

# HYVÄÄ TULOSTA HYVÄSSÄ TYÖILMAPIIRISSÄ

Työhyvinvointiin satsaamisessa ei ole kysymys vain rahan haaskaamisesta henkilöstön satunnaiseen hemmotteluun, vaan parhaimmillaan se on investointi pitkäkestoiseen, hyvään ilmapiiiriin sekä laadullisesti ja taloudellisesti parempiin tuloksiin.



Tutkimusten mukaan joka neljänteen sairauspoissaoloon on syynä eri asteinen henkinen uupuminen. Uupumisen taustalla on useimmiten ahdistava työilmapiiiri, yhteisöllisyyden puute tai epävarmuus omasta osaamisesta muutosten ja uudistusten keskellä.

On lyhytnäköistä kuvitella, että uupuneen työntekijän mahdollinen sairauspoissaolo olisi ongelma vain kyseiselle henkilölle. Työden uudelleen järjestely aiheuttaa helposti harmia ja hankealuutta, joka heijastuu koko työyhteisöön. Työn tehokkuus, laatu ja tuottavuus kärsivät aiheuttaen samalla myös jonkin asteisia särjäjä siihen asti saavutettuun työhyvinvointiin.

Etenkään muuttuvan ympäristön paineissa työpaikoilla ei ole varaa kärsiä koneiston pienestä yskimisestä isompaa vahinkoa odotellessa. Kokonaisuuden näkee usein selkeämmin kauempaa kuin läheltä. Sen vuoksi oman organisaation ulkopuolelta tuleva työnhajaaja voi jo pienelläkin panoksella vaikuttaa positiivisesti työyhteisön hyvinvointiin esimerkiksi työuupumista ennaltaehkäisevän työnhajauksen merkeissä. - Ennenmin korjataan pieni vahinko kuin ryhdytään rakentamaan raunioista uutta.



Tmi Kitola  
Retkitie 6,  
23100 Mynämäki

Arja Kitola  
+358 50 441 8660  
arja.kitola@tmikitola.fi

[www.tमितkitola.fi](http://www.tमितkitola.fi)

# BOOSTAUS

Työnohjaaja voi tuoda esiin uusia näkökulmia, intoa, tehoa ja työn iloa yksilöiden, ryhmien tai työyhteisöjen työnohjauksella silloin, kun vanha tuttu työyhteisö puurtaa eteenpäin tasatahtia, tuttua latua. Boostauksella voidaan kehittää myös uusia työkäytäntöjä.



# ELVYTYS

Paineessa voimat uupuvat ja voi tulla tunne, että "putoaa kärryiltä". Usko omaan ammattitaitoon on karissut tai aiemmin erinomaisesti ja aktiivisesti toiminut työyhteisö on hiipunut voimattomaksi, epäyhtenäiseksi suorittajaporukaksi. Työnohjaajan avustamana voidaan vahvistaa luottamusta osaamiseen sekä tiivistää yhteishenkeä.

# POMMINPURKU

Jos työyhteisössä on selkeästi havaittavia kipukohtia, esimerkiksi tulehtuneita henkilösuhteita tai vakavia kommunikointivaikeuksia, organisaation ulkopuolinen työnohjaaja on puolueeton, ammattitaitoinen henkilö purkamaan syntyneitä pattitilanteita ja ohjaamaan asioita positiivisemmalle tolalle.



Tmi Kitola  
Retkitie 6,  
23100 Mynämäki

Arja Kitola  
+358 50 441 8660  
arja.kitola@tmikitola.fi

[www.tmikitola.fi](http://www.tmikitola.fi)



Olen Arja Kitola, opettaja, kouluttaja ja työnohjaaja. Koulutukseltani olen kasvatustieteiden maisteri. Olen opiskellut myös psykologiaa ja sosiologiaa, monenlaisia ohjauksen opintoja sekä johtamisen erikoisammattitutkinnon. Työnohjaajaksi olen kouluttautunut Johtamistaidon opistossa. Opintoissani erikoistuin johdon ja esimiesten työnohjaajaksi. Olen myös Suomen Työnohjaajat ry:n jäsen.

Erityisosaamisalueeni ovat opetus-, kasvatus- ja sivistystoimen toimintaympäristöissä. Minulla on noin 30 vuoden työkokemus erilaisissa opetus- ja sivistystoimen tehtävissä sekä erittäin hyvä tuntema ajankohtaisiin opetustyön haasteisiin. Tältä pohjalta opetustoimen henkilöstön työnohjaukseen voin tarvittaessa sisällyttää myös sparrausta ja konsultointia. Haluan auttaa sinua onnistumaan työssäsi.

Siviilielämässäni olen neljän aikuisen lapsen äiti ja kahden pienen lapsenlapsen mamma. Voimaa saan perheeni lisäksi luonnon kauneudesta ja rauhasta. Luonto on minulle myös kuntosalii sekä mielenrauhan, inspiraation ja luovuuden lähde.

Teen sekä yksilöiden että työyhteisöjen työnohjausta myös mulla aloilla kuin opetustoimessa. Työnohjaus voidaan järjestää asiakkaan osoittamassa tilassa, kävelyretkellä tai vaikkapa voimaannuttavassa puutarhassani.



Tmi Kitola  
Retkitie 6,  
23100 Mynämäki

Arja Kitola  
+358 50 441 8660  
arja.kitola@tmikitola.fi

[www.tmikitola.fi](http://www.tmikitola.fi)

