

## HYVINVOIVA TYÖYHTEISÖ

Työyhteisön jäsenten ymmärrys hyvinvointia tukevasta vuorovaikutustyylistä on yksi keskeisimmistä jaksamisen, työhyvinvoinnin ja myös työtulosten tekijöistä. Koulutuksessa pyritään edistämään osallistujien valmiuksia tunnistaa ja asemastaan riippumatta edistämään näitä toimintatapoja omassa työyhteisössään.

Koulutus jakautuu kolmeen pääteemaan. Ensimmäisessä osassa pohditaan sitä, millä tavalla ihmiset ovat psykologisilta ominaisuuksiltaan erilaisia ja millä tapaa nämä eroavaisuudet näkyvät työelämässä.

Toisessa osassa tarkastellaan sellaisia yksilön vuorovaikutustyyliä ja tulkintamalleja, jotka joko edesauttavat tai estävät sujuvaa ja hyvinvointia tukevaa työkäyttäytymistä. Lisäksi tässä osiossa käydään läpi sitä, kuinka näihin ominaisuuksiin voidaan työelämässä pyrkiä vaikuttamaan.

Kolmannessa osassa pohditaan työyhteisön tasolla esiin nousevia keskeisiä hyvinvointia tukevia ja sitä uhkaavia tekijöitä ja näihin vaikuttamista. Erityisenä tähän liittyvänä teemana nostetaan esiin myös koronapandemian vaikutukset työyhteisöille.

Koulutuksen eri teemoja pyritään painottamaan osallistujien toiveiden ja tarpeiden mukaan. Koulutus on suunnattu kaikille työelämän vuorovaikutuskysymyksistä kiinnostuneille.

### **Kouluttaja:**

Psykologi, psykoterapeutti Teemu Heino, Supportio

### **Päivämäärä ja aika:**

15.06.2023, klo 9:00-16:00

14.09.2023, klo 9:00-16:00

### **Ohjelma klo 9:00-16:00 +/-15 min.**

#### YKSILÖIDEN VÄLISEN ERILAISUUDEN YMMÄRTÄMINEN

- Tunteiden kehämalli
- Viisi persoonallisuuden piirrettä (Big5)
- Motivaatio
- Ajatus-/tulkintavääristymät
- Itsetunnon vaikutus työpaikalla
- Stressi- ja uupumusoireilu

#### YKSILÖN VUOROVAIKUTUSOMINAISUUDET

- Kontakti
- Rajahäiriöt vuorovaikutusta estämässä

- Läsnäolo
- Kynnisyys ja halveksunta
- Dialogisuus ja manipulointi

#### TYÖYHTEISÖN VUOROVAIKUTUKSEN KESKEISET OMINAISUUDET

- Asiaton ja vuorovaikutusta estävä työkäyttäytyminen
- Asiattoman työkäyttäytymisen selvittäminen
- Työyhteisöä tukevat ja hajottavat vuorovaikutustekijät
- Kriiikin ja palautteen antaminen ja vastaanottaminen
- Jämäkkä ja rakentava viestintätyyli
- Konfliktit
- Koronan vaikutukset työyhteisöön
- Etätöitä tekevä työyhteisö
- Muutosten vaikutus työyhteisöön
- Muutoksen psykologiaa

#### ILMOITTAUTUMINEN

P. 09 696 2950, [www.yritysakatemia.fi](http://www.yritysakatemia.fi), [ilmoittautuminen@yritysakatemia.fi](mailto:ilmoittautuminen@yritysakatemia.fi)

#### OSALLISTUMISMAKSU

590 euroa + alv laskutetaan koulutuspäivänä. Koulutus ja materiaalit sisältyvät hintaan.

**Lisäosallistujat -50 %**

#### PERUUTTAMINEN

Estyneen tilalle voidaan vaihtaa toinen osallistuja kuluitta. Peruutuksesta ja 14 päivää ennen koulutusta tehdyistä muutoksista veloitetaan toimituskuluina 15 % webinaarin hinnasta. Myöhemmin kuin 14 päivää ennen koulutusta tehdyistä peruutuksista tai peruuttamatta jätetystä ja käyttämättömästä koulutuspaikasta veloitetaan osallistumismaksu kokonaisuudessaan. Peruutus on tehtävä kirjallisesti.