YRITYS AKATEMIA

KUORMITTAVA ESINHENKILÖTYÖ, KÄYTÄNNÖN TYÖKALUJA KUORMITUKSEN HALLINTAAN JA TYÖSSÄ JAKSAMISEEN

Esihenkilötyö on muuttunut viime vuosina merkittävästi. Työntekijöiden odotukset, jatkuvat muutokset, tiukentuvat tavoitteet sekä henkilöstön hyvinvoinnista huolehtiminen kuormittavat monia esihenkilöitä enemmän kuin koskaan aiemmin.

Moni esihenkilö kokee olevansa jatkuvasti saatavilla, ratkovansa muiden ongelmia oman työnsä ohella ja tasapainoilevansa tulostavoitteiden sekä henkilöstön tarpeiden välillä. Samalla pitäisi huolehtia myös omasta jaksamisesta. Kun kuormitus kasvaa liian suureksi, vaikutukset näkyvät niin päätöksenteossa, vuorovaikutuksessa kuin työhyvinvoinnissakin.

Kuormittavaa esihenkilötyötä voidaan helpottaa tunnistamalla kuormituksen lähteitä, kehittämällä oman työn hallintaa sekä ottamalla käyttöön käytännön työkaluja, jotka tukevat jaksamista ja työn sujuvuutta.

Tässä koulutuksessa tarkastellaan lähiesihenkilötyön kuormittavuutta käytännönläheisestä näkökulmasta. Osallistujat saavat keinoja oman työn johtamiseen, palautumisen tukemiseen sekä työssä jaksamisen vahvistamiseen.

Tavoitteet:
Koulutuksen tavoitteena on auttaa osallistujia tunnistamaan esihenkilötyön yleisimpiä kuormitustekijöitä sekä löytämään käytännön keinoja niiden hallintaan.

Koulutuksen jälkeen osallistuja:

- Tunnistaa omaan työhönsä liittyviä kuormitustekijöitä
- Ymmärtää kuormituksen vaikutuksia päätöksentekoon, vuorovaikutukseen ja työhyvinvointiin
- Osaa hyödyntää käytännön työkaluja työn hallintaan ja priorisointiin
- Saa keinoja palautumisen ja oman jaksamisen vahvistamiseen
- Tunnistaa omat mahdollisuutensa vaikuttaa työhyvinvointiin ja työn sujuvuuteen

Kenelle: Koulutus sopii lähiesihenkilöille, tiiminvetäjille, projektipäälliköille sekä kaikille henkilöstövastuullisissa tehtävissä toimiville. Koulutus soveltuu niin uusille kuin kokeneillekin esihenkilöille, jotka haluavat kehittää omaa työssä jaksamistaan ja työn hallintaansa.

Kouluttaja:
Ratkaisukeskeinen valmentaja ICF, johtamisen ja esihenkilötyön kouluttaja, Tanja Pakkala, Henkilöstötalo

Päivämäärä ja aika:
27.01.2027, klo 9:00-12:00
31.03.2027, klo 9:00-12:00

Ohjelma klo 9:00-12:00 +/- 15.min

Esihenkilötyön kuormittavuus tänään

- Miksi esihenkilötyö kuormittaa aiempaa enemmän?

- Esihenkilön monet roolit ja odotukset

Kuormituksen tunnistaminen
- Mistä tunnistaa liiallisen kuormituksen?
- Kuormituksen vaikutukset työkykyyn ja johtamiseen
- Omien kuormitustekijöiden tunnistaminen

Työn hallinta ja priorisointi
- Kaikkea ei tarvitse tehdä itse
- Tärkeän ja kiireellisen erottaminen
- Rajojen asettaminen esihenkilötyössä

Palautuminen osana hyvää johtamista
- Miksi palautuminen on esihenkilölle tärkeää?
- Mikropalautuminen työpäivän aikana
- Ajatuksia palautumisen tukemiseksi arjessa

Jaksava esihenkilö rakentaa toimivaa työyhteisöä
- Oman esimerkin vaikutus työyhteisöön
- Hyvinvointia tukevat johtamiskäytännöt
- Henkilökohtainen toimintasuunnitelma oman esihenkilötyön kehittämiseen

ILMOITTAUTUMINEN
P. 09 696 2950, www.yritysakatemia.fi, ilmoittautuminen@yritysakatemia.fi

OSALLISTUMISMAKSU
450 euroa + alv laskutetaan koulutuspäivänä. Koulutus ja materiaalit sisältyvät hintaan.
Lisäosallistujat -50 %

PERUUTUSEHDOT, LIPPUTYYPIT JA HINNOITTELU:
Yli 60 päivää koulutukseen: Super Early Bird, -25%
Alle 60 päivää koulutukseen: normaalihinta

Estyneen tilalle voidaan vaihtaa toinen osallistuja kuluitta.

Peruutuksesta ja 14 päivää ennen koulutusta tehdyistä muutoksista veloitetaan toimistokuluina 15 % koulutuksen hinnasta. Myöhemmin kuin 14 päivää ennen koulutusta tehdyistä peruutuksista tai peruuttamatta jätetystä ja käyttämättömästä koulutuspaikasta veloitetaan osallistumismaksu kokonaisuudessaan. Peruutus on tehtävä kirjallisesti.

Alennushintaisilla lipuilla ei ole peruutus mahdollisuutta.
Varaamme oikeuden muutoksiin, ja siirtää jo sovittuja koulutuksia myöhempään ajankohtaan, tai muuttaa etäkoulutuksiksi. Koulutus saattaa siirtyä tai peruuntua mm. vähäisen osallistujamäärän vuoksi. Muutosten osalta tiedotamme osallistujia erikseen, YritysAkatemialla on oikeus peruuttaa koulutustilaisuus ilman korvausvelvollisuutta ilmoittamalla asiakkaalle siitä sähköpostilla viimeistään 4 arkipäivää ennen tilaisuuden ajankohtaa.