

# TYÖYHTEISÖN HYVINVOINTI JA TYÖNILO



## Kouluttajat

**KT, kasvatustieteen professori Simo Skinnari**  
**Hyvinvointi- ja tunnevalmentaja Paavo Kärkkäinen**

## Sisältö

Aikanamme kaivataan myös tunteiltaan viisaita ihmisiä. Ilman tunneviisautta asiakastyö tai johtajuus ei onnistu. Ilman tunneviisautta ei työssä ole iloa. Mutta miten tätä voi oppia?

Koulutuspäivän aikana saat kerätä asiansa osaavien kouluttajien tarinoista itsellesi toimivia työkaluja omaan ja työyhteisösi hyvinvointiin ja voimaantumiseen.

Sitran marraskuussa 2008 ilmestyneessä raportissa ”Muutoksen Suomi”, nostettiin voimaantuminen (empowerment) yhteiskunnassamme tärkeimmäksi tekijäksi. Mitä voimaantuminen sitten tarkoittaa ja miten sellainen käytännössä mahdollistuu? Miten tunneviisaus liittyy voimaantumiseen?

Koulutuksessamme kokemuksellisuus yhdistetään tieteelliseen ja taiteelliseen tarkasteluun. Luontokuvien ja tarinoiden avulla on mahdollista saavuttaa hyvinvoinnin ja työnilon kvanttihyppyjä. Nyt jos milloin tarvitaan myönteisiä näkökulmia tulevaisuuteen!

Koulutuspäivät ovat dialogisia ja jokaisen koulutuspäivän aikana syntyy sellaisia uusia oivalluksia, joilla on todella maailmaa muuttava merkitys – kukaan meistä ei ole koulutuspäivän jälkeen oman entinen, ahdistunut itsemme. Olemme ainakin hivenen saaneet tuntumaa omiin syviin aarteisiimme, jotka vähitellen puhkeavat kukkimaan.

Muutamia palautteita:

- sisältö antoi ajateltavaa kaikille
- luennoitsijoilla hyvä tietopohja / paneutunut asiaan
- hyvin toteutettu työskentelytapa
- asiat pystyy viemään arkipäivään (työhön/kotiin)
- kokonaisuus, kaikki, mielettömän hyvä...



## Koulutuspäivän sisältö

### Globaalin murroksen vaikutus hyvinvointiin

- mitä tarvitaan...? (taiteellinen avaus)
- miten voisimme oppia eri ikävaiheissa elämään ”sisältä ohjautuen” – sellaisesta sisäisestä motivaatiosta, joka tuottaisi totta, kaunista ja hyvää?
- pahoinvoinnista hyvinvointiin?
- työnilon hilloja

### Emotionaalinen kompetenssi

- hyvinvoinnin ulottuvuudet
- miten opin ajattelemaan totuudellisesti, tuntemaan empaattisesti ja toimimaan eettisesti?
- tunneviisauden avaimia

### Työnilo ja hyvinvointi

- miksi teen työtä?
- miten voin tuilla siksi, joka minä (syvimmiltäni) olen?
- voimaantumista mahdollistava työkuulttuuri
- lämpimät verkostot & sosiaalisen pääoman optiot
- luontokuvateos ”Helisee rannat”
- akustinen luontokuvateos ”Yhdessä”



**Kouluttaja Simo Skinnari** valmistui sosiaaliterapeutiksi Jyväskylän yliopistosta vuonna 1979 ja Kasvatustieteiden tohtoriksi Oulun yliopistosta 1989. Nykyään hän toimii professorina Itä-Suomen yliopiston Savonlinnan kampuksella sekä kouluttajana ja konsulttina toiminimensä puitteissa. Hänellä on kokemusta työyhteisöjen valmennuksesta ja erityisesti opettajien ja opettajakuntien voimaannuttamisesta.

Skinnarin teokset "Pedagoginen rakkaus" ja "Elämäkoulu" ovat olleet hyvin luettuja. Seuraavassa pari kommenttia teoksesta *Elämäkoulu*: *"Poikkeuksellinen, luutuneita käsityksiä hellästi murskaava ja muuttava teos, suorastaan vallankumouksellinen, hämmentävä, jossain mielessä jopa pelottavan paljon ennakoimattomia kvanttihyppyjä stimuloiva"*. ja toinen arvio: *"En ottaisi siitä mitään pois enkä lisäisi siihen. Kirjassa on koko elämän kirjo rosoisena ja moniulotteisena – niin kuin elämäkin on. Skinnari kirjoittaa rohkeasti läheisiksi kokemistaan asioista... Hän kirjoittaa omana itsenään ja mitä ilmeisemmin omasta ydinminuudestaan käsin. Samoja kysymyksiä Simo Skinnari pitää esillä myös koulutuspäivien aikana – dialogissa toisen kouluttajan ja läsnäolijoiden kesken syntyy kuitenkin aina uutta ja arvaamatonta. Jokaisessa koulutustilaisuudessa on tarkoituksena vastata juuri läsnä olevien ihmisten tarpeisiin. Perimmäinen asenne on: "Kuka Sinä olet ja miten voin auttaa Sinua juuri sinun elämäsi tiellä?" Ja/Tai "Mitkä ovat juuri tämän työyhteisön vahvuudet ja miten ne saadaan esille?"*

Viimeisin projekti oli Uuraisten opettajakunnalle järjestetty VESO-päivä työhyvinvoinnista yhdessä Paavo Kärkkäisen kanssa (tilaaja ja kommentit opinto-ohjaaja Mari Hast [mari.hast@uurainen.fi](mailto:mari.hast@uurainen.fi))

**Kouluttaja Paavo Kärkkäinen** on toiminut yli kymmenen vuotta työyhteisöjen johdon valmentajana. Hänellä on erittäin vahva käytännön osaaminen tunneviisauden, hyvinvoinnin ja voimaantumisen alueelta.

Hän suunnitteli ja toimi pääkouluttajana Kuusamossa ja Joensuun yliopistossa pidetyssä masennuksen hoidon uusien mahdollisuuksien koulutushankkeessa.

Kärkkäinen on tehnyt useita vuosia yhteistyötä voimaantumisen väittelien KT Juha Siitosen kanssa kouluttamalla mm. Länsi-Suomessa Seinäjoki-Kauhava-Lapua alueen terveyskeskusten henkilökunnat.

Kärkkäinen on myös tunnevalmentanut useiden vankiloiden henkilökuntaa vankien lapsuustrauhojen ymmärtämiseksi ja heidän auttamiseksi. Hän on toiminut hyvinvointikouluttajana mm. seuraavissa yrityksissä ja yhteisöissä Yritykset: Barona Oy, Schauman Woods Oy, Ties Oy, UPM Kymmene Oy, Autosalpa, Tapiola, KAK yhtiöt Oy, Lumon Oy, Teräsmyynti Timo Lehtimäki Oy, Finnharvest Oy, Etera, Ruusakoti Oy, Oy Kati Ab, Keski-Suomen Osuuspankki, Nordea, Berner Oy, J. Kärkkäinen Oy, Elektrobitt Ltd, Varenso Oy, Hullu Poro Oy, Hankkija-Maatalous Oy, Kuljetus Welin Oy, Yrittäjäkoulutuksia eripuolilla Suomea. Valtio: Työministeriö, Tiehallinto Oulun piiri, Opeko, Oulun yliopisto, Helsingin yliopisto, Naarajärven, Pelson, Kuopion, ja Mikkelin vankilat. Kaupungit ja kunnat: Tornio, Juankoski, Heinävesi, Kuopio, Porvoo ja Rautalampi.

Viimeisin projekti oli Uuraisten opettajakunnalle järjestetty VESO-päivä työhyvinvoinnista yhdessä Simo Skinnarin kanssa (tilaaja ja kommentit opinto-ohjaaja Mari Hast [mari.hast@uurainen.fi](mailto:mari.hast@uurainen.fi))

Kärkkäinen on myös luonnonkuvaaja ja runoilija ja hänet on palkittu ansiostaan. Tällä hetkellä hän tekee Järvilinnan studiossaan työhyvinvoinnista kertovaa kolmiosaista dokumenttihankeä. Siihen hän haastateli uupuneita, loppuunpalamisesta selviytyneitä sekä työhyvinvointitutkijoita.

## Yhteystiedot

**Simo Skinnari/ TÄMÄ HETKI – Koulutus ja konsultointi**  
**Simo Skinnari. Sammalsaarenkatu 4 57170 Savonlinna.**  
**puh. 050-3666619, E-mail: [simo.skinnari@uef.fi](mailto:simo.skinnari@uef.fi)**  
**www-sivut: [simoskinnari.fi](http://simoskinnari.fi)**



**Paavo Kärkkäinen / TUNTEVA AY**  
**Järvilinnantie 213, 41330 Vihtavuori**  
**puh. 050-5990435**  
**E-mail: [paavo.karkkainen@tunteva.com](mailto:paavo.karkkainen@tunteva.com)**  
**www-sivut: [www.tunteva.com](http://www.tunteva.com)**

