



PUHUTAAN TYÖHYVINVOINNISTA

! Työhyvinvointi rakennetaan yhdessä työn arjessa

Miksi toisina päivinä työpaikalla kuulee enemmän työpahoinvointipuhetta ja toisina päivinä töitä tehdään paremmalla fiiliksellä?

Työhyvinvointi on jokaisen oma kokemus. Se, kuinka mielekkäältä tai kuormittavalta työ kulloinkin tuntuu, on sen kokijalle tosi. Työhyvinvointi on yksilöllisen kokemuksen lisäksi myös työpaikan yhteinen asia: miten työt sujuvat, miten vuorovaikutus toimii, miten pulmia ratkaistaan ja työtä kehitetään yhdessä.

Valmista reseptiä työhyvinvoinnin edistämiseen ei ole, mutta tärkeiksi koetuista asioista keskusteleminen ja niiden ratkaiseminen on avain työhyvinvoinnin rakentamiseen.

! Työhyvinvoinnin edistäminen on johdon, esimiesten ja työntekijöiden yhteistyötä.

➔ Aloita ja pidä yllä keskustelua työhyvinvoinnista

On hyvä aloittaa peruskysymyksistä: mitä työhyvinvointi kullekin merkitsee, mikä työssä innostaa, mikä taas kuormittaa.

NOLLA-AJATTELU TARKOITTA päättäväistä suhtautumista työturvallisuuden ja työhyvinvoinnin kehittämiseen. Ongelmia ei lakaista maton alle vaan asioita ratkotaan yhdessä -kokemuksia jaetaan ja niistä opitaan. Myös onnistumiset huomioidaan ja ne kannustavat kehityspolulla eteenpäin.

**YHDESSÄ
KOHTI
NOLLA**

NOLLA-AJATTELUN OSA-ALUEITA

- Nolla tapaturmaa
- Nolla ammattitautia
- Nollatoleranssi kiusaamiselle
- Nolla työstä johtuvaa sairauslomaa
- Nolla hoitamaton väkivalta- tai häirintätapausta
- Nolla työuupumustapausta
- Nolla työturvallisuudesta tietämätöntä esimiestä ja työntekijää

NOLLA-AJATTELU EI TARKOITA pelkkään nollaan tähtäämistä. Se on ennen kaikkea tahtotila, joka edellyttää aitoa sitoutumista ja sen mukaisia käytännön tekoja.



Minun ajatukseni
työhyvinvoinnista
ja ideani sen
edistämiseksi

- ➔ **Mitä työhyvinvointi tarkoittaa sinulle?**
- ➔ **Mikä työhön liittyvä asia on innostanut sinua viime aikoina?**
- ➔ **Mikä työhön liittyvä asia on kuormittanut sinua viime aikoina?**
- ➔ **Mitä ajatuksia sinulla on työhyvinvoinnin edistämiseksi työpaikallamme?**

VAIHE 1

Oma ajatukseni työhyvinvoinnista

- Jokainen miettii hetken itsekseen, mitä työhyvinvointi tuo mieleen, mitä se tarkoittaa.
- Muistakaa, että erilaiset näkökulmat ovat tärkeitä, yhtä ja oikeaa vastausta ei ole.
- Kirjoittakaa ajatukset esimerkiksi fläpille tai jakakaa ne muulla tavalla yhteisesti.



VAIHE 2

Yhteinen näkemys työhyvinvointiin

- Esiin tulleet ajatukset voi kerätä sopivien otsikoiden alle, esimerkiksi
 - liittyy omaan jaksamiseen ja työn mielekkyyteen
 - on yhteinen asia, liittyy läheisesti työhön ja sen sujumiseen
 - on yhteinen asia, ei liity varsinaisesti työhön (esim. liikuntasetelit tms.)
- Keskustelkaa, millaiselta teidän yhteinen näkymänne työhyvinvointiin näyttää.

VAIHE 3

Ideat jakoon

- Mitä asioita jatkossa kannattaisi kehittää, jotta työssä jaksetaan jatkossakin ja se sujuisi entistä paremmin?
- Jokainen miettii oman ideansa työhyvinvoinnin edistämiseksi.
- Jakakaa ja kootkaa ideat yhteen ja sopikaa, mihin kannattaisi ensin tarttua ja miten niitä voidaan viedä työpaikalla eteenpäin.



Ideoikaa ja keskustelkaa työn sujuvuudesta, työhyvinvoinnista ja turvallisuudesta. Ideakorttia voi hyödyntää esimiestyön tukena esimerkiksi turvallisuus- ja työhyvinvointituokioiden toteuttamisessa.

Nolla tapaturmaa -foorumi

Työpaikkojen verkosto jonka tavoitteena on työturvallisuuden jatkuva parantaminen ja hyvien käytäntöjen levittäminen
www.nollis.fi

