









Hyvinvoiva työyhteisö


Sisällöt

Mitä sisältyy työntekijän työhyvinvointiin?
Työhyvinvoinnin merkitys työnantajalle
Miten voin itse vaikuttaa työyhteisön hyvinvointiin?
Työssä jaksaminen ja työpaikan voimavarat
Minä työyhteisön jäsenenä
Syrjimätön työyhteisö

Huomioitavaa

Työhyvinvoinnista puhuminen myös työyhteisön kannalta kannustaa työnhakijoita pohtimaan sen merkitystä myös työnantajan näkökulmasta.
Jokainen työyhteisön jäsen on osaltaan vastuussa työyhteisön ilmapiiristä

Teema	Harjoitus		Vinkit ja tarvikkeet
<p>Työhyvinvointi</p>	<p>Työpaikan ja työyhteisön voimavaroja lisäävät tekijät</p> <p>Luento aiheista:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vaikutusmahdollisuudet itseä koskeviin asioihin työpaikalla • Työn tavoitteiden selkeys ja työroolien selvyys • Esimiestyön tasapuolisuus, päätöksenteon avoimuus ja läpinäkyvyys • Esimiehen ja työtovereiden tuki, jousto puolin ja toisin • Hyvä työilmapiiri, ystävällinen ja kannustava • Palkka suhteessa työn vaativuuteen • Mahdollisuus koulutukseen / työnohjaukseen / työterveyshuoltoon 	<p>Luento</p> 	<p>Lähde: RATA MOT, Eija Helo-Caleniuksen luennot 15.10.2013</p>
<p>Työhyvinvointi</p>	<p>Minä työyhteisön jäsenenä</p> <p>Ryhmäkeskustelu aiheista:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitä tarkoittavat alaistaidot, mitä ne voivat olla? • Mitä tarkoittavat esimiestaidot, mitä ne voivat olla? • Miten voin omalla toiminnallani vaikuttaa työyhteisön hyvään ilmapiiriin 	<p>Luento</p>  <p>Ryhmä</p> 	<p>Vinkki: Aihetta voidaan käsitellä ryhmäkeskustelulla esimerkiksi muun työhyvinvointiluennon sisällä</p>
<p>Työhyvinvointi</p>	<p>Syrjintä työelämässä</p> <p>Keskustellaan syrjinnästä tai kiusaamisesta työelämässä.</p> <p>Käydään läpi Allianssin syrjinnän ja epäasiallisen kohtelun tunnistamisen -check-list</p>	<p>Luento</p>  <p>Ryhmä</p> 	<p>Vinkki: Aihe voi olla vaikea mahdollisesti syrjintää kohdanneille osallistujille tai aiheuttaa jännitystä henkilöille, jotka eivät ole vielä olleet työelämässä.</p> <p>Liite: Liite16 Allianssin syrjinnän tunnistamisen check-list</p>
<p>Työhyvinvointi</p>	<p>Miten voin vaikuttaa työyhteisön hyvinvointiin?</p> <p>Jokainen kirjoittaa post-it-lapuille asioita, joilla voi itse vaikuttaa työyhteisönsä hyvinvointiin, kootaan laput yhteen paikkaan, luetaan ne ja keskustellaan aiheesta. Lopuksi tehdään lappuihin kirjoitetuista asioista kooste, joka jaetaan kaikille (esim. seuraavalla kerralla).</p> <p>TAI</p> <p>Kerätään ja kirjataan ylös kaikilta ryhmäläisiltä ainakin yksi ajatus: Miten voin vaikuttaa omalla toiminnallani työyhteisön hyvinvointiin?</p>	<p>Ryhmä</p> 	<p>Tarvikkeet: Fläppipaperia, tusseja/kyniä, post-it-lappuja</p>

Työhyvinvointi	Yhden sanan tarina Jokainen sanoo vuorollaan yhden sanan ja jatkaa näin harjoituksen vetäjän tarinaa, joka voi alkaa esim. sanoilla ”Olipa kerran...”. Vetäjä päättää kuinka kauan tarinaa jatketaan, yleensä tarina loppuu luonnollisesti johonkin kohtaan. Tavoitteena on saada ryhmä toimimaan yhdessä, kaikki osallistumaan, rentoutumaan ja nauramaan.	Ryhmä 	
-----------------------	--	---	--

Lähteet:

RATaMOT, Eija Helo-Caleniuksen luennot 15.10.2013