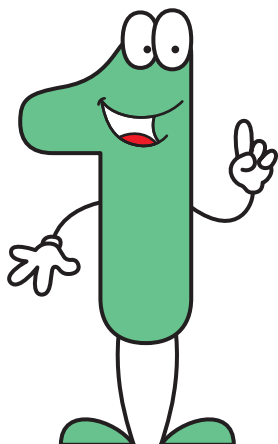


ITSEARVIOINNIN



LUO OMA TUNNUS JA VARMENNE

Tunnuksen ja varmenteen avulla voit tallentaa tietosi myöhempiä tarkastelua varten. Testaa ensin etteivät ne ole jo käytössä. Tunnuksen avulla voit esitellä tietojasi myös tukihenkilöllesi.

Esimerkki

Tunnus **Eetu** Varmenne **Reetu**
ÄLÄ UNOHDA TUNNUKSIASI
SILLÄ VAIN SINÄ TIEDÄT NE.



KÄSITTEIDEN SELITTEET

Näet keskialueella käsitteiden selitteet vierittämällä hiirtä ulkokehällä käsitteiden päällä, tai valitsemalla käsitteen. Jos et haluakaan valita käsitettä, niin se poistuu valinnasta joka kolmannella klikkauksella.

Pääset takaisin päävalintaan klikkaamalla valkoista keskustaa. Käy kaikki neljä aluetta läpi. Jos haluat keskeyttää ja jatkaa toisella kertaa, klikkaa painiketta **Lomake** ja valitse **Lähetä**, jolloin voit tallentaa valintasi.

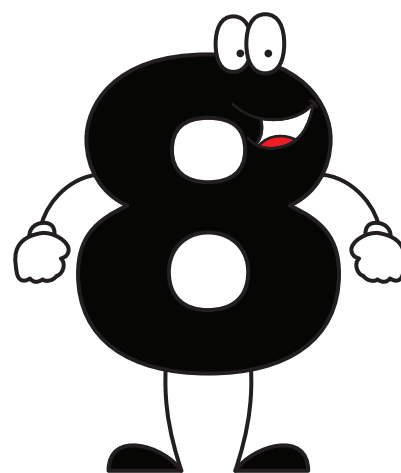


VALITUT KÄSITTEET

Kun olet valinnut mielestäsi kaikki merkitykselliset käsitteet, voit tarkastella niitä aikapyörässä, klikkaamalla ylävalikosta kohtaa **Valitut käsitteet**. Voit lisätä myös omia käsitteitäsi tuplaklikkaamalla tyhjää aluetta tai vaihtaa käsitteen väriä klikkaamalla väripainiketta. Voit myös siirrellä käsitteitä, tai poistaa käsitteitä tuplaklikkaamalla väripainiketta.

KÄSITTEIDEN SIDOKSET

Voit tarkastella myös tekoälyavusteista karttaa käsitteiden välisistä sidoksista vuorovaikutteisesti. Klikkaa ylävalikon kohtaa **Käsitteiden väliset sidokset**. Valitsemasi käsitteet näkyvät suurina palloina, ja taustakäsitteet keltaisina, pinkkeinä ja vihreinä pallukoina. Keltaiset pallukat toimivat taustalla ohjaavina tekijöinä muita enemmän. Saat tarkemman käsityksen sidoksista klikkaamalla palloja. Taustatekijöiden tarkoituksena on tarjota lisävalaistusta.



KÄYTTÖOHJEET

TÄYTÄ TAUSTATIEDOT

Taustatietojen avulla saat tarkimmat tulokset. Taustatiedot ovat tärkeitä myös tutkijoille, sillä niitä voidaan hyödyntää valmennusohjelmien suunnittelussa. Taustatiedoissa kuukausituloilla tarkoitetaan vain sinun tulojasi, riippumatta perheesi koosta.

LÄHETÄ LOMAKE KUN OLET KÄYNYT KAIKKI OSIOT LÄPI.



VALITSE KÄSITTEET

Klikkaa lomakkeen yläkulmassa olevaa lomakepainiketta siirtääksesi ensin lomake hetkiseksi sivuun. Nyt voit ryhtyä valitsemaan itsellesi merkityksellisiä käsitteitä ryhmistä **menneisyys, nykyisyys, tulevaisuus** ja **ajanhallinta**. Valitse kunkin ryhmän ulkokehällä olevista käsitteistä **vahvuutesi**, klikkaamalla käsitettä **kerran**, ja **puutteesi** klikkaamalla käsitettä **kaksi kertaa**.



HAVANNOI SIOITTELUA

Jos olet valinnut käsitteesi huolella, tulisi sinun nähdä elämäsi merkitykselliset asiat samassa kuvassa. Tarkastele värillisten pallojen osuutta eri vyöhykkeillä. Rakenna jonkinlainen tarina käsitteiden ympärille. Mieti selittääkö jokin käsite myöhempiä valintojasi. Pohdi kuinka paljon elät ajanhermolla, nykyisyydessä, menneisyydessä vai tulevaisuudessa. Ovatko vihreät vai punaiset pallot enemmistönä. Jos et ole vielä tallentanut tietojasi, klikkaa **Lomake**-painiketta ja valitse **Lähetä**.



YHTEENVETO

Voit vertailla omaa asemaasi myös suhteessa muihin, klikkaamalla kohtaa **Yhteenveto**. Kaksi suurempaa kehää kuvaavat valintojesi pohjalta olevia ryhmiä. Säteiden pituudet kuvaavat vahvuusalueita. Voit rajata mitä vertailutietoja kulloinkin haluat käyttää. Rajauksessa on hyödynnetty taustatietojen luokitusta. Vertailun avulla voit ehkä löytää kehittämisen arvoisia alueita, jotka myöhemmin vaikuttavat elämänlaatuusi parantavasti.



KEHITÄ ITSETUNTEMUSTASI

Toivottavasti tämä itsearviointi avasi jo hieman silmiäsi millaiset asiat ovat merkityksellisiä sinulle, ja millä tavoin ne vaikuttavat elämäntilanteeseen. Pidä tunnuksesi muistissa, ja voit palata tarkastelemaan tietojasi niin usein kuin haluat. Voit esitellä tietojasi myös tukihenkilöllesi. Huomaathan, että itsearvioinnissa ei kerätä lainkaan henkilötietoja.

KIITOS OSALLISTUMISESTASI