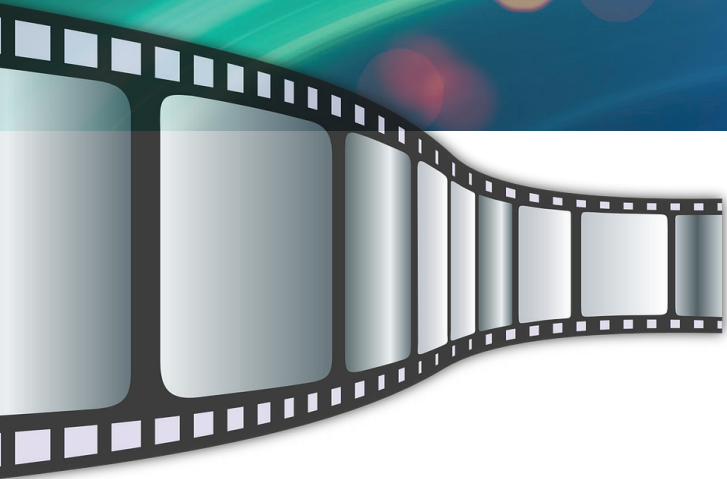


FOORUMIX ENCORE



ESIMIESTEN VERTAISRYHMIEN TARINA JATKUU

Kaarina Latostenmaa ● Niina Inberg ● Petra O'Rourke ● Merja Koivuniemi ● Tapio Myllymaa ● Pirjo Tuomi

Foorumix Encore

Esimiesten vertaisryhmien tarina jatkuu

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Pori

2018

Foorumix-hanke 2015–2018
Euroopan Unioni, Euroopan Sosiaalirahasto
Satakunnan ammattikorkeakoulu

Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sarja B, Raportit 2/2018

ISSN 1457-0696 | ISBN 978-951-633-242-3 (painettu)
ISSN 2323-8356 | ISBN 978-951-633-243-0 (verkkojulkaisu)

Copyright Satakunnan ammattikorkeakoulu ja tekijät

Julkaisija:
Satakunnan ammattikorkeakoulu
PL 1001, 28101 Pori
www.samk.fi

Kirjoittajat:
Kaarina Latostenmaa
Niina Inberg
Petra O'Rourke
Merja Koivuniemi
Tapio Myllymaa
Pirjo Tuomi

Graafinen suunnittelu ja taitto:
Niina Inberg ja Petra O'Rourke

Kuvat:
Petra O'Rourke
Foorumix-hankehenkilöstö
Pixabay

Paino: Brand ID
Paperit: Kansi Algro Design Duo 250g/m²
Sisäsivut GalerieArt Silk 150 g/m²

SAMKin julkaisut ovat ostettavissa verkkokirja-
kaupassa: samk.pikakirjakauppa.fi ja ladattavissa:
theseus.fi.

Foorumix in English,
video also available in English (choose subtitles)



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



” **Encore** esitetään alun perin suunnitellun ohjelman päätteeksi, yleisön pyynnöstä. ”

OHJELMASSA

Lukijalle	6
Vihreää valoa Foorumixille – Esimiesten ja työterveyshuollon kokemukset positiivisia	8
Foorumix-ohjaajaksi verkkokoulutuksella	10
Ulkoisen arvioinnin tulokset: Suosittelemme!	11
Kohti parempaa työhyvinvointia – Foorumix-perheen valikoima tarjolla	12
Vertaisuus pähkinänkuoressa	14
Onnistuminen yllättää aina	15
Foorumixin isot tilaisuudet 2017	16
Sykähdyttävimmät Foorumix-hetket 2015–2018	19



Oletko jo lukenut Valokeilassa Foorumix -kirjan? Kirjan löydät täältä!

Lukijalle

Kuvassa juhlietaan Foorumix-hankkeen 2-vuotissynttäreitä helmikuussa 2017. Tässä vaiheessa oli jo pilotoitu esimiesten vertaisryhmät, laadittu Kymppikortit, kirjoitettu Valokeilassa Foorumix -julkaisu, mallinnettu toiminta ja tehty monenmoista ryhmissä ja yhteistilaisuuksissa.

Saimme hankkeelle jatkoajan 31.1.2018 saakka. Suurkiitos Euroopan Sosiaalirahaston Vipuvoimaa EU:lta rahoituksesta Keski-Suomen ELY-keskukselle.

Iloitsemme jatkosta, koska koemme olevamme sellaisen hyvän äärellä, jonka juurruttamiseen kannattaa satsata. Päätämme ideoida sellaiset ohjaajakoulutukset, joiden avulla Foorumix-toiminta voi jäädä elämään.

Ohjaajien pääkohderyhmäksi valikoitui työterveyshuollot. Niiden tehtävä on työyhteisöjen tukeminen ja konsepti sopii palveluvalikoimaan. **Hyvän verkkovälitteisen ohjaajakoulutuspaketin** avulla Foorumixit voivat levitä jatkossa ympäri Suomen.

Esimiehet voivat tulevaisuudessakin hakeutua Foorumix-ryhmään. Ihanne on, että ohjaaja löytyy omasta työterveyshuollosta, SAMKista saa tarvittaessa apua. Sit-



Foorumix-tiimi SAMKissa Niina, Pirjo, Tapio, Merja ja Kaarina.

ten kootaan sopiva ryhmä – joko samasta työyhteisöstä tai verkostoituen muiden yritysten kanssa.

Myös aihepakan, Kymppikorttien, toivomme jäävän elämään laajemminkin kuin Foorumix-ryhmien sisäisenä työkaluna. Niiden ympärille on kehitetty **Kymppikortit työyhteisössä -koulutus**, jonka voi myös hankkia Satakunnan ammattikorkeakoulusta.

Onnistuttiinko tuottavuuden ja hyvinvoinnin lisäämisessä? Kerromme tässä kirjassa myös tuloksista: ulkoisesta arvioinnista ja itse keräämästämme palautteesta.

Sitaatit tuovat vaikuttavuuskokemukset lähelle. Paras viesti on, kun esimies kertoo, että Foorumix toimii ja sen hyvä vaikutus välittyy koko työyhteisöön.

Kirjan lopussa on tunnelmakuvia yhteistilaisuuksista. Foorumix-suklaatakin tehtiin Vertaiskahvin kaveriksi. Video sekä verkkosivujemme ja somen kuvat muistuttavat mieleen parhaat palat. Monipuoliset materiaalit löytävät toivottavasti jatkossakin käyttöön.

Kiitos teille esimiehet, joiden kanssa kaikki tehtiin!

Kiitos sidosryhmille ja yritysneuvojille, joiden tuki mallin levityksessä on suuri. Kiitos työterveyshuolloille, jotka kiinnostutte tarjoamaan tätä uutta ryhmäyrityspalvelua.

Viedään yhdessä tarinaa eteenpäin!

Lämpimin terveisin,

Kaarina Latostenmaa

Projektipäällikkö, SAMK

044 710 3662

kaarina.latostenmaa@samk.fi

Foorumixia verkossa

www.foorumix.fi

Sivusto kokoaa yhteen materiaaleja, muistoja tapahtumista, julkaisuja ja paljon, paljon muuta.

Löydät meidät Facebookista

Työpeili & Foorumix: vertaistukea, työkykyjohtamista, ryhmäyrityspalveluja

Katso Foorumix-video

Youtuben SAMK Av-julkaisut kanavalta



Vihreää valoa Foorumixille

– Esimiesten ja työterveyshuollon kokemukset positiivisia

Kolme eri työterveyshuollon yksikköä toteutti esimiesten Foorumix-vertaisryhmiä syksyn 2016 ja kevään 2017 aikana. Ryhmiin osallistui yhteensä 20 esimiestä satakuntalaisista pk-alan yrityksistä.

Työterveyshuollon toimijoiden kokemuksia ryhmien toteutuksesta kartoitettiin puhelinhaastatteluilla loppukeväästä 2017. Työterveyshuollon työparit saivat mallin ja työkaluja ryhmien toteutukseen Foorumix-ryhmän ohjaajakoulutuksesta keväällä 2016.

Ohjaajat kokivat ryhmän vetämisen hyvin myönteisesti. Kaikki työparit olivat valmiita suosittelemaan Foorumix-ryhmiä kollegoilleen ja jatkamaan ryhmien tuotteistamista tai toteuttamista pilottikokeilun jälkeen.

Keski-Satakunnan terveydenhuollon kuntayhtymä on jo edennyt uusiin ryhmiin. Mehiläinen ja Pihlajalinna Kankaanpäästä ovat myös tekemässä Foorumixista palvelutuotteensa.



Voi sanoa, että ihan yksipuolisen myönteiset kokemukset on pilotin jälkeen.

Oli yllättynyt filis, että tähän lähti hyvin.

Se ryhmä kannatteli ja se ryhmä vei.

Se toi jonkinlaista lisäperspektiiviä ja ymmärrystä, miten voisin entistä paremmin olla tukemassa esimiehiä työhyvinvointiasioissa.

Esimiesten foorumix-ryhmästä tulee palvelutuote.



Lue työterveyshenkilöstön tarkemmat palautteet



Hanna Hietava ja Marja Koivunen
Keski-Satakunnan terveydenhuollon kuntayhtymästä saivat kesällä 2017 todistukset valmistuttuaan Foorumix-ohjaajiksi. Kankaanpäästä todistuksen ovat saaneet Mehiläisen Carita Ahtilina ja Ulla Lehtonen sekä Pihlajalinnan Maarit Hallia ja Jussi Törmä.

Myös ryhmiin osallistuneiden esimiesten kokemuksia kartoitettiin ryhmien päätyttyä. Tuloksena oli, että esimiehet ovat oikein tyytyväisiä vertaisryhmiinsä ja kokevat ne tarpeellisiksi ja voimia antavaksi.

”

Foorumixiin osallistuminen lisäsi omaa hyvinvointiani ja työkykyjohtamistaitoja.

Olen pystynyt hyödyntämään ryhmässä saatuja oppeja työssäni.

Kymppikorttien käyttö oli mielekästä: Niistä oli helppo löytää itseä puhutteleva tema.

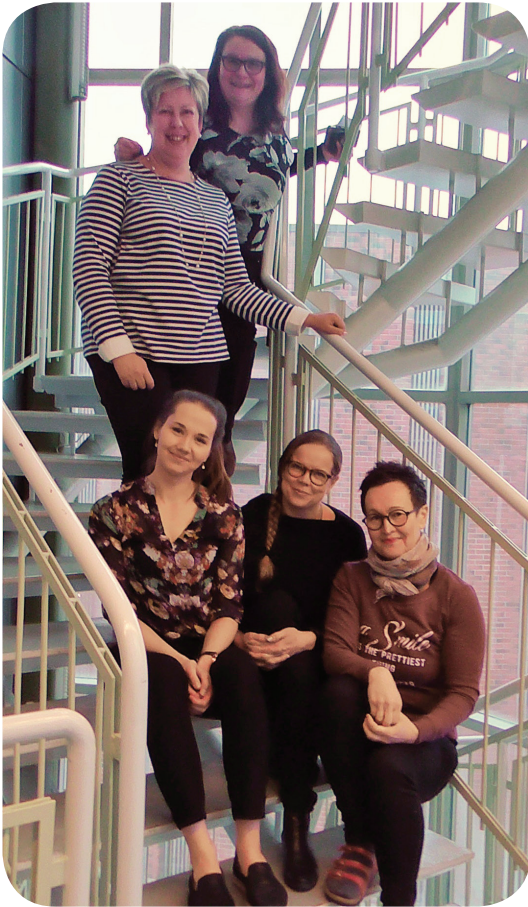
Avaimia työkykyjohtamiseen – Tuottavuutta ja hyvinvointia

”

Ilahduttavaa on, että vastanneet esimiehet kokivat Foorumixin vastanneen odotuksiin. Noin kaksi kolmesta ajatteli, että vertaisryhmä voisi jatkaa aloitusvaiheen (5-6 kertaa) jälkeenkin.

Merja Koivuniemi

Lehtori, SAMK



Pirten työterveyshuollon vastavalmistuneet Foorumix-ohjaajat. Edessä vasemmalta Piia Pulkkinen, Marjo Kaikkonen ja Minna Lahdenkauppi. Ylhäällä etualalla Soili Honkamäki, takana Birgitta Ojala. Kuvasta puuttuu Marika Haapalainen.

Foorumix-ohjaajaksi verkkokoulutuksella

Verkkovälitteinen Foorumix-ohjaajakoulutus pilotoitiin menestyksekkäästi syksyllä 2017 Pirkanmaan suurimman työterveyshuollon, Pirten, kanssa. Kuusi työterveyshuollon edustajaa osallistui koulutuksen verkkotapaamisiin ja ohjasivat työpareina oman Foorumix-ryhmän.

Koulutus oli onnistunut, se lähensi suhdetta asiakasyrityksiin ja toi työn tekemiseen uudenlaisia välineitä. Pirte on ottanut Foorumix-toiminnan osaksi palveluvalikoimaansa ja vie esimiesten vertaisvoimaa eteenpäin.

Kenelle Foorumix-ohjaajakoulutus sopii?

Foorumix-ohjaajakoulutus verkkovälitteisesti on tarkoitettu työterveyshuolloille (työterveyshoitajaille, psykologeille ym.), jotka haluavat ottaa Foorumixit palveluvalikoimaansa. Räättälöity Foorumix-ohjaajakoulutus sopii myös ryhmäohjauksen ja hyvinvoinnin alan ammattilaisille.

Koulutus tarjoaa valmiit materiaalit ja testatun konseptin. Verkkotapaamisissa opitaan Foorumixin ydin ja tutustutaan ohjausvälineistöön. Samoin perehdytään vertaisuuteen ja ryhmäprosessiin, opitaan reflektoiden. Esimiesten vertaisryhmän ohjaamista harjoitellaan, jotta malli on koulutuksen jälkeen otettavissa käyttöön.

Katso lisää SAMKin Koulutuskalenterista.

Ulkoisen arvioinnin tulokset: Suosittelemme!

Foorumix-hankkeen ulkoisen arvioinnin toteutti Inno-link Research Oy. Tulokset olivat erittäin positiivisia, kun huomioidaan Foorumixin tavoite parantaa tuottavuutta ja hyvinvointia työyhteisöissä. Vastaajista 88 % koki, että toimintamalli on kehittänyt työkykyjohtamista. Suurin osa esimiehistä näkee vertaisfoorumitoiminnan edut, minkä vuoksi 95 % vastaajista mielellään ja luottavaisina suosittelee tai voisi suositella Foorumixia muillekin.

Foorumix-toimintamalli jää elämään hankkeen jälkeen. Esimiehet pääsevät mukaan toimintaan hankkimalla ohjaajan joko Satakunnan ammattikorkeakoulusta tai muulta kouluttautuneelta palvelutarjoajalta. SAMK tarjoaa myös Foorumix-ohjaajakoulutusta. Suositusten Kymppikorttien ympärille on suunniteltu oma Kymppikortit työyhteisössä -koulutus.

Tutustu Innolinkin kokoamaan infograafiin tästä!

”

Ylittänyt odotukset, en odottanut saavani näin paljon. Meillä oli hyvä ryhmä, jossa uskalsi tuoda esiin omat puutteensa ja kasvukohtansa. Ryhmä antoi tukea ja kannusti eteenpäin.

Kokonaisuutena omaan työssäjaksamiseen ja työhyvinvointiin voimavaroja tuova hanke.

Suosittelisin ehdottomasti, vertaisfoorumi on yksinäisen esimiestyön voimavara ja ideapankki. Jakamalla saa itsekin, enemmän kuin toivoo.

”

Petra O'Rourke

Viestintä- ja markkinointisuunnittelija, SAMK



*Kohti parempaa työhyvinvointia
– Foorumix-perheen valikoima tarjolla*

– Esimiesten vertaisryhmäkokemukset työterveyshuollossa ovat vakuuttaneet meidät Foorumix-mallin toivuudesta, ja uskomme sen laajentuvan ympäri Suomea, kertovat Satakunnan ammattikorkeakoulun koulutuspäällikkö **Pia Lamminen** (vas.) sekä koulutussuunnittelija **Johanna Kares-Koskinen**.

He työskentelevät SAMKin koulutuspalveluissa ja vastaavat jatkossa Foorumix-perheen valikoiman myynnistä ja markkinoinnista. Valikoimaan kuuluu Foorumix-ohjaajakoulutus ja Kymppikortit Työyhteisössä -koulutus, lisäksi esimiesten vertaisryhmät, Foorumixit, joihin voi hankkia ohjaajan joko SAMKin tai työterveyshuollon kautta. SAMK tarjoaa myös räätälöityjä koulutuskokonaisuuksia.

– **Verkkvälitteinen Foorumix-ohjaajakoulutus mahdollistaa osallistumisen ympäri Suomea.** Koulutus tarjoaa valmiit materiaalit ja testatun konseptin työterveyshuollon toimijoille. Kokemukset ovat osoittaneet, että Foorumix-malli on ollut mahdollista ottaa käyttöön heti työterveyshuollon palveluvalikoimaan, eikä koulutus jää pölyttymään, muistuttaa Lamminen.

Seuraava ohjaajakoulutus alkaa keväällä 2018 ja sen kohderyhmään kuuluvat varsinkin työterveyshoitajat, työfysioterapeutit ja -psykologit.

– Haluamme, että Foorumix-toiminta jatkuu hankeajan päätyttyä. Toivomme, että meihin otetaan yhteyttä, jos

KYMPPIKORTIT TYÖYHTEISÖSSÄ -koulutus

Haluatko työyhteisösi välineen, joka tuo tuoretta otetta keskusteluihin esim. kehittämispäivillä? Viidenkymmenen teeman aihepakka Kymppikortit sopii tähän tarkoitukseen tai vaikkapa ideariihin, muutosprosesseihin ja tyky-päiviin.

Kymppikortit kehitettiin Foorumix-hankkeessa (Euroopan Sosiaalirahasto, SAMK) ohjaajien työvälineiksi esimiesten vertaisryhmiin. Monet ovat toivoneet, että kortteja voisi hankkia myös oman työyhteisön käyttöön. Nyt tähän on mahdollisuus! Katso tiedot koulutuksesta.

Kymppikorttien kautta voit innostua myös Foorumix-vertaisryhmästä. Kysy Foorumix-ryhmää ja koulutettua ohjaajaa, 044 710 3011, Johanna Kares-Koskinen, SAMK.

aiheeseen liittyen nousee kysymyksiä tai tarpeita, Kares-Koskinen kannustaa.

Satakunnan ammattikorkeakoulu tarjoaa ammatillista kehittymistä ja erikoistumista edistävää koulutusta. Lisäksi tarjolla on yritysten tarpeita vastaava henkilöstökoulutusta. Tarkista seuraava Foorumix-ohjaajakoulutus SAMKin koulutuskalenterista.

Petra O'Rourke

Viestintä- ja markkinointisuunnittelija, SAMK

Vertaisuus pähkinäkuoressa

- Toteutuu aina vastavuoroisena tukena
- Vaihdetaan kokemuksia sellaisten ihmisten kesken, jotka ovat kokeneet tai kokevat elämässään samankaltaisia prosesseja.
- Osallistujat tuntevat omasta kokemuksestaan jotain toisen kokemuksista ja tunteista.

Vertaistuki ryhmässä

- Ryhmässä kyse vertaisten merkityksestä hyvinvoinnin luomisessa ja selviytymisessä.
- Kiireisessä elämänrytmissä “hetki yhdessä tässä ja nyt”
- Kokemustieto voimavarana

Tapio Myllymaa

Lehtori, SAMK

Katso Foorumix – Esimiesten vertaisvoimaa työyhteisöjen hyväksi -video Youtubesta SAMKin AV-julkaisut kanavalta.



Kohtaamisia! -webinaari (10/2016) on yhä kuunneltavissa ja ajankohtainen. Millaista tukea esimiehet voivat saada yritysneuvonnasta ja työterveyshuollosta?

Webinaari toteutettiin yhdessä Oulussa toimivan Työterveyslaitoksen Naiset työssä -hankkeen kanssa (ESR). Herkullisia tarinoita, hyödyllisiä vinkkejä!

Työterveyslaitoksen Youtube-kanavalta





Tiesitkö?

Foorumixit voidaan ohjaajakoulutuksen jälkeen ottaa työterveyshuollon valikoimaan muiden työhyvinvointipalvelujen ohien. Ne eivät kuulu lakisääteisiin palveluihin, vaan vastaavat muuhun hyvin tunnistettuun tuen tarpeeseen. Foorumixit ovat joko tarjolla kaikille esimiehille tai ryhmätoiminta voidaan erityisesti kohdentaa, jolloin sen on mahdollista täyttää Kelan korvusedellytykset.

Tietoa KELA-lainsäädännöstä ja sen ehdoista www.foorumix.fi

Lyhennelmä Agora 2/2017 julkaistusta kolumnista

Onnistuminen yllättää aina

Leuat loksahtavat, ilmeet kirkastuvat. Esimiesten vertaisryhmät toimivat – niitä tarvitaan! **Vertaisuuden voima kantaa, vaikei moni sitä usko ennen kuin kokeilee.**

Mikä Foorumixeissa sitten on se juttu? Kaikilla meillä on tarve jakaa kokemuksia. Mutta mikseivät käytäväkeskustelut riitä, miksei voi vain puhua keskenään palaverin alussa tai iltatilaisuudessa?

Tosiasiassa mutkikkaat asiat jäävät päivänpolttavien jalkoihin. Harvoin agenda on lähijohtamisen erityispiirteet, tilanne rauhaisa. Vapaissa kohtaamisissa voi olla vaikeaa poiketa small talk -linjalta.

Foorumix-ryhmässä voi pysähtyä, olla hetken juuri itse se tärkeä. Ryhmä kannustaa jo sillä, että tunnistaa tilanteet. **”Kun esimiehenä koen olon hyväksi roolissani, saavat työntekijät sellaista tukea, jonka ansaitsevat.”**

Työterveyshuollot hoi! Ottakaahan Foorumixit valikoimaanne. Esimiehet, tämä on teille!

Kaarina Latostenmaa

Projektipäällikkö, SAMK

Foorumixin isot tilaisuudet 2017

Esko Valtaoja valloitti yleisön On aika -seminaarissa

Helmikuussa pidetyn seminaarin tunnelma oli maaginen ja puhututtaa yhä. Teemana ajankäyttö ja tulevaisuuden johtaminen kuljettivat meidät peilaamaan aikaa läheltä ja myös hieman kauempaa.

Kunniavieraamme, emeritusprofessori Esko Valtaoja, herätteli kuulijoita rohkeilla ja perustelluilla näkökulmilla maailman menosta. Huomiseen ja myös hieman kauemmas tulevaisuuteen hän kehotti luomaan valoa ja toiveikkuutta.



Itseluottamuksella ja vertaisvoimalla uudistuksiin

Aurinkoinen marraskuun päivä oli foorumixlaisille yhtä juhlaa kokoontuessamme viettämään hankkeen päätösseminaaria Suomalaiselle Klubille, Poriin.

Saimme kuulla mentaalivalmentaja ja tietokirjailija Niko Leppäsen kokemuksista ja tuoreista näkökulmista, ja siitä, kuinka rohkean ajattelun voima ja itseluottamus auttavat viemään kohti uudistuksia ja selviämään muutoksista. Foorumix-video kuljetti läpi hankkeen ansiokkaan matkan.

Kuulimme myös työterveyshuollon edustajien kokemuksia Foorumix-ohjaajakoulutuksesta. Hanna Hietavan (KSTHKY) ja Birgitta Ojalan (Pirte) mukaan vertaisryhmätoiminta on helppo tuotteistaa ja esimiespalaute on hyvää.

Lopuksi jaettiin suosittelutuotteena maistuva Foorumix-suklaa. Sen ja muusikko Vinsentti Koivulan esittämän Maailma on kaunis -klassikon siivin viesti mainiosta toiminnasta lähti makoisasti lentoon.



Niina Tuberg
Projektitutkija, SAMK

Pirjo Tuomi
Projektisassistentti, SAMK

Aloitusseminaari 2.9.2015

Parempaa ja tuottavampaa työelämää: Marko Kesti, yhdessä Työelämä 2020 Satakunnan alueverkoston kanssa

Helmiseminaari 2/2016

Kymppikorttien julkaisu,
Työelämän sukupolvet: Anu Järvensivu

Kesäpäivä Kartanolla 5/2016

Omat ja muiden tunteet esimiestyössä,
Tuntematon sotilas -johtajatyypit

Kohtaamisia!-webinaari 10/2016

Tukea yritysneuvonnasta ja työterveyshuollosta,
yhdessä Työterveyslaitoksen Naiset työssä -hanke (ESR)

On aika -seminaari 2/2017

Foorumix-mallinnus ja Valokeilassa-kirja,
Aika ja ajattelumme: Esko Valtaoja

Päätösseminaari 11/2017

Itseluottamus: Niko Leppänen,
Maailma on kaunis -esitys: Vinsentti Koivula

Yritysneuvojafoorumi 16.3.2016

Ajan ytimessä, yhdessä satakuntalaisten kumppanien kanssa

Miten NLP voi auttaa esimiestä ja työyhteisöä 30.3.2016

Marjukka Kallio

Foorumixin päätöstilaisuus 31.1.2018

Näköalat luottavaisena tulevaan!

Pääasiana olivat kuitenkin Foorumixit, esimiesten vertaisryhmien tapaamiset. Lue lisää www.foorumix.fi, jossa on myös artikkeleita, video sekä tarkempia kuvauksia esimiesten kokemuksista, Kymppikorteista ja Foorumix-ohjaajakoulutuksesta.

“Esimiesten vertaisryhmät toimivat – sekä työyhteisöjen sisäisinä että yritysten välisinä.”

“Sopii yksityiselle, julkiselle, yhdistyksiin.”

“Vihdoin jotain pienyrityksillekin!”

*Jatkossa vertaisvoimaa ja osaamista mikro- ja pk-yrityksille SAMKin **Työpeili-hankkeessa (ESR)** www.foorumix.fi.*



Foorumix oli tulvillaan sykähdyttäviä hetkiä – Kiitos, kun olit mukana!



Esimiesten vertaisryhmät toimivat. Foorumix-toiminta juurtuu ohjaajakoulutuksen ja monipuolisen tiedotuksen avulla.

Foorumix-malli ei ole enää alkuperäisten tekijöidensä varassa. Esimiesten hyviä kokemuksia on nyt myös neljän työterveyshuollon ohjaamista ryhmistä. Kurkkaa kuvaukset!

Kolmen vuoden jälkeen ryhmäläisiltä kysyttiin, mikä oli sykehdyttävin Foorumix-hetki. Valittavana olivat myös monet yhteiset kohokohdat. Eräs tyhjentävä vastaus kuului:

”Tapaamiset oman ryhmän kanssa. Ne antoivat luvan ”puhalleta” kokemukset ja tunteet esimiestyössä. Sai olla oma itsensä. Kokemus, ettei kaikkea koe yksin. Vertaistuki.”

Foorumix – Esimiesverkostot työkykyjohtamisen tukena 2015–2018

