

# ~YHDESSÄ ETEENPÄIN~

EVÄITÄ TYÖYHTEISÖN HYVINVOINTIIN



**Melina Kivioja**

**Anneliina Peltomaa**

# SISÄLLYS

**1 LUKIJALLE**

**2 ARVOSTA JA TUE**

**3 ANNA HYVÄN KIERTÄÄ**

**4 ESIMIES - OLE LÄSNÄ**

**5 ONNISTU YHDESSÄ**

**6 MUISTA ITSESI**

## 1 LUKIJALLE

Työhyvinvointi lastensuojelussa on erittäin ajankohtainen aihe, joka on tullut esille myös median eri tiedotusvälineissä. Aihe myös puhuttaa laajasti koko lastensuojelun henkilöstöä.

Tämä tuotos auttaa hahmottamaan työyhteisöönne vaikuttavia tekijöitä, auttaa ylläpitämään ja kehittämään toimivaa sekä hyvinvoivaa työyhteisöä. Perehdyimme teidän näkemyksiinne yhteisöllisyydestä, työhyvinvoinnista ja niiden vaikutuksista työyhteisöön sekä työkentelyyn. Vastaustenne perusteella kokosimme tämän tuotoksen, jossa nostamme esiin teitä puhuttaneita teemoja.

Jokaisen teeman ympärille olemme koonneet vinkkejä ja pohdittavaa. Toivomme, että tämä tuotos herättää ajatuksia ja saa teidät pohtimaan työyhteisöänne ja sen kehittymistä.

## 2 ARVOSTA JA TUE

Arvostuksen ja tuen näyttäminen sekä saaminen ovat työyhteisösi merkittäviä peruspilareita. Pienetkin teot ja sanat saavat työkaverin tuntemaan itsensä arvokkaaksi. Tekemässänne työssä ei ole oikeita tai väriä toimintatapoja, jokainen työskentelee persoonallaan ja toimii varmasti haastavissakin tilanteissa parhaansa mukaan. Laituksen arjessa koetaan yllättäviäkin tilanteita, jotka vaativat nopeaa reagointia ja päätöksentekoa. Kun tilanteet puretaan, on työtoverillesi tärkeää saada sinulta tukea tekemäänsä ratkaisuun.

Kun osoitat tukea ja arvostusta - todennäköisesti myös itse saat sitä.

*Jokainen on arvokas*

*Tulkitse eri näkemykset oikein*

*Rohkaise työkaveria*

*Anna tilaa ja kuuntele*



Ovatko arvonne ajan tasalla?

Millä arkisella eleellä voisit näyttää arvostusta?

Kun työkaverisi onnistui, muistitko sanoa sen ääneen?

### 3 ANNA HYVÄN KIERTÄÄ

Voit osaltasi lisätä omaasi ja työtovereidesi viihtymistä ja innostumista työpaikallasi. Työpäivät tarjoavat mahdollisuuksia vahvistaa työyhteisösi ilmapiiriä. Muistathan olla optimistinen vaikeissakin tilanteissa. Ota vastuu käytöksestäsi ja tekemisistäsi, sekä muista tarjota apua tarvittaessa. Kiinnitä huomiota käytökseesi ja voit oivaltaa, kuinka lähettämäsi positiiviset signaalit palaavat takaisin. Kannustamisen ja kehumisen lisäksi työyhteisössä on tärkeää luoda ilmapiiri, jossa on tilaa myös kriittiselle palautteelle.

Ole luottamuksen arvoinen.

*Pyydä ja anna anteeksi*

*Kiitä ja kehu pienistäkin asioista*

*Viljele sopivasti huumoria*



Muistatko kiittää?

Pystytkö myöntämään virheesi?

Oletko valmis muuttamaan toimintatapojasi?

## 4 ESIMIES – OLE LÄSNÄ

Esimies, sinulla on tärkeä rooli alaistesi työn imun vahvistajana tai heikentäjänä. Läsnäolosi ja aikasi, jonka jaat alaistesi kanssa, on kullan arvoista. Kun aikasi ei riitä jaa selkeät työtehtävät ja vastuualueet. Näin alaistesi on helpompi toimia osana toimivaa ja tehokasta tiimiä. Ristiriitatilanteissa puutu ongelmiin ja etsi ratkaisuja. Edesauta kehittyvää työyhteisöä ja luo uusia toimintatapoja rohkeasti. Muista, että uudet tuulet vaativat sinulta aina sinnikkyyttä ja johdonmukaisuutta.

Innostava pomo vetää muutkin mukaansa.

*Edistä yhdenvertaisuutta – ole reilu ja tasapuolinen*

*Anna rakentavaa palautetta*

*Tue ja opasta*



Muistatko huolehtia jaksamisestasi?

Pohdi työmääräsi laajuutta, koetko työmääräsi sopivaksi?

## 5 ONNISTU YHDESSÄ

Olet osa tiimiä. Yhteen hitsautunut ja me-henkinen työyhteisö voi paremmin ja toimii tehokkaammin, kuin yhteisö, joka kamppailee ilmapiiriongelmiin kanssa. Jokainen teistä tarvitsee työyhteisötaitoja - muista ylläpitää halua ja kykyä rakentaviin ratkaisuihin, tukea muita työyhteisön jäseniä ja toimia perustehtäväsi mukaisesti. Sinulla on tärkeä rooli tavoitteellisen tiimityön toteutumisen kannalta, sillä olet osa toimivaa työyhteisöä. Erityisen tärkeää on pitäytyä yhteisissä toimintatavoissa, jotta työ on johdonmukaista ja jatkuvaa.

”Jos haluat kulkea nopeasti, kulje yksin. Jos haluat kulkea pitkälle, kulje yhdessä toisten kanssa.” – Afrikkalainen sananlasku

*Palaverit paremmiksi*

*Yksilö on pysyvästi ryhmän jäsen*

*Anna anteeksi itsellesi ja muille*



Pidätkö kiinni yhteisistä pelisäännöistä?

Pohdi erilaisuuden hyviä puolia?

Pystytkö puhumaan suoraan?

## 6 MUISTA ITSESI

Oma hyvinvointisi heijastuu koko työyhteisöön, joten pidä huolta itsestäsi. On tärkeää, että vireystilasi pysyy riittävän korkeana, koska työssäsi organisoit ja pyrit muistamaan pieniäkin asioita. Jos et kykene keskittymään ja rauhoittumaan, pysähdy ja mieti, miten tilannetta voisi muuttaa. Työsi ei ole tarkoitus imeä sinusta kaikkia mehuja – aktiivisuutesi on riitettävä myös vapaa-ajalle ja ihmissuhteisiisi.

”On helppo sanoa ”ei” kun sisällä polttelee syvempi ”kyllä”.” –  
Stephen R.Covey

*Tee asioita, joista pidät*

*Rentoudu*

*Opettele sanomaan ”ei”*



Miten ylläpidät hyvinvointiasi?

Jätätkö työasiat työpaikallasi?

Elätkö hetkessä?