Brown 2008, 87). Aidoimmat tulokset kokeiluista saadaan, kun testaajina toimivat potentiaaliset käyttäjät (Beckman & Barry 2007, 43).

Prototyyppien avulla testaamisen tarkoitus ei ole testata lopullista ideaa ja sen toimivuutta, vaan ennemmin kerätä idean vahvuuksista ja heikkouksista tietoa, jota voidaan hyödyntää uusien prototyyppien ja sitä kautta lopullisen ratkaisun kehittämiseen. Itse asiassa, jos testaamisessa käytetään liian valmiita prototyypppejä, ei niitä enää yhtä helposti olla valmiita muuttamaan ja kerätty tieto jää helpommin käyttämättä. (Brown 2008, 87.) Kun yhdestä kokeilusta on saatu haluttu oppi, päätetään sen avulla, mitä seuraavaksi tehdään: hylätäänkö kyseinen idea toimimattomana, kehitetäänkö ideaa eteenpäin, kehitetäänkö uusia ideoita vai muutetaanko kehittämisen suuntaa kokonaan. Iteraatiokierroksia jatketaan, kunnes saadaan aikaan kehittämisen tavoitteisiin vastaava ratkaisu.

Normanin (2013, 71) mukaan iteraatiokierroksen voi tehdä myös seuraavien seitsemän kysymyksen avulla:

1. Mitä haluan saavuttaa?
2. Mitä toimintavaihtoehtoja minulla on?
3. Minkä toiminnon voin tehdä nyt?
4. Miten teen sen?
5. Mitä tapahtui?
6. Mitä se tarkoittaa?
7. Hyväksynkö tuloksen?
Saavutinko tavoitteeni?

Muotoiluajattelun viimeiseksi vaiheeksi lasketaan joissain lähteissä myös tulosten jakaminen. Muotoilussa pyritään saamaan aikaan jonkinlainen valmis lopputuote ja kun se on saatu aikaan eli siihen vaiheeseen, kun siihen ei haluta enää tehdä muutoksia, tuodaan se markkinoille myytäväksi, esille näyttelyssä tai muulla tavoin jaetaan muiden saataville. (Watson 2015, 16.)

3 MERKITYKSELLISEN ELÄMÄN SUUNNITTELUA MUOTOILUAJATTELUN KEINAIN

Saadakseni selville, voiko muotoilujattelua hyödyntää oman, merkityksellisen elämän suunnittelun apuna, vertaan ensin muotoilujattelua elämään ja sen suunnitteluun yleensä. Pysin myös esittämään esimerkkejä, joissa muotoilua olisi jo tämänkaltaiseen toimintaan käytetty. Tämän jälkeen avaan tarkemmin merkityksellisyyden käsitettä ja vertailen muotoilujattelua siihen. Pysin myös löytämään muotoilujattelusta sellaisia asioita, jotka voisivat tuoda lisäarvoa merkityksellisyyden etsimiselle.

3.1 MUOTOILUAJATELUN YKSILÖN JA ELÄMÄN SUUNNITTELUN NÄKÖKULMASTA

Tavoitteeni on selvittää, voiko muotoilujattelua hyödyntää yksilön elämän suunnittelussa. Muotoilujattelu on toki suunnitteluun hyödynnettävissä oleva prosessi tai ajatusmalli, mutta miten se liittyy yksilötason elämään?

Muotoilujattelua ja muotoiluprosessia analysoimalla pystyy löytämään monia asioita, jotka ovat lähellä ihmiselämää tai viittaavat ihmiselämämäiseen toimintaan. Keräsin taulukkoon (TAULUKKO 1) näitä viittauksia tämän opinnäytetyön kappaleesta 2 (sisältäen alakappaleet) ja omia tulkintojani siitä, kuinka kyseiset asiat liittyisivät elämiseen.

TAULUKKO 1. Muotoiluajattelun yksityiskohtien sopiminen yhteen yksilön elämän kanssa.

Muotoiluajattelu	Yhtenevyys yksilön elämään	Muotoilun tuoma hyöty
Muotoiluajattelussa on kyse uuden luomisesta ja se tarkoittaa aina myös muutosta.	Elämä on täynnä muutoksia: koulun alkaminen, parisuhde, työhön siirtyminen, muutto, sairastumiset jne...	Muotoilun avulla muutoksia voisi suunnitella proaktiivisesti etukäteen ja vaikuttaa niihin suhtautumiseen ja siihen, mihin muutokset johtavat.
Suunniteltaessa asioita, joita ei vielä ole olemassa, ei niiden toimivuutta voi todistaa ennen kuin ne on toteutettu. On pystyttävä luotamaan omaan näkemykseensä.	Arjessa ja elämässä kohtaa koko ajan asioita, joihin on tehtävä päätös intuitiivisesti, ilman täydellistä tietoa päätöksen vaikutuksista. Tällaisia ovat muun muassa kaikki uravalintaan tai parisuhteeseen liittyvät päätökset.	Muotoilun etu ja näkökulma on se, että ennustamattomassa tilanteessa pystyy kuitenkin toimimaan päämäärätietoisesti.
Epäonnistuminen on vain prosessiin liittyvä asia ja kehittämis-kierroksia voidaan jatkaa, kunnes haluttu lopputulos saavutetaan.	Opimme pienestä pitäen yrityksen ja erehdyksen (esim. kävelemään oppiminen) kautta. Silti saatamme kokea epäonnistumiset suurina pettymyksinä.	Muotoiluajattelussa epäonnistumisista ei lannistuta, vaan niiden koetaan opettavan jotain, mikä todennäköisesti vie meitä myöhemmin eteenpäin.
Prosessin alkuun olisi löydettävä uudelle avoin, oppimaan haluava mieli (beginners mind).	Elämän alkupoluilla imemme itseemme kaiken tiedon, minkä saamme. Näistä tiedoista muodostuu käsityksiä, joiden perustalta päätelemme, kuinka uuteen tietoon suhtaudumme.	Saisimmeko muotoiluajattelun avulla pidettyä mieleemme avoime-na? Silloin voisimme helpommin ainakin käsitellä sellaista uutta tietoa, joka ei vastaa senhetkistä käsitystämme maailmasta.
Muotoilijan tehtävänä on luoda epäselvään tilanteeseen mielekkyyttä ja merkityksiä.	Merkityksen kaipuu asioille ja tapahtumille on yksi perustarpeistamme. Emme halua tuntea tekevämme tai kokevamme asioita turhaan. Elämänkin halutaan olevan merkityksellistä.	Muotoilun avulla voi löytää asioille merkityksiä ylipäätään tai jopa muotoilla niille uusia merkityksiä.
Muotoilu on luonteeltaan empaattista, ihmislähtöistä: on ymmärrettävä, miksi ihmiset ylipäänsä tekevät asioita.	Yksilöllä on itsestään, elämästään ja ympäristöstäänkin hyvin subjektiivinen käsitys. Ajattelu ja toiminta lähtee omista arvoista ja kokemuksista liikkeelle.	Muotoilu auttaa ymmärtämään omaa ja muiden toimintaa etsimällä merkityksiä toiminnan takaa.
Tuotetaan uudenlaisia, parempia tapoja ratkaista elämään kuuluvia haasteita.	Läpi ihmiskunnan historian olemme pyrkineet parantamaan elämäämme ratkaisemalla sen haasteita: tuli toi lämpöä, valoa ja kypsensi ruoan; pyörä nopeutti kulkemista jne.	Muotoilu voi avata uusia mahdollisuuksia omassa elämässä ja tuoda parannuksia arkitasollekin.
Käyttäjiä ja muiden sidosryhmien edustajia voidaan ottaa mukaan kehittämisprosessiin.	Arjen elämässä ympärillämme on muita ihmisiä (perhe, läheiset, työtoverit), joilta opitaan ja pyydetään ja saadaan neuvoja. Elämäkokemusta voidaan myös tavallaan lainata kirjojen, tarinoiden ja elokuvien kautta.	Kenties erilaisia osallistamisen menetelmiä voisi hyödyntää elämänsuunnittelussakin?
Muotoilulle on tyypillistä edetä reflektiivisesti tilanteen kanssa keskustellen.	Osaammeko elämässä riittävästi esimerkiksi tunnistaa eri tilanteiden esiin tuomia (riskejä ja) mahdollisuuksia ja tehdä oikeita päätöksiä?	Muotoilu voisi tuoda mukaan ennakoitavuutta erilaisiin tilanteisiin ja auttaa löytämään erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja.
Muotoiluprosessissa otetaan ikään kuin askel taaksepäin, jotta voimme myöhemmin taas jatkaa eteenpäin.	Elämässä olemme subjektiivisesti kiinni näkemyksissämme. Päätöksenteon tueksi tekisi kuitenkin hyvää nähdä asiat laajemmalla perspektiivillä.	Muotoiluajattelun avulla voi oppia näkemään oman tilanteensa eri näkökulmista ja kauempaa, jopa toisten silmin.

Muotoiluajattelu	Yhtenevyys yksilön elämään	Muotoilun tuoma hyöty
Asioiden yhtäaikaisuus ja samalla vastakkaisuus, konflikti, voi toimia myös itse prosessin vauhdittajana, sillä silloin joudutaan etsimään uusia, luovia ratkaisuja tilanteen ratkaisemiseksi.	Isompia ja pienempiä konflikteja kohtaamme koko ajan. Saatamme esimerkiksi haluta matkustella, vaikka siihen ei olisi varaa. Olemme tottuneet tekemään kompromisseja (esimerkiksi kotimaanmatka ulkomaanmatkan sijaan), mutta voisiko tällaiset asiat ratkaista jopa niin, että saisimme molemmat? (esim. työ ulkomailla yhdistäisi matkustelun ja rahan viemisen sijaan toisi sitä.)	Muotoilun avulla pystytään kehittämään luovia ratkaisuja ja yhdistämään näennäisesti ristiriitaiset asiat.
Tietojenkäsittelyvaiheessa selvitetään, kuinka ongelma koetaan ja ratkaistaan nyt, jonka jälkeen avataan tietomäärä ja järjestetään se uudelleen määrittääksemme kehitettävän asian uudella tavalla.	Elämässä on helppo kiiruhtaa eteenpäin pysähtymättä miettimään, mihin oikeastaan on menossa ja toimiiko parhaalla mahdollisella tavalla saavuttaakseen haluamansa. Jopa sen miettiminen, mitä oikeastaan edes elämältään haluaa, jää useimmilta tekemättä.	Muotoiluajattelun avulla voimme käsitellä toimintaa, joka on meille nyt automaattista, avata asia näkyväksi ja muokata se uudella tavalla parempaa toimintaa aikaansaadaksemme.
Muotoilun avulla pyritään löytämään uusi, optimistinen asenne tulevaisuuteen olettamalla, että aina on mahdollista saada aikaan jotain nykytilannetta parempaa.	Toivo on asia, jota tarvitsemme voidaksemme uskoa (parempaan) tulevaisuuteen. Optimistisuus auttaa jaksamaan ja sen avulla voi jopa selvittää vaikeistakin elämäntilanteista helpommin.	Muotoiluajattelu auttaa pääsemään pois sellaisesta fiksaatioista, että asioita ei voisi muuttaa. Aina on mahdollista saada aikaan jotain parempaa.
Kehittämisen näkökulma on siinä, mitä voisi olla olemassa tai miten asiat voisivat olla eikä niinkään siinä, mikä nyt on mahdollista toteuttaa.	Unelmat ovat kuvitelmia siitä, kuinka asiat voisivat olla.	Muotoilun avulla voi suunnitella, kuinka unelmiaan saisi toteutettua.
Lopputuloksen onnistuneisuus on riippuvainen siitä, millaisia vertailukohtia suunnittelijan muistissa tai fyysisessä ympäristössä on nähtävissä.	Elämässä perspektiivimme ja uskomuksemme omista mahdollisuuksistamme muodostuvat siitä, minkä koemme olevan normaalia ja minkä koemme olevan mahdollista itsellemme.	Muotoilijoiden keinoin voimme laajentaa perspektiiviämme ja muokata sitä, minkä koemme normaalliksi tai meille itselle mahdolliseksi.
Prototyypin ei tarvitse olla monimutkainen tai pitkälle viety ajatus lopputuloksesta, vaan kokeiluun tulisi käyttää aikaa, rahaa ja vaivaa vain sen verran, mitä tarvitaan hyödynnettävissä olevan palautteen keräämiseen.	Elämässä ennen päätöksentekoa yleensä vähintään keskustelemme asiasta tuttaviemme kanssa ja mietimme, onko tämä hyvä ratkaisu toteutettavaksi.	Muotoiluajattelu tuo päätöksenteon kentälle pienten kokeiluiden ajatuksen: ennen kuin tekee elämässään radikaalin muutoksen, voi sitä ja sen toimivuutta testata jollakin pienemmällä tavalla, jotta ei muutoksen tehtyään joutuisi huomamaan, että enhän minä tätä halunnutkaan.
Kokeilun avulla päätetään, mitä seuraavaksi tehdään: hylätäänkö kyseinen idea toimimattomana, kehitetäänkö ideaa eteenpäin, kehitetäänkö uusia ideoita vai muutetaanko kehittämisen suuntaa kokonaan.	Elämässä eteemme tulee tilanteita, joissa suoraan eteneminen ei näytä kannattavalta. Osaammeko kuitenkin miettiä objektiivisesti, millainen siirto seuraavaksi kannattaisi tehdä ja mitä kautta voisimme päästä eteenpäin?	Askeleen ottaminen ei tarkoita sitä, että meidän olisi pakko edetä juuri siihen suuntaan, vaan muotoiluajattelun periaatteiden mukaan jokainen askel on ikään kuin testi siitä, onko suunta oikea vai muutammeko sitä vielä.

Tämän analysoinnin kautta voi siis päätellä, että muotoiluajattelun perusajatuksissa ja käytännöissä on elämään ja sen suunnitteluun viittaavia kohtia ja että muotoilusta voisi tuoda uusia näkökulmia elämän suunnitteluun.

Pursiaisen (2011, 41–42) mukaan elämänsuunnitelman käsite on ymmärrettävä lähinnä ideaalikäsittteenä, sillä harva meistä varsinaisesti suunnittelee elämäänsä tarkkaan. Päätöksiä tehdään tilanteiden mukaan yhdistämättä niitä johonkin tiettyyn kokonaisuuteen. Elämänsuunnitelma perustuu arvoille ja ihanteille. Täydellinen elämänsuunnitelma tarkoittaisi sitä, että käytettävissä olevat voimavarat olisi inventoitu ja elämälle olisi laadittu strategia ja mahdolliset riskit olisi kartoitettu ja rakennettu varasuunnitelmia riskien varalle. Elämä on kuitenkin niin monimuotoista, että käytännössä tämän tason suunnitteluun ei pystytä. Sen sijaan hyvään elämänsuunnitelmaan kuuluu Pursiaisen mukaan se, että siinä on tilaa onnelle ja sattumalle, serendipiteetille, ja että sattumiin osataan myös tarttua. Hänen mukaansa onnellisuus elämässä perustuu siihen, että yksilö toteuttaa sitä, mistä pitää ja elämänsuunnitelmaan kuuluvia osatavoitteita saavutetaan nousujohteisesti.

Pursiaisen kuvauksen perusteella muotoiluajatteluun liittyvä iteratiivisuus toimisi hyvänä pohjana elämänsuunnitelman kehittämiseksi. Kehittämistyön edetessä löysin viitteitä myös siitä, että en ole ensimmäinen, joka miettii muotoiluajattelun käyttökohteiden laajentamista yksilön elämän suunnitteluun. LinkedIn:n Design Thinking Group -keskusteluryhmässä Ilona Kozlovsky (2015) aloitti 60 kommenttia keränneen keskustelun samaisesta aiheesta. Kysymys (vapaasti kirjoittajan suomentamana) kuului seuraavasti: Käytätkö muotoiluajattelua omassa elämässäsi? Jos et, miksi? Jos käytät, milloin ja kuinka? Uskotko, että sitä voisi käyttää elämän kysymyksiin? Mihin tarkalleen?

Kerään seuraavaan luetteloon keskustelusta nousseet asiat, joihin vastaajat ovat ilmoittaneet käyttäneensä muotoiluajattelua omissa elämässään:

1. koko elämään (on yksi iso muotoiluhaaste)
2. lomakohteen ideointiin (aivoriihen avulla)
3. kodin suunnitteluun
4. tavoitteisiin ja elämäntavoitteisiin (paljonko haluaisin tienata tänä vuonna elämäntilanne ja toiveet huomioiden)
5. lasten kasvattamiseen
6. vaatteistuksen järjestelyyn
7. uuden ilmeen suunnitteluun
8. seurusteluun
9. kaikkeen arjessa
10. auttamaan urahaasteissa ja henkilökohtaisessa kehityksessä.

Muotoiluajattelun hyödyntämiskohteiden ideoina keskustelussa tuotiin lisäksi esiin seuraavia asioita:

1. elämän organisointi
2. kuinka esitellä itsensä muille
3. itsensä kehittäminen
4. ammatinvaihtaminen
5. syvällisen ymmärryksen saavuttaminen siitä, että tulevaisuus on epävarmaa, mutta silti sitä pitäisi suunnitella.

Epäilyksiä muotoiluajattelun hyödyntämisestä elämässä oli kahdesta aiheesta. Ensimmäisessä mietittiin, voiko muotoiluajattelua hyödyntää elämään, joka on jatkuvasti muuttuva aihe, kun taas muotoilussa yleensä edetään annetun briefin mukaan. Verrattuna aiempaan, kirjallisuudesta hankittuun tietoon, näkisin kuitenkin, että muotoiluajattelun luonne (sekä varsinaisen ongelman että vastauksen etsiminen yhtä aikaa) tekee siitä juuri elämän suunnitteluun hyödynnettäväksi sopivan työkalun. Muotoiluajattelussa kun on hyväksyttävä, että myös ratkaistava ongelma voi muuttua koko ajan.

Toisessa epäilyssä mietittiin, voiko muotoiluajattelua hyödyntää kokonaisen elämän muotoiluun. Tähänkin viittäisin aiemmin kerätyn tiedon perusteella, että tarkoituksena muotoiluajattelussa on peilata koko ajan yksityiskohtia kokonaiskuvaan. Tällöin yksityiskohtaisempi suunnittelu voi olla johonkin elämäntilanteeseen liittyvä asia, mutta sitä suunniteltaessa, pitää myös

kokonaiskuva eli koko elämä pitää jatkuvasti mielessä ja sovittaa näitä yhteen.

Käyttöaiheita muotoiluajattelulle elämässä tämän keskustelun perusteella siis on monia ja muotoiluajattelua on niihin jo sovellettukin.

Verkkohaulla löytyi aiheesta ”design thinking for life” lisää materiaalia. Muotoiluajattelua tai sen kautta sovellettuja työkaluja on käytetty muun muassa parisuhteen vahvistamiseen eli pariskunnan yhteisen sävelen löytämiseen (Gyls 2014), oman elämäntilanteen hahmottamiseen (Vengoechea 2014) ja elämänmuutosten toteuttamiseen (McCrorry 2015). Andrew D. Watson (2015) kirjoitti *Art Education* -lehden artikkelissa *Design Thinking for Life* ajatuksistaan ja opiskelijoidensa mietteistä opetettuaan muotoiluajattelua taideopiskelijoille. Lisäksi Stanfordin yliopistossa on järjestetty *Designing Your Life* -niminen kurssi vuodesta 2010 lähtien auttamaan opiskelijoita muotoilemaan tulevaisuuttaan (Stanford Design Program). Ainsley O’Connellin (2015) mukaan kyseessä olisi jopa Stanfordin suosituin kurssi. Tämän perustella aiheelle olisi siis kysyntää.

Kirjallisuudesta löysin muutaman kirjan, joissa elämän muotoilun aiheet käsitellään suoraan. Aysel Birsell (2015) kirjoitti aiheesta kirjan nimeltä *Design the Life You Love*. Se sisältää tehtäviä, joiden kautta oma ihanne-elämä pitäisi olla löydettävissä. Kyra Bobinetin (2015) kirjassa *Well Designed Life* yhdistetään muotoiluajattelu ja aivotiede ja kerrotaan kymmenen vaihetta, joiden kautta omaa elämää voi muuttaa sellaiseksi, kuin sen haluaisi olevan. Bernard Rothin (2015) kirja *The Achievement Habit* taas käyttää muotoiluajattelun menetelmää siihen, että uskalletaan ottaa elämässä askel eteenpäin kohti unelmia, otetaan oma elämä haltuun ja kuljetaan kohti menestystä. Menestyksen hän kuvaa olevan rakastamansa asian tekemistä ja siitä iloitsemista. Roth kertoo kirjassa myös järjestäneensä samasta aiheesta kursseja Stanfordinissa jo vuodesta 1969 lähtien, jolloin muotoiluajattelusta ei vielä edes puhuttu. (Roth 2015, 170, 298 & 341/3773) Kirjassaan *Glimmer Warren Berger* (2009) kertoo muotoilija Bruce Maun tarinaa samalla muotoilua kuvaten. Kirjan loppuosa keskittyy Maun kokemuksiin oman elämänsä muokkaamisesta muotoiluajattelun avulla. Myös Tim Brownin (2009) kirjassa *Change by Design* käsitellään lyhyesti aiheetta oman elämän muotoilu.

Huomioitava on, että vaikka elämän muotoilun aiheesta löytyi jo jonkin verran aineistoa, on aihe edelleen melko uusi. Tästä kertoo jo se, että moni lähteistä on ilmestynyt saman vuoden aikana, jona olen tätä kehittämistehtävää työstänyt.

Näin on saatu selville, että muotoiluajattelua on käytetty yksilöiden omissa elämässä ja että oman elämän muotoilu on jopa kysytty aihe. Mutta miten muotoiluajattelun käyttöä elämän suunnitteluun on näissä lähteissä perusteltu? Miksi juuri muotoiluajattelu sopii käytettäväksi yksilön elämäntilanteeseen?

Brown (2009, 240–241) uskoo, että muotoiluajattelun periaatteita pystyy käyttämään kuka tahansa ja millä tahansa toiminnan alueella, jopa yksilön omassa elämässä. Hänen mukaansa elämän muotoilu eroaa huomattavasti suunnitellusta elämästä ja elämässä ajautumisesta. Suunniteltu elämä on mietitty jo vaihe vaiheelta etukäteen, tietäen, missä aikoo opiskella, mihin aikoo töihin ja missä iässä aikoo eläkkeelle, kun taas elämässä ajautuessa suunnitelmallisuutta ei ole ollenkaan. Muotoilu taas antaa mahdollisuuden siihen, että voimme edetä elämässä päämäärätietoisesti ilman, että meidän tarvitsisi pystyä ennustamaan kaikkia vaiheita etukäteen, sillä yllättävissä tilanteissa voimme turvautua luovuuteen. Brown neuvoo, että meidän tulisi kuvitella elämän olevan prototyyppi, jolla voimme tehdä kokeiluita ja löytöjä ja muuttaa näkökulmiamme. Menestystä meidän tulisi mitata pankkitiliemme sijaan sillä, millaisia ovat ideoidemme vaikutukset maailmalle.

Bobinet (2015, 42-66/3255) kokee, että muotoiluajattelu auttaa elämänmuutoksessa erityisesti iteratiivisuutensa vuoksi: sen sijaan, että yrittäisimme muutosta kerran ja toteaisimme joko onnistuvamme tai epäonnistuvamme, pyrkisimmekin etenemään kohti muutosta pienin askelin, uudestaan ja uudestaan kokeillen, kunnes saavutamme halutun lopputuloksen. Kirjassa käydään läpi omaa elämää ja käyttäytymisen muuttamista ja pyritään etenemään kohti menestymistä. Hänen mukaansa jokainen meistä on muotoilija päätöksiä tehdessään - teimme päätöksemme sitten tietoisesti tai tiedostamattamme. Muotoiluajattelun avulla pystymme paremmin tunnistamaan näitä tilaisuuksia ja tekemään parempia päätöksiä, joiden avulla pääsemme elämässämme eteenpäin.

O'Connell (2015) kirjoittaa Stanfordin Design Your Life -kurssia käsitelleessä artikkelissaan, että Bill Burnettin mukaan muotoilun lähestymistapa sopii täydellisesti elämän muotoiluun. Niin muotoilussa kuin elämässäkään ei lopputulosta tunneta ennalta, mutta molemmissa tiedetään, mikä sillä hetkellä on saavutettavissa. Tällöin muotoilusta tuttua prototyyppointia voidaan käyttää siihen, että kokeillaan, millaisen version omasta elämästä voisi toteuttaa. Dave Evansin mukaan meistä jokaisesta löytyy useampi versio itsestämme ja luomalla monta erilaista ajatusta itsestämme pääsemme valitsemaan sen, millainen niistä haluamme olla. Stanfordin kurssilla opitaan artikkelin mukaan muotoiluajattelun työkalujen kautta myös kiitollisuutta, anteliaisuutta, itsetuntemusta ja sopeutumiskykyä.

Birselin (2015, 147, 152 & 642/1283) mukaan muotoiluajattelun avulla pääsemme siirtämään näkemyksemme siitä, mitä tiedämme, siihen, mitä pystymme kuvittelemaan. Se taas, mitä elämässä haluamme ja se, mitä tarvitsemme saattavat olla vastakkaisia asioita. Pystyäksemme keksimään, kuinka saisimme molemmat, tarvitsemme luovuutta. Hän sanoo, että muotoiluajattelun kautta voimme työstää ja saavuttaa unelmiamme niin, että elämäämme liittyvät rajoitteet (kuten aika, raha, ikä, sijainti ja tilanne) on huomioitu tai ylitetty.

Rothin (2015, 160-170 & 216/3773) mukaan hän on opettanut opiskelijoille muotoilua, jotta he rohkaistuisivat tarkastelemaan ja hallitsemaan elämäänsä: miettimään, mitä he oikeasti elämältä haluavat, tekemään jotain muuttaakseen elämäänsä ja kantamaan vastuun siitä, että saavuttaa sen menestyksen, jonka elämälleen on suunnitellut. Roth uskoo, että saavutusten aikaansaaminen on opeteltavissa ja kyse on kuin lihaksen käyttämisestä: kun sitä on oppinut vahvistamaan, voi saavuttaa elämässään mitä vain.

Muotoiluajattelun avulla pystymme löytämään uusia tapoja ratkaista haasteita, oli kyse sitten liiketaloudellisista, sosiaalisista tai henkilökohtaisista haasteista. Maun mukaan muotoilu on kykyä suunnitella ja toteuttaa haluttuja lopputuloksia ja tämä määrittelmä sopii yhteen elämän suunnittelun kanssa. Koska muotoilijoille ominaista on erityinen optimistisuus: mahdollisuuksien näkeminen silloinkin, kun muut näkevät ongelmia, Berger uskoo, että jopa onnellisuuden aikaansaaminen on muotoiltavissa. Koska elämä

on kuitenkin koko ajan liikkeessä, emmekä voi olla varmoja siitä, tarvitseeko sitä edes suunnitella tai toimivatko nämä suunnitelmat, harva jaksaa hänen mukaansa pysähtyä, ottaa askeleen taaksepäin ja käyttää aikaa elämänsuunnitelmien tekemiseen. On kuitenkin kaksi syytä, miksi meidän pitäisi käyttää muotoilun periaatteita elämässämme. Ensinnäkin, meillä on tällä hetkellä käytössämme enemmän mahdollisuuksia käyttää luovia menetelmiä ja enemmän tietoa ongelmanratkaisusta, kuin koskaan ennen ja sitä kautta käytettävissämme on niin paljon valmiuksia suunnitella, kuinka elämme, että meidän pitäisi edes yrittää. Toisekseen, meillä ei hänen mukaansa vain nykymaailmassa enää ole sitä ylellisyyttä, että voisimme elää ilman suunnitelmaa ja visiota, tai ilman ymmärrystä elämämme rajoitteista ja tekemistemme seurauksista. (Berger 2009, 37:40, 8:21:30 & 8:23:10)

Kerään näiden kirjoittajien esiin tuomat elämän suunnittelun ja muotoiluajattelun yhdistävät ajatukset vielä yhteiseen taulukkoon (TAULUKKO 2).

TAULUKKO 2. Perusteluita muotoiluajattelun käytöstä elämän suunnitteluun

Asiasanat	Perustelu
Kuka tahansa Mihin tahansa	Muotoiluajattelun periaatteita pystyy kuka tahansa käyttämään lähes millä tahansa toiminnan alueella.
Päämäärätietoisuus ennustamattomuudessa Luovat ratkaisut	Muotoilun avulla voi edetä elämässä päämäärätietoisesti ilman, että pitäisi pystyä ennustamaan kaikkia vaiheita etukäteen. Yllättävissä tilanteissa voi turvautua luovuuteen.
Kokeileminen Uudet näkökulmat	Meidän tulisi kuvitella elämän olevan prototyyppi, jolla voimme tehdä kokeiluita ja löytöjä ja muuttaa näkökulmiamme.
Epäonnistuminen on vain oppimista	Muotoiluajattelu auttaa elämänmuutoksessa erityisesti iteratiivisuutensa vuoksi: vain kerran koittamisen sijaan pyrkisimme etenemään kohti muutosta pienin askelin, kunnes saavutamme halutun lopputuloksen.
Tilanteiden tunnistaminen Parempaa päätöksentekoa	Teemme monenlaisia päätöksiä sekä tietoisesti että tiedostamattamme. Muotoiluajattelun avulla voimme paremmin tunnistaa näitä tilaisuuksia ja tehdä parempia päätöksiä, joiden avulla pääsemme elämässämme eteenpäin.
Kokeilemalla eteneminen	Kun lopputulosta tunneta ennalta, voidaan muotoilusta tuttua prototyyppiä käyttää siihen, että kokeillaan, millaisen version omasta elämästä pystyisi toteuttamaan.
Useiden vaihtoehtoisten totuuksien löytäminen	Meistä jokaisesta löytyy useampi versio itsestämme. Luomalla monta erilaista vaihtoehtoista itseä pääsemme valitsemaan, mikä niistä mieluiten olisimme.
Laajempi perspektiivi	Muotoiluajattelun avulla voimme siirtää näkemyksemme siitä, mitä tiedämme, siihen, mitä pystymme kuvittelemaan.
Saavuttaminen	Muotoiluajattelun kautta voimme työstää ja saavuttaa unelmiamme niin, että niihin liittyvät rajoitteet (aika, raha, ikä, sijainti, tilanne, ...) on huomioitu tai ylitetty.
Tunnistaminen Elämänhallinta Eteneminen kohti omia tavoitteita	Opiskelijoille on opetettu muotoilua, jotta he rohkaistuisivat tarkastelemaan ja hallitsemaan elämäänsä: miettimään, mitä he oikeasti elämältä haluavat, tekemään jotain muuttaakseen elämäänsä ja kantamaan vastuun siitä, että saavuttavat sen menestyksen, jonka ovat elämänsä suunnitelleet.
Uusia mahdollisuuksia	Muotoiluajattelun avulla voimme löytää uusia tapoja ratkaista haasteita.
Suunnitelmien toteuttaminen	Muotoilu on kykyä suunnitella ja toteuttaa haluttuja lopputuloksia.
Optimistisuus	Muotoilijoille on ominaista erityinen optimistisuus: mahdollisuuksien näkeminen silloinkin, kun muut näkevät ongelmia.

Näillä perusteluilla voimme päätellä, että muotoiluajattelu sopii erittäin hyvin yksilön oman elämän suunnittelun työkaluksi ja saamme näin ensimmäiseen tutkimusongelmaan vastauksen.

3.2 MITÄ MERKITYKSELLISYYS TARKOITTAÄ

Psykiatri Viktor Franklin (2004, 1284–1391/2003) mukaan ihmisen ensisijaisiin motivaatioihin kuuluu tarve löytää merkitys elämälleen. Tämä merkitys on yksilön ainutlaatuinen, erityinen merkitys ja tehtävä, jonka vain hän voi täyttää ja joka tällöin voi tuottaa yksilölle tyydytyksen. Tämän merkityksen tai tarkoituksen ei tarvitse kattaa koko elämää, vaan tärkeintä on, että se sopii yksilön senhetkiseen elämään ja tilanteeseen.

Jokaiselle on siis löydettävissä oma, ainutlaatuinen kutsumus tai elämäntehtävä, jota kukaan muu ei voi täyttää, mikä johtaa siihen, ettei tämän yksilön elämää voi tällöin kukaan muu samanlaisena toistaa (Frankl 2004, 1400/2003). Osa löytää oman kutsumuksensa jo nuorena, toiset pitkän etsinnän jälkeen, kun taas toiset eivät löydä omaa merkitystään koskaan (Järvilehto 2013, 15). Kyse ei ole kuitenkaan siitä, mitä kukin voi omalta elämältään odottaa, vaan ennemmin siitä, mitä kukin voi omassa elämässään saada aikaan. Kyse on vastuunkantamisesta, toisille ihmisille ja omalle elämälle vastuussa olemisesta, siitä, että tietää, miksi on olemassa ja mitä tehtävää elämässään täyttää: mikä on juuri minun merkitykseni. (Frankl 2004, 1044 & 1084/2003.)

Franklin (2004, 1442–1425, 1745 & 1838/2003) mukaan oman merkityksen voi löytää kolmea eri reittiä: luomalla elämälleen merkitystä työnsä ja tekemistensä kautta, kokemalla jotain merkittävää, kuten rakkautta tai erityistä hyvyyttä tai kauneutta tai asennoitumalla elämässä kohtaamaansa kärsimykseen merkityksellisyiden kautta. Vaikka olisimme kuinka epätoivoisessa tilanteessa, jää meille aina vapaus muuttaa omaa ajattelua tilannetta kohtaan. Merkityksen löytämisen kautta pystymme nousemaan tilanteen yläpuolelle, kasvamaan ihmisinä ja muuttamaan negatiivisenkin tilanteen positiiviseksi ja rakentavaksi.

Kärsimys on yksi tie löytää merkityksellisyyttä ja usein käykin niin, että löytäessämme merkityksen kärsimyksellemme, emme välttämättä enää koe, että kyse olisi kärsimisestä. Merkityksellisyyden etsimisessä ei olekaan kyse siitä, että pyrkisimme löytämään onnen nautintoa tuottavista asioista ja välttäisimme epämuokavia asioita. Ennemmin merkityksellisyydessä on kyse siitä, että kun meillä on jokin tarkoitus tai elä-

mäntehtävä täytettävänä, olemme valmiita näkemään vaivaa sen eteen – jopa kärsimään jollain tavoin, jos tarpeen. (Frankl 2004, 1451/2003.)

Etsiessämme onnellisuutta, eivät nopeat nautinnot tuo pitkäaikaista iloa, mutta merkityksemme kautta voimme löytää jopa loppuelämämme ajaksi syyn kokea itsemme onnellisiksi (Frankl 2004, 1700 & 1753/2003) – jopa vaikeina aikoina. Mihaly Csikszentmihalyin (1990, 16–18) mukaan onnellisuus ei johdukaan hyvästä onnesta tai ulkoisesta tapahtumasta, sitä ei voi ostaa rahalla eikä sitä voi määrätä käskemällä. Näiden sijaan onnellisuus tulee siitä, kuinka tulkitsemme asioita ja tapahtumia. Se on sisäinen kokemuksemme, jota voimme oppia kontrolloimaan. Onnellisuus tulee sivuvaikutuksena siitä, kun omistaudumme jollekin itsemme suuremmalle, elämme täysillä ja olemme mukana sekä elämämme hyvissä, että huonoissa yksityiskohdissa. Elämämme parhaat hetket saatammekin kokea sellaisissa tilanteissa, joissa olemme ensin joutuneet venymään äärimmillemme. Järvilehto (2013, 47–48) kiteyttää onnellisuuden nousevan siitä, että päivittäinen toimintamme tuottaa omasta intohimostamme nousevia tuloksia. Meidän tulisi siis tunnistaa, mitä haluamme intohimoisesti tehdä ja sen jälkeen pyrkiä tekemään tästä toiminnasta jokapäiväistä.

Onnellisuus saavutetaan siis sivutuotteena sille, että tavoittelemme jotain intohimoisesti. Tällainen tavoite voi Csikszentmihalyin (1990, 310) mukaan antaa merkityksen koko elämälle. Järvilehto (2013, 26 & 29) kuvaa tällaista asiaa kutsumukseksi. Hänen mukaansa kutsumusta kannattelee kolme asiaa: toiminnan vapaus, toiminnan palkitsevuus ja toiminnan merkityksellisyys. Vapaus voi olla ulkoisesti tai sisäisesti määrittynyttä. Ulkoinen vapaus on sitä, että toimintaa eivät rajoita ulkoiset tekijät, kun taas sisäinen vapaus tarkoittaa vapauttamme asennoitua toimintaan, olivat olosuhteet mitä tahansa, haluamallamme tavalla (Frankl 2004, 912/2003).

Merkityksellisyyden tunne nousee Järvilehdon (2013, 28 & 36–37) mukaan siitä, että yksilö kokee olevansa osa jotain suurempaa kokonaisuutta. Kyse on vastuusta toisia ihmisiä ja eettisesti kestävästä toiminnasta kohtaan. Toisaalta olet myös vastuussa itsellesi siitä, että teet intohimoista työtä ja koet merkityksellisyyttä tekemisistäsi. Frankl (2004, 1400/2003) kehottaa elämään, kuin olisi elänyt jo kerran aiemmin ja tehnyt

jo ne virheet, joita nyt on mahdollisesti tekemässä. Kääntämällä näkökulman taaksepäin, voi helpommin nähdä, kuinka kokee, että olisi pitänyt toimia.

Toiminnan palkitsevuus taas Csikszentmihalyin (1990, 107 & 109) ja Järvi-lehdon (2013, 28) mukaan tulee kyvystä toteuttaa itseään. Täysipainoinen uppoutuminen asiaan, johon suhtaudumme intohimoisesti, on itsessään palkitsevaa, autoteelistä, eikä sitä tehdä minikään ulkoisen hyödyn takia. Autoteelistä kokemusta kutsutaan myös flow:ksi. Flow:n ansiosta voimme kokea, että elämä saa oikeutuksensa juuri kyseisessä hetkessä, sen sijaan, että kokisimme tekevämme asioita jonkin tulevan hyödyn eteen tai että kokisimme elämämme valuvan ohi ikävien ja ahdistavien kokemusten sarjana, joihin meillä itsellä ei ole juuri kontrollia. Flow:n kautta voimme kokea läsnäolon ja hallinnan tunteen ja tuntea energisoituvamme.

Flow liittyy myös osaamisen ja taitojen kehittämiseen. Pääsemme parhaiten flow-tilaan silloin, kun pystymme työskentelemään täydellisesti asiaan uppoutuen, saamme tuloksia aikaan ja työskentelemme taitojemme rajoilla. Jos siis pystymme työskentelemään flow-tilassa jatkuvasti, myös taitomme kehittyvät koko ajan kuin itsestään. Intohimoisesta suhtautumisesta ja flow:n yhdistämällä pystyykin kuka tahansa Järvi-lehdon (2013, 34 & 71) mukaan kehittymään oman aiheensa huipputekijäksi. Csikszentmihalyin (1990, 89–91) mukaan flow-tilan saavuttamiseksi on tärkeää, että tavoitteet ovat selkeät ja palaute seuraa välittömästi. Sellaisissa luovissa tehtävissä, joissa ei selkeää tavoitetta aseteta, on yksilön kehitettävä itselleen selkeä näkemys siitä, mitä aikoo tehdä.

Itselle asettamillamme tavoitteilla ei kuitenkaan ole vaikutusta, ellemmme ota niitä vakavasti. Aina, kun päätämme tavoitteen, tulee meidän olla valmiita ottamaan vastaan ne seuraukset, jotka se aiheuttaa. Muuten tavoitteesta tulee merkityksetön. Tavoitteet vaativat aina jonkin verran ponnisteluja, jotta ne voivat toteutua. (Csikszentmihalyi 1990, 320.) Sen välillä, mitä tähän mennessä on saavutettu ja mitä halutaan saavuttaa, onkin aina jonkin verran jännitettä. Ihmissinä me myös tarvitsemme tätä jännitettä: henkinen hyvinvointimme perustuu siihen, että elämässä ja tulevaisuudessa on jotain, mitä kannattaa odottaa tai mihin haluamme päästä. Tarvitsemme sitä, että meillä on elämässämme tavoite, jota kohti kulkea. Se on jotain, jonka olemme itse valinneet ja koemme itsellem-

me merkittäväksi. (Frankl, 2004, 1351/2003.)

Merkitystä etsittäessä keskitytään tulevaisuuteen ja sellaiseen merkitykseen, jonka yksilö voi tulevaisuudessaan täyttää. Tässä työssä tärkeää on laajentaa yksilön näkömää hänen potentiaalisista merkitysvaihtoehdoistaan, jotta hän pystyisi tunnistamaan omat mahdollisuutensa ja löytämään omalle elämäntilanteelleen tai elämälleen merkityksen. Myös näkökulmaa muuttamalla tai nykyisiä, omia käsityksiä kyseenalaistamalla voidaan päästä kiinni olennaiseen: ironia ja huumori ovat loistavia keinoja päästä irti fiksauneista käsityksistä, vääristä merkityksistä ja huonoista toimintatavoista. Itselleen nauraminen on jo askel kohti itsensä hallitsemista: se auttaa irtautumaan tilanteista ja nousemaan niiden yläpuolelle edes hetkeksi. Franklin mukaan opettelemalla suhtautumaan asioihin humoristisesti, oppii samalla hallitsemaan elämisen taiteen. (Frankl 2004, 634–642, 1267, 1417, 1586 & 1637/2003.)

3.3 MUOTOILUAJATELUN JA MERKITYKSELLISYYDEN VERTAILUA KESKENÄÄN

Verratakseni merkityksellisyteen liittyviä asioita muotoiluajatteluun, analysoin niiden sisältöjä taulukoimisen avulla. Merkitseen taulukkoon (TAULUKKO 3) ensin kappaleesta 3.2 löytyvät, merkityksellisyteen liittyvät tekijät ja etsin sen jälkeen muotoiluajattelusta vastaavuuksia.

TAULUKKO 3. Merkityksellisyiden ja muotoiluajattelun vertailua

Merkityksellisyys	Muotoiluajattelu
Ihmisen ensisijaisiin motivaatioihin kuuluu tarve löytää yksilöllinen merkitys elämälleen.	Muotoilijan tehtävänä on luoda toiminnan kautta asioille, tilanteille, tuotteille ja abstrakteille visioille merkityksiä.
Merkitykselle tärkeintä on, että se sopii yksilön senhetkiseen elämään ja tilanteeseen.	Muotoilussa lähdetään liikkeelle ongelman tai haasteen syvällisestä ymmärtämisestä.
Merkityksellisyys on sitä, että tietää, miksi on olemassa ja mitä tehtävää elämässään täyttää: mikä on juuri minun merkitykseni.	Koska muotoilu on luonteeltaan empaattinen, ihmislähtöinen, on ymmärrettävä, miksi ihmiset ylipäänsä tekevät asioita ja mitä aito merkityksellisyys käyttäytymisen takana on.
Kaikissa tilanteissa meillä on vapaus muuttaa omaa ajatteluamme tilannetta kohtaan.	Prosessin alkuun olisi löydettävä uudelle avoin, oppimaan haluava mieli. Muotoiluprosessi aloitetaan tutusta poisoppimalla, ajatuksisamme olevaa normaalin käsitettä kyseenalaistamalla. Kysymällä entä jos -tyyppisiä kysymyksiä, voi löytää taas näkökulmia.
Merkityksen löytämisen kautta pystymme nousemaan tilanteen yläpuolelle, kasvamaan ihmisinä ja muuttamaan negatiivisenkin tilanteen positiiviseksi ja rakentavaksi. Löytäessämme merkityksen kärsimyksellemme, emme välttämättä enää koe, että kyse olisi kärsimisestä.	Muotoilijoilla ei ole varaa kyynisyyteen: pystyäkseen kehittämään uusia, parempaan johtavia, mahdollisesti useita vaihtoehtoisia tulevaisuudenkuvia, on muotoiluajattelijan pystyttävä olemaan optimistinen: näkemään mahdollisuuksia silloinkin, kun muut näkevät vain ongelmia.
Kun meillä on jokin tarkoitus tai elämäntehtävä täytettävänä, olemme valmiita näkemään vaivaa ja kärsimään sen eteen.	Muotoilussa epäonnistumisten koetaan olevan vain prosessiin liittyvä asia. Kyse on myös riskien hallinnasta ja epävarmuuden sietämisestä.
Voimme löytää jopa loppuelämämme ajaksi syyn kokea itsemme onnellisiksi, myös vaikeina aikoina.	Konflikti, voi toimia myös itse prosessin vauhdittajana, sillä silloin joudutaan etsimään uusia, luovia ratkaisuja tilanteen ratkaisemiseksi.
Merkityksellisyiden etsiminen on sitä, että tunnistaa, mitä oikeasti haluaa intohimoisesti tehdä ja pyrkiä tekemään tästä asiasta jokapäiväistä.	Lopullinen ratkaisu ei välttämättä vastaa alkuperäiseen ongelmaan. Tärkeintä on ratkaista oikea ongelma. Tämän löytämiseksi otetaan ikään kuin reflektoiva askel taaksepäin, jotta voimme jatkaa paremmin eteenpäin.
Vastuu toisia ihmisiä ja eettisesti kestävää toimintaa kohtaan: yksilö kokee olevansa osa joltain suurempaa kokonaisuutta.	Muotoilussa on kyse toisten aidosta auttamisesta: siitä, että tuotetaan uudenlaisia, parempia tapoja ratkaista elämään kuuluvia haasteita.
Näkökulman kääntäminen, esimerkiksi elämässä taaksepäin katsominen, voi auttaa löytämään elämänsä merkityksellisyiden.	Tutulta tuntuvien asioiden aukaiseminen ja uudelleenjärjestäminen auttaa näkemään ne uudesta perspektiivistä ja pääsemään eroon ennako-oletuksista asian suhteen. Myös metaforia, vertauskuvia, voi hyödyntää etenkin silloin, kun haluaa muuttaa näkökulmaansa jollain tavoin, esimerkiksi nykyisestä tilanteesta tulevaisuuteen. Kuvaamalla tuttua asiaa uuden mielikuvan kautta, pääsee näkemään sen uutena ja samalla pääsee paremmin kiinni sen ytimeen, tuttuuden kautta unoh-tuneeseen olemukseen.
Flow-tilassa taitomme kehittyvät. Tärkeää on, että tavoitteet ovat selkeät ja palaute seuraa välittömästi tai yksilön kehitettävä itselleen selkeä näkemys siitä, mitä aikoo tehdä.	Iteraatiokierrokset toimivat oppimisen välineinä: ongelmasta ja ratkaisusta opitaan lisää – oli kokeilun lopputulos sitten onnistuminen tai epäonnistuminen - ja päästään työssä eteenpäin.
Otettava itse vastuu tavoitteiden toteuttamisesta.	On uskallettava luottaa omaan näkemykseen silloinkin, kun todisteita eri vaihtoehtojen toimivuudesta tai toimimattomuudesta ei vielä tarpeeksi ole. Prototypoinnin kautta voidaan edetä kokeilemalla: tulee miettiä mihin kysymykseen halutaan saada vastaus ja millä tavoin se olisi helpointa löytää.
Tarvitsemme sitä, että meillä on elämässämme tavoite, jota kohti kulkea. Jotain, jonka olemme itse valinneet ja koemme itsellemme merkittäväksi.	Muotoilussa pyritään löytämään uusi, optimistinen asenne tulevaisuuden olettamalla, että aina on mahdollista saada aikaan jotain nykytilannetta parempaa.

Merkityksellisyys	Muotoiluajattelu
Merkitystä etsittäessä keskitytään tulevaisuuteen ja sellaiseen merkitykseen, jonka yksilö voi tulevaisuudessaan täyttää.	Muotoilussa näkökulma on siinä, mitä voisi olla olemassa tai miten asiat voisivat olla eikä niinkään siinä, mikä nyt on mahdollista toteuttaa.
Tärkeää on laajentaa yksilön näkymää hänen potentiaalisista merkitysvaihtoehdoistaan.	Muotoilussa on tärkeää, että ideoita eli ratkaisuvaihtoehtoja kehitetään paljon. Vaarallisinta on jäädä kiinni vain pariin ensimmäiseen ideaan.
Näkökulmaa muuttamalla tai nykyisiä, omia käsityksiä kyseenalaistamalla voidaan päästä kiinni olennaiseen.	Kuvaamalla tuttua asiaa uuden mielikuvan kautta, pääsee näkemään sen uutena ja samalla pääsee paremmin kiinni sen ytimeen, tuttuuden kautta unohtuneeseen olemukseen.
Ironia ja huumori ovat loistavia keinoja päästä irti fiksoituneista käsityksistä, vääristä merkityksistä ja huonoista toimintatavoista.	Tärkeinä asennoitumisen osina muotoilussa ja muotoiluajattelussa ovat myös leikkisyys ja seikkailumielisyyt.

Taulukon perusteella muotoiluajattelulla ja merkityksellisyyden tai oman tarkoituksen etsimisellä on paljonkin yhteneväistä. Yhtenevää on jopa niin paljon, että seuraavaksi kysymykseksi mieleen tulee, mitä uutta muotoiluajattelu voisi merkityksen etsimiseen tuoda. Muotoiluajattelua selkeästi voi käyttää oman merkityksellisyytensä ja elämäntehtävänsä löytämiseen, mutta tuoko se siihen jotain lisäarvoa? Lähden ratkaisemaan tätä kysymystä miettimällä ensin, millainen olisi merkityksellisyyden löytämiseen johtava muotoiluprosessi ja avaamalla sen kautta, toisiko muotoiluajattelu siihen jotain hyötyä. Yleiseen elämän suunnitteluun verrattuna koin muotoiluajattelun olevan toimiva, uusia hyötyjä esiin nostava tapa, mutta tuoko se uutta hyötyä myös merkityksellisyyden etsimiseen?

4 MERKITYKSELLISYYTEEN TÄHTÄÄVÄN MUOTOILUN PROSESSI JA TYÖKALUJA

Selvittääkseni, mitä uutta muotoiluajattelu voisi tuoda merkityksellisyiden etsimiseen, järjestän seuraavaan taulukkoon (TAULUKKO 4) muotoiluajattelun prosessimallin, johon on yhdistetty merkityksellisyiden etsimisen tavoite ja periaatteita. Viereiseen sarakkeeseen arvioin, mitä lisäarvoa muotoiluajattelu voisi kyseisessä kohdassa tuottaa merkityksellisyiden etsimiseen.

TAULUKKO 4. Muotoiluajattelun prosessi ja lisäarvo merkityksellisyiden etsimiselle

	Muotoiluajattelun etenemisprosessi	Erityinen lisäarvo merkityksellisyiden etsimiseen
Valmistautuminen	Lähtökohta: epätyytyväisyys nykyiseen olemiseen ja elämiseen. Motivaationa muutokselle toimii halu muokata elämäänsä niin, että kokee saavansa tyydytystä tekemisestään ja nauttivansa siitä, mitä on tekemässä; tämän löytämiseksi täytyy tietää, mikä itselle on merkityksellistä ja iloa tuottavaa tekemistä.	
	Työkalut (ei varsinainen vaihe, mutta liittyy prosessiin ja kehittämistehtävään yleisesti): Muotoiluprosessissa käytetään erilaisia visuaalisuuteen, ideointiin, asioiden avaamiseen ja järjestämiseen sekä ideoiden testaamiseen liittyviä työkaluja.	Erityisesti visuaaliset työkalut, mutta myös muut muotoiluajatteluun liittyvät työkalut voisivat tukea prosessia.
	1. Asenne kuntoon: <ul style="list-style-type: none"> - uskottava siihen, että aina voidaan löytää parempia tapoja ratkaista asioita - on uskallettava luottaa omaan näkemykseen silloinkin, kun todisteita sen toimivuudesta ei vielä riittävästi ole - on pystyttävä sietämään kehittämisessä eteen tulevaa epävarmuutta ja riskejä - on uskallettava pitää vaihtoehtot auki niin pitkään, kuin mahdollista - on siedettävä epäonnistumisia ja nähtävä ne vain oppimiskokemuksena - on pystyttävä nauramaan itselleen ja asioille ja kuljettava eteenpäin uteliaan leikkimielisesti - on pystyttävä kyseenalaistamaan sitä, minkä kokee normaaliksi tai totuudeksi - avoin, oppimaan haluava mieli - usko siihen, että voimme muuttaa ajatteluamme ja suhtautumistamme asioihin missä tilanteessa hyvänsä (sisäisen vapauden saavuttaminen) 	Muotoiluajattelun optimistinen näkökulma siitä, että aina voi kekeilla uudestaan ja aina on löydettävissä jokin parempi ratkaisu, tukee merkityksellisyteen liittyvää oman tarkoituksen etsintää.

	Muotoiluajattelun etenemisprosessi	Erityinen lisäarvo merkityksellisyden etsimiseen
Tarinani nyt	2. Nykytilanteen tunnistaminen: - kuka oikeasti olen ja mistä tulen - mitä osaan ja mistä pidän - toteutanko tällä hetkellä intohimojani ja koenko tekeväni merkityksellisiä asioita - mitä kaikkea elämäni liittyy - tilanteen visualisointi / merkityksellistäminen	Muotoiluun liittyvä asioiden merkityksellistäminen esim. visualisointien tai metaforien kautta.
	3. Nykytilanteen avaaminen: - miksi olen tässä tilanteessa, mikä on ollut reittini ja mitkä asiat ovat vie-neet minut tänne - mihin olen nykytilanteessa tyytyväinen ja mihin haluan muutosta - mitä merkityksiä on löydettävissä nykytilanteestani	Totuuksien kyseenalaistaminen.
Tarinan haastaminen	4. Ongelman haastaminen: - vaihtoehtoisten totuuksien löytäminen, tutusta poisoppiminen - mitä asioita, syitä ja merkityksiä löytyy ongelman takaa - mitä haluaisin elämäni enemmän ja mitä vähemmän - mihin halutaan päästä - mitä motiiveja näiden taustalla on - tarkkailu ja tiedonhankinta - kuinka ongelma ratkaistaan nyt - itselle mielekkäiden asioiden etsiminen - missä asioissa voin olla hyödyksi muille - mistä voitaisiin löytää uutta arvoa tuotettavaksi	Tarkkailu keinona löytää merkityksiä ja haasteita. Pyrkimys löytää asioita, joihin voidaan tuottaa uutta arvoa. Tätä voidaan hyödyntää myös oman merkityksen toteuttamisvaiheessa.
	5. Reflektointi: - asian katsominen ”tuorein silmin”, hieman kauempaa - verrataan ratkaisuvaihtoehtoa kokonaiskuvaan: päästäänkö ratkaisun avulla eteenpäin - verrataan asioita ja ratkaisuvaihtoehtoja toisiinsa: etsitään yhtäläisyyksiä ja ristiriitaisuuksia ratkaistaviksi - asioiden uudelleenjärjestely - tulevaisuuden mahdollisuuksien etsiminen - vertaaminen kehittämiselle asetettuihin tavoitteisiin - onko toiminta palkitsevaa itsessään - onko asia sellainen, johon suhtaudun sellaisella intohimolla, että olen valmis näkemään vaivaa sen eteen - jos katsoo aihetta taaksepäin, kuin olisi jo elänyt sen läpi, olisiko tyytyväinen	Jatkuva vertailu kokonaiskuvan ja yksityiskohtien välillä: miten asiat liittyvät toisiinsa. Asioiden aukaisemisen jälkeen niiden järjestäminen tai yhdistäminen uusilla tavoilla.
	6. Ongelman ja tavoitteen kehittäminen: - mitä oikeasti halutaan ratkaista - uusi tapa määritellä ja kuvata ongelma - mikä on juuri minun merkitykseni tässä maailmassa, mitä tehtävää olen täyttämässä - kuinka tehtäväni auttaa muita ihmisiä tai yhteiskuntaa - vaihtoehtoiset tulevaisuuskuvat oman merkityksellisyden kannalta - toteutanko merkitystäni työn ja tekemisten kautta, kokemusteni kautta vai kärsimyksen kautta - tavoitteet kehittämiselle	Ympäristön ja visuaalisten vihjeiden kautta sen määrittäminen uusiksi, mikä koetaan normaaliksi, voidakseen ylittää tuloksiin, joihin aiemmin ei edes itse uskonut. Tulevaisuudentutkimukseen liittyvät työkalut.

	Muotoiluajattelun etenemisprosessi	Erityinen lisäarvo merkityksellisyiden etsimiseen
Kohti uutta tarinaa	7. Ratkaisuideoiden kehittäminen: - suuren ideamäärän kehittäminen (voidaan aloittaa jo aivan prosessin alussa) - kaikki ideat, niin hyvät kuin huonotkin, hyväksytään mukaan - uusi ympäristö, uusi normaali	Ideointityökalut ja periaate siitä, että ideoita on tuotettava paljon ja monenlaisia.
	8. Idean testaaminen: (aloitetaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa) - ratkaisuideoiden validointi ja testattavan idean valinta - kokeilemisen vaihtoehtojen ideointi (mihin kysymykseen halutaan saada vastaus ja millä tavoin se olisi helpointa löytää) - kokeilun toteuttaminen	Nopea palautteen saaminen kokeilujen kautta auttaa saavuttamaan flow-tilan jo kehittämisen aikana.
	9. Arviointi: - mitä tietoa saatiin - kuinka se vaikuttaa kehittämisen etenemiseen: a. todettiinko kyseinen idea toimimattomaksi b. kehitetäänkö ideaa eteenpäin c. kehitetäänkö uusia ideoita tulosten perusteella d. muutetaanko koko kehittämisen suuntaa - vaihtoehdot: päätetään jatkaa kehittämistä uudella iteraatiokierroksella joko kohdasta 5 tai kohdasta 8 eteenpäin uudestaan tai todetaan, että olemme löytäneet kehittämisen tavoitteisiin vastaavan ratkaisun	Käytäntö, jossa ei periaatteessa koskaan voi epäonnistua: aina löytyy keinoja jatkaa eteenpäin.
Uuden tarinan toteuttaminen	10. Lopputuloksen toteuttaminen: Käytännön toteuttaminen: - omien tavoitteiden asettaminen - vastuun ottaminen tavoitteiden toteuttamisesta - aiheessa kehittyminen (intohimoisien suhtautumisen ja flow:n yhdistämällä pystyykin kuka tahansa Järvilehdon (2013, 34 & 71) mukaan kehittymään huipputekijäksi omassa aiheessaan)	Jatkuvan kehittymisen periaate.
	11. Lopputuloksen jakaminen: - työn näkyväksi tekeminen (mahdollisesti jo käytännön toteuttaminen) - jaa viestiäsi, tee asiasta itseäsi suurempi ja yritä saada muutkin innostumaan - pyri parhaaksi ja tee asiastasi tai itsestäsi ilmiö	Jakamisen kautta oman elämäntehtävän kasvattaminen itseä suuremmaksi asiaksi.

Tämä analysointi paljastaa, että vaikka ensin ajattelin, mahtaako muotoiluajattelu pystyä tarjoamaan mitään uutta lisäarvoa yksilön merkityksellisyiden etsimiselle, niitä kuitenkin selkeästi on. Erityisesti muotoiluajattelussa käytetyt työkalut ovat tällaisia lisäarvoa tuottavia asioita, samoin prosessin iteratiivisuus. Myös jakamisen ajatus voi tuoda – kustakin kehitettävästä lopputuloksesta riippuen - uudenlaista ajatusta yksilön elämäntehtävän toteuttamiselle. Voin siis todeta saaneeni vastauksen kolmanteen tutkimuskysymykseen: muotoiluajattelu tuo uutta lisäarvoa merkityksellisyiden etsimiseen.

Koska tavoitteeni tässä opinnäytetyössä on löytää niitä työkaluja, joiden avulla voisin auttaa muita löytämään oman merkityksellisyytensä muotoiluajattelun avulla, pyrin seuraavissa kappaleissa keskittymään prosessin eri vaiheisiin ja niihin liittyvien työkalujen kehittämiseen. Prosessin olen jakanut, kuten yllä olevassa taulukossakin, vielä viiteen päävaiheeseen: valmistautumiseen, tarinaani nyt, tarinan haastamiseen, kohti uutta tarinaa kulkemiseen ja uuden tarinan toteuttamiseen. Viimeinen tutkimusongelmani on siis: millaisilla työkaluilla muotoiluajattelun mukaista, elämän merkityksellisyiden hakemiseen tähtäävää prosessia voitaisiin ei-muotoilijoille opettaa?

4.1 PROSESSIN VAIHEET JA TYÖKALUJEN VALIDOINTI

Työkaluja merkityksellisen elämän muotoilemiseen tähtäävään prosessiin lähden etsimään ja kehittämään muotoiluajattelun tyyliin iteratiivisesti:

1. Käyn läpi, mitä kussakin prosessin kohdassa halutaan saada aikaan.
2. Etsin valmiita työkaluja ja kehitän myös omia työkaluideoita.
Erilaisia työkaluvaihtoehtoja (KUVA 6), jotka voisivat sopia tähän prosessiin, sain kasattua yhteensä nelisenkymmentä. Työkaluja jaottelen prosessin eri vaiheisiin soveltuvuuden mukaan. Yksi työkalu voi soveltua useampaankin vaiheeseen.
3. Validoin, mitä työkaluideoita haluan testata kuhunkin prosessin osaan liittyen.
4. Reflektoin kokonaisuutta, jotta peräkkäiset työkalut muodostaisivat selkeän kokonaisuuden ja käyn läpi tehtäviin meneviä aikoja, jotta kokonaisuus pysyisi järkevänä.
5. Kehitän testaamisen ideoita ja valitsen tavan, jolla saan parhaiten haluamani tiedon selvitettyä.
6. Muokkaan prosessia eteenpäin vastaamaan yhä paremmin tavoitteisiinsa.
7. Jatkan prosessin muokkaamista palautteiden avulla myös sen jälkeen, kun se on jo otettu käyttöön.

Seuraavaksi esittelen prosessin vaiheet ja niiden tavoitteet tarkemmin sekä jaottelen eri vaiheille sopivat työkalut. Jokaiselle vaiheelle validoin nelikentän avulla parhailta vaikuttavat työkalut testattaviksi.

Tee jotain, mitä et ole koskaan tehnyt	100 toivetta	Askel kohti utopiaa
Supersankari	Piirrä mitä tahansa	Mind map omasta elämästä
Luonteenvahvuuksien testi	Itsetarkkailu	Aktiivi-meditaatio
Kategoriointi	Elämänkaari	Storyboard
Motivaatiomatriisi	Motivaatiokysymykset	Ruudut elämän kulun kuvaajina
Viisi kertaa miksi	Nelikenttä-matriisit	Onnistumisen mittaristo
Kutsumuskartta	Esikuvan ominaisuuksien lainaaminen	Entä jos...
Huoneiden merkitykset	Kaveriryhmän osallistaminen	Yhteneväisyyskartoitus
Empatiakartta	Suuntain	Sadasta toiveesta viiteen
Kolme asiaa uuteen elämään	Moodboard	Huomisen uutisotsikot
Metaforat tälle päivälle ja huomiseksi	Kolme eri viisivuotis-suunnitelmaa	Futures wheel
3*3*3	Aivoriihi	Viisi läheisintä
Apuna inspiraationlähteitä	Agenda	Learning cards
Uuden elämän ilmaiseminen	Tehtävälista	Matkasuunnitelma

KUVA 6. Työkaluvaihtoehtoja

4.1.1 Valmistautuminen

Valmistautumisen vaiheessa ei vielä varsinaisesti tartuta kiinni kehittämiseen. Tähän vaiheeseen liittyy oman muutoksen tarpeen tunnistaminen ja muotoiluajattelun prosessin valitseminen muutoksen työkaluksi. Erityisen tärkeää on myös vaikuttaa asenteeseen eli siihen, että on avoimella, positiivisella mielellä valmis työstämään elämäänsä juuri muotoiluajattelun keinoin ja oppimaan uutta, myös itsestään.

4.1.1.1 Lähtökohta

Lähtökohdassa tunnistetaan oma tarve muutokselle. Tarve voi näkyä epätyytyväisyytenä nykyiseen olemiseen ja elämiseen. Motivaationa muutokselle toimii tällöin halu muokata elämäänsä niin, että kokisi saavansa tyydytystä tekemisestään ja pystyvänsä nauttimaan siitä, mitä elämässään tekee.

Lähtökohtavaiheessa voisi käyttää tilanteen tunnistamiseen liittyviä työkaluja, mutta koska olen kehittämässä työkaluja koulutuksessa käytettäviksi, ei tähän vaiheeseen ole tarvetta löytää työkaluja. Ihminen, joka koulutukseen osallistuu, on jo tunnistanut tarpeensa muutokselle – eihän hän muuten osallistuisi koulutukseen. Työkalua voisi tuki kehittää koulutuksen markkinointikäyttöön, mutta se menee tästä kehittämistyöstä ohi.

4.1.1.2 Asenne kuntoon

Ensimmäisenä, ja kenties suurimpana haasteena muotoiluajattelun opettamisessa on muuttaa ajattelutapoja. Tämä haaste konkretisoituu kahdella tavalla: ensin täytyy oppia ajattelemaan, kuin muotoilija ja toiseksi täytyy haastaa omat ajatukset kehitettävästä kohteesta. Kun kehitettävänä kohteena on oma elämä, ovat ajatukset ja näkemykset siitä melko kiinteitä. Joskus ulkopuolinen voi nähdä paremmin, ja tässä yksi muotoiluajattelun periaatteista, usean ihmisen osallistaminen prosessiin, voi auttaa.

Birselin (Birsell 2015, 156/1283) mukaan muotoilijan tavoin ajatteleminen tarkoittaa mm. positiivista ajattelua, leikkimielisyyttä, tilanteen tarkastelua muiden perspektiivistä, kokonaisuuden hahmottamista, yhteistyötä muiden kanssa ja kyseenalaistamista.

Jotta asenne ja ajatustapa olisi muotoiluajattelulle otollinen, olisi löydettävä työkalu, joka auttaa

- a. ajattelemaan positiivisesti ja uskomaan, että aina on löydettävissä parempia tapoja ratkaista asioita,
- b. haastamaan omat ajatukset ja sen, minkä kokee normaaliksi,
- c. tarkastelemaan omaa tilannetta eri perspektiiveistä ja
- d. näkemään epäonnistumiset oppimiskokemuksina.

Birsell (2015, 131/1283) kokee, että leikkimielisyys on tähän hyvä keino ja Franklin (2004, 634/2003) mukaan taas huumori ja asioiden kääntäminen päällelleen voivat saada muutosta aikaan myös ajattelussa. Kenties työkalu löytyisi näiden kautta?

Tämän osion voisi toisaalta liittää myös johonkin muuhun alkupään prosessin kohtaan. Toki huumoria ja leikkisyyttä voidaan pitää mukana koko matkan ajan, mutta aivan prosessin alussa täytyy saada jonkinlainen shokkivaikutus aivoille aikaan, jotta ne heräävät ja alkavat katsomaan asioita uusin silmin.

Työkaluvaihtoehdot:

- 1. Tee jotain, mitä et ole koskaan tehnyt**
Roth (2015, 170–178/3773) piti omilla kursseillaan periaatteena, että osallistujien tulisi tehdä jotain, mitä he eivät ole koskaan tehneet tai ovat aina vältelleet. Opiskelijat saivat itse päättää, minkä asian valitsevat, mutta he pääsivät kurssistaan läpi vain, jos olivat toteuttaneet sen. Tärkein oppi tästä oli olla rehellinen itselleen.
- 2. 100 toivetta**
Sadan toiveen listaus auttaa avaamaan mieltä miettimään vaihtoehtoja vielä senkin jälkeen, kun tuntuu, että kaikki vaihtoehdot ovat jo listattuna. (Vengoechea 2014.)
- 3. Askel kohti utopiaa**
Mietitään mahdolltomalta tuntuva, kaukainen toive ja lähdetään miettimään, mikä yksi asia voisi olla sellainen, jonka pystyy tekemään ja joka veisi yhden askeleen verran lähemmäs tätä tavoitetta. Tehtävän tavoitteena olisi osoittaa, että vaikka tavoite tuntuisi kuinka kaukaiselta tahansa, aina on jotain, mitä voimme tehdä päästäksemme lähemmäs sitä.
- 4. Supersankari**
Piirrä ja kuvaa: jos olisit supersankari, kuka olisit ja mitä tekisit? Millaisia supervoimia omaisit ja keitä haluaisit voimillasi auttaa ja miten? Mikä olisi tarinasi eli kuinka sinusta tuli juuri tämä supersankari ja mitä hyvää haluaisit saada maailmassa aikaan? Tämän tehtävän tarkoituksena olisi supersankarin kautta pyrkiä kertomaan, mitä merkityksellistä haluaisi saada aikaan ja millaisia haasteita elämässään kohtaa.
- 5. Piirrä mitä tahansa**
Birsel (2015, 277/1283) lähtee kirjassaan liikkeelle lämmittelytehtävällä, joka yksinkertaisesti kannustaa piirtämään ihan mitä tahansa viiden minuutin ajan ja tekemään saman joka kerta, kun palaa kirjan pariin.

TAULUKKO 5. Asenne kuntoon -vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo	5	3	4	
	Vaikea	2		1	
		Vähäinen		Suuri	
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin			

Validoinnin kautta (TAULUKKO 5) kokeiltavaksi valitsin kuitenkin supersankaritehtävän. Sen avulla voi tuoda esiin, miksi haluaa muutosta elämäänsä ja mikä on kehittämisajatus alussa. Samalla mukana on leikkimielisyyden elementtejä ja omaa tilannetta katsotaan uudesta näkökulmasta. Koulutustilanteen kannalta tehtävä on myös helppo ja nopea toteuttaa. Lopullista tulosta voidaan myöhemmin verrata tähän alkuperäiseen muutosajatuksen. Tee jotain, mitä et ole koskaan tehnyt olisi ollut myös mielenkiintoinen tehtävä, mutta koulutustilanteen puitteissa hankalampi järjestää. Ennakkotehtävänä se voisi toimia. Myös askel kohti utopiaa -tehtävä voisi herätellä miettimään, kuinka hyvin kaukaisilta ja mahdolltomiltakin tuntuvia tavoitteita kohti voi kuitenkin tilanteessa kuin tilanteessa lähestyä pienin askelin ja sitä kautta avata uusia etenemismahdollisuuksia tavoitteen suuntaan.

4.1.2 Tarinani nyt

Tarinani nyt tarkoittaa sitä, millaisen tarinan olemme itsellemme luoneet: mitä uskomme itsestämme ja mitä kerromme itsestämme. Tämän prosessinvaiheen tarkoituksena on tunnistaa oma tarinamme ja kuinka siihen on päädytty ja myös haastaa tämä tarina: ovatko asiat niin kuin uskomme ja olemmeko me itse sitä, mitä uskomme.

4.1.2.1 Nykytilanteen tunnistaminen

Tavoitteena on ymmärtää kehittämisen lähtökohta: kuka olen, missä olen nyt ja millaiseksi koen oman tarinani.

Työkaluvaihtoehdot:

6. Mind map omasta elämästä ja kaikesta siihen liittyvästä

Tehtävänä on kirjoittaa tai piirtää mind map eli miellekartta omasta elämästä ja kaikesta siihen liittyvästä (Birsell 2015, 443/1283). Miellekartassa edetään käytännössä niin, että aihe kirjoitetaan paperin keskelle ja sen ympärille kirjoitetaan aiheeseen liittyviä asioita, jotka yhdistetään keskellä olevaan aiheeseen tai toisiin asioihin viivoin.

7. Luontevahvuuksien testi

Esimerkiksi professori Martin Seligmanin luontevahvuuksia mittaavan testin avulla pystyy selvittämään, mitkä ovat juuri omia avainvahvuuksia. (löytyy osoitteesta www.authenticchappiness.org) (Järvilehto 2013, 64). Samaan aiheeseen voisi mahdollisesti käyttää jotain muutakin testiä.

8. Itsetarkkailu

Yhden päivän tai viikon kestävä dokumentointi joko päiväkirjamaisesti tai valokuvamallalla.

9. Aktiivimeditaatio

Oman tekemisen intensiivinen tarkkailu.

TAULUKKO 6. Nykytilanteen tunnistamisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo	7	9	6
	Vaikea		8	
		Vähäinen		Suuri
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin		

Validoinnin (TAULUKKO 6) kautta kokeiltavaksi valitsin siis mind map -tehtävän, jonka avulla pääsee suhteellisen yksinkertaisesti kartoittamaan, mitä kaikkea omaan elämään liittyy tällä hetkellä. Muista vaihtoehdoista esimerkiksi luontevahvuuksien testi ei vielä riitä antamaan kokonaiskuvaa siitä, millaiseksi kokee itsensä ja oman tarinansa. Aktiivimeditaatio taas antaa vain rajallisesti tietoa jostakin hetkestä ja siihen liittyvistä merkityksistä. Pidemmän itsetarkkailun avulla voisi saada mielenkiintoista materiaalia työstettäväksi omasta elämästä, mutta sen toteuttaminen ei sovellu koulutuksessa tehtäväksi. Ennako-tehtävänäkin se voisi monelta jäädä tekemättä aikaa vievänä tehtävänä.

4.1.2.2 Nykytilanteen avaaminen

Nykytilanteen avaamisen vaiheessa syvennyttään tarkemmin siihen, mitä koemme olevamme. Tavoitteena on löytää merkityksiä oman elämäntilanteen takaa, miettiä, millainen reitti on tuonut juuri tähän tilanteeseen ja tunnistaa, toteuttaako tällä hetkellä asioita, joihin suhtautuu intohimolla. Tämän vaiheen jälkeen pitäisi olla tietoa myös siitä, miksi haluaa muutosta, millaisia asioita elämäänsä haluaisi enemmän ja mitä vähemmän.

Työkaluvaihtoehdot:

10. Kategorisointi

Miellekartan tai muun vastaavan avulla kerätyt ajatukset kootaan ja jaetaan Birselin (2015, 501/1283) kirjassa neljään eri laatikkoon tunteen, fyysisen, älyllisen ja hengellisen kategorian mukaan. Omassa tehtävässäni kategoriat voisivat olla toki jotain muutakin.

11. Elämänkaari

Oman elämäntilanteen tutkailua merkitsemällä elämänkaarelle niitä vaiheita, kun elämässä on tapahtunut jokin muutos. Tämän jälkeen näitä muutosvaiheita voidaan käydä tarkemmin läpi, esimerkiksi miettien, mitä kulloinkin on opittu ja miten nämä vaiheet ovat tehneet minusta juuri minun.

12. Storyboard

Luodaan omasta elämästä, kehitettävän asian vaikutuksesta tai muusta asiasta visuaalinen, esimerkiksi sarjakuvamainen kertomus. Kertomuksen avulla voidaan käydä läpi, mitä asioita tilanteeseen liittyy ja mitä vaikutuksia sillä on. (Frog Design 2012)

13. Motivaatiomatriisi

Motivaatiomatriisin avulla on kuvattu esimerkiksi sidosryhmien motivaatioita ja kiinnostusta kehitettävään asiaan (Tassi 2009). Oma merkitystä muotoiltaessa motivaatiomatriisia voisi käyttää esimerkiksi omien merkitysten löytämiseen tai omien sidosryhmien, eli ystävien ja perheenjäsenten, ajatusten kartoittamiseen.

14. Motivaatiokysymykset

Dinsmore (2012) kertoo, että kysyttyään tuttaviltaan, miksi he tekevät juuri sitä työtä, mitä tekevät, lopetti moni nykyisen työnsä parin kuukauden kuluessa. Hänen mukaansa seuraava kysymys kohti merkityksellistä työtä on: mitä työtä et voisi olla tekemättä.

15. Ruudut elämän kulun kuvaajina

Yksi tapa visualisoida elämän kulkua on käyttää ruudukkoa, jossa yksi ruutu vastaa joko

yhtä vuotta, kuukautta tai viikkoa (Urban 2014).

16. Viisi kertaa miksi

Tehtävässä syvennytään johonkin yksittäiseen asiaan syvemmin kysymällä viisi kertaa uudestaan miksi.

17. Nelikenttämatrisiit

Matriisien avulla voidaan asiat jakaa ja arvottaa kahden valitun muuttujan mukaan.

18. Onnistumisen mittaristo

Valitaan omaan elämään liittyviä asioita ja tehdään niistä visuaalinen mittaristo, jossa mittarin alimpaan kohtaan kirjataan, mikä on huonoin mahdollinen vaihtoehto, miten tässä asiassa voisi käydä ja toiseen päähän taas paras mahdollinen, mitä joku voisi maailmassa saavuttaa. Mittaristoon merkitään, missä tilanteessa itse kokee olevansa tällä hetkellä ja toisaalta, missä tilanteessa joko haluaisi olla tai missä menee omasta mielestä onnistumisen raja. Mittariston avulla voi arvottaa omaa elämäntilannetta ja sitä, kuinka lähellä tai kaukana on toivomaansa.

TAULUKKO 7. Nykytilanteen avaamisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo	16 14 17 11 18	
	Vaikea	10 13 15 12	
		Vähäinen	Suuri
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin	

Validoinnin (TAULUKKO 7) kautta valitsin kokeiltavaksi kuitenkin elämänkaaritehtävän lisäksi onnistumisen mittariston. Tehtävä vaikuttaa mielenkiintoiselta tavalta määrittellä sitä, mihin haluaa eri aihealueissa

päästä ja kuinka lähellä sitä on nyt. Tehtävässä siis katsotaan jo hieman tulevaisuuteen päin. Motivaatiokysymyksetkin ovat toki syvällisiä kysymyksiä, mutta yksinään ne saattaisivat jättää tässä kohdassa etsittävät kysymykset vajavaisiksi. Jos niitä käytettäisiin, ne täytyisi ennemmin yhdistää johonkin muuhun tehtävään apukysymyksiksi. Storyboardin ja aikaa kuvaavien ruutujen avulla voitaisiin toki kuvata omaa matkaa kohti nykyisyyttä, mutta niin tekee myös elämäkääritystä, joka on näistä vaihtoehdoista ehkä nopein ymmärtää ja toteuttaa. Se ei kuitenkaan vielä yksin riitä siihen, että löytäisimme omaan elämään liittyviä merkityksiä. Nelikenttämatrisien avulla aihealueita voisi jaotella esimerkiksi tärkeyden tai merkityksellisuuden ja sen mukaan, kuinka näitä asioita pääsee tällä hetkellä toteuttamaan.

4.1.3 Tarinan haastaminen

Tarinan haastamisvaiheen tarkoituksena on etsiä uusia totuuksia, kaivaa syvemmillä, vaihtaa näkökulmia ja näiden kautta löytää niitä asioita, joita lopullisen kehittämiskohteen tulisi sisältää.

4.1.3.1 Ongelman haastaminen

Tähän mennessä omaa nykytilannetta on kartoitettu ja avattu. Tällöin tiedetään, missä ollaan ja kuinka tilanteeseen on päädytty. Ongelman haastamisen vaiheessa kyseenalaistetaan se, mitä kehittämissprosessin aikana halutaan saada aikaan. Tavoitteena on avata nykyiset totuudet, haastaa niitä ja etsiä uusia vaihtoehtoja sille, minkä nyt koemme kenties olevan automaattisesti osa elämäämme. Tässä vaiheessa on tarpeen aloittaa myös niiden itselle merkityksellisten asioiden löytäminen, joista tuleva elämä voisi koostua.

Työkaluvaihtoehdot:

19. Kutsumuskartta

Kutsumuskartta kootaan yhdelle A4-kokoiselle paperille, johon kirjoitetaan ylös kaikki sellainen tekeminen, jonka tekemisestä nauttii. Tämän jälkeen kaikki asiat pisteytetään anta-

malla niille arvosana yhdestä kolmeen. Kolme pistettä annetaan sellaisille asioille, joita jo nyt saa tehdä niin paljon kuin haluaa, kaksi pistettä niille, joita tekisi mielellään enemmänkin ja yksi piste sellaisille asioille, joita ei pääse juuri ollenkaan tai ollenkaan tekemään. (Järvilehto 2013, 43.)

20. Esikuvan ominaisuuksien lainaaminen

Tässä tehtävässä tulisi miettiä, kuka olisi omalle, uudelle elämälle hyvä sankari tai esikuva, kirjoittaa heidän ihailtavat ominaisuutensa ylös ja sen jälkeen muuttaa heidän nimensä tilalleen oma nimi (Birsell 2015, 615/1283).

21. Entä jos...

Tehtävänä on miettiä omaa elämää uudesta perspektiivistä entä jos -kysymysten avulla. Entä jos sen minulla olisi miljoonia? Entä jos elämäni olisikin elokuva? Entä jos olisin näkymätön?

22. Huoneiden merkitykset

Huoneiden merkityksien etsimisen tehtävä toimii lämmittelynä omassa elämään liittyvien merkitysten etsimiseen. Tehtävässä valitaan jokin huone omasta kodista ja lähdetään miettimään siellä tapahtuvien asioiden kautta, mitä merkityksiä huoneesta löytyy itselle (esimerkiksi eteinen voi olla paikka, jossa näkee kengistä, ketkä perheenjäsenet ovat kotona). Kun merkitysten etsimiseen on päästy kiinni, siirrytään etsimään merkityksiä omasta työstä ja muusta elämästä.

23. Kaveriryhmän osallistaminen

Tässä tehtävässä kerätään ryhmä kavereita miettimään, mikä heidän mielestään olisi mieltävälle henkilölle hyvä tulevaisuudenkuva. Ideat kerätään yhteen ja jokainen osallistuja käy merkitsemässä tähdellä mielestään kyseiselle henkilölle sopivimman tulevaisuudenkuvan tai työtehtävän. Tehtävä voidaan toteuttaa myös niin, että jokainen ryhmän jäsen miettii jokaiselle yhden tulevaisuudenkuvan. Tehtävän kautta henkilö pääsee näkemään itsensä muiden silmien kautta ja heijastaa tuloksia omiin ajatuksiinsa.

sekä aiemmat työkaluvaihtoehdot 2. Sata toivetta; 13. Motivaatiomatriisi; 14. Motivaatiokysymykset; 16. Viisi kertaa miksi.

TAULUKKO 8. Ongelman haastamisvaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo		
	Vaikea	Vähäinen	Suuri
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin	

Yhdistämällä motivaatiokysymykset viisi kertaa miksi -tehtävään voisi etsiä merkityksiä nykytilanteen ja tulevan tilanteen takaa. Sillä ei kuitenkaan löydetä uusia vaihtoehtoja omalle tulevaisuudelle. Kutsumuskartta voisi toimia tässä tehtävässä mainiosti, mutta validoinnin (TAULUKKO 8) kautta päädyin kuitenkin valitsemaan kokeiltavaksi sadan toiveen tehtävän. Kutsumuskarttaan verrattuna tässä tehtävässä on jo valmiiksi kyse asioista, joita haluaa ja toisaalta suureksi määritelty lukumäärä antaa ymmärtää, että nyt on tarkoitus tuottaa ideoiden massaa, jolloin kaikki päähän tulevat asiat täytyy ottaa mukaan saadakseen tuon ideamäärän tehtyä. Vaikka tämänmittainen tehtävä viekin jonkin verran aikaa koulutuksesta, näkisin sen silti tärkeänä, jotta päästään löytämään myös sellaisia ideoita ja toiveita, jotka tulevat mieleen vasta päällimmäisten ajatusten jälkeen.

4.1.3.2 Reflektointi

Reflektointivaiheessa otetaan askel taaksepäin ja käydään tuorein silmin tai uusista perspektiiveistä läpi sitä, mitä tähän asti on tehty ja verrataan siihen, mihin halutaan päästä. Yksityiskohtia verrataan toisiinsa ja kokonaiskuvaan ja asioita voidaan myös järjestellä ja

yhdistellä uudella tavalla. Jos aiemmin on jo edetty iterointivaiheeseen, ja sieltä on palattu takaisin reflektointiin, tulee tässä vaiheessa myös miettiä, vievätkö nykyiset ajatukset ja yksityiskohdat oikeaan suuntaan. Reflektointivaiheen tärkein tarkoitus on se, että siinä voi vielä muuttaa suuntaa, jos se koetaan tarpeelliseksi.

Työkaluvaihtoehdot:

24. Yhteneväisyyskartoitus (affinity diagram)

Yhteneväisyyskaaviota käytetään laajan asiadatan järjestelemiseen, yhdistelemiseen ja uudelleenorganisointiin. Lapuille on kirjoitettu kehittämishaasteeseen liittyviä asioita ja näitä lappuja järjestellään erilaisiin ryhmittymiin sen mukaan, mitkä asiat liittyvät yhteen. Tätä kautta voidaan löytää uusia yhteneväisyyksiä ja merkitysryhmiä aiheeseen sekä voidaan yhdistää aiemmin erillisiä asioita ja tehdä niistä uusi ajatus. (Tassi 2009.)

25. Empatiakartta

Empatiakartalla tieto (esimerkiksi mitä asioita liittyy omaan työhön) järjestellään neljään eri kategoriaan. Nämä kategoriat ovat sanoa (mitä lainauksia ja kuvaavia sanoja asiaan liittyy), tehdä (mitä toimenpiteitä ja käyttäytymisiä huomaat), ajatella (mitä tilanteessa ajatellaan, mitä se kertoo uskomuksista) ja tuntea (mitä tunteita liittyy asiaan). (Institute of Design at Stanford 2009.)

26. Suuntain

Suuntaintehtävässä asiat, esimerkiksi aiemmin mietityt toiveet tai ratkaisuideat, järjestellään kompassimaiselle kentälle. Tälle kentälle piirretään yhteen suuntaan keskipisteestä aukeava kuvainnollinen, ulospäin laajeneva valokehä, joka osoittaa kohti tulevaisuudentavoitetta. Asiat järjestellään sen mukaan, mikä vie kohti tätä tavoitetta tai pois päin siitä. Mitä suuremman muutoksen asia saa aikaan, sitä kauemmaksi se sijoitetaan keskipisteestä.

sekä aiemmat työkaluvaihtoehdot 17. Nelikenttämatriisit ja 21. Entä jos...

TAULUKKO 9. Reflektointivaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo	21	26
	Vaikea	17	24
		Vähäinen	Suuri
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin	

Entä jos -tyyppiset kysymykset eivät vielä yksin riitä arvioimaan kokonaiskuvaa ja sitä, ollaanko tehtävissä menossa oikeaan suuntaan. Nelikenttämatriiseja taas pitäisi olla useampi, jotta etenemistä voitaisiin arvioida usealta kannalta ja tässä vaiheessa ne saattavat rajoittaa ajattelua liikaa. Empatiakartta on mielenkiintoinen työkalu myös, mutta se sopinee paremmin erilaisten tilanteiden kartoittamiseen, kuin oman elämän kartoittamiseen. Suuntain ja yhteneväisyyskartoitus vastaisivat tämän vaiheen tavoitteisiin parhaiten. Suuntaintehtävässä tarvittaisiin kuitenkin jo selkeä suunta, jota tässä vaiheessa ei vielä ole. Siksi valitsin validoinnin (TAULUKKO 9) kautta kokeiltavaksi yhteneväisyyskartoituksen. Suuntain voisi toimia paremmin myöhemmässä prosessin vaiheessa, jolloin on jo selkeästi määriteltä, mikä on kehittämisen tavoite.

4.1.3.3 Ongelman ja tavoitteen kehittäminen

Prosessin tässä vaiheessa tavoitteena on vielä kehittää ongelmaa ja tavoitetta yhdessä ja löytää uusi tulevaisuudenkuva itselle: se tavoite, jota kohti haluaisi lähteä ja mihin kehittämisen kautta pyritään pääsemään. Tämän vaiheen tavoitteena on siis ensin selvittää, mitä juuri itselle merkityksellistä haluamme oikeasti tavoitella, ja sen jälkeen määritellä ja kuvata tämä haaste uudella tavalla.

Työkaluvaihtoehdot:

27. Sadasta toiveesta viiteen

Kun sata erilaista toivetta on kirjattu ylös, käydään niitä läpi yhteneväisyyskartoituksen kautta. Näistä toiveista tai niiden yhdistelmistä kerätään 5 -10 kohdan lista siitä, mitä haluaisi elämänsä aikana saavuttaa. Näistä asioista valitaan yksi seuraavan vuoden aikana toteutettavaksi. Toteuttamisesta kirjataan lupaus ja tehdään tavoitetehtävät seuraavalle vuodelle, puolelle vuodelle, ensimmäiselle kuukaudelle, ensimmäiselle viikolle ja seuraavalle päivälle.

28. Kolme asiaa uuteen elämään (ja yksi vältettävä)

Aiemmin läpikäydyistä asioista valitaan kolme asiaa, jotka haluaa ehdottomasti pitää mukana uudessa elämässään ja yksi asia, jota haluaa välttää. Näistä rakentuu Birselin (2015, 834–842/1283) mukaan kuvaus elämästä, jota rakastaa. Tämän jälkeen lisätään neljään eri laatikkoon näiden kolmen asian keskiöstä niihin liittyviä asioita tunteen, fyysisen, älyllisen ja hengellisen kategorian mukaan.

29. Moodboard

Moodboard on visuaalinen kuvaus omasta tulevaisuudentavoitteesta (Tassi 2009).

30. Huomisen uutisotsikot

Tässä tehtävässä luodaan tulevaisuuteen sijoittuva lehtiartikkeli, jossa kerrotaan omasta kehitettävänä olevasta aiheesta (Tassi 2009). Artikkelin kirjoittamisen kautta pääsee miettimään, millainen vaikutus itsellä tai kehitettävällä elämäntehtävällä voisi olla ympäröivään yhteiskuntaan.

31. Metaforat tälle päivälle ja huomiseksi

Birselin (2015, 734–745/1283) kirjassa on tehtävänä miettiä omalle päivälle metafora, joka kuvastaa tämänhetkistä elämäntilannetta ja toinen metafora huomiseksi, tulevaisuuteen. Kun metaforat on piirretty ja kirjoitettu auki, niitä tarkastellaan vierekkäin ja mietitään, kuinka nykyisestä päästäisiin tulevaan ja mitkä ovat ensimmäiset askeleet sitä kohti.

32. Kolme eri viisivuotissuunnitelmaa

Stanfordin Design Your Life -kurssilla opiskelijoiden lopputehtävänä on luoda kolme täysin toisistaan poikkeavaa viisivuotissuunnitelmaa (O'Connell 2015).

33. Futures wheel

Futures wheel eli vapaasti suomennettuna tulevaisuuksien pyörä, on työkalu, jolla voidaan analysoida muutoksen tulevia vaikutuksia. Keskelle asetetaan muutos, siitä osoitetaan nuolilla suorat vaikutukset, mitä tämä muutos aiheuttaa. Näistä osoitetaan nuolilla toisen asteen seuraukset, joista taas kolmannen asteen jne. (Mind Tools editorial team.)

sekä aiemmat työkaluvaihtoehdot 1. Tee jotain, mitä et ole koskaan tehnyt; 3. Askel kohti utopiaa; 11. Elämäнкаari (tulevaisuuden näkökulmasta); 12. Storyboard; 18. Onnistumisen mittaristo;

TAULUKKO 10. Ongelman ja tavoitteen kehittämisen vaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo		
	Vaikea	Vähäinen	Suuri
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin	

Moodboard, metaforat ja huomisen uutisotsikot olisivat jo ihan hyviä tapoja kuvata tulevaisuudenkuvaa, eli uutta tarinaa, jota lähdetään tavoittelemaan. Tavoitteena on kuitenkin löytää valinta tulevaisuudenkuvaksi vaihtoehtojen joukosta. Sadasta toiveesta viiteen olisi esimerkiksi tällainen tehtävä, joka myös konkretisoisi tavoitteen tehtäviksi. Halusin kuitenkin saada mukaan arviointityökalun ja valitsinkin validoinnin (TAULUKKO 10) avulla kokeiltavaksi kolmen eri viisivuotissuunnitelman tehtävän ja sen jälkeen futu-

res wheel -työkalun, jonka avulla näitä tulevaisuudenkuvia ja niiden vaikutuksia voi arvioida. Lisäksi elämäнкаaren tulevaisuuden näkökulmasta voi yhdistää tähän samaan konkretisoimaan polkua kohti tulevaa.

4.1.4 Kohti uutta tarinaa

Koska muotoilussa on kyse täysin uuden suunnittelusta, ei mietitä, mikä on tällä hetkellä mahdollista saada aikaan. Sen sijaan tavoitteeksi asetetaan, mitä halutaan saada aikaan. Näkökulma on tulevaisuuteen ja ihanteeseen eli siihen, mitä pitäisi olla. Nykytilanteen ja tällaisen tavoitteen väliin jää väistämättä kuilu. Muotoilun tehtävä on kuroa tuo kuilu umpeen ja tehdä tästä tulevaisuudesta tai ihannekuvasta todellisuutta.

Voimme kuitenkin saavuttaa vain sen, mihin itse uskomme. Olemme ihmisinä kuitenkin erinomaisen hyviä sopeutumaan huomaamattamme ympäristöömme ja sen arvoihin. Yksi tapa muuttaa sitä, minkä kokee olevan itselle mahdollista, on muuttaa omaa ympäristöä lähemmäs tavoitetta. Kun jokin asia näkyy tai kuuluu lähellämme paljon, siitä tulee normaalia.

Tämän, mahdollisesti monta kertaa toistuvan, vaiheen tehtävänä on rakentaa kokeiluiden kautta askel askeleelta kuvainnollinen silta, jonka kautta pääsemme tavoittamaan edellisessä vaiheessa luomamme tulevaisuudenkuvan.

4.1.4.1 Ratkaisuideoiden kehittäminen

Tässä vaiheessa mietitään, kuinka matka kohti tulevaisuudenkuvaa saataisiin tehtyä. Ratkaisuideoiden kehittämisessä tärkeää on, että ideoita kehitetään paljon ja että kaikki ideat hyväksytään kritiikittä. Ideoita on usein kerääntynyt jo matkan varrelta ja tässä vaiheessa myös ne kasataan yhteen. Apuna ideoinnissa voi käyttää erilaisia inspiraationlähteitä ja ideointimenetelmiä.

Työkaluvaihtoehdot:

34. 3*3*3

Tässä tehtävässä mietitään tavoitteelle ensin kolme vaihtoehtoista ratkaisuideaa. Sen jälkeen jokaiselle näistä tehdään jatkoideoita kolme kappaletta ja tämän jälkeen myös näille tehdään kolme jatkoideaa. Kolmea eri ideaa miettiessä voi apuna käyttää kategorisointeja, esimerkiksi hyvä idea – neutraali idea – huono idea tai järkevä idea – erikoinen idea – täysin naurettava idea. Näin saadaan suhteellisen nopeasti ideamassaa kerättyä.

35. Aivoriihi

Aivoriihin voi toteuttaa koulutusryhmän tai perheen ja ystävien kanssa. Siinä ajatuksena on yhdessä tuottaa mahdollisimman paljon ratkaisuideoita kehittämiskohteelle.

36. Viisi läheisintä

Dinsmoren (2012) mukaan Jim Rohn on sanonut, että olemme keskiarvo niistä viidestä ihmisestä, joiden kanssa vietämme eniten aikaa. Dinsmore uskoo, että jos pääsemme olemaan lähellä, kun joku tekee jotain tavallista upeampaa, siitä tulee meille normaalia. Tehtävänä olisi siis miettiä, ketkä viisi ihmistä tai mitkä ympäristöt voisivat olla sellaisia, joiden lähellä pystyisimme muuttamaan omaa näkökantaamme niin, että asiat, joiden koemme nyt olevan jotain erityistä, olisivatkin mielestämme aivan normaaleja. Ideointi keskittyy siihen, kuinka näitä tilanteita voisi omaan elämään lisätä.

37. Apuna inspiraationlähteitä

Ideoinnin apuna voi käyttää monenlaisia inspiraationlähteitä lehdistä ja kuvista muiden ihmisten kanssa keskusteluun.

sekä aiemmat työkaluvaihtoehdot 2. Sata toivetta; 6. Mind map (ratkaisuideoista); 21. Entä jos...;

TAULUKKO 11. Ratkaisuideoiden kehittämisvaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo	21	37	34	6	2	35
	Vaikea						
		Vähäinen	Suuri				
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin					

Kaikki nämä tehtävät toimisivat ideoinnin apuna, mutta validoinnin (TAULUKKO 11) kautta kokeiltavaksi valitsin tehtävän 3*3*3. Sen voisi toteuttaa mind map -muodossa, jolloin mukaan voisi lisätä muitakin ideoita sitä mukaa, kun niitä tulee ja sen avulla voisi löytää erikoisempiakin ratkaisuideoita. Mukaan toiseksi tehtäväksi mietin otettavaksi myös viisi läheisintä -tehtävän, koska sillä saataisiin ajatuksia siirrettyä hieman uusillekin urille, mutta käydessäni tehtäviä prosessiajatuksella läpi, en saanut yhdistettyä sitä järkevästi kokonaisuuteen. Sinänsä tärkeintä on tuottaa paljon ideoita ja tämä valittu työkalu on vain apu siihen.

4.1.4.2 Idean testaaminen

Kun ratkaisuideoita on kertynyt riittävästi, asetetaan ne arvioitavaksi jollakin kehittämisen tavoitteisiin sopivalla tavalla. Ideoista valitaan yksi tai muutama testattavaksi. Testaamisen tarkoituksena on saada vastauksia. Ennen testiä tulisi siis miettiä, mihin asiaan halutaan vastaus ja millä tavalla se olisi helpoin löytää. Kun testi-ideoita on tuotettu ja arvioitu, voidaan testi toteuttaa.

Tässä vaiheessa validointiin kannattaa käyttää erilaisia matriiseja tai muita keinoja sen mukaan, mikä on oman kehittämistoiminnan tavoite. Lisäksi kokeiluajastusten kehittämiseen toimiva työkalu voisi olla Frog

Designin (2012) Collective Action Toolkit:ssään esittelemä yksinkertainen agenda: Agendalla käydään läpi, mikä tai mitkä ovat suurimmat esteet tavoitteemme edessä, mitä siinä meidän pitää ratkaista ja miksi sen ratkaiseminen on tärkeää sekä mikä on ensimmäinen asia, joka pitää ratkaista tai selvittää. Kun tämä ensimmäinen kokeiltava asia on selvillä, mietitään tapoja, kuinka se käytännön kokeilun kautta saataisiin helpoimmin selville ja toteutetaan kokeilu.

Jotta saisimme kuitenkin tietoon, toimiiko tämä prosessin vaihe näillä ajatuksilla, tullaan sitäkin testaamaan.

4.1.4.3 Arviointi

Arviointivaiheessa mietitään, mitä tietoa testistä saatiin ja kuinka sen perusteella etenemme seuraavaksi. Toimiko idea, pitääkö sitä vielä kehittää eteenpäin vai onko se parasta unohtaa? Kokeillaanko jotain muuta ideaa tai viittaako tulos siihen, että koko kehittämisen suuntaa pitäisi muuttaa?

Jos idean todetaan vievän meidät sinne, mihin haluammekin päästä, jatketaan prosessissa seuraavaan vaiheeseen, eli uuden tarinan toteuttamiseen. Jos taas emme vielä ole päässeet sinne asti, jatkamme kehittämistä joko tarinan haastamisen kohdasta tai kehittämällä tai valikoimalla uusia ideoita testattaviksi.

Työkaluna toimiva voisi olla Frog Designin (2012) Learning cards eli oppimiskortit, joissa yksinkertaisesti täytetään kohdat: mitä teimme, mitä opimme ja mitä teemme seuraavaksi. Otan siis tämän oppimiskorttiajatuksen suoraan kokeiltavaksi mukaan.

4.1.5 Uuden tarinan toteuttaminen

Kun kokeiluiden kautta on selvitetty, että tulevaisuudenkuvamme oli juuri sitä, mitä halusimme ja olemme ratkaisuidemme kautta pääsemässä sinne, on aika elää uutta elämää käytännössä.

4.1.5.1 Käytännön toteuttaminen

Tässä prosessin vaiheessa voimme siis todeta lähestyvämme jo tavoitettamme ja voimme alkaa nauttimaan siitä, millaisen muutoksen olemme käyneet läpi. Tulevaisuudenkuva voi olla vielä edessäpäin, mutta meillä on jo valmis silta sinne kuljettavaksi. Todellisuudessa elämä ei kuitenkaan ole näin suoraviivaista. Ja toisaalta, elämässämme tarvitsemme aina myös tavoitteita.

Sen välillä, mitä tähän mennessä on saavutettu ja mitä halutaan saavuttaa, on aina jonkin verran jännitettä. Ihmisenä me myös tarvitsemme tätä jännitettä: henkinen hyvinvointimme perustuu siihen, että elämässä ja tulevaisuudessa on jotain, mitä kannattaa odottaa tai mihin haluamme päästä. Tarvitsemme sitä, että meillä on elämässämme tavoite, jota kohti kulkea. Jotain, jonka olemme itse valinneet ja koemme itsellemme merkittäväksi. Tilanne, jossa olisimme täysin tyytyväisiä siihen, mitä meillä on ja mitä olemme saavuttaneet, on siis utopiaa.

Tähän käytännön toteuttamisen vaiheeseen kuuluu siis osaltaan myös tavoitteellisuuden ylläpitäminen. Jos saavutamme haluamamme tulevaisuudenkuvan, tarvitsemme uusia tavoitteita. Jos matkan varrella tulee esteitä, meidän tulee pystyä muuttamaan suunnitelmiamme.

Todellisuus ja elämä ovat alituisessa muutoksessa ja siihen on pystyttävä sopeutumaan. Juuri siksi muotoiluajattelu on hyvä keino elämänhallintaan: koska täydellisyyttä ei voida saavuttaa, ei muotoilukaan voi koskaan tulla täysin valmiiksi. Käytännön toteuttamisen vaiheessa on siis opeteltava uusi ajattelutapa, muotoiluajattelu. Muotoiluajattelu on sitä, että voit koska tahansa palata refleктоimaan sitä, missä olet nyt ja mihin haluaisit päästä. Voit koska tahansa muuttaa suunnitelmiasi, jos se on tarpeen.

Tavoitteena on siis tunnistaa omia tavoitteita, ottaa niiden toteuttamisesta vastuu, kehittyä oman tarkoituksen toteuttamisessa ja oppia löytämään aina lisää tavoiteltavaa.

Työkaluvaihtoehdot:

38. Uuden elämän ilmaiseminen

Birselin (2015, 883/1283) kirjassa tässä vaiheessa tehtävänä on uuden elämän esittäminen, ilmaiseminen tai esilletuonti (expression). Tämän ilmaisun tarkoituksena on määrittellä kuka olen ja millaista elämää haluan elää. Sen tarkoituksena on toimia muistutuksena itselle sekä selittäjänä muille. Ilmaisun keinona voidaan käyttää kirjoittamista, piirtämistä, video-kuvausta, lähes mitä tahansa ilmaisun keinoa.

39. Tehtävälista

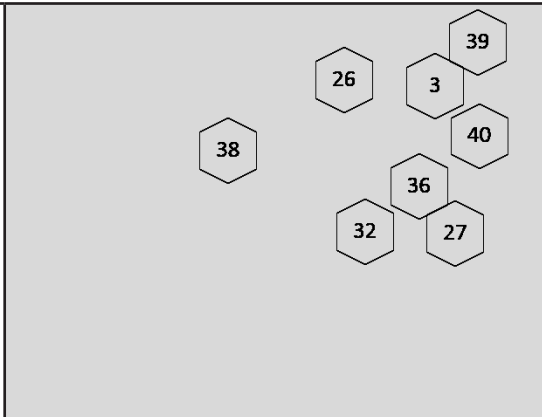
Birselin (2015, 952/1283) kirjasta löytyy myös tehtävä, jossa kootaan oman, uuden elämän tehtävälista. Tehtävälistaan voi lisätä sekä suuria, että pieniä tavoitteita. Itse näkisin tehtävälistan samantyyppisenä, kuin ”nämä asiat haluaisin tehdä ennen kuolemaani”-listan. Listalle voisi siis laittaa isojakin asioita, joita elämässään haluaisi saavuttaa.

40. Matkasuunnitelma

Matkasuunnitelma on työkalu, jossa päämääräksi laitetaan oma tulevaisuudentavoite ja tämän visuaalisesti toteutettavan matkasuunnitelman varrelle kerätään asioita, joiden kautta tavoitetta kohti kuljetaan. Iteraatiotestausten kautta olisi myös mahdollista testata, vievätkö polun askeleet kohti sitä, mitä halutaan. vai pitääkö joko matkasuunnitelmaa tai kohdetta muuttaa.

sekä aiemmat työkaluvaihtoehdot 3. Askel kohti utopiaa; 26. Suuntain; 27. Sadasta toiveesta viiteen; 32. Kolme eri viisivuotissuunnitelmaa ja 36. Viisi läheisintä.

TAULUKKO 12. Käytännön toteuttamisvaiheen työkalujen validointi matriisin avulla

Toteuttamisen helppous ja nopeus	Helppo		
	Vaikea		
		Vähäinen	Suuri
		Vastaavuus prosessin vaiheen tavoitteisiin	

Sadasta viiteen -tehtävä löysi taas kerran validoinnissa (TAULUKKO12) paikkansa hyvistä vaihtoehdoista, tällä kertaa sen loppuosan ansiosta eli siitä, kuinka tavoitteesta lähdetään etsimään välitavoitteita. Samantyyppisenä ratkaisuna valitsin kuitenkin eri työkalujen yhdistelmän: kokeiltavaksi valitsin tehtävälistan, jonka jälkeen näistä voidaan valita yksi tehtävä, josta tehdään matkasuunnitelma. Tähän lisäsin vielä tehtävän viisi läheisintä eli tarkoituksena olisi silloin miettiä matkasuunnitelmaan mukaan siihen vaikuttavia ympäristötekijöitä.

Käydessäni läpi tehtäviä prosessin kannalta, muutin kuitenkin kokeilusuunnitelmaa. Lisäsin testaukseen mukaan yhden version uuden elämän ilmaisemisen tehtävästä eli vision kuvaamisen yhdellä lauseella. Kun visio on selkeästi kuvattu, tehdään siitä tehtävälista, joista valitaan yksi ensimmäiseksi tavoitteeksi ja siihen sitoudutaan allekirjoituksen avulla. Tämän jälkeen tehdäänkin matkasuunnitelman sijaan sadasta viiteen -tehtävän ajoitetut välitavoitteet. Näin saadaan prosessista sujuvampi ja tämän vaiheen tavoitteet eli tavoitteellisuuden ylläpitäminen ja valittuun tavoitteeseen sitoutuminen paremmin toteutettua.

4.1.5.2 Lopputuloksen jakaminen

Lopputuloksen jakaminen on oman merkityksen näkyväksi tekemistä, kenties yksinkertaisimmillaan sen toteuttamisen kautta. Jakamisen tavoitteena voi myös olla se, että saisi muut innostumaan aiheesta ja tehtyä omista tavoitteista itseä suurempia ilmiöitä. Mielenkiintoinen aspekti voisi olla miettiä, kuinka muiden ihmisten kautta voisi edesauttaa omien tavoitteiden toteuttamista. Merkityksellisyyttä muotoiltaessahan tavoitteiden pitäisi olla sellaisia, että niillä autetaan muita ihmisiä jollakin tavalla, joten tämä vaihe sopii erinomaisesti mukaan prosessiin.

Tässä vaiheessa tehtävänä on miettiä, kuinka omasta merkityksellisyyden kohteesta voisi tehdä ilmiön. Tehtävään voitaisiin antaa jo valmiiksi vaihtoehtoja, kuinka itselle merkityksellisen asian voisi tehdä näkyväksi. Näitä vaihtoehtoja ovat ainakin

- sosiaalisen median hyödyntäminen
- pelit ja sovellukset
- ohjeistukset
- meemit ja
- oman manifestin kirjoittaminen.

Kokeiltavaan tehtävään päädyin antamaan seuraavan ohjeistuksen:

1. Kuka voisi asiastasi innostua;
2. Mistä löydät heidät;
3. Miten haluaisit heidän vievän asiaasi eteenpäin tai osallistuvan siihen;
4. Minkä kanavan kautta tavoittaisit heidät ja jakaisit tietoa asiastasi?
5. Miksi muiden saaminen mukaan olisi tärkeää, mitä suurta voisitte yhdessä saada aikaan?

4.2 PROESSIN TESTAUS, ARVIOINTI JA MUOKKAUS

Valittuani eri vaiheille niiden tavoitteisiin vastaavia työkaluja, kävin vielä työkalut läpi prosessimuodossa. Käytännössä siis laitoin työkalut paperille allekkain ja mietin, kuinka sujuvasti prosessi niiden kautta etenee. Tämän arvioinnin kautta tein pieniä muutoksia työkaluvalintoihin. Nämä muutokset on kerrottu jo kyseisten vaiheiden työkaluvalintakuvausten yhteydessä, joten en käy niitä enää tarkemmin läpi.

4.2.1 Työkalujen testaaminen verkkolomakkeen avulla

Nyt, kun prosessi alkoi olemaan selkeämmin kasassa, oli aika miettiä, kuinka voisin helpoiten testauttaa prosessia ja työkaluja muutamalla henkilöllä. Testaamisen tarkoituksena on kokeilla työkaluajatuksia nopealla kokeilulla ja saada mahdollisimman pienellä vaivalla riittävästi tietoa seuraaviin kysymyksiin:

1. Kuinka helppoja tehtävät ovat ei-muotoilijoiden mielestä toteuttaa ja millaisia ajatuksia ne herättivät?
2. Kuinka kauan tehtävät suurin piirtein veisivät aikaa koulutusta toteutettaessa?
3. Kuinka hyvin tehtävät vastaavat kunkin prosessin vaiheen tavoitteeseen?

Testialustaksi päädyin valitsemaan verkkolomakkeen (LIITE 1). Verkkolomakkeen tekeminen on helppoa ja ilmaista ja testaajat voivat vastata siihen oman aikataulunsa mukaan. Sen kautta saadaan myös eri vastaajien vastaukset koottua helposti yhteen ja vertailtavaksi. Koska tehtävät ovat toteutettavissa paperin ja kynän avulla, riitti verkkolomakkeellakin lähinnä tehtävänannon kuvaus ja parista työkalusta tein lisäksi tarkemman kuvan ohjeistuksen tueksi. Toisin kuin koulutustilanteessa, verkkolomakkeen kautta on toki vaikea pyytää tarvittaessa lisäohjeistusta tehtävien suorittamiseen, mutta koska tavoitteena on lähinnä testata tehtävien ymmärrettävyyttä ja helppoutta, saataneen tarvittavaa tietoa myös siinä tapauksessa, että tehtävänantoa ei ole ymmärretty täysin oikein.

Testaajina toimivat seuraavat henkilöt:

nainen, 36, kehityspäällikkö,
mies, 38, projektipäällikkö,
mies, 46, työnjohtaja,
mies, 39, tuotesuunnittelija ja
nainen, 31, sairaanhoitaja.

Testaajista kenellekään muotoiluajattelu tai muotoiluprosessi ei ollut ennestään tuttua. Testaajien määrä on melko pieni ja kaikki eivät tehneet testiä kokonaisuudessaan, mutta ensimmäisenä kokeiluna testi antoi hyvin alustavaa tietoa koulutuspaketin jatkosuunnittelun pohjaksi.

Lomakkeen rakensin etenemään tehtävä tehtävältä. Jokaisesta tehtävästä annoin ensin kuvauksen siitä, mitä pitää tehdä. Kuvauksen alle sijoitin kommenttitaatikon, johon vastaaja sai halutessaan kirjoittaa omia kokemuksiaan tehtävästä. Itse tehtävästä saatavia tuloksia en kysynyt, jotta vastaajan ei tarvitse jakaa yksityisiä ajatuksiaan.

Tehtävän otsikossa annoin myös arvioimani oletusajan siitä, kuinka kauan tehtävän tekeminen voisi viedä. Aikaan liittyen tuli lomakkeella seuraavaksi kysymys, kuinka nopeasti tehtävän sai suoritettua annettuun aikaan verrattuna. Tähän vastattiin asteikolla 1-5, jossa 1 tarkoitti, että tehtävän sai suoritettua paljon hitaammin ja 5 taas paljon nopeammin. Lopuksi vielä annettiin joko yksittäisestä tehtävästä tai muuttaman tehtävän ryppästä tavoitekuvaus ja pyydettiin arvioimaan asteikolla 1-5 (erittäin huonosti – erittäin hyvin), kuinka hyvin tehtävä tai tehtävät onnistuivat tässä tavoitteessa.

4.2.2 Testauksen tuomat tulokset

Vastaukset tehtävistä keräsin taulukkoon (LIITE 2). Käyn tässä läpi yksittäisten vastausten sijaan sitä, millaisia asioita löysin kysymyksiin, joihin halusin testaamisen kautta saada vastauksen voidakseni muokata kokonaisprosessia paremmaksi.

4.2.2.1 Kuinka helppoja tehtävät ovat ei-muotoilijoiden mielestä toteuttaa ja millaisia ajatuksia ne herättivät?

Kuvittelemisen on yllättävän vaikeaa realistiseen maailmankuvaan tottuneille ihmisille. Tämän voi päätellä erinäisistä vastaajien antamista kommentteista:

”En osaa hahmottaa tehtävänantoa - nämä haaveet ovat niin utopistista ja kaukana todellisuudesta”,

”on haasteellista katsoa tottumuksen ja boksen ulkopuolelle.”

Prosessiin tarvittaisiin selkeästi lisää ideointityökaluja käytettäväksi:

”Äkkiä voi tulla jumi ja silloin aika on liian pitkä eli tehtävän tekemiseen voi tarvita apuja.”,

”sain tehtyä noin puolet. Sata on määränä aivan liian paljon”,

”tuntuu taas olevan elämää suurempien kysymysten äärellä. Ei mitenkään helppo ideoida, eri asia kuin jonkun teknisen asian ratkaisu tai kokeileminen.”

Myös uskominen sellaiseen tulevaisuudenkuvaan, joka ei ole juuri tällä hetkellä vastaajalle mahdollista, oli selkeästi vaikeaa:

”maailmaa syleilevät tunteet heräsivät sekä jatkuva auttamisen halu heikompia kohtaa. Onko se oikeasti reallista?”,

” tämä oli henkilökohtaisesti melko hankalaa. Suunnitelmat tuppasivat olemaan utopistisia.”,

”ennustuksia? arvailuja mitä voisi tapahtua? ei mitään kauhean selkeää.”

Jopa itse merkityksen löytämisen mahdollisuutta epäiltiin yhdessä kommentissa:

”Tämän koin haastavaksi. Elämän merkitykselliset asiat näkee vasta myöhemmin, näitä hankala ennakoita. Vasta johonkin päästyään näkee osin asioiden merkityksen. Iso tapahtuma voi vuosien päästä ollakin olematon, yksittäinen musiikkikapale puolestaan saattaa olla elämää suurempi.”

Kenties näitä asioita täytyisi avata koulutuksessa tarkemmin ja havainnollistaa esimerkkien kautta, mistä on kyse. Yhdessä tehtävässä tuotiinkin esiin havainnollistamisen tärkeys:

”Ilman esimerkkikuvaa tämä tehtävä olisi jäänyt tekemättä.”

Joidenkin tehtävien kautta on selkeästi herännyt ajatuksia siitä, mikä omassa elämässä on tärkeää:

”Tässä oikeasti mietti elämää ja sitä mitä on tai mitä on tehnyt. Toisaalta herrättää myös tunteita, että mitä haluaa lisää!”

”Tämä antoi enemmän ajatuksia oman elämän tärkeistä asioista kuin ensimmäinen tehtävä.”

”tämä auttoi huomaamaan, millä alueella oma mielenkiinto ja painopiste sijaitsee. Itselleni työ ei esimerkiksi ole ollenkaan se tärkein, vaan enemmänkin se pakollinen paha rahan ansaitsemiseen.”

Samoin osassa tehtävistä on saatu aikaan uudenlaisia ajatuksia:

”todistiko tämä, että mun pitäisi vaihtaa hommia”

”mielenkiintoinen tehtävä, laittoi ajattelemaan muutakin kuin sarjakuvia”

”Huomasin miettiväni, tuleeko minun väkiväkolla pyrkiä kohti parempaa ja onnistuneempaa viivan kohtaa, vai riittääkö että on tyytyväinen siihen mitä jo on.”

Elämään liittyvien huonojen kokemusten tai epäon-

nistumisten näkeminen oppimiskokemuksina on toki vaikeaa kenelle tahansa:

”Valitettavasti minulla tulee aina ne pahat asiat mieleen ja sit tulee jossittelu”

mutta jos sen oppisi paremmin, auttaisiko se myös kestävästi elämässä eteen tulevia vaikeuksia paremmin? Merkitystään toteuttaessaanhan kärsimysten sietämisenkin pitäisi olla helpompaa.

Prosessin testaaminen pysähtyi jokaisen vastaajan kohdalla viimeistään kokeilujen kohdalla:

”ratkaisuideoiden ollessa elämää muuttavia ja esimerkiksi koko perhettä koskevia asioita ”kokeilu” ei ole se helpoin vaihtoehto tai vaihtoehto ollenkaan” ja

”tätä ei tässä testimielessä pysty toteuttamaan. Kuten edellinen vastaus, liian isoja asioita vain kokeiltaviksi.”

Näissä tehtävänannoissa en siis pystynyt riittävästi tuomaan esiin sitä, että kokeilujen ei tulisi olla elämää mullistavia, vaan jotain pientä ja helppoa, jonka tarkoitus on vasta antaa vastauksia siitä, onko kyseinen suunta oikea ja pitäisikö sillä jatkaa eteenpäin vai kenties muuttaa suunnitelmia.

Koska kokeilujen kautta ei päästy eteenpäin, eivät vastaajat kokeneet viimeisiäkään tehtäviä relevanteiksi:

”Tämä edellyttää, että mielessä on selkeä, konkreettinen tavoite. Ilman suuntaa ja tietoa tankkauspisteistä kisa hyytyy jo lähtöviivalla.”

”mielestäni tämä liittyy enemmänkin työmisoon, mitä taasen itse en pidä/en osaa pitää tärkeimpänä asiana elämässä.”

Kenties yhdessä koulutuksessakaan ei päästä näihin tehtäviin asti, vaan prosessi tulisi jakaa jollakin tavalla osiin?

4.2.2.2 Kuinka kauan tehtävät suurin piirtein veisivät aikaa koulutusta toteutettaessa?

Annettua aikaa halusin selvittää, koska voidakseni luoda koulutusprosessin, täytyy olla jonkinlainen käsitys siitäkin, kuinka kauan eri tehtävien tekemiseen kuluu ja kuinka kauan silloin oletettavasti koulutuksen kesto tulee olemaan. Tehtävänannossa annetuista ajoista laskettava yhteisaika on 2 tuntia 45 minuuttia sekä ratkaisuideoiden kokeilemiseen menevä aika, jota ei ollut määritetty. Näiden lisäksi toki aikaa menee runsaasti tehtävien antamiseen ja muuhun yleiseen jutusteluun sekä mahdollisiin taukoihin. Lisäksi koulutuksen lopullisesta rakenteesta riippuen iteraatio-kerroksia saattaa olla useampi, jolloin nekin vievät oman aikansa. Tavoite onkin kokonaisajan sijaan saada tietoa, kuinka kauan eri tehtäviin suurin piirtein menee, jotta tietoa voidaan käyttää apuna myöhemässä koulutuksen rakentamisessa.

Vastaajat kokivat, että annettua enemmän aikaa meni tehtävissä supersankari, elämänkaari 1, 100 toivetta, kolme erilaista viisivuotissuunnitelmaa, futures wheel, elämänkaari 2 ja kaikki loppupään tehtävät ideoinnista ilmiön rakentamiseen. Annettua aikaa nopeammin taas testaajat kokivat suoriutuvansa vain tehtävästä oman elämän mind map. Onnistumisen mittaristo ja yhteneväisyyskartta onnistuivat vastausten mukaan keskimäärin annetussa ajassa.

Näiden vastausten perusteella siis melko moni tehtävistä vaatisi enemmän aikaa, kuin mitä tehtävänannossa oli annettu, mikä tarkoittaa myös koulutuksen kokonaiskeston venymistä. Kokonaiskeskiarvoksi tehtävien ajoituksesta saatiin 2,4 eli keskimäärin jokaiselle tehtävälle pitäisi antaa hieman lisää toteutamisajaa. Näitä tietoja pystyn myös käyttämään myöhemmin koulutuksen rakentamisen apuna. Huomioitakoon kuitenkin, että nyt testaajilta puuttui ryhmän ja kellon kulumisen aiheuttama paine suoriutumisesta, joka koulutustilanteessa tulee olemaan.

4.2.2.3 Kuinka hyvin tehtävät vastaavat kunkin prosessinvaiheen tavoitteeseen?

Vastaajat saivat myös arvioida asteikolla 1-5, kuinka

hyvin he kokivat yksittäisten tehtävien vastaavan tarkoituksensa. Kokonaiskeskiarvoksi tuli 3,1 eli piirun verran parempi, kuin keskiarvo 3. Tehtäväkohtaiset keskiarvot jakautuivat välille 1,7 - 4,3. Parhaiten tavoitteeseensa vastaaviksi tehtäviksi koettiin alkupään tehtävät ja niistä erityisesti futures wheel -työkalu.

Huonoimmat arvostelut saivat loppupään tehtävät, joiden toteuttamisen esteeksi tuntui asettuvan vaikeus ymmärtää niiden merkitystä tai sitä, kuinka kaukaisilta, jopa utopistisilta tuntuvia haaveita voisi kokeilla ja löytää sitä kautta mahdollisesti uusiakin tapoja toteuttaa merkityksellistä elämään. Jos keskiarvo tehtävien onnistumisesta tavoitteissaan lasketaan vain niiden tehtävien osalta, jotka on oikeasti tehty (tehtävät 1-9), saadaan keskiarvoksi 3,4. Tämän mukaan siis niiden tehtävien, jotka vastaajat oikeasti tekivät, koettiin onnistuvan tavoitteissaan ihan hyvin. Näistä ainoastaan supersankaritehtävä ja elämänkaareni 2 jäivät arvostelussa keskimäärin alle kolmen pisteen.

4.2.3 Prosessin kokonaisuuden arviointi

Saatuani vastaukset työkalujen testaajilta, lähdin arvioimaan koko prosessia ja siihen liittyviä tehtäviä uudestaan. Käytin itse työkaluna mind map -menetelmää ja keräsin siihen prosessin vaiheet, eri vaiheiden tavoitteet sekä valitut tehtävät (KUVA 7). Mukaan mind mapille keräsin omia ajatuksiani prosessin onnistumisesta ja siitä, mitä prosessissa pitäisi muuttaa.

Huumori, leikkimielisyys ja rohkeuden kasvattaminen eivät tulleet työkalujen kautta mielestäni riittävästi esiin. Kenties ennakkotehtäväksi voisi antaa koulutettaville tehtävän: tee jotain, mitä et ole koskaan aiemmin tehnyt. Sillä jo herätellään ajatuksia irti tavanomaisesta. Myöskään ulkopuolista näkökulmaa tai muiden osallistamista ei näiden tehtävien kautta tullut esiin. Ryhmäkoulutuksessa tämä voitaisiin kuitenkin toteuttaa melko helposti käymällä joitain tehtäviä yhdessä läpi. Näin omiin ajatuksiin voi saada muilta palautetta ja kenties sellaisia ideoita, joita itselle ei tullut aiemmin mieleen.

Valmistautumisvaiheessa pitäisi tarkemmin määritellä, mikä on tarve muutokselle. Jokaisella on jokin syy, miksi päättää osallistua tämän kaltaiseen koulutuk-

seen. Se pitäisi määrittää prosessin alussa, vaikkapa aivan ensimmäisenä tehtävänä tutustumisen yhteydessä. Merkityksen antamista kun on jo se, että asian sanoo ääneen. Supersankaritehtävä itsessään vaikutti ihan toimivalta, sillä se sai tekijät näkemään oman tilanteensa ja kenties itsensä uudesta näkökulmasta. Jäin kuitenkin miettimään, oliko tehtävä sijoitettu prosessissa väärään kohtaan. Siinä kun mietitään supersankaristatuksen kautta maailman pelastamista, saattaa se myös pelästyttää kuvittelemaan, että tarkoitus olisi tavoitella jotain mahdotonta. Oliko toimivampi aloitus lähtea metaforan kautta miettimään omaa nykytilannetta? Samalla tämä toimisi lämmittelytehtävänä koulutuksessa. Tästä voidaan jatkaa nykytilanteen tunnistamista oman elämän mind map -tehtävällä, jonka testaajat kokivat melko onnistuneeksi. Jatkaisin tämän tehtävän muokkausta vielä eteenpäin. Kun mind map on kasassa, voitaisiin

siihen merkitä esimerkiksi punaisella värillä asiat, joita haluaa vähemmän ja vihreällä asiat, joita haluaa elämänsä enemmän.

Nykytilanteen avaamisen vaiheesta jättäisin elämäkaaritehtävän pois. Sillä voi toki kuvata sitä matkaa, joka on tuonut nykytilanteeseen, mutta mahtaako se tuoda uusia havaintoja tai näkökulmia tekijälleen omasta elämästään, jos siihen lisää vain itselle selkeitä asioita? Voisiko storyboard tai tarinallistaminen tuoda paremmin uusia näkökulmia omaan tarinaan? Jos tarinan luomisessa edettäisiin kaavalla, jossa useamman käänteiden jälkeen tulee klimaksi ja tarinan opetuksen johtava ratkaisu, voisi se auttaa näkemään menneet vaikeudet paremmin paitsi oppimiskokemuksina, myös sellaisina käänteinä, joita ilman ei olisi juuri nyt tässä.



KUVA 7. Prosessin kokonaisuuden arvioinnin apuna käytetty mind map

TAULUKKO 13. Työkalu merkitysten etsimiseen

Näistä olen kiitollinen	Näiden asioiden puolesta olen valmis taistelemaan (kuvainnollisesti)	Nämä asiat valvottavat minua öisin

Nykytilanteen avaamisen yhtenä tavoitteena on löytää nykyiseen elämään liittyviä merkityksiä. Niitä ei kuitenkaan näillä testatuilla tehtävillä saatu riittävästi esiin. Lähtisinkin mind mapin jälkeen vielä jatkaamaan tärkeiden asioiden etsimistä tehtävällä, jossa ensin lisätään yksittäisiä asioita ruutuihin seuraavien kategorioiden mukaan: näistä olen kiitollinen, näiden asioiden puolesta olen valmis taistelemaan (kuvainnollisesti) ja nämä asiat valvottavat minua öisin (TAULUKKO 13). Tämän jälkeen kerättyistä asioista valittaisiin yhdestä kolmeen itselle kaikkein tärkeintä asiaa. Niiden merkityksiä voitaisiin avata viisi kertaa miksi -tehtävän avulla (TAULUKKO 14).

Toisena tehtävänä tässä vaiheessa oli onnistumisen mittaristo. Osa testaaajista koki sen hyväksi ja osa huonoksi tehtäväksi. Haluaisin jollakin tavalla tässä vaiheessa visualisoida sitä, kuinka hyvin näitä nyt löydettyjä merkityksellisiä asioita elämässään tällä hetkellä toteuttaa ja kuinka paljon niitä haluaisi toteuttaa. Onnistumisen mittaristo ei kuitenkaan taida olla siihen paras työkalu. Voisiko jonkinlainen muu mittaristo toimia tässä visualisointityökaluna? Toimisiko sellaisena esimerkiksi pystysuuntainen taulukko (TAULUKKO 15), johon kerätään ensin asioita, joiden kautta jo toteuttaa kyseistä valittua merkityksellisyttä ja tämän jälkeen lisätään asioita, joiden kautta voisi toteuttaa. Nämä asiat, joita jo toteuttaa, väritettäisiin, jolloin näkisi, kuinka paljon omassa elämässä on jo merki-

tyksellisyttä kohti vieviä asioita. Samaan mittaristoon voisi myös hahmotella asioita, joita omaan elämäänsä haluaisi lisätä voidakseen paremmin toteuttaa itselleen tärkeitä asioita.

TAULUKKO 15. Idea oman merkityksellisuuden tavoittamisen visualisointityökalusta

Oma merkityksellisyys (mitä haluan saada aikaan)
Asia 8
Asia 7
Asia 6 (toteutan jo)
Asia 5
Asia 4 (toteutan jo)
Asia 3 (toteutan jo)
Asia 2 (toteutan jo)
Asia 1 (toteutan jo)

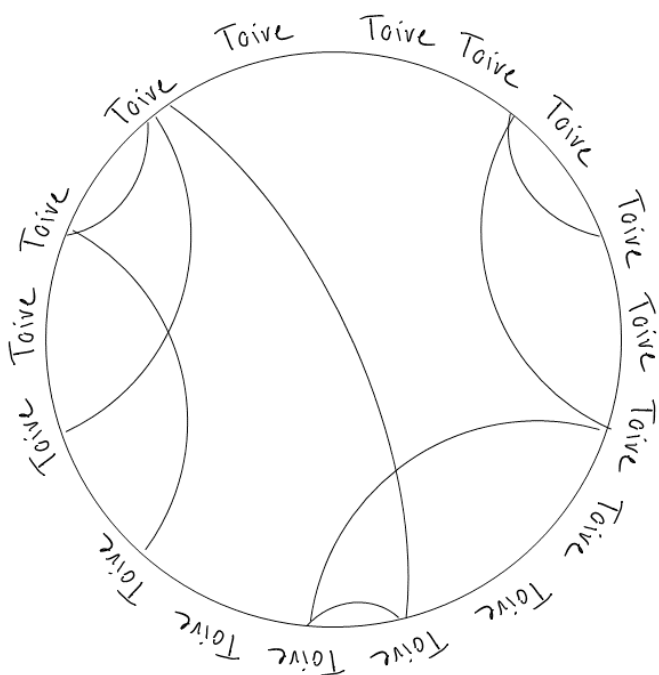
Testasin tätä työkalua nopeasti yhdellä aiemmista testaaajista. Ongelmaksi osoittautui työkalun konkreettisuus: jo pelkästään oman merkityksellisuuden laittaminen tavoitteeksi saa ajatukset fiksoitumaan tähän tavoitteeseen ja listattavat stepit, eli asiat, joissa tätä

TAULUKKO 14. Tärkeimmät asiat ja viisi kertaa miksi -tehtävä

	Miksi?	Miksi?	Miksi?	Miksi?	Miksi?
Minulle tärkein asia					
Minulle toiseksi tärkein asia					
Minulle kolmanneksi tärkein asia					

tavoitetta toteuttaa tai voisi toteuttaa, lisäävät tavoitteen kiinnittymistä. Se ei kuitenkaan ole tässä vaiheessa vielä tavoitteena. Kenties tämä työkalu voisi toimia prosessin loppupäässä paremmin ja tästä vaiheesta voidaan visualisoiva työkalu jättää vielä pois.

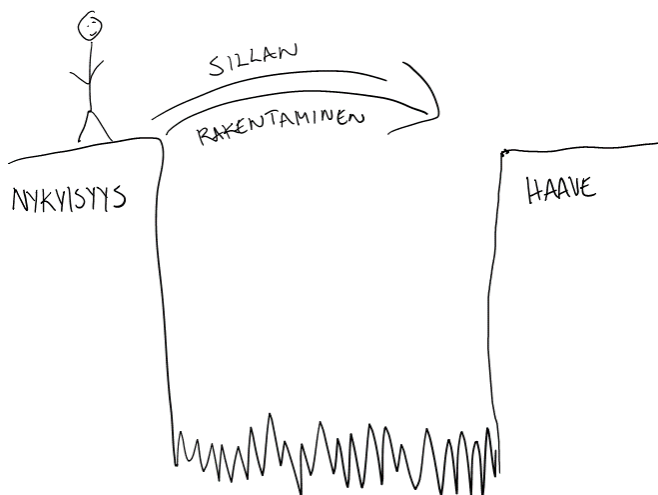
Ongelman avaamisen vaiheessa tehtävänä oli keksiä sata toivetta omalle elämälle. Tehtävä sinänsä on hyvä, mutta testaamisen kautta esiin tuli pari ongelmaa. Ensimmäinen ongelma ilmeni ideoinnin vaikeutena: näin suuren määrän ideointiin tarvitaan ideointimetelmiä avuksi. Toinen haaste tulee eteen seuraavan tehtävän kautta: yhteneväisyyksien etsimisessä kaikki sata toivetta täytyisi järjestellä uudestaan. Käytännön koulutusilanteessa, jossa on useampi henkilö ja jokaisella omat sata toivettaan, vaadittaisiin melkoiset tilat lappujen levittämiseen ja järjestelemiseen. Mietin siis, voisiko erilainen tehtävä toimia käytännössä paremmin antaen silti samanlaisia vastauksia. Jos toiveet kirjattaisiinkin suuren ympyrän (KUVA 8) ulkoreunoille ja yhteneväisyyksiä etsittäisiin vetämällä viivoja ympyrän sisäkautta toisiinsa liittyvien asioiden välille. Asiat, joihin yhdistetään eniten muita asioita, viittaavat todennäköisesti johonkin sellaiseen kokonaisuuteen, jolla on itselle suurempi merkitys kuin niillä asioilla, jotka eivät liity kovinkaan moneen muuhun mieleen tulleseeseen toiveeseen.



KUVA 8. Ympyrä ja viivat tehtävä voisi korvata sata toivetta -tehtävän

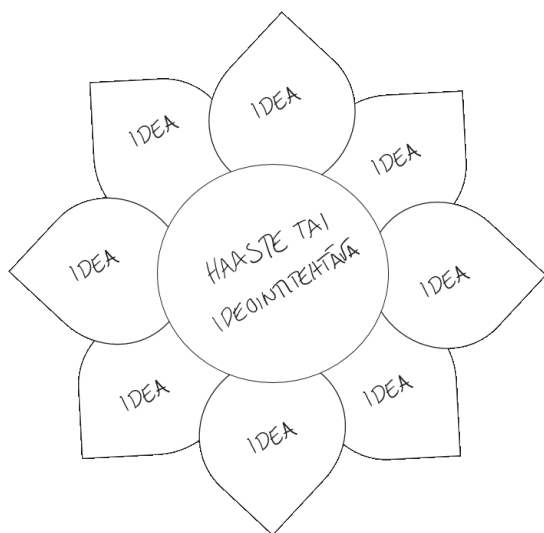
Sadan toiveen löytämiseksi tarvitaan kuitenkin ideointityökaluja. Tehtävänanto voisi mennä kaavalla, jossa ensin laitetaan ylös kaikki mieleen tuleva. Sen jälkeen voitaisiin tuoda mukaan motivaatiokysymyksistä tähän sopiva versio: mikä saa sinut tekemään asioita ja mitä asioita tekemättä et vain voisi olla. Ideointiapuna voitaisiin käyttää myös supersankaritehtävää: jos muuttuisit nyt supersankariksi, millaisia voimia saisit, mihin niitä käyttäisit, keitä voimillasi haluaisit auttaa ja miten haluaisit muuttaa maailmaa paremmaksi. Kun ensin on miettinyt itseään supersankarina, voisikin seuraavaksi hyödyntää jokaisen omia sankareita ja esikuvia: ketkä ovat omia esikuvia ja mitä sellaista he tekevät, mitä itsekkin haluaisi tehdä. Lopuksi voisi vielä ottaa avuksi hullutteluasennetta: jos kaikki olisi mahdollista ja käytössä olisi kaikki mahdollinen aika, raha ja resurssit, mitä silloin tekisi. Entä mitä haluaisi tehdä, jos pystyisi määräämään kaikkia muita ihmisiä?

Tässä vaiheessa prosessia pitäisi olla kerättynä nykytilanteeseen liittyviä merkityksellisiä asioita ja toiveita, joista on tunnistettu yhteneväisyyksiä. Näistä saisi jo muokattua hyvinkin testausvaiheessa tehtävänä olleet kolme erilaista viisivuotissuunnitelmaa. Ennen kuin ongelmaa lähdetään kehittämään eteenpäin, haluaisin kuitenkin rohkaista ihmisiä uskomaan paremmin siihen, että he voivat saavuttaa sellaisia tulevaisuudenkuvia, jotka eivät vielä ole mitenkään mahdollisia. Siksi lähtisinkin liikkeelle leikkimielellä: tehtäväksi antaisinkin luoda ensin utopisen tulevaisuudenkuvan; jotain, mikä vastaisi täydellisesti oman merkityksellisen elämän toteuttamiseen, mutta vaikuttaisi liian kaukaiselta tai epärealistiselta voidakseen toteutua oikeasti. Tämän jälkeen mietittäisiin omia normeja, eli sitä, minkä itselle kokee olevan tällä hetkellä mahdollista ja millaisten asioiden pitäisi muuttua, jotta utopiasta tulisikin mahdollista. Tämä toivottavasti kääntää hieman näkökulmaa pois siitä, mikä nyt on mahdollista ja mikä ei. Asiaa voitaisiin visualisoida vielä kuvalla (KUVA 9), jossa nykytilanne on eräänlaisen kuilun toisella puolella ja utopia toisella puolella. Tästä eteenpäin muotoiluajattelun keinoin, iteratiivisesti edeten, pyritään rakentamaan siltaa kuilun yli ja tekemään tulevaisuudesta totta.



KUVA 9. Kuilu sen välillä, mikä nyt on mahdollista ja mikä ei vielä ole mahdollista on mahdollista ylittää

Koulutuksen aikana haluan jo aloittaa ja opettaa iteraatiovaiheiden periaatteet. Lähdemme siis seikkalemaan kohti tätä utopistista tulevaisuudenkuva. Ideointivaiheeseen kokeilin yhden testajaan kanssa vähän erilaista lähestymistapaa, lotus blossom -tehtävää. Tämä testaja oli kokenut, että hänen viisivuotissuunnitelmat olivat niin kaukaisia haaveita, ettei hän pystyisi niitä toteuttamaan vaikka haluaisikin. Lotus blossom -tehtävän (KUVA 10) avulla hän löysi kuitenkin lopulta sellaisia asioita, jotka nykytilanteessa olisivat mahdollisia jo toteuttaa ja veisivät hieman lähemmäs tätä haavetta. Lotus blossom on mind mapin yhdenlainen versio, jossa keskelle kirjoitetaan haaste tai ideointitehtävä ja sen ympärillä oleville terälehdistä kehitetään ideoita. Tämän jälkeen valitaan näistä ideoista yksi uuden kukan keskiöön ja kehitetään sille ideoita. Ideointia voidaan jatkaa useampi kierros tarpeen mukaan. (Vapaa Pudotus Oy 2012, 2.)



KUVA 10. Lotus Blossom -tehtävän ajatus

Ideoinnin jälkeen valitaan lotus blossom -tehtävästä yksi ratkaisuidea kokeiltavaksi. Koulutuksen aikana tavoitteeni olisi tuoda esiin, kuinka kokeilun voisi toteuttaa pienellä tavalla. Tähän täytyy siis tuoda ensin tietoa ja esimerkkejä tekemisen pohjaksi. Ensin on siis löydettävä oikeat kysymykset, joihin halutaan kokeilun kautta saada vastaus ja sen jälkeen kehittää mahdollisimman yksinkertainen ja helppo tapa saada näitä vastauksia. Tässä vaiheessa ollaan siis edelleen koulutuksessa, jolloin kokeilun on oltava sellainen, että sen voi paikan päällä toteuttaa. Kun kokeilut on suoritettu, arvioidaan tulokset ja jatko.

Näitä kokeiluita voitaisiin koulutuksen aikana jo pariin kertaan suorittaa, jotta iteraation periaate tulee tutuksi. Joka kierroksella utopiasta liikkeelle lähtenyt tavoitetta tarkennetaan. Jos kokeilun toteuttaminen tuntuu pelottavalta (onhan se jo askel lähemmäs tavoitetta), voidaan mahdollisia riskejä analysoida joko futures wheel -työkalun avulla tai yksinkertaisella nelikentällä (TAULUKKO 16), jossa mietitään mikä on paras ja huonoin asia, mitä voi tapahtua, jos kokeilun tekee tai jättää tekemättä. Käytän itse tätä tapaa usein päätöksenteon apuna eräänlaisena riskianalyysinä.

Näitä kokeiluita täytyy osallistujien jatkaa koulutuksen jälkeen itsekseen. Koulutuksen lopussa täytyisi kuitenkin saada aikaan jonkinlainen sitoumus, jossa lupaa jatkaa elämänsä kehittämistä merkityksellisemmäksi. Sitoumuksena voisi toimia yksinkertaisesti tavoitteen kirjaaminen seuraavalle vuodelle, sitoutuminen sen saavuttamisen allekirjoittamalla ja välitavoitteiden miettiminen. Toinen tapa pitää yllä tavoitteellisuutta voisi olla noin kymmenen tavoitteen lista siitä, mitä elämässään haluaa toteuttaa. Tämä lista täytyisi olla sellaisessa muodossa, että joko se on koko ajan näkyvillä ja muistuttamassa itsestään tai sitten siitä tulisi taasisin väliajoin muistutuksia kysyen, joko olet saavuttanut jonkin näistä tavoitteistasi tai haluatko kenties muokata tavoitelistasi sisältöä. Kenties sitoutumisensa voisi osoittaa jotenkin konkreettisemminkin keinoin. Tunnetuin sitoutumista osoittava merkki lienee avioliiton tai kihlautumisen osoittava sormus. Myös rintamerkit ja -korut (Syöpäsäätiö 2015), lisenssikortit (Managing Industry-Changing Innovations MIND 2015) sekä avaimenperät (Delft Institute of Positive Design 2012) voivat toimia sitoutumisen konkretisoina. Samalla näiden tunnusmerkkien kautta voidaan luoda yhteenkuuluvuuden tunnetta niiden välille, jotka sitoutumisen merkkejä käyttävät.

TAULUKKO 16. Nopea malli riskianalyysistä

	Mihin parhaimmillaan johtaa	Mihin huonoimmassa tapauksessa johtaa
Jos teen kokeilun		
Jos en tee kokeilua		

Sitouttamistapa on selkeä jatkokehittämisen aihe, mutta lähdän liikkeelle alussa tuolla yhden vuoden tavoitteella ja siihen sitoutumisella. Silloin kokonaistavoite voi elää edelleen, vaikka ensimmäisen vuoden aikana sitoutuinkin jo jonkin konkreettisen aikaansaamiseen. Itse asiassa kokonaistavoite voi elää jopa koko elämän ajan. Silloin päästään ylläpitämään tavoitteellista elämäntapaa, jota tarvitsemme henkisen hyvinvointimme vuoksi. Vuositavoitteen tulisi olla jotakin itselle merkityksellistä, jopa intohimoista ja sen tulisi johtaa johonkin itseä suurempaan, kuten muiden auttamiseen tai jollakin tavalla maailman hieman paremmaksi tekemiseen. Parhaimmillaan tällaisen tekemisen kautta voi löytää myös itselleen uuden elannon. Tällaiseen tavoitteeseen voitaisiin hyvin yhdistää myös jakamisen ajatus: kuinka omasta asiasta saisi tehtyä itseään suuremman ilmiön. Vuositavoitteen kehittämiseksi tarvitaan siis taas vapaata ideointia, jonka tavoitteena on löytää innoittava, saavutettavissa oleva tavoite.

4.2.4 Prosessin muokkaaminen

Kokeilusta ja uudelleenanalysoinnista saatujen tietojen perusteella pyrin muokkaamaan prosessia paremmaksi, vastaamaan entistä paremmin prosessille ja sen vaiheille asetettuihin tavoitteisiin. Testaamisen ja analysoinnin kautta selvisi, että havainnollistavat työkalut, tehtävistä suoriutumisen helppous ja niiden tarkoituksen esiintuominen joko rationaalisen tiedon tai esimerkkien kautta ovat ensiarvoisen tärkeitä, jotta muotoiluajatteluun tottumaton pystyisi hyötymään prosessista kunnolla. Oikeiden työkalujen löytämiseen käytän apuna taulukkoa (TAULUKKO 17), jossa tuon esiin prosessin vaiheen, testausvaiheessa käytetyt työkalut ja nyt valittavat uudet työkalut.

Koulutusta rakennettaessa on tärkeää muotoilla vielä oman brändin mukaiset, visuaaliset tehtäväpohjat kullekin tehtävälle. On muistettava myös vertaistuen arvo paitsi henkisenä tukena, myös siinä, että muiden ihmisten havaintojen kautta voi löytää uusia puolia itsestään tai uudenlaisia ideoita tulevaisuudelleen. Yhden koulutuksen aikana ei valmista elämänsuunnitelmaa tulla saamaan aikaan, vaan jokainen osallistuja joutuu omaa suunnitelmaansa muokkaamaan vielä moneen kertaan elämänsä aikana. Kenties tehtävien tai vuositavoitteen toteuttamisen seurantakin olisi siinä tapauksessa tarpeen. Koulutusmateriaaleissa on tärkeää tuoda esiin myös tietoa siitä, mikä on eri asioiden teoreettinen tausta ja toisaalta pyrkiä havainnollistamaan myös esimerkkien kautta, miksi jokin asia on niin, kuin väitetään.

Käytännössä jokainen koulutus tulee olemaan prosessin testi. Kuten muotoiluajattelun periaatteisiin kuuluu, kehitys on jatkuva oppimisen prosessi ja suunta on kohti täydellisyyttä ilman, että sitä koskaan tullaan tavoittamaan. Prosessikaan ei siis koskaan tule olemaan täydellinen, mutta tässä vaiheessa totean, että se on riittävän hyvä siihen, että voin sen avulla rakentaa oman koulutuksen. Jatkokehittämisen kannalta täytyy vielä suunnitella tapa, jolla saan kerättyä oikeanlaista palautetta prosessin ja koulutusten kehittämiseksi.

TAULUKKO 17. Prosessin vaiheet, testauksessa käytetyt työkalut ja uudet työkalut

	Prosessin vaihe	Testausvaiheessa käytetyt työkalut	Muokattu prosessi ja siinä käytettävät työkalut
Valmistautuminen	Lähtökohta		Ryhmässä esittäytymisen yhteydessä kysytään, miksi haluaa muuttaa elämäänsä (= lähtöongelman määrittely).
	Asenne kuntoon	Supersankari	Ennakkotehtävänä: tee jotain, mitä et ole koskaan aiemmin tehnyt.
Tarinani nyt	Nykytilanteen tunnistaminen	Oman elämän mind map	Metafora itselle ja elämän nykytilanteelle Oman elämän mind map Mind mapin punaiset ja vihreät
	Nykytilanteen avaaminen	Elämänkaareni 1 Onnistumisen mittaristo	Storyboard tai tarinallistaminen Kategorisointi kiitollisuus / taisteluvalmius / valvottavat asiat 1-3 tärkeintä asiaa ja 5 kertaa miksi
Tarinan haastaminen	Ongelman haastaminen	100 toivetta	100 toivetta ympyrälle Ideointiapuna motivaatiokysymykset, supersankari-metafora, omat esikuvat ja hulluttelu
	Reflektointi	Yhteneväisyyksien etsiminen	Yhteneväisyyksien etsiminen yhdistämällä asioita viivojen avulla
	Ongelman ja tavoitteen kehittäminen	3 eri viisivuotissuunnitelmaa Futures wheel Elämänkaareni 2	Utopinen, täydellinen tulevaisuudenkuva Normien muuttaminen
Kohti uutta tarinaa	Ratkaisuideoiden kehittäminen	Ideointi, 3*3*3	Lotus blossom
	Idean testaaminen	Kokeiltavan ratkaisun validointi Ratkaisuidean kokeilu	Kokeiltavan ratkaisun valinta Oikeiden kysymysten löytäminen Pienen kokeilun ideointi, nopea riskianalyysi ja toteuttaminen
	Arviointi	Kokeilun analysointi	Kokeilun analysointi ja seuraavan vaiheen päättäminen
Uuden tarinan toteuttaminen	Lopputuloksen toteuttaminen	Astuminen mielekkääseen elämään (uuden elämän vision määrittäminen, tehtävälista, sitoumus, välitavoitteet)	Ideointi, tavoite yhdelle vuodelle ja sitoutuminen siihen
	Lopputuloksen jakaminen	Tee asiastasi ilmiö	(Mukana edellisessä vaiheessa)

5 PÄATELMÄT

Tavoitteena tässä työssä oli selvittää, voisiko muotoiluajattelua käyttää myös oman elämän suunnitteluun ja samalla oppia käyttämään luovaa lähestymistapaa arjen haasteiden ratkaisemiseen. Elämän suunnittelun keskeisenä ajatuksena oli löytää, millä asioilla itselle on merkitystä ja kuinka tähän merkitykseen liittyviä asioita voisi elämäänsä lisätä.

Työssä lähdettiin ensin tutkimaan, voiko muotoiluajattelua ylipäätään hyödyntää oman elämänsä suunnittelun työkaluna. Aiheesta löytyi jo valmiita esimerkkejä, joissa näin oli tehty ja aiheesta oli kirjoitettu myös pari suhteellisen tuoretta kirjaa. Verratuani vielä muotoiluajattelun prosessia elämän monimuotoisuuteen ja yllättävyyteen päädyin toteamaan, että muotoiluajattelu ottaa jopa hyvin huomioon elämään liittyvät muuttuvat tilanteet ja olosuhteet ja sopii erinomaisesti suunnittelutyökaluksi tähänkin.

Kun vertasin muotoiluajattelun prosessia merkityksellisuuden etsimiseen liittyviin tapoihin, totesin niiden menevän jopa niin hyvin yhteen, että päädyin epäilemään, toisiko muotoiluajattelu enää mitään uutta tähän prosessiin. Vertailun kautta löysin kuitenkin muotoiluajattelusta erinäisiä asioita, joista voisi olla hyötyä merkityksellisyytensä löytämiseksi.

Saatuani vastauksen siihen, että muotoiluajattelu voisi olla kiinnostava uusi tapa löytää elämäänsä merkitystä, lähdin rakentamaan prosessia, joka yhdistää merkityksellisuuden muotoiluajatteluun. Koska kohderyhmänäni olivat sellaiset henkilöt, jotka ovat työelämässä, mutta eivät ennestään tunne muotoiluajattelun periaatteita, päädyin rakentamaan prosessia työkalupohjaisesti. Etsin siis erilaisia työkaluja, joita prosessin eri vaiheissa voisi käyttää ja vertailun, testaamisen ja analysoinnin jälkeen päädyin valitsemaan yhdistelmään.

Näiden työkalujen avulla pystyn myöhemmin rakentamaan koulutuspaketin, jota voin hyödyntää mahdollisen uuden liiketoiminnan pohjana. Itse koulutusta ei siis vielä tämän kehittämistyön puitteissa suunniteltu, vain prosessi ja siihen sopivat työkalut. Kohderyh-

mäksi tälle prosessille näkisin soveltuvan erityisesti jo työelämässä olevat henkilöt, jotka joko kaipaavat merkityksen kautta saatavaa lisämotivaatiota työhönsä ja toimiinsa tai suunnittelevat jopa ammatin vaihtoa. Joillain muutoksilla prosessi voisi auttaa myös työpaikkoja tai ryhmiä. Silloin tavoitteena olisi löytää paitsi yhdessä merkitystä työlle eli yhteinen päämäärä, myös tunnistaa jokaiselle itselleen ne tärkeät merkitykset, joiden kautta työmotivaatio voisi parantua.

Muotoiluajattelun käyttämistä yksilön elämän suunnittelun työkaluna ei ole vielä kovinkaan paljon tutkittu. Tämä työ tuo ehkä uuden näkökulman muotoilun tutkimukseen. Se, mitä on paljon tutkittu, on työ, siinä viihtyminen, työhyvinvointi ja työhön liittyvä merkityksellisyys. Näiden tutkimusten perusteella työssä viihtyminen, työn tuloksellisuus ja työhyvinvointi lisääntyvät, jos työntekijä kokee tekevänsä mielekästä ja merkityksellistä työtä. Muotoiluajattelu voi toimia yhtenä tapana löytää omaan elämäänsä ja työhönsä merkitystä. Merkityksellistä työtä ja elämää toteuttaessaan taas saattaa kokea sekundäärisenä vaikutuksena olevansa onnellinen.

Itse työelämäkin on muuttumassa entistä epävarmemmaksi ja muutoksia kohdataan entistä useammin. Paremmasta elämänhallinnasta taas on hyötyä muutoksiin varautumisessa ja suhtautumisessa. Jos yksilö oppii samalla ajattelemaan luovemmin, voi siitäkin olla yhteiskunnallista hyötyä innovaatioajattelun kautta.

Lähdin kehittämistehtävään omasta mielenkiinnosta ja uteliaalla mielellä. Halusin aidosti selvittää, voisiko muotoiluajattelu laajentua koskettamaan elämän suunnittelua ja löytää sen avulla itselleen merkityksellisiä asioita, joita elämässään haluaa viedä eteenpäin. Uskon käyneeni asiaa melko perusteellisesti läpi ja löytäneeni riittävät perustelut sille, miksi muotoiluajattelu sopii näihin aiheisiin. Mielenkiintoista oli tutustua myös merkityksellisyyteen liittyvään kirjallisuuteen ja huomata, kuinka paljon yhteneviä asioita sieltä löytyi muotoiluajattelun kanssa.

Prosessin kehittämisessä toivon saaneeni aikaan sellaisen työkaluyhdistelmän, jonka avulla pystyy kehittämään itselleen aidosti merkityksellistä elämää ja oppia samalla ymmärtämään muotoiluajattelun periaatteita. Sen lisäksi, että tehtävien tulisi olla helposti ymmärrettäviä ja toteutettavia, myös prosessin tulisi opettaa käyttäjiään ja laajentaa heidän näkemyksiään omasta elämästään ja vaihtoehtojensa avaruudesta. Tämän onnistumisen pystyn kuitenkin toteamaan vasta sen jälkeen, kun prosessi on otettu käyttöön. Kehittämistyön aikana tehdyt kokeilut ja analyysit antavat toki erittäin arvokasta palautetta, mutta näyttivät vasta suuntaa ja sisältö tulee kehittymään vielä aidon käytön ja siitä saatavan palautteen myötä. Koen kuitenkin onnistuneeni siinä, että lopullinen versio prosessista etenee loogisesti ja käytettävät työkalut tukevat toisiaan ja merkityksellisyyden löytämistä. Ja kuten olen jo aiemminkin maininnut, täydellisyyttä ei voida tavoittaa, mutta kehittämisellä voidaan pyrkiä lähestymään sitä.

Selvittämättä jäi siis vielä prosessin vaikuttavuus. Yksi jatkotutkimuksen aihe voisi olla selvittää, millaisia mahdollisia vaikutuksia prosessilla on ollut ihmisten elämiin. Koulutuksen suhteen taas erilaisten oppijoiden huomioimista ei tässä aiheessa käsitelty. Siihen tulen tutustumaan myöhemmin koulutuksen kehittämisen yhteydessä. Koulutuksen lisäksi prosessin jakamiseen voisi olla monia muitakin keinoja, mutta niitäkään ei tämän työn yhteydessä käyty läpi. Myös esimerkiksi pelillistämisen käyttäminen koulutuksen tai muun prosessin opettamistavan suunnittelun apuna olisi myös kiinnostavaa liittää aiheeseen. Mielenkiintoista olisi syventyä myös erityisesti osaa nuorista koskevaan asenneongelmaan: siihen, kun mikään ei kiinnosta. Jos on jo syrjäytynyt yhteiskunnasta, mistä löydettäisiin elämään sellaista merkitystä, joka saisi nousemaan ja parantamaan omaa elämänlaatua.

Kuten elämä muutenkin, on muotoilu prosessikin kuin seikkailu. Haastamalla itsestänselvydet, etsimällä mahdollisuuksia uusilta poluilta ja etsimällä sitä, mitä vähiten osaa odottaa, voi löytää elämäänsä aivan uusia polkuja. Merkityksellistä elämää toteuttamalla saattaa jopa päätyä onnelliseksi. Onnea ei voi kuitenkaan yksin tavoitella, se tulee itsensä toteuttamisen kautta. On siis aika aloittaa matka ja antaa sen johdattaa kohti tuntematonta!

LÄHDELUETTELO

Ahmed, P. K. 1998. Culture and climate for innovation. *European Journal of Innovation Management*, Issue Vol. 1 Iss 1. 30-43.

Ahonen, J. 2010. Innovatiivisuus - johtaminen, kehittäminen ja esteet. Lappeenranta: Lappeenrannan teknillinen yliopisto.

Alasoini, T., Lyly-Yrjänäinen, M., Ramstad, E. & Heikkilä, A. 2014. Innovatiivisuus Suomen työpaikoilla: Menestys versoo työelämää uudistamalla, Helsinki: Tekes.

Aminoff, C., Hänninen, T., Kämäräinen, M. & Loiske, J. 2010. Muotoilun muuttunut rooli. Provoke Design Oy. 15.10.2015. Saatavissa: <https://www.google.fi/url?sa=t&source=web&rct=j&ei=OsM-4VdzsHcKLsgHItoHICA&url=https://www.tem.fi/files/26019/MUOTOILUN-MUUTTUNUT-ROOLI-1-2-2010.pdf&ved=0CCAQFjAD&usq=A-FQjCNFloVjecw5qwk0ZyMN7pKsuUJLuhg&sig2=jfRckeNh0LSamxrRbFJRUG>

Apilo, T. & Taskinen, T. 2006. Innovaatioiden johtaminen, Espoo: VTT.

Bateson, P. & Martin, P. 2013. *Play, Playfulness, Creativity and Innovation*. New York: Cambridge University Press.

Beckman, S. L. & Barry, M. 2007. Innovation as a Learning Process: Embedding Design Thinking. *The Regents of the University of California VOL. 50, NO. 1*. 15.10.2015. Saatavissa: http://gearheadgal.net/storage/2_InnovationAsLearningProcess.pdf

Berger, W. 2009. *Glimmer: How Design can Transform Your Life and Maybe Even the World (Unabridged)*. Audible Studios. Audiokirja.

Birsel, A. 2015. *Design the Life You Love: A Step-by-Step Guide to Building a Meaningful Future*. New York: Ten Speed Press. Ekirja.

Bobinet, K. 2015. *Well Designed Life: 10 Lessons in Brain Science & Design Thinking for a Mindful, Healthy & Purposeful Life*. Walnut Creek, CA: engagedIN Press. Ekirja.

Brown, T. 2008. Design Thinking. *Harvard Business Review* 6. 84-95. 15.10.2015. Saatavissa: http://www.ideo.com/images/uploads/thoughts/IDEO_HBR_Design_Thinking.pdf

Brown, T. 2009. *Change by Design: How design thinking transforms organizations and inspires innovation*. New York: HarperCollins Publishers.

Buchanan, R. 1998. *Wicked Problems in Design Thinking*. Teoksessa: R. Buchanan & V. Margolin. *The Idea of Design*. Cambridge, Massachusetts: The MIT Press. 3-20.

Cook, J., Hellström, E., Hämäläinen, T. & Lahti, V.-M. 2014. *Visio Suomelle - Kohti kestävää hyvinvointia*. Helsinki: Sitra.

Cross, N. 2011. *Design Thinking: Understanding How Designers Think and Work*. Oxford, UK: Berg.

Csikszentmihalyi, M. 1990. *Flow: Elämän virta*. Helsinki: Rasalas Kustannus.

Delft Institute of Positive Design, 2012. *Tiny Tasks*. 6.12.2015. Saatavissa: <http://studiolab.ideo.tudelft.nl/diopd/projects/design-projects/tiny-tasks-by-hans-ruitenberg/>

- Dinsmore, S. 2012. How to find work you love. TED Conferences. 11.10.2015. Saatavissa: http://www.ted.com/talks/scott_dinsmore_how_to_find_work_you_love
- Frankl, V. E. 2004. Man's Search For Meaning: The classic tribute to hope from the Holocaust. Rider (A Random House Group company). Ekirja
- Frog Design 2012. Collective Action Toolkit. 15.11.2015. Saatavissa: <http://www.frogdesign.com/CAT>
- Godin, S. 2015. Leap First: Creating Work That Matters. Sounds True. Audiokirja.
- Gyls, T. 2014. Pair Designing Our Relationship. 21.11.2015. Saatavissa: <https://medium.com/i-love-charts/pair-designing-our-relationship-ad79f89f929f#.lygcxpv5m>
- Hakanen, J. & Perhoniemi, R. Työhyvinvoinnin myönteiset voimavarakehät - kolmen vuoden seuranta tutkimus, Helsinki: Työterveyslaitos.
- Hienonen, K. 2007. Suomalaisen designin uudet mielentilat. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Institute of Design at Stanford 2009. Bootcamp Bootleg. Institute of Design at Stanford.
- International Council of Societies of Industrial Design 2015. Definition of Industrial Design. 15.11.2015. Saatavissa: <http://www.icsid.org/about/about/articles31.htm>
- Järvilehto, L. 2013. Upeaa työtä! Näin teet itsellesi uunelmiesi työpaikan. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Kapp, K. M., Blair, L. & Mesch, R. 2014. The Gamification of Learning and Instruction Fieldbook. San Francisco: Wiley.
- Kettunen, I. 2013. Mielekkyyden muotoilu. Autoetnografia tuotekehityksen alkuvaiheista. Kuusamo: Aatepaja.
- Kolko, J. 2014. Well designed: How to use empathy to create products people love. Boston, Massachusetts: Harvard Business Review Press.
- Kozlovsky, I. 2015. Do you apply design thinking to personal life?. LinkedIn. 17.11.2015. Saatavissa: <https://www.linkedin.com/grp/post/2057541-5956848349448540161>
- Lidwell, W., Holden, K. & Butler, J. 2003. Universal Principles of Design. Gloucester, Massachusetts: Rockport Publishers, Inc..
- Lipiäinen, N. & Vesterinen, V. 2009. Innovatiivisuus: Käsite ja mittaaminen, Lappeenranta: Lappeenrannan teknillinen yliopisto.
- Managing Industry-Changing Innovations MIND 2015. Licence to Act Differently. 6.12.2015. Saatavissa: <http://www.mindspace.fi/projects/ongoing/licence-to-act-differently/>
- McCrorry, K. 2015. How to design your life for happiness. 21.11.2015. Saatavissa: <http://www.theguardian.com/women-in-leadership/2015/aug/13/how-to-design-your-life-for-happiness>
- Mind Tools editorial team. The Futures Wheel. 26.11.2015. Saatavissa: <https://www.mindtools.com/pages/article/futures-wheel.htm>
- Muotoile Suomi -ohjausryhmä. Muotoile Suomi. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö, Työ- ja elinkeinoministeriö.
- Nelson, H. G. & Stolterman, E. 2012. The Design Way: Intentional change in an unpredictable world. 2. edition. Cambridge: MIT Press.
- Newman, D. 2010. The Squiggle of Design. 15.11.2015. Saatavissa: <http://cargocollective.com/central/The-Design-Squiggle>

NextDesign Leadership Institute 2002-2011. Next-Design Geographies. New York: NextDesign Leadership Institute.

Norman, D. A. 2013. The Design of Everyday Things (Revised and expanded edition). MIT Press.

O'Connell, A. 2015. Stanford's Most Popular Class isn't Computer Science — It's Something Much More Important. 21.11.2015. Saatavissa: <http://www.fastcompany.com/3044043/most-creative-people/stanford-most-popular-class-isnt-computer-science-its-something-much-m>

Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2009. Kehittämistyön menetelmät. 1. painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Paajanen, E. & Kotisalo, S. 2013. ”Fuzzy front end” ja sen menestyksenkäs johtaminen teollisuusyrityksessä. Lappeenranta: Lappeenrannan yliopisto.

Pursiainen, T. 2011. Mielekäs elämä, mielekäs yhteiskunta. Sastamala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Rilla, N. ym. 2007. Tutkimusmatka innovaatioihin. Helsinki: Tekes.

Roth, B. 2015. The Achievement Habit: Stop Wishing, Start Doing, and Command of Your Life. New York: HarperCollins Publishers Inc..

Saunila, M. 2009. Innovaatiokyvykkyyden mittaaminen suorituskyvyn johtamisen näkökulmasta, Lahti: Lappeenrannan teknillinen yliopisto, Tuotantotalouden osasto.

Stanford Design Program 2016. Designing Your Life. 11.12.2015. Saatavissa: <http://web.stanford.edu/class/me104b/cgi-bin/>

STEM|FAB Studio 2011. FabLab Teacher Studio. 6.12.2015. Saatavissa: <https://sites.google.com/site/stemfabstudio/minicourse/1172011-11112011>

Suomen Logoterapiayhdistys 2015. Mitä logoterapia on. 8.11.2015. Saatavissa: <http://www.logoterapiayhdistys.fi/mita-on-logoterapia/>

Syöpäsäätiö 2015. Roosa nauha - käsi sydämellä. 06.12.2015. Saatavissa: <http://www.cancer.fi/roosa-nauha/kasi-sydämella-2015/>

Tassi, R. 2009. Service Design Tools. 25.11.2015. Saatavissa: <http://www.servicedesigntools.org/tools/20>

Urban, T. 2014. Your Life in Weeks. 25.11.2015. Saatavissa: <http://waitbutwhy.com/2014/05/life-weeks.html>

Vapaa Pudotus Oy 2012. Ideointi- ja työskentelymenetelmiä työpajoihin. (Saatavissa: http://pudotus.fi/wp-content/uploads/2012/07/Ideointimenetelmia_tyopajat.pdf)

Watson, A. D. 2015. Design Thinking for Life. Art Education. May 2015. 12-18.

Vengoechea, X. 2014. How and Why to do a Life Audit. 21.11.2015. Saatavissa: <https://medium.com/@xsvengoechea/how-and-why-to-do-a-life-audit-1d8bfbe1798#.1ih78r2o2>

Wujec, T. 2013. Got a wicked problem? First, tell me how you make toast. TED Conferences. 18.10.2015. Saatavissa: http://www.ted.com/talks/tom_wujec_got_a_wicked_problem_first_tell_me_how_you_make_toast

Zerweck, P. 2015. LinkedIn. 25.5.2015. Saatavissa: <https://www.linkedin.com/grp/post/2057541-5956848349448540161>

TYÖKALUJEN TESTAUKSEEN KÄYTETYN VERKKOLOMAKKEEN SISÄLTÖ

Mielekkään elämän suunnitteluun - kysely työkalujen testaamiseksi

Tervetuloa testaajaksi! Tässä alla on pitkä lista tehtäviä, joiden avulla olisi tarkoitus etsiä mielekkyyttä omaan elämään. Testaa niitä ja kommentoi, miten koit tehtävän toimivan kohdallasi. Kaikki tehtävät ovat sellaisia, että voit tehdä ne kotona kynän ja paperin avulla.

Jos haluat keskeyttää testauksen, voit lähettää kaavakkeen vajaana ja jatkaa toisella kerralla muiden tehtävien testausta ja kommentointia. Toivoisin kuitenkin mahdollisimman monta kommenttia TÄMÄN VIIKON AIKANA.

Kiire on siis melkoinen ja jos teet kaikki tehtävät, saat hyvinkin pari, kolme tuntia kulumaan nopeasti. Autat minua kuitenkin suuresti, jos pystyt tekemään edes yhden tehtävän ja kommentoimaan sitä!

PS. Vastaamalla kyselyyn annat minulle luvan käyttää vastauksiasi opinnäytetyöhöni. Nimien sijaan kysyn alussa sukupuolen, iän ja ammatin voidakseni identifoida eri vastaajat.

***Pakollinen**

Sukupuoli *

Ikä *

Ammatti *

Tehtävä 1: Supersankari, aikaa 5 minuuttia

Piirrä ja kuvaa: jos olisit supersankari, kuka olisit ja mitä tekisit? Millaisia supervoimia omaisit ja keitä haluaisit voimillasi auttaa ja miten? Mitä hyvää haluaisit saada maailmassa aikaan? Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 1

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 1

Tehtävän tavoitteena oli herätellä aivoja näkemään oma elämä uudesta näkökulmasta ja miettimään, mitä merkityksellistä haluaisi saada omassa elämässä aikaan ja millaisia haasteita vastaan elämässään kuvainnollisesti taistelee. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 2: Oman elämän mind map, aikaa 10 minuuttia

Kirjoita tai piirrä mind map eli miellekartta omasta elämästä ja siitä, mitä kaikkea elämäsi liittyy. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

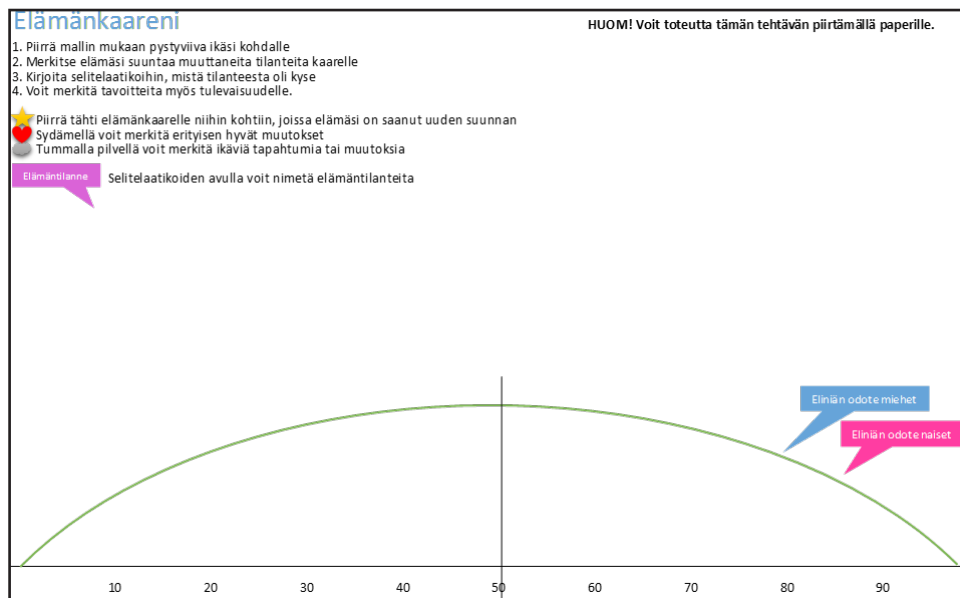
aika 2

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

Tehtävä 3: Elämänkaareni 1, aikaa 5 minuuttia

Piirrä elämänkaaresi varrelle tapahtumia, jotka ovat jollakin tavalla muuttaneet elämäsi suuntaa tai vaikuttaneet siihen, kuka sinusta on tullut. Esimerkkikuva alla. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.



aika 3

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 2 ja 3

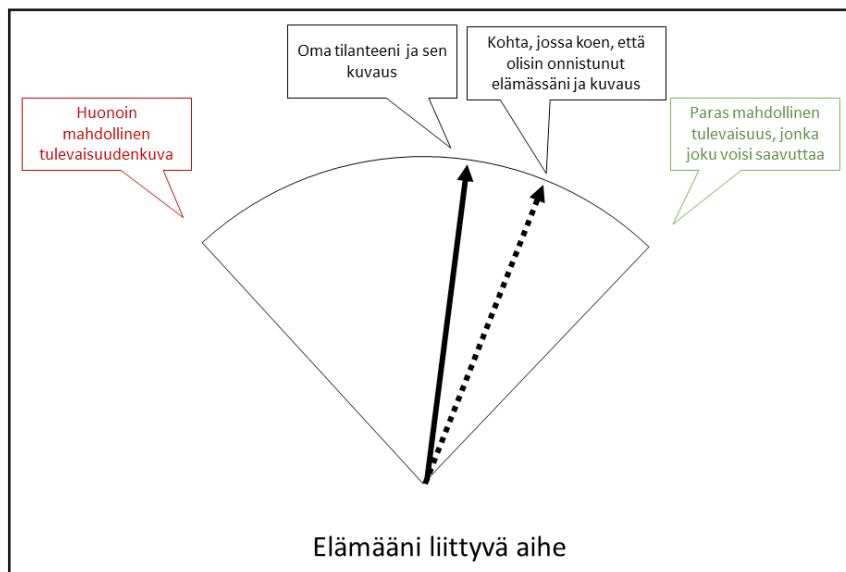
Tehtävien 2 ja 3 tavoitteena oli ymmärtää kehittämisen lähtökohta: kuka olen, missä olen nyt ja millaiseksi koen oman tarinani.

Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 4: Onnistumisen mittaristo, aikaa 10 minuuttia

Valitse tehtävässä 2 tekemästäsi miellekartasta itsellesi tärkeimpiä asioita. Tee jokaiselle oma mittaristo, johon merkitset huonomman ja parhaimman mahdollisen tulevaisuuden, oman tilanteesi ja piirrä mittaristoon myös, missä kohdassa kokisit eläväsi mielekästä, onnistunutta elämää. Esimerkkikuva mittarista alla. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.



aika 4

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 4

Tehtävän tavoitteena oli arvottaa omaa elämäntilannetta ja sitä, kuinka lähellä tai kaukana on toivomaansa elämää. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 5: 100 toivetta, aikaa 30 minuuttia

Kirjoita 100 erilaista toivetta, mitä haluaisit tulevan, mielekkään elämäsi sisältävän. Kirjoita jokainen toive erilliselle lapulle. Anna ideoiden lentää, mukana voi olla hullujakin ajatuksia. Tärkeintä on saada paljon toiveita ylös. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 5

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 5

Tehtävän tavoitteena oli avata omia toiveita pidemmälle, kuin vain niihin, jotka ensimmäisenä tulevat mieleen. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 6: Yhteneväisyyksien etsiminen, aikaa 15 minuuttia

Järjestä tehtävässä 5 kirjaamasi 100 toivetta uudestaan erilaisiin ryhmittymiin sen mukaan, mitkä asiat liittyvät toisiinsa. Samalla voit kirjoittaa myös uusia lappuja, joilla kuvaat näitä ryhmittymiä tai yhdistät eri toiveita uusiksi toiveiksi. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 6

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 6

Tehtävän tavoitteena oli löytää uusia yhteneväisyyksiä ja merkitysryhmiä omaan elämään liittyen sekä yhdistää aiemmin erillisiä asioita ja tehdä niistä uusi ajatus. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 7: Kolme erilaista viisivuotissuunnitelmaa, aikaa 15 minuuttia

Käytä avuksesi edellisen tehtävän tuloksia ja kehitä itsellesi kolme täysin toisistaan poikkeavaa viisivuotissuunnitelmaa, joissa pääset toteuttamaan sellaisia itsellesi merkityksellisiä asioita, joihin suhtaudut intohimoisesti ja joiden kautta tuotat jotakin hyötyä joko muille ihmisille tai ympäristöösi. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 7

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 7

Tehtävän tavoitteena oli löytää itselle merkityksellisiä asioita ja miettiä, mitä muuta tulevaisuus voisi tuoda tullessaan, kuin sen, mikä alunperin on ollut mielessä. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 8: Futures wheel, aikaa 15 minuuttia

Analysoi kaikki kolme viisivuotissuunnitelmaa futures wheel -työkalun avulla. Kirjoita paperin keskelle ensin muutos, eli kuvaus suunnitelmasta. Piirrä ja kirjaa siitä mind map -tyylisesti nuolilla suorat vaikutukset, joita tämä muutos aiheuttaa. Näistä taas osoitetaan nuolilla toisen asteen seuraukset, joista taas kolmannen asteen jne. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 8

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 8

Tämän tehtävän tavoitteena oli miettiä, mitä vaikutuksia eri tulevaisuudensuunnitelmilla voisi olla omaan elämään ja läheisiin ihmisiin. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 9: Elämänkaareni 2, aikaa 5 minuuttia

Valitse edellisen tehtävän avulla yksi tulevaisuudensuunnitelmista ja piirrä tehtävässä 3 aloittamallesi elämänkaarelle, millaisia muutoksia tämä tulevaisuudensuunnitelma tarkoittaisi omalla kohdallasi. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 9

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 9

Tehtävän tavoitteena oli visualisoida omaa tulevaisuudensuunnitelmaa elämänkaaren avulla helpommin nähtäväksi ja ymmärrettäväksi. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 10: Ideointi, aikaa 10 minuuttia

Tässä vaiheessa lähdetään miettimään, kuinka matka kohti tulevaisuudensuunnitelmaa saataisiin toteutettua. Ideoi siis erilaisia ratkaisuideoita tämän valitsemasi tulevaisuuden toteuttamiseksi. Ratkaisuideoiden kehittämisessä tärkeää on, että ideoita kehitetään paljon ja että kaikki ideat hyväksytään kriitikittä. Kirjoita ensin ylös kaikki ne ideat, jotka ensimmäisenä tulevat mieleesi. Käytä tämän jälkeen apuna erilaisia ideointityökaluja, esimerkiksi 3*3*3-työkalua: kehitä ensin kolme ratkaisuideaa, joista jokaiselle kehität kolme vaihtoehtoista ratkaisuideaa ja samoin niille jokaiselle kolme vaihtoehtoista ratkaisuideaa. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 10

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 10

Tehtävän tavoitteena oli ideoiden määrän avulla aukaista niitä keinoja, joilla tulevaisuutta kohti voidaan lähteä ja löytää myös sellaisia tapoja, joita ei aiemmin edes tullut mieleen. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 11: Kokeiltavan ratkaisun validointi, aikaa 10 minuuttia

Kun edellisessä tehtävässä on ratkaisuideoita kertynyt riittävästi, asetetaan ne arvioitavaksi jollakin tavoitteisiksi sopivalla tavalla. Testattavan idean löydät massasta vastaamalla seuraaviin kysymyksiin: 1. Mitkä ovat suurimmat esteet tavoitteeni edessä? 2. Miksi niiden ratkaiseminen on tärkeää? 3. Mikä näistä ratkaisuideoista vaikuttaisi vastaavan näiden haasteiden ratkaisemiseen parhaiten? 4. Miten voisin nopeimmin ja helpoimmin testata ratkaisuidean toimivuutta? Suunnittele kokeilu näiden kysymysten avulla. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 11

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

Tehtävä 12: Ratkaisuidean kokeilu, aikaa ei määritelty

Toteuta edellisessä tehtävässä suunnittelemasi kokeilu. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

Tehtävä 13: Kokeilun analysointi, aikaa 5 minuuttia

Vastaa seuraaviin kysymyksiin edellisessä tehtävässä toteutettuun kokeiluun liittyen: 1. Mitä teit? 2. Mitä opit? 3. Mitä teet seuraavaksi: a. toteat kyseisen idean toimimattomaksi ja kokeilet jotain muuta; b. kehität ideaa eteenpäin ja kokeilet sen jälkeen uudelleen; c. kehität uusia ideoita tulosten perusteella ja kokeilet niitä; d. muutat koko kehittämisen suuntaa ja palaat uudestaan tehtävään 5 tai 6; e. olet kokeillut jo muutamia ideoita ja toteat suuntasasi olevan oikea ja etenet seuraavaan tehtävään? Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 13

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 11-13

Näiden tehtävien tavoitteena oli saada vastauksia. Ennen testiä tulisi siis miettiä, mihin asiaan halutaan vastaus ja millä tavalla se

olisi helpoin löytää. Tämän jälkeen toteutetaan testi ja arvioidaan tulokset sekä päätetään jatkosta. Kuinka koit tehtävien onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 14: Astuminen mielekkääseen elämään, aikaa kirjaamiseen 10 minuuttia

On aika ottaa ensimmäiset askeleet kohti uutta, mielekästä ja merkityksellistä elämääsi. Kirjoita ensin yhdellä lauseella visio siitä, mitä tämä uusi elämäsi on. Tee sen jälkeen uudelle elämällesi tehtävä listä (5-10 kohtaa) sellaisista asioista, joita haluat elämäsi aikana toteuttaa. Nämä asiat voivat olla suuria tai pieniä. Valitse näistä tehtävistä ensimmäinen toteutettavaksi ja allekirjoita itsellesi sitoumus, jossa lupaat toteuttaa tämän tavoitteen yhden vuoden sisällä. Tee tälle päätavoitelle vielä välitavoitteet kuudelle kuukaudelle, ensimmäiselle kuukaudelle, ensimmäiselle viikolle ja seuraavalle päivälle. Toteuta päivittäin yksi asia, joka vie sinua kohti tavoitettasi ja päivitä tavoitteitasi koko matkan ajan. Tarvittaessa voit aina palata prosessissa takaisinpäin miettimään, mikä olisi parempi suunta tulevaisuutta kohti. Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 14

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 14

Tehtävän tavoitteena oli löytää oma polku kohti tulevaisuutta ja aloittaa matka. Lisäksi tavoitteena on ottaa vastuu omien tavoitteiden toteuttamisesta ja myös pitää elämässä aina jotakin tavoiteltavaa, sillä henkinen hyvinvointimme perustuu siihen, että edesspäin on aina jotain, mitä odottaa. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Tehtävä 15: Tee asiastasi ilmiö, aikaa 15 minuuttia

Merkityksellisen elämän eläminen tarkoittaa sitä, että sinulla on elämässäsi jotain, mitä haluat saada maailmassa aikaan. Mitä, jos tekisit asiasta itseäsi isomman ja miettisit, kuinka saisit muitakin innostumaan aiheestasi? Tehtävänä on suunnitella, kuinka tekisit aiheestasi ilmiön ja saisit sen leviämään. Mieti siis: 1. Kuka voisi asiastasi innostua; 2. Mistä löydät heidät; 3. Miten haluaisit heidän vievän asiaasi eteenpäin tai osallistuvan siihen; 4. Minkä kanavan kautta tavoittaisit heidät ja jakaisit tietoa asiastasi? 5. Miksi muiden saaminen mukaan olisi tärkeää, mitä suurta voisitte yhdessä saada aikaan? Alla olevaan ruutuun voit halutessasi kirjoittaa omia kokemuksiasi tehtävästä.

aika 15

Kuinka nopeasti sait tehtävän tehtyä otsikossa annettuun aikaan verrattuna?

Paljon hitaammin 1 2 3 4 5 Paljon nopeammin

tavoite 15

Tehtävän tavoitteena oli tehdä itselle tärkeästä aiheesta ja/tai omasta toiminnasta näkyvää ja saada aikaan itseä isompi ilmiö hyvän asian eteenpäinviemiseksi. Kuinka koit tehtävän onnistuvan tässä tavoitteessa?

Erittäin huonosti 1 2 3 4 5 Erittäin hyvin

Lähetä

TYÖKALUJEN TESTAAMISEN KAUTTA SAADUT VASTAUKSET

Kysymys	Nainen, 36, kehityspäällikkö	Mies, 38, projekti-päällikkö	Mies, 46, työnjohtaja	Mies, 39, tuotesuunnittelija	Nainen, 31, sairaanhoitaja	KA (1-5)
Tehtävä 1: Supersankari, aikaa 5 minuuttia	Loppupelissä aikaa maailmaa syleilevät tunteet heräsivät sekä jatkuva auttamisen halu heikompiä kohtaa. Onko se oikeasti reallista? Vai todistiko tämä, että mun pitäisi vaihtaa hommia ;)	Supersankarin aika on ohi, sanotaan. Securitias hoitaa nykyään Batmanin tehtäviä, armeija puolestaan on vienyt Teräsmiehen kortistoon. Eli supersankarin rooli tulisi olla jotain sellaista, mitä kukaan ei pysty tällä hetkellä tekemään. Nälänhätää ja sotaa ei yksi sankari estä. Nyt olisi tarvetta sankarille, joka tunnistaa sisäisen hädän ja kärsimyksen (ja osaa auttaa tarvittavien palveluiden pariin..). Mielenkiintoinen tehtävä, laitto ajattelemaan muutakin kuin sarjakuvia.	Ihan mielenkiintoinen tehtävä, tietysti tällaisia supersankarivisioita ja haaveita ajatellaan huomattavasti nuoremalla iällä=lapsena sarjakuvia lukiessa. En osaa hahmottaa tehtävänantoa - nämä haaveet ovat niin utopistista ja kaukana todellisuudesta.	Piirsin itseni paperille käsi pystyssä, aikaa meni about 3 minuuttia.		
aika 1	2	2	3	4	3	2,8
tavoite 1	2	4	2	2	4	2,8
Tehtävä 2: Oman elämän mind map, aikaa 10 minuuttia	Kival! Tässä oikeasti miettii elämää ja sitä mitä on tai mitä on tehnyt. Toisaalta herrättää myös tunteita, että mitä haluaa lisää!	Miellekarttaan putkahtelee melko yleisluontoisia kategorioita. On haasteellista katsoa tottumuksen ja boksen ulkopuolelle. Myös pienet elämän yksityiskohdat eivät kartalle päädy.	Tämä antoi enemmän ajatuksia oman elämän tärkeistä asioista kuin ensimmäinen tehtävä. Aika realistisia ajatuksia ja huomoitoksia. Hauska huomata miten tietyt asiat elämässä tasapainottavat toisiaan.	Tehtävä oli herättävä. Tämä tehtävä tuli tehtyä noin viidessä minuutissa, mutta rehellisyyden nimissä jos tähän ISOMMIN paneutuisin- sivuhaaroineen kaikkineen -, väitän että 10 minuuttia ei riittäisi.		
aika 2	4	4	3	3	4	3,6

Tehtävä 3: Elämänsäkaareni 1, aikaa 5 minuuttia	Tämä oli tuttu tehtävä. Valitettavasti minulla tulee aina ne pahat asiat mieleen ja sit tulee jossittelu :(Tässäkin elämän narratiivii rakentuu ”yleisesti hyväksytyjen” teemojen mukaisesti: perhe, koulu, työ sekä hyvin poikkeukselliset tapahtumat. Pienet yksityiskohdat jälleen vaarassa jäädä huomiotta - kuitenkin, taputin itseäni selkään kun sain kirjattua kaareen yhden biisin, kirjan ja elokuvan.	Tämä oli hauska tehtävä, onnekseni tähtiä ja sydämiä tuli enemmän kuin pilviä. Ainoa ”hasusti muotoiltu” oli lause ohjekentässä ”merkitse suuntaa muuttaneita”, eihän kaarella muuteta suuntaa.	Tehtävä oli taasen todellakin herättävä...kuinka paljon omaan elämään onkaan kaikkea jo mahtunut. 5 minuuttia on todellakin minimi aika, koska jän pohtimaan monia asioita, sellaisiakin jotka jo olen (tietoisesti halunnutkin) unohtanut. Tehtävä herätti monenlaisia tunteita, hyviä ja pahoja.		
aika 3	3	2	1	2	3	2,2
tavoite 2 ja 3	4	3	4	2	3	3,2
Tehtävä 4: Onnistumisen mittaristo, aikaa 10 minuuttia	Onpa insinöörimäinen lähestymistapa. En tykännyt tehtävästä.	Tämä mielenkiintoinen ja riittävän yksinkertainen mittari. Huomasin miettiväni, tuleeko minun väkipakolla pyrkiä kohti parempaa ja onnistuneempaa viivan kohtaa, vai riittääkö että on tyytyväinen siihen mitä jo on.	tämä auttaa pilkkomaan asioita tarkemmin, tosin tuo mittari oli itselle hiukan vaikea ensin mieltää. Ilman esimerkkikuvaa tämä tehtävä olisi jäänyt tekemättä.	Tehtävän sai juuri tehtyä ja mietittyä 10 minuutissa.		
aika 4	4	3	3	3	2	3
tavoite 4	3	4	4	4	3	3,6
Tehtävä 5: 100 toivetta, aikaa 30 minuuttia	Hauska varsinkin, jos antaa mielikuvituksen lentää! Äkkiä voi tulla jumi ja silloin aika on liian pitkä eli tehtävän tekemiseen voi tarvita apuja. Tuli isoja ja pieniä toiveita :) Tosin se helpottaisi, jos olisi tehnyt sen 100 lappua valmiiksi. Tuo kesken tehtävän laskeminen ei ollut kivaa.	Aika haastava toteuttaa teknisesti, ainakin kesken bussimatkan..	sain tehtyä noin puolet. Sata on määränä aivan liian paljon	100 toivetta on aikas suuri määrä. Itselleni tämän (100 kpl) rustaamiseen menisi pari päivää, koska haluaisin pitää taukoja ja antaa ajatuksen levätä ja tuulettua välillä.		
aika 5	2	4	1	1		2
tavoite 5	5	3	3	3		3,5

Tehtävä 6: Yhteneväisyyksien etsiminen, aikaa 15 minuuttia		Tässä huomaa, miten paljon eri toiveita on, ja miten moneen eri kategoriaan ne menee. Sisäinen buddhisti huomasi myös sen, miten toiveiden määrä on loppumaton - onnellisuuden ratkaisu taitaa olla se, että lopettaa haluamisen.	tämä auttoi huomaamaan millä alueella oma mielenkiinto ja painopiste sijaitsee. Itselleni työ ei esimerkiksi ole ollenkaan se tärkein vaan enemmänkin se pakollinen paha rahan ansaitsemiseen.	Varmasti hyvä tehtävä (tehtävän 5 kanssa), mutta vaatii ajan lisäksi oikeata motivaatiota - todellisen tilanteen ja paikan ilman häiriötekijöitä. Testaus mielessä näin töiden jälkeen illalla joudun tyytymään ”aivosimuloituun arvioon”..		
aika 6		3	3	3		3
tavoite 6		3	4	4		3,7
Tehtävä 7: Kolme erilaista viisivuotissuunnitelmaa, aikaa 15 minuuttia		Mielenkiintoinen ”roolileikki”	tämä oli henkilökohtaisesti melko hankalaa. Suunnitelmat tuppasivat olemaan utopistisia.	Ei riitä 15 minuuttia kohdallani tähän tehtävään.		
aika 7		4	1	1		2
tavoite 7		4	4	3		3,7
Tehtävä 8: Futures wheel, aikaa 15 minuuttia		Tämäkin ok malli		Ei riittäisi kohdallani 15 minuuttia. Aika syväluotaavaksi menevää matskua alkaa olla, eli vaatii taas todellisen motivaation, ajan ja paikan.		
aika 8		3	2	2		2,3
tavoite 8		4	5	4		4,3
Tehtävä 9: Elämänkaareni 2, aikaa 5 minuuttia		Tämän koin haastavaksi. Elämän merkitykselliset asiat näkee vasta myöhemmin, näitä hankala ennakoida. Vasta johonkin päästyään näkee osin asioiden merkityksen. Iso tapahtuma voi vuosien päästä ollakin olematon, yksittäinen musiikkikappale puolestaan saattaa olla elämää suurempi.	ennustuksia? arvailuja mitä voisi tapahtua? ei mitään kauhean selkeää	5 minuuttia riittävä.		
aika 9		2	2	3		2,3
tavoite 9		2	1	3		2

Tehtävä 10: Ideointi, aikaa 10 minuuttia		Tuo 3*3*3 -malli vaikuttaa aika saundaavalta, mutta myös aikarosmolta	tuntuu taas olevan elämää suurempien kysymysten äärellä. Ei mitenkään helppo ideoida, eri asia kuin jonkun teknisen asian ratkaisu tai kokeileminen.	Omalli kohdallani 10 minuuttia ei riittäisi..syväluotaava pää kun on.		
aika 10		4	2	2		2,7
tavoite 10		4	1	4		3
Tehtävä 11: Kokeiltavan ratkaisun validointi, aikaa 10 minuuttia		Hyviä, pragmaattisia kysymyksiä	ratkaisuideoiden ollessa elämää muuttavia ja esimerkiksi koko perhettä koskevia asioita ”kokeilu” ei ole se helpoin vaihtoehto tai vaihtoehto ollenkaan.	Sama vastaus kuin edelliseen. Ei riitä 10 min...		
aika 11		3	2	2		2,3
Tehtävä 12: Ratkaisuidean kokeilu, aikaa ei määritelty		-	tätä ei tässä testimelessä pysty toteuttamaan. Kuten edellinen vastaus, liian isoja asioita vain kokeiltaviksi.			
Tehtävä 13: Kokeilun analysointi, aikaa 5 minuuttia		-		5 minuuttia liian lyhyt aika.		
aika 13		2		2		2
tavoite 11-13		2	2	3		2,3
Tehtävä 14: Astuminen mielekkääseen elämään, aikaa kirjaamiseen 10 minuuttia		Tämä edellyttää, että mielessä on selkeä, konkreettinen tavoite. Ilman suuntaa ja tietoa tankkauspisteistä kisa hyytyy jo lähtöviivalla.		10 minuuttia ei riitä...		
aika 14		2		1		1,5
tavoite 14		3	4	3		3,3
Tehtävä 15: Tee asiastasi ilmiö, aikaa 15 minuuttia		tämä jäi suoraan sanottuna tekemättä...	mielestäni tämä liittyy enemmänkin työmissioon, mitä taasen itse en pidä/en osaa pitää tärkeimpänä asiana elämässä.	15 minuuttia (omalla kohdallani) täysin riittämätön aika.		
aika 15		1	5	1		2,3
tavoite 15		1	2	2		1,7

