



Kurssikerta 9: Perehdytys, työturvallisuus ja oman tulevaisuuden suunnittelu

Sisällöt Työhyvinvointi ja itsestä huolehtiminen
Perehdytys ja työturvallisuus
Oman tulevaisuuden suunnittelu






Tavoitteet Opitaan mistä asioista hyvinvointi koostuu ja kuinka omasta hyvinvoinnista otetaan vastuuta.
Ymmärretään, miten omasta työssäjaksamisesta voidaan huolehtia arjen valinnoilla.
Opitaan, että perehdytys on lakisääteinen oikeus, ja saadaan tietoa perehdytyksen merkityksestä ja sisällöistä.
Opitaan huolehtimaan tarvittavan tiedon saamisesta uuden työn alkaessa, jotta voidaan toimia työssä turvallisesti ja tehokkaasti.
Ymmärretään työsuojelun rooli työturvallisuudesta huolehtimisessa.
Saadaan käsitys erilaisista jatkopolkuvaihtoehdoista koulun päättymisen jälkeen, ja kirjataan ylös unelmia ja suunnitelmia lähitulevaisuudelleen.

Opetussuunnitelman kohdan 3.3.2 Työelämätaidot arvioinninkohteet







Työpaikan toimintaan ja työhön perehtyminen
Työyhteisössä toimiminen
Työsopimusjärjestelmän, työsopimuksen ja työlainsäädännön sisällön tunteminen







Tuetaan yksilöllisesti

9. Siirtymäpalaveri (kts. Teema: Yksilöllinen tuki)

Teemat	Sisältö	Kesto	Vinkit ja tarvikkeet
<p>Työpaikalla toimiminen</p>	<p>Omasta työhyvinvoinnista huolehtiminen Esitellään kurssilaisille Mielenterveyden käsi -kuva (liitteenä). Jokainen arvioi kuinka mielenterveyden käden osa-alueet ovat toteutuneet omassa elämässä viimeisen vuorokauden aikana. Jokainen sormi edustaa kuvan mukaista osa-aluetta. Jos osa-alue on toteutunut, sormi jää ylös, ja jos osa-alue ei ole toteutunut, painetaan sormi alas. Lopuksi tartutaan kynään ylhäällä olevilla sormilla ja kirjoitetaan oma nimi. Keskustellaan kuinka kaikki mielenterveyden osa-alueet ovat tärkeitä työhyvinvoinnin kannalta.</p>	<p>10 min</p> 	<p>Liite: Mielenterveyden käsi (Suomen mielenterveysseura)</p> <p>Lisämateriaali: Työterveyslaitos et al. 2012, 53–56</p> <p>Samassa yhteydessä voidaan kertoa ja keskustella työterveyshuollon järjestämisestä työpaikoilla, tyky- ja tyhytoiminnasta sekä työkyvyn ylläpitämisestä</p>
<p>Työpaikalla toimiminen</p> <p>Työelämän sopimukset ja säännöt</p>	<p>Perehdytyskokemukset Kouluttaja ja kurssilaiset jakavat omia kokemuksia perehdytyksestä: mitä se tarkoittaa? Mitä se on työelämässä?</p>	<p>10 min</p> 	<p>Jos kurssilaisilla ei ole vielä paljon kokemuksia perehdytyksestä, kouluttaja voi jakaa omia kokemuksiaan.</p>
<p>Työpaikalla toimiminen</p> <p>Työelämän sopimukset ja säännöt</p>	<p>Perehdytys Kouluttaja kertoo perehdytyksen merkityksestä ja työnantajan perehdytysvastuusta. Muistutetaan myös, että työntekijällä itsellään on vastuu huolehtia, että osaa ja ymmärtää työtavat ja -ohjeet ennen työn aloittamista.</p>	<p>10 min</p> 	<p>Tarvikkeet: Kouluttaja voi jakaa kurssilaisille perehdytyksen muistilistan. Esimerkiksi Hyvä perehdytys -oppaassa (Lahden ammattikorkeakoulu 2007, 27–33) on hyvä esimerkki perehdytyksen muistilistasta, samoin hyvä listaus löytyy Hyvän perehdytyksen tsekkauksesta (Työterveyslaitos 2013).</p> <p>Lisämateriaali: Työterveyslaitos et al. 2012, 72–75</p>
<p>Työelämän sopimukset ja säännöt</p> <p>Työpaikalla toimiminen</p>	<p>Työturvallisuus Jokainen kurssilainen miettii yhden työelämässä mahdollisesti eteen tulevan työturvallisuuteen liittyvän haasteen ja kirjoittaa sen paperille. Kouluttaja koostaa haasteet yhteen. Haasteisiin etsitään, mietitään ja pohditaan yhdessä ratkaisuvaihtoehtoja sekä sitä kenen puoleen haasteen kanssa tulisi kääntyä.</p> <p>Tässä avataan myös työsuojelun rooli esim. kuinka toimitaan kiusaamistilanteessa.</p>	<p>15 min</p>  	<p>Kouluttajan on aluksi hyvä kertoa mitä työturvallisuus on. Hyvä lähde on esimerkiksi Työturvallisuuskeskuksen Työturva-nettisivu.</p> <p>Kouluttajan kannattaa tehdä haasteista ja ratkaisuista kurssilaisille koosteet.</p> <p>Tarvikkeet: paperia, kyniä, (tietokoneet)</p>

Kurssikerta 9: Pehdytys, työturvallisuus ja oman tulevaisuuden suunnittelu

<p>Oma osaaminen ja vahvuudet</p> <p>Työnhaku</p>	<p>Tulevaisuuden mahdollisuudet: koulutus, työelämä ja muut vaihtoehdot</p> <p>Kouluttaja esittelee lyhyesti millaisia jatkokoulutustamiskavaihtoehkoja omalla koulutusallalla on sekä millaisia väyliä pitkin voi edetä ja mistä kysyä neuvoa mikäli alanvaihto tuntuu ajankohtaiselta. Jos väliuusi houkuttelee, kannattaa kannustaa miettimään kuinka sen voisi käyttää hyödyllisesti. Olisiko esimerkiksi vapaaehtoistyöstä (Suomessa tai ulkomailla) hyötyä tulevaisuuden suhteen?</p>	<p>10 min</p>  	<p>Mikäli tarpeen, ja aikataulullisesti mahdollista, tämän osuuden voisi tulla kurssilaisille pitämään opinto-ohjaaja.</p>
<p>Oma osaaminen ja vahvuudet</p> <p>Työnhaku</p>	<p>Oma tulevaisuuden suunnitelma</p> <p>Jokainen kurssilainen laatii oma tulevaisuuden suunnitelmansa, jossa on esillä tavoitteita ja keinoja tavoitteiden saavuttamiseen. Suunnitelma laaditaan ns. unelma-, aarre- tai tulevaisuuskartta -menetelmällä.</p> <p>Kurssilaisille jaetaan isot kartongit, johon kurssilaiset voivat sekä kirjoittaa, piirtää että leikata lehdistä kuvia, jotka ilmentävät toiveita tulevaisuudesta niin työn, mahdollisen jatkokoulutuksen kuin vapaa-ajankin suhteen.</p>	<p>30 min</p> 	<p>Tarvikkeet: Isoja kartonkeja, aikakauslehtiä, liimaa, saksia, tusseja</p> <p>Lähteet: (alkuperäinen harjoitus) Leino et al., Lapin ammattiopisto</p>
<p>Oma osaaminen ja vahvuudet</p> <p>Työnhaku</p>	<p>Jatketaan kotona omaa tulevaisuuden suunnitelmaa (kotitehtävän ohjeistus)</p> <p>Ohjeistetaan kurssilaiset miettimään mitä konkreettisia askeleita täytyisi tai voisi ottaa, jotta unelmat ja toiveet oman tulevaisuuden suhteen toteutuisivat</p>	<p>5 min</p> 	<p>Mikäli seuraavalla kurssikerralla on tarkoitus kirjautua TE-palveluihin (Palveluun tutustuminen, työnhakijaksi ilmoittautuminen) kouluttajan kannattaa varmistaa onko kurssilaisilla omat pankkitunnukset. Mikäli ei, ohjeistetaan kuinka pankkitunnukset voi hankkia.</p>
<p>Menetelmiä ryhmänä toimimisen ja oppimisen tueksi</p>	<p>Kurssikerran lopetus</p> <p>Kurssikerta lopetetaan tekemällä yhteenveto opituista asioista ja kertomalla, mitä aiheita seuraavalla kerralla tullaan käsittelemään. Kouluttaja voi myös kiittää kurssilaisia ja nostaa esiin jonkun positiivisen ryhmää koskevan asian.</p>	<p>5 min</p>  	<p>Kouluttaja voi halutessaan esim. kerätä palautetta kurssikerrasta, toteuttaa ryhmäyttävän harjoituksen tai kerrata opittua tietovisalla. Vinkkejä menetelmiin löytyy teemasta ”Menetelmiä ryhmänä toimimisen ja oppimisen tueksi”.</p>

	Yksin		Kotona		Ryhmänä
	Parina		Tietokoneella		Vierailija tai vierailu

Kurssikerta 9: Perehdytys, työturvallisuus ja oman tulevaisuuden suunnittelu

Lähteet:

Lahden ammattikorkeakoulu 2007: Hyvä perehdytys -opas. Kumppanuudella tuloksiin pk-yrityksissä - OR-BITS. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu, sarja B Oppimateriaalia, osa 4. Haettu 15.1.2015.

<http://www.lpt.fi/lamk/julkaisu/perehdyttamisopas.pdf>

Lapin ammattiopisto: Amis ammattiin. Opettajan käsikirja. Elämänhallinta. Tulevaisuuskartta. (Alkuperäinen harjoitus: Martikkala, Tellervo - Pipatti, Ulla: Ammatillisen kasvun työkalupakki. Tulevaisuuskartta. Kiipulan ammattiopisto, Sieppari-projekti) Haettu 27.1.2015.

http://www.edu.lao.fi/amisammattiin/pdf/URASUUNNITTELU%20PDF/URASUUNNITTELU_tulevaisuuskartta.pdf

Leino, Mia – Tuulasvirta, Satu: Aarrekartta työvälteenä. Haettu 18.12.2014.

http://elearn.ncp.fi/materiaali/kukkasniemis/pofoon/Aarrekartta_tiivistys_080410.pdf

Suomen Mielenterveysseura: Mielenterveyden käsi. Haettu 7.1.2015.

<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/julisteet/mielenterveyden-k%C3%A4si>

Työterveyslaitos – Nykänen, Mikko – Klemola, Soili – Koivisto, Petri – Koski, Merja – Larvi, Tommy – Silvonen, Jussi – Vuori, Jukka 2012: Koulutuksesta työhön. Ohjaajan käsikirja. Työterveyslaitos, Helsinki.

Työterveyslaitos 27.3.2013: Työpiste – Tiedon ja arjen kohtaamispaikka. Hyvän perehdytyksen tsekkauslista. Haettu 15.1.2015. http://tyopiste.ttl.fi/Vinkit/Sivut/Hyvan_perehdytyksen_tsekkauslista.aspx

Työturvallisuuskeskus: Työturvallisuuskeskus TTK. Haettu 15.1.2015. www.tyoturva.fi