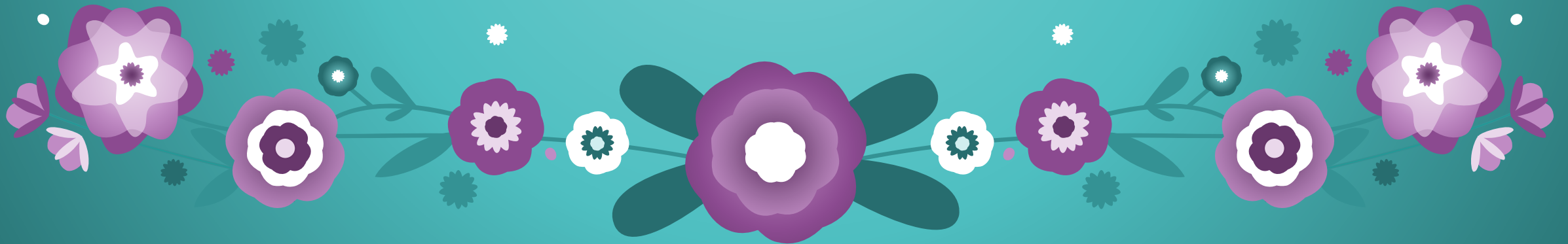


# Hyvät työhyvinvointikäytännöt

Johanna Mäki ja Tuula Viitala

Iällä ei ole väliä -työhyvinvointiseminaari 4.10.17



# Aineiston keruu

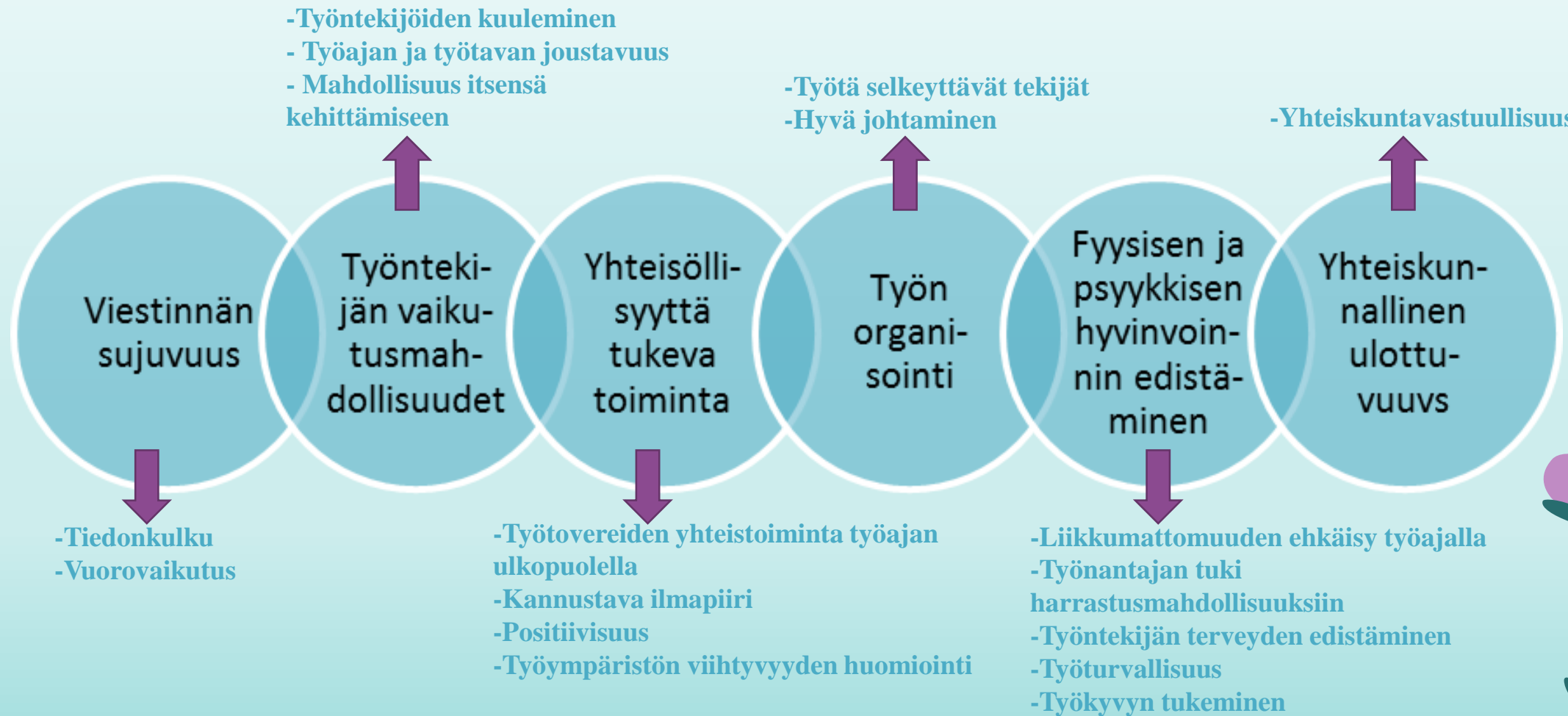
## Kyselytutkimus:

- Kerätty 13-15.9.16 Työhyvinvointimessuilla Tampereella
- Analysoinnissa mukana 123 vastausta, analysoitu sisällönanalyysilla
- Kysymykset: 1. Mikä edistää työhyvinvointia työpaikallasi? 2. Kerro yksi hyvä ja toimiva käytäntö työpaikaltasi? 3. Mitä tarvitaan, jotta hyvä käytäntö toimii?

## Katsaus: sisältää 5 eri työhyvinvointikäytännöt -kokoelmaa

- 100 tekoa paremman työelämän puolesta
- Henkilöstöteko –kilpailu
- Sykettä työhön -verkkopalvelusta hyviä työhyvinvointikäytäntöjä
- Tepsivät teot työelämään –tietopankki
- Terveellinen työ - Hyvän käytännön kilpailu
- Analysoitu sisällönanalyysilla

# Hyviä työhyvinvointikäytäntöjä työpaikoilta



# Hyviä käytäntöjä työpaikoilta: Viestinnän sujuvuus

- **Tiedonkulku:**

- Erilaiset kokouskäytännöt
- Johdon avoin viestintä, oma kanava anonyymisti esitetyille kysymyksille, johon johto vastaa
- Yhteistyön lisääminen yli osasto- ja organisaatorajojen
- Tiedonkulun kehittäminen

- **Vuorovaikutus:**

- Avoin keskustelu, puhutaan ystävällisesti ja jokaista kunnioittaen, avoimuus
- Sukupolvien välisen yhteistyön korostaminen ja vahvistaminen vuorovaikutuksen parantamiseksi
- Asiakasyhteistyön kehittäminen hyvän vuorovaikutuksen avulla

# Hyviä käytäntöjä työpaikoilta: Työntekijän vaikutusmahdollisuudet

- **Työntekijöiden kuuleminen:**

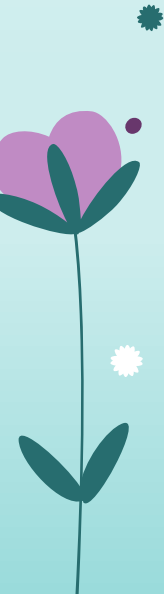
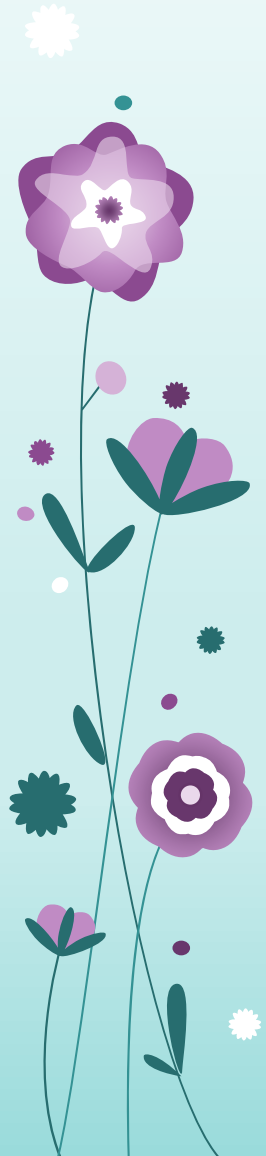
- Työntekijöiden kuuleminen
- Kehityskeskustelut
- Työhyvinvoinnin kehittämistoiminta, nykytilan kartoitus ennen kehittämistä

- **Työajan ja työtavan joustavuus:**

- Etätyön mahdollisuus, liukuva työaika, työaikapankki
- Työn ja vapaa-ajan yhteensovittaminen
- Sairauspoissaolojen oimailmoituskäytäntö

- **Mahdollisuus itsensä kehittämiseen:**

- Mahdollisuus koulutukseen ja työnkiertoon
- Erilaiset valmennukset, mentorointi ja verkostoitumalla oppiminen
- Työntekijöiden osaamisen tunnistaminen ja kehittäminen



# Hyviä käytäntöjä työpaikoilta: Yhteisöllisyyttä tukeva toiminta

- **Työtovereiden yhteistoiminta työajan ulkopuolella:**
  - Yhteiset kahvitauot, yhteistoiminta vapaa-ajalla, tyhy-toiminta
- **Kannustava ilmapiiri:**
  - Työkaverin auttaminen, luottamus
  - Hyvä tukeva työporukka, yhteishenki
  - Sujuva yhteistyö ja moniammatillinen yhteistyö,
  - Innostava esimies, hyvät yhteistyökäytännöt ja matala kynnyks työntekijöiden ja työnantajan välillä
  - Mahdollisuus luovuuteen, innovatiivisuus, ammattitilpeys
- **Positiivisuus:**
  - Huomioidaan onnistumiset, annetaan positiivista palautetta, hyvä asiakaspalaute
  - Ystävällisyys, ilo ja hassuttelu
- **Työympäristön viihtyvyyden huomiointi:**
  - Inspiroiva sisutus
  - Avokonttoriin sermeillä lisää yksityisyyttä, puheluille rauhallisempia tiloja
  - Musiikin kuuntelu yhdessä aamuisin, mahdollisuus ottaa koira mukaan työpaikalle

# Hyviä käytäntöjä työpaikoilta: Työn organisointi

- **Työtä selkeyttävät tekijät:**

- Yhteiset pelisäännöt, työnkuvan selkeys, tasa-arvoisuus
- Ongelmien käsittely, kaikkien sitoutuminen
- Hyvät varahenkilöstöjärjestelyt, prosessien sujuvuus

- **Hyvä johtaminen:**

- Hyvä johtaminen eri tilanteissa, esimieskoulutukset, johdon sitoutuminen
- Yhteistyö yli organisaatorajojen (työhyvinvointiasioissa)
- esimiesten vertaistuki, työnjohdon roolin ja vastuun selkeytys, erilaiset työkalut esimiestyön tukena kehittämistyössä
- Johto toimii esimerkkinä ilmapiirille

# Hyviä käytäntöjä työpaikoilta: Fyysisen ja psyykkisen hyvinvoinnin edistäminen

- **Liikkumattomuuden ehkäisy työajalla:**
  - Vaihtoehtoja istumatyöskentelylle, liikunta työajalla, taukojumppa
- **Työnantajan tuki harrastusmahdollisuuksiin:**
  - Työnantajan tuki liikunta –ja kulttuuriaktiviteetteihin
- **Työntekijän terveyden edistäminen:**
  - Työterveyshuollon toiminta, varhainen välittäminen
  - Ergonomiset työvälineet ja tilat, fysioterapeutti palkattu työyhteisöön
  - Erilaiset teemoitetut terveystapahtumat,
  - Kilpailut, haasteet sekä mobiilisovellukset hyvinvointia edistämässä
- **Työturvallisuus:**
  - Työpisteiden tarkistuskäynnit, työturvallisuusperehdytys uusille työntekijöille, työturvallisuuskoulutukset, vaaratilanteiden ja positiivisten turvallisuushavaintojen kirjaus
- **Työkyvyn tukeminen:**
  - Työtehtävien muutokset yksilöllisyys huomioiden (=työn tuunaus), töihin paluun tukeminen, työkuormituksen seuranta



# Hyviä käytäntöjä työpaikoilta: Yhteiskunnallinen ulottuvuus

- **Yhteiskuntavastuullisuus:**

- Lakialoite
- Korvaavan työn teko sairauden tai tapaturman vuoksi
- Työllistymisen tukeminen organisaation sisällä tai irtisanotulle talon ulkopuolella
- Vapaaehtoistyöhön kannustaminen ja sen mahdollistaminen työajalla

# Pohdintaa

- Työhyvinvointikäytäntöjä löytyy paljon
- Vanhojen rutiinien tilalle innovatiivista otetta
- Jokainen voi vaikuttaa työhyvinvointiin
- Työhyvinvointikäytäntöjä on arkipäiväisemmistä käytännöistä aina laajoihin hankkeisiin
- Työhyvinvoinnilla on ns. yhteiskunnallista tilausta

# Kiitos ja työniloa kaikille!

Lähde:

Mäki, J & Viitala, T. 2017. "Yhteinen kahvihetki, kävelypalaveri, isovanhempainvapaa ja yhteiset pelisäännöt työpaikalla työhyvinvointia edistämässä". Työelämästä kartoitettuja hyviä työhyvinvointikäytäntöjä. Tampereen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

