

Apua aivoille –projekti

2018 - 2019

Henkilöstöpäällikkö Outi Arvola

Työsuojelupäällikkö Taru Vuorenpää

Valtori

*Valtion tieto- ja
viestintätekniikkakeskus*



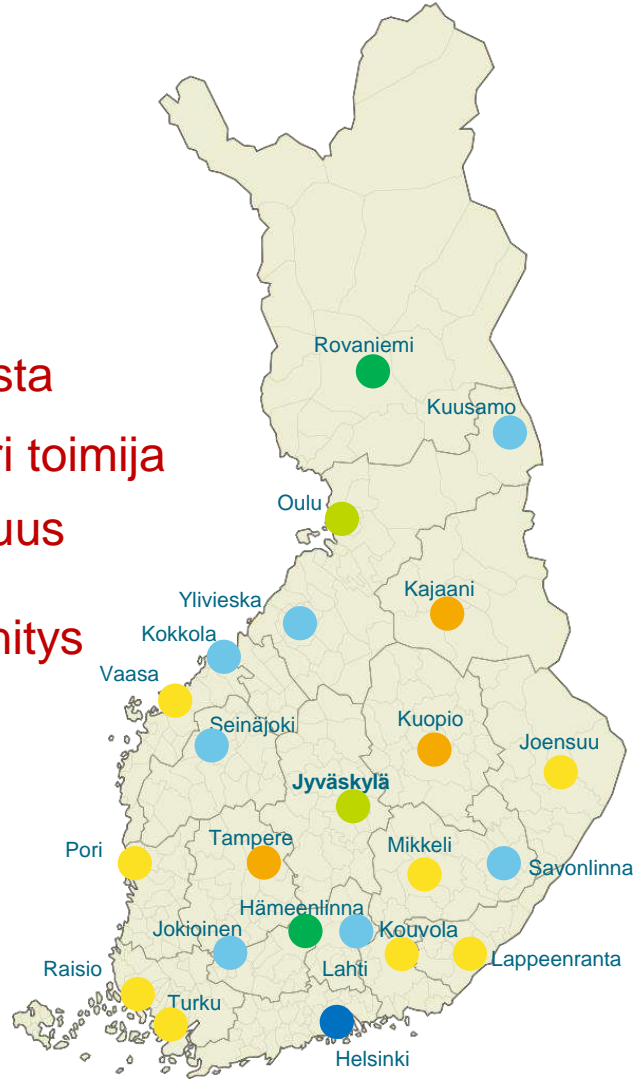
Valtori

ICT-palvelut valtion virastoille ja laitoksille

- **Henkilöstö: 1 400**
- **Liikevaihto: 320 M€**
- **30 toimipaikkaa**

80 eri virastosta
ICT-alan suuri toimija
monipaikkaisuus

ICT-alan nopea kehitys
5 vuotta

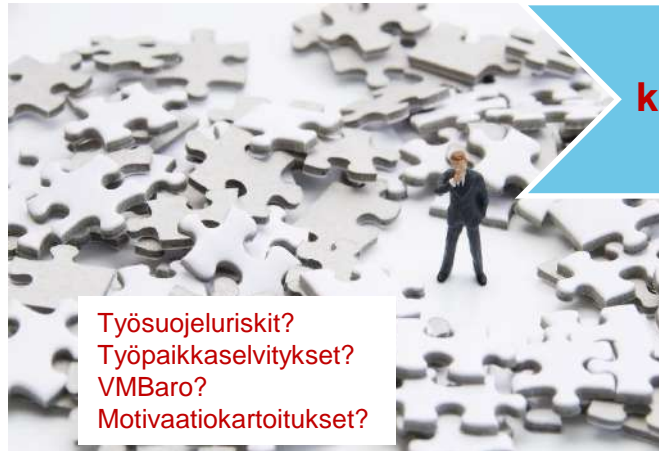




- Muutokset
- Ajankäytön haasteet
- Erilaiset toimintamallit
- Erilaiset kulttuurit
- Psykososiaalinen kuormitus

Havainnointia

- Asiantuntijatyö
- Mobiili tietotyö
- Multitasking
- Osaamisen vaatimukset

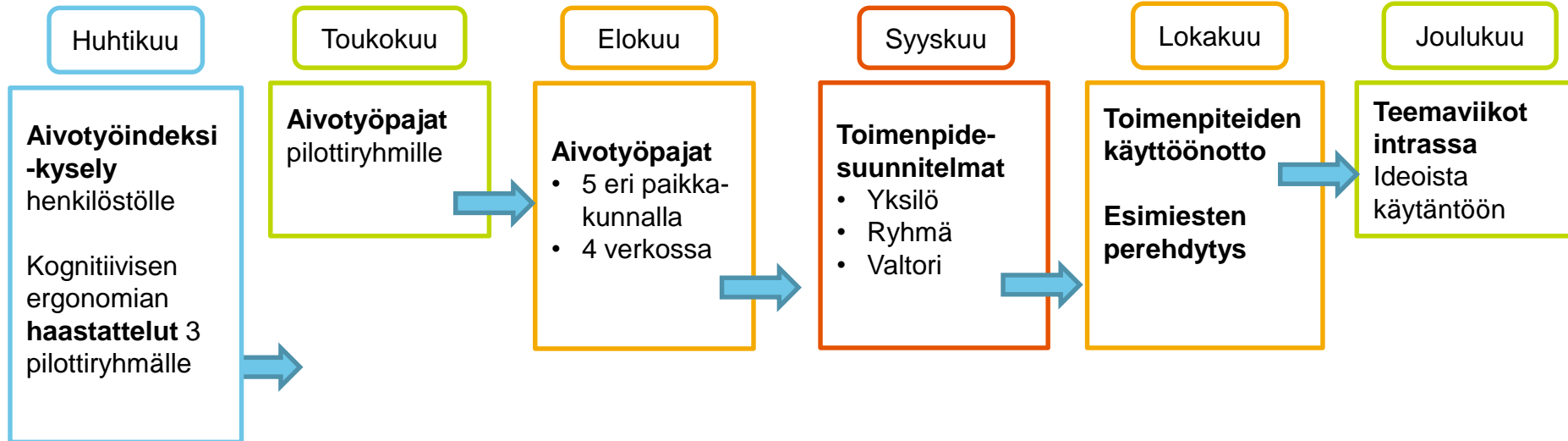


Työsuojeluriskit?
Työpaikkaselvitykset?
VMBaro?
Motivaatiokartoitukset?

**Keinoja
kuormituksen
hallintaan**

**Kognitiivisen
ergonomian
parantamista**

**Apua
aivoille!**



Jokaisen valtorilaisen keinot

Häiriöt ja häly:

- Vaimennetaan puheääntä
- Pidetään puhelin hiljaisella
- Poistetaan näytöltä äänihälytykset ja ilmoitukset
- Minimoidaan läpikulkua työtilassa

Keskeytykset:

- Viestintäkanavat kiinni
- Älä häiritse –tila pikaviestimissä
- Työrauhatunti ja ”Saa häiritä” -tunti
- Palaveriton päivä

Tietotulva:

- Tuleva sähköposti: Automaattisäännöt
- Lähtevä sähköposti: Kohderyhmä, otsikko, tekstin tiivistys

Kokouskäytännöt

- Agenda, tavoite, aika, roolit, valmistautuminen

Verkkokoulutus

- Luento: Aivoterveys

Yhteiset keinot

Toimitilat

- Talon tavat – yhteiset pelisäännöt
- Avokonttorin pelisäännöt
- Zone-alueet: nimetty, vapaa, hiljainen

Häiriötön aika

- Vetäytymistilojen varustelu paremmaksi
- Ideoita toimitilahallinnolle

Tietotulva

- Käytettävät viestintävälineet eri tilanteissa
- Reagointiajat
- Ryhmäkohtaiset käytännöt: sähköposti, pikaviestimet
- Kokouskäytännöt: päivitys, julkaisu ja vastuutus

Multitasking

- Tehtävänkuvaukset ajan tasalle
- Apua aivoille –ideat perehdytysoppaaseen

Teemaviikot intrassa – ideoista käytäntöön

43-44

Hyvät kokouskäytännöt kunniaan

45-46

Avokonttorielämä – pelisääntöjä käyttöön

47-48

Aivokuormaa hillitsevät keinot yksilö- ja yhteisötasolla

49-50

Tietotulva – sisäiset viestintäkanavat

51-2

Yhteenveto: Kaikki ideat hyötykäyttöön

Ajankäytön
hallinta
yhteisillä
malleilla

Esimiestyö ja
etäjohtaminen

Jaksaminen
muutoksissa ja
työyhteisötaidot

Apua aivoille 2019

Webinaari: Parempaa ajanhallintaa - valmennusryhmä

- Ajankäytön suunnittelu ja hallinta
- Työn imun vahvistaminen
- Valmiudet toimia muutostilanteissa

Työterveyslaitos

Hyvinvointivalmennus ryhmissä: Stressinhallinta ja palautumisen taidot

- Liikunta mielen ja kehon palautumiseen
- Stressin ja palautumisen välinen suhde, unen taidot, mielen esteet muutoksissa

Mehiläinen

Webinaari: Tehokas yhteistyö monipaikkaisessa työssä Esimiesvalmennus: Hajautettu tiimityö ja etäjohtaminen

Timanttia Consulting Oy

Valmennus esimiehille: Vertaistuki Trainers' House

Opimme ja onnistuimme

Varmista osallistumisen mahdollisuus

Opimme

1. Strategia ja johdon tuki vie kehittämisen osaksi jokaisen arkea
2. Aktiivinen uutisointi ja esimiesten sparraus tärkeitä
3. Verkkoa hyödyntäen parempi osallistumisen mahdollisuus

Sitoutuva ja aito tuki

Tietoisuus ja linkitys

Kehittyminen on elinehto

Materiaalit intran etusivulla

Kiteytä

Uutisointi vie kokeiluihin

Asetu osallistujan asemaan

Osallistavat pienryhmät

Helpota osallistumista

Onnistuimme

1. Tuotettiin useita keinoja aivojen avuksi
2. Osallistuminen lisääntyi koko ajan, henkilöstön arvostus
3. Henkilöstön omatoimisuus ja tietoisuus jaksamista tukevista keinoista lisääntyivät

Apua aivoille 2020

Työyhteisövalmennus:
Yhdentävä tiimi

Pienryhmä-
valmennus
esimiehille:
Varhainen tuki

Vertaistuki esimiehille:
**Kahdensuuntainen
mentorointi**

Valmennus
päällikköryhmälle:
**Aikaansaamisen
kyvykkyys**