



Tunneilmaston merkitys ja johtaminen

Tunneilmaston rakentamisella kestävästi kannattavaa liiketoimintaa-webinaari

30.8.2023

Hyvää Työtä-Akatemia, Hanna Kumpulainen

Hyvää Työtä - Akatemia

Tuomme ihmisymmärrystä johtamiseen ja työelämään.
Kehitämme arvostavaa tunneilmastoa ja luottamusta
rakentavaa vuorovaikutuskulttuuria.

Valmennukset, koulutukset ja konsultoinnit menevät aina pintaa syvemmälle ja tähtäävät
pysyvään muutokseen ja kokonaisvaltaisesti hyvään työelämään.



Luottamusta ja turvallisuutta
rakentava vuorovaikutus



Tunneilmaston ja
työilmapiirin kehittäminen



Ihmisjohtamisosaaminen




Kestävä liiketoiminta



Sisälto

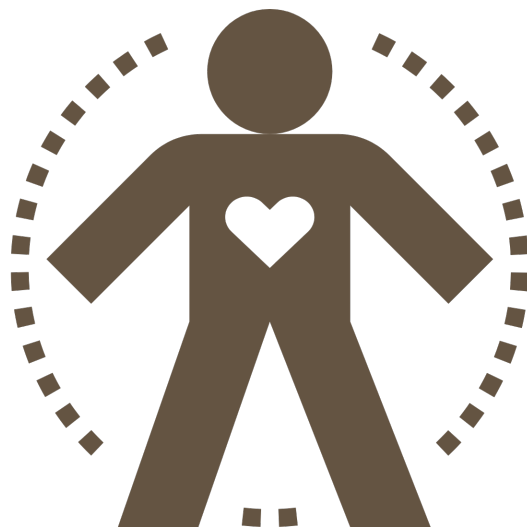


1. Mitä tarkoittaa tunneilmasto?
 2. Miksi tunteista pitää puhua työelämässä?
 3. Miten tunneilmasto muodostuu? Miten tunteet tarttuvat?
 4. Mitä voin tehdä itse? Entä työyhteisössä?
 5. Miksi tunneilmastosta kannattaa olla kiinnostunut?
- 

Sisälto

1. Mitä tarkoittaa tunneilmasto?

2. Miksi tunteista pitää puhua työelämässä ja johtamisessa?



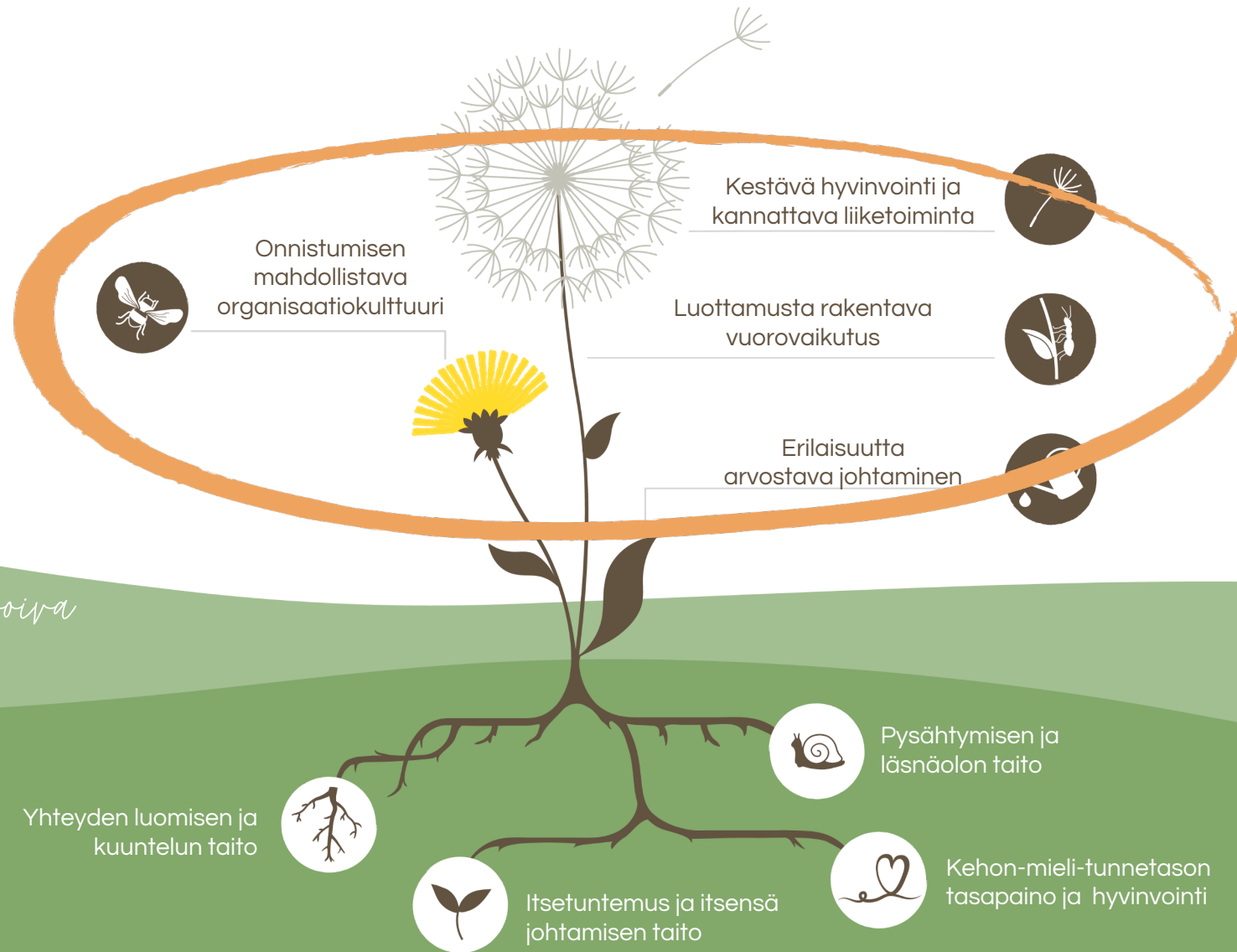
3. Miten tunneilmasto muodostuu? Miten tunteet tarttuvat?

4. Miten tunneilmastoa voi johtaa ja rakentaa haluttuun suuntaan?

5. Miksi tunneilmaston johtamisesta kannattaa olla kiinnostunut?

HYVÄN TYÖN ELEMENTIT

Hyvinvoiva TYÖYHTEISÖ



Mielekas ja motivoiva TYÖ

Hyvinvoiva YKSILO




1. Mitä tarkoittaa tunneilmasto?

Tunneilmasto

- Ryhmässä yhteisesti jaettu ja koettu tunnetila
- Erotuksena tunneilmasto vs. työilmapiiri
- Muovautuu ryhmän jokaisen jäsenen myötävaikutuksesta
- Voidaan myös johtaa aktiivisesti ja rakentaa haluttuun suuntaan



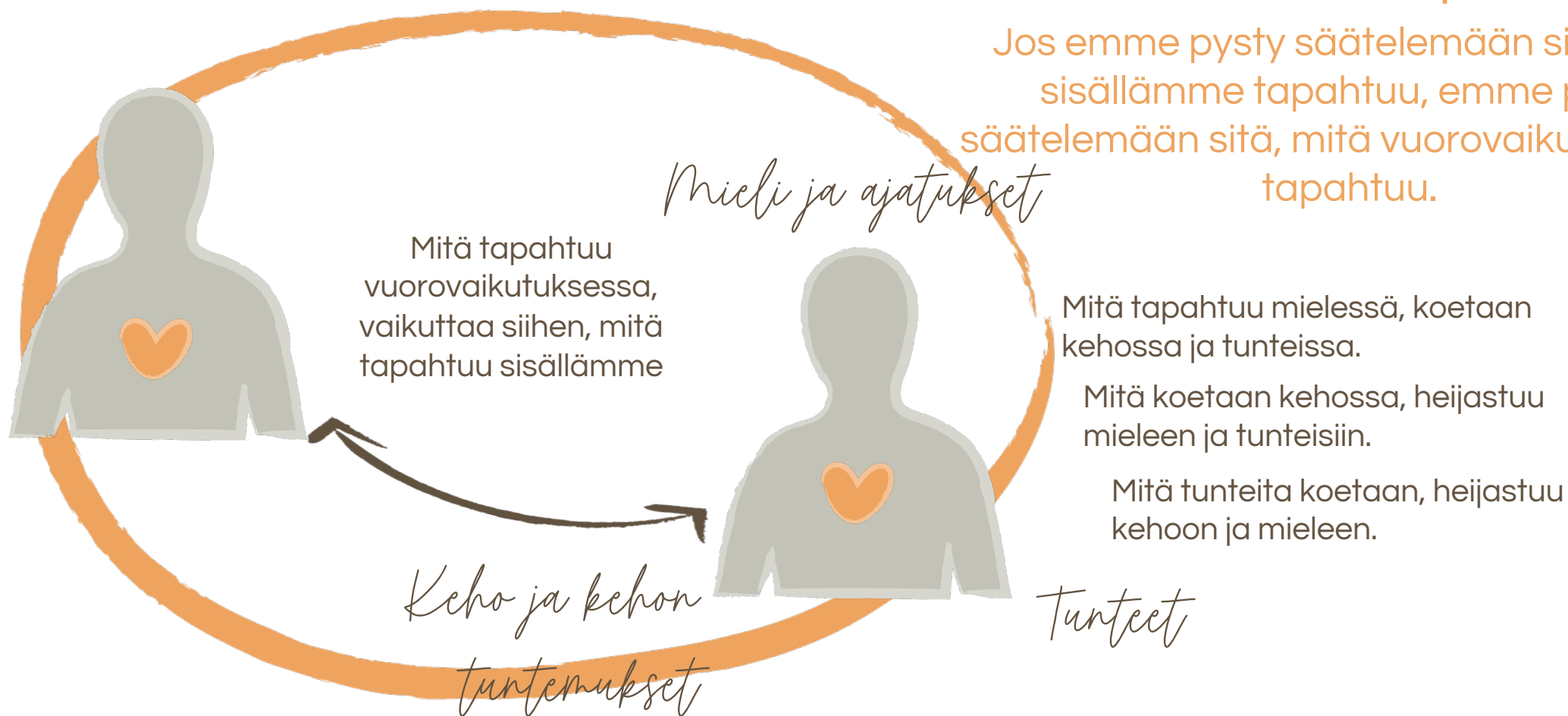


2. Miksi tunteista pitää puhua työelämässä ja johtamisessa?

Keho - mieli - tunteet - vuorovaikutus

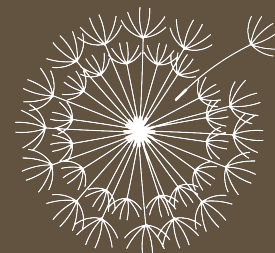
Kaikki johtaminen on vuorovaikutuksen johtamista.

Jos emme pysty säätämään sitä, mitä sisällämme tapahtuu, emme pysty säätämään sitä, mitä vuorovaikutuksessa tapahtuu.





Kaikki johtaminen on ihmisten johtamista.
Ihmisten johtaminen tapahtuu
vuorovaikutuksessa.



HYVÄÄ
työtä

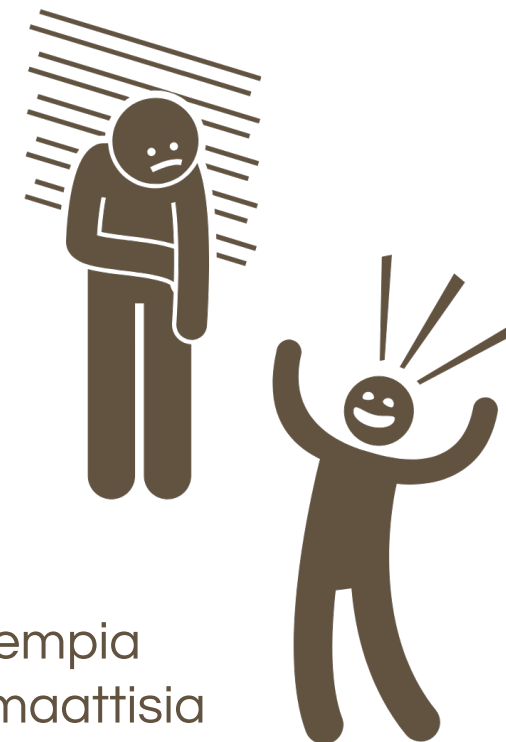
Miksi meillä on tunteet (eikö järki riitä)?



Järki:

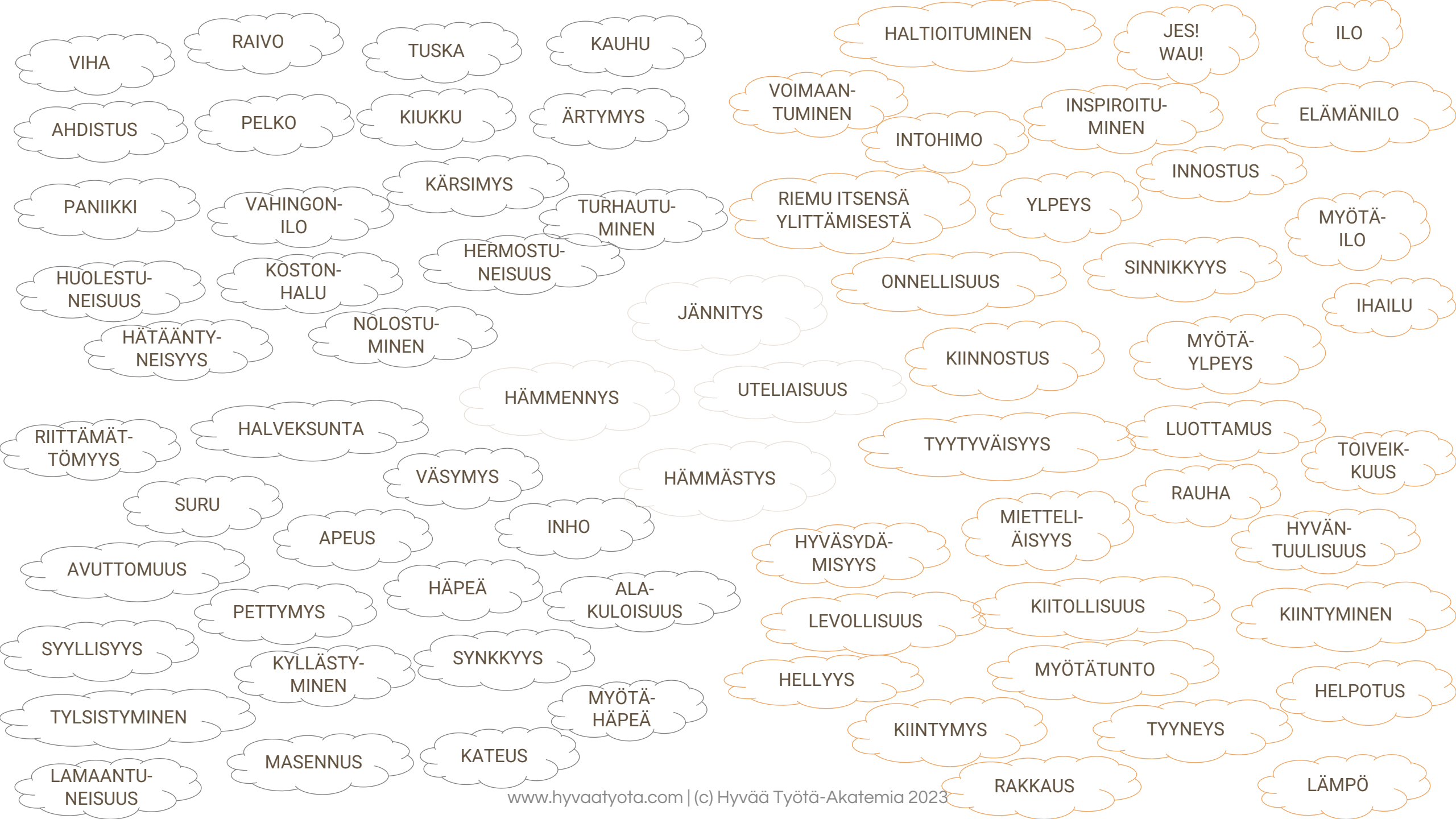
- Heikompi
- Tahdonalainen
- Mukautuva
- Suunnitelmallinen
- Tietoinen

- Ohjaavat toimintaa sosiaalisissa tilanteissa
- Muovaavat valintojamme
- Muokkaavat kehomme vireystilaa
- Vaikuttavat siihen, miten tulkitsemme ympäristömme tapahtumia



Tunteet:

- Vahvempia
- Automaattisia
- Joustamattomia
- Hetkessä eläviä
- Tiedostamattomia



Vireystilat ja sietoikkuna

Ylivireystila



Taistele tai pakene! Stressi, pelko, ahdistus, valppaus, Vaarantunne, voimistuneet tunteet ja reaktiot, ylivalppaus, rauhattomuus, räjähdysherkkyys

Sietoikkuna

Kyky säilyttää ja palauttaa vakaus



Kaikki hyvin!

Lepo, palautuminen, ruoansulatus, hoiva, läheisyys, yhteys toisiin, turvallisuuden tunne, kyky ajatella, tunnetietoisuus, läsnäolo

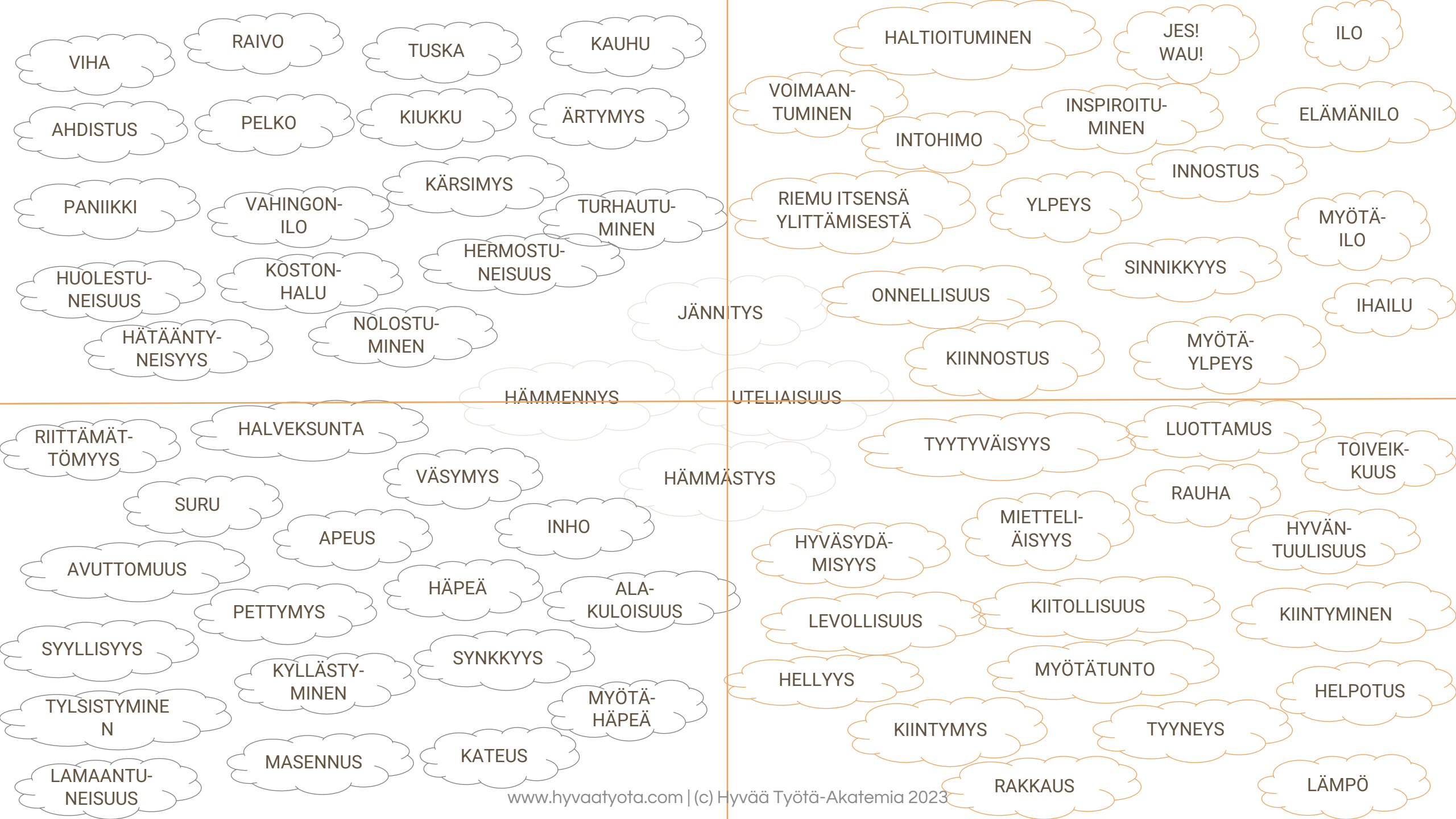
Alivireystila



Lamaantuminen

Apatia, masennus, häpeä, raskas olotila, väsymys, tunteiden, aistimusten ja reaktioiden hitaus



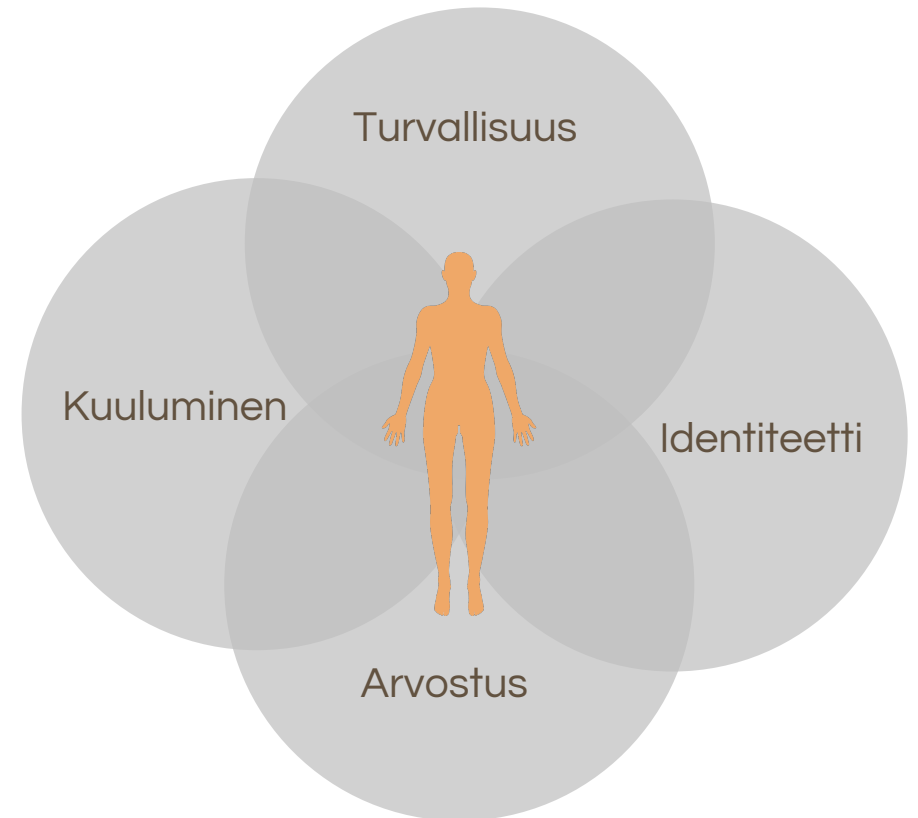


Tarpeet tunteiden taustalla

Tarpeet vaikuttavat aina toimintamme ja tunteidemme taustalla!

Psykologiset perustarpeet

1. Tarve turvallisuuteen: psykologinen turvallisuus
2. Tarve kuulua joukkoon: Yhteenkuuluvuuden, yhteisöllisyyden ja läheisyyden tarve
3. Tarve säilyttää vapaus: Omaehtoisuuden eli autonomian tarve
4. Tarve saada arvostusta: Kyvykkyyden ja pystyvyyden tarve

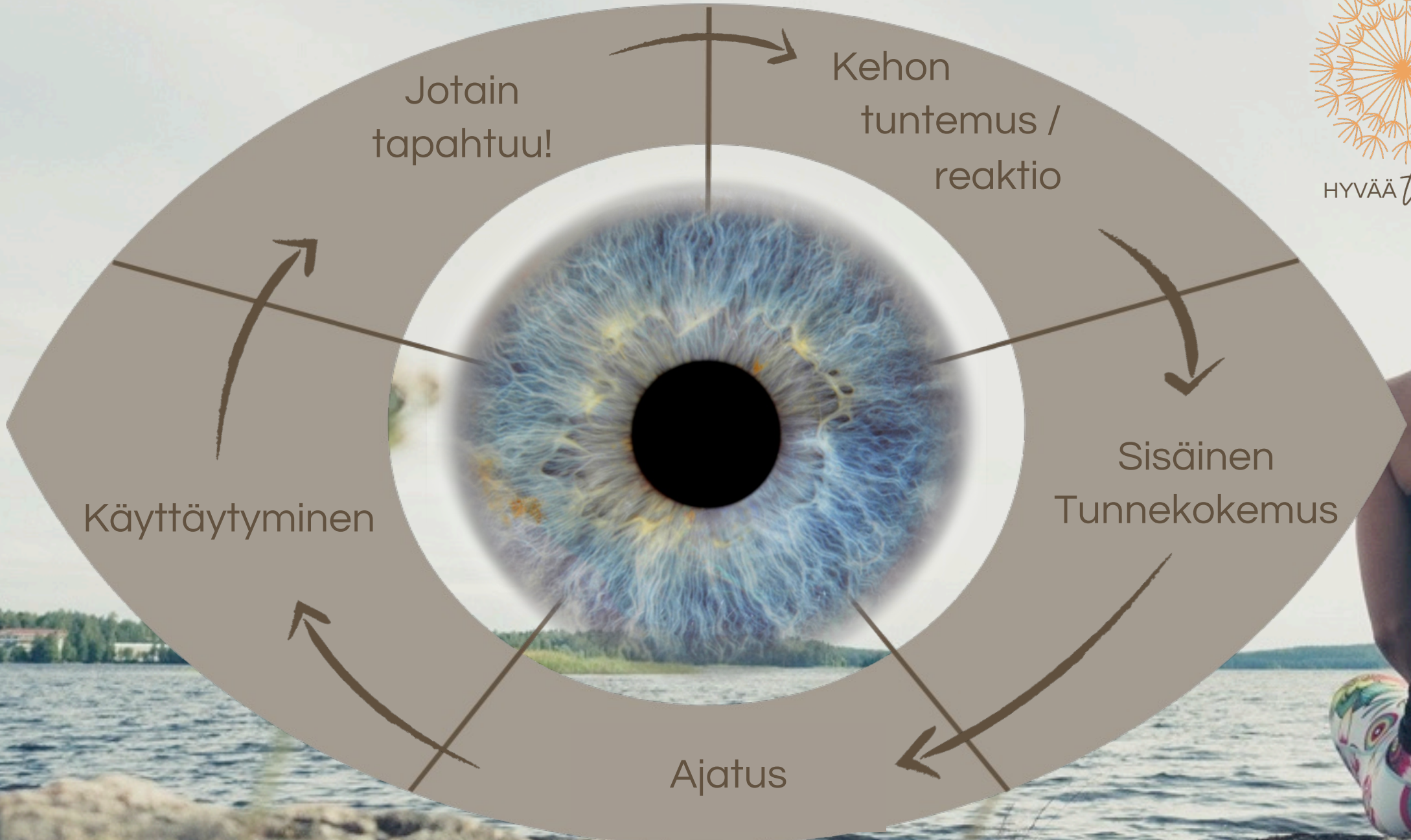




3. Miten tunneilmasto muodostuu? Miten
tunteet tarttuvat?



HYVÄÄ *työtä*





HYVÄÄ *työtä*



Miten tunneilmasto muodostuu? Miten tunteet tarttuvat?



I feel you – ja kenen tunne tää muuten onkaan?
Hakekaa omat tunteenne pois täältä, täällä
koitetaan tehdä töitä!



Kuuluvatko tunteet yksilölle, vai ovatko ne
kollektiivista omaisuutta?

Mitä tarkoittaisi (työyhteisöissä,
asiakassuhteissa, perheissä jne), jos
tunnustettaisiin, että tunteet ovat kollektiivisia ja
kaikki ovat niistä vastuussa?



Miten tunneilmasto muodostuu? Miten tunteet tarttuvat?

Tunteiden tarttumisella tärkeä selviytymiseen liittyvä tehtävä (jaettu mieli?)

Kaksi järjestelmää:

1. Peilisolujärjestelmä

✧ Toisessa havaittujen liikesuoritusten matkiminen ja valmistelu.

2. Empatiajärjestelmä

✧ Tunteisiin liittyvien toimintojen muuttaminen havaitsijan mielessä ja kehossa.





4. Miten tunnelmastoaa voi johtaa ja rakentaa haluttuun suuntaan?

HYVÄN TYÖN ELEMENTIT

Hyvinvoiva
TYÖYHTEISÖ



Mielekas ja motivoiva
TYÖ

Hyvinvoiva
YKSIÖ

Yhteyden luomisen ja kuuntelun taito



Itsetuntemus ja itsensä johtamisen taito



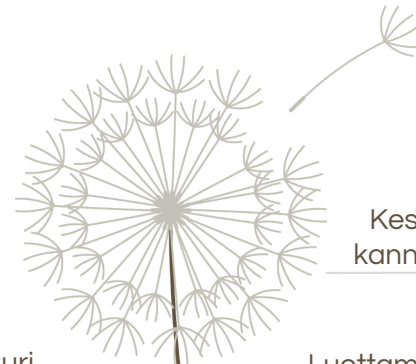
Pysähtymisen ja läsnäolon taito



Kehon-mieli-tunnetason tasapaino ja hyvinvointi



Onnistumisen mahdollistava organisaatiokulttuuri



Luottamusta rakentava vuorovaikutus



Erilaisuutta arvostava johtaminen



Kestävä hyvinvointi ja kannattava liiketoiminta



Tunneilmaston johtaminen - yksilön taidot



Vahvista itsetuntemusta ja itsereflektion taitoa

- Kuka olen, miksi toimin kuten toimin?
- Tunnista omat tarpeesi tunteidesi taustalla

Vahvista omia tunne- ja vuorovaikutustaitoja

- Opettele tunnistamaan omia tunteita ja niiden syitä
- Ymmärrä luottamuksellisen ja psykologisesti turvallisen ilmapiirin synty ja merkitys
- Vahvista kykyä mentalisaatioon

Opettele kehomielitunnetilan säätelyä

- Läsnaolon taidon kehittäminen
- Opettele kehollisia keinoja säädellä (nostaa / laskea) omaa vireystilaa
- Opi kohtaamaan ja sietämään vaikeita tunnetiloja



Tunneilmaston johtaminen - työyhteisön tavat



Vahvista tunne- ja vuorovaikutustaitoja työyhteisössä

- Huomaa ja tunnista tunteita ja niiden syitä toisissa ja työyhteisössä
- Tiedosta tunnetila ja työilmapiiri ryhmässä
- Harjoittele tunnetaitoja erilaisissa tilanteissa

Vahvista tunteista puhumista työyhteisössä

- Tee tunnesanasto ja -puhe arkipäiväiseksi, luo rakenteita
- Vahvista positiivisia tunnetiloja työyhteisössä

Luo tavat kohdata vaikeita tunteita ja konflikteja työyhteisössä

- Luo tavat keskustella ja kohdata vaikeitakin tunteita ja asioita työyhteisössä
- Luo tavat ja prosessit selvittää konflikteja työyhteisössä

The image features a light gray background with white line-art illustrations of dandelion seed heads. In the top-left corner, there are two large, full seed heads and two smaller, detached seed heads with long stems. In the bottom-right corner, there are several more seed heads of varying sizes, some full and some detached. The overall aesthetic is clean and minimalist.

5. Miksi tunneilmaston johtamisesta
kannattaa olla kiinnostunut?

Tunteiden vaikutus työssä

yksilö ja ryhmätasolla

- Tuloksellisuus, tavoitteiden asettaminen ja niiden saavuttaminen
- Oppiminen, motivaatio, suorituskyky
- Päätöksentekokyky
- Sitoutuminen työhön ja työyhteisöön
- Työtyytyväisyys
- Ristiriidat

“työryhmän tunneilmasto selittää jopa 71 % työryhmän tuloksellisuudesta!”*

TARKEAA!

Positiivinen tunneilmasto voi olla yrityksen todellinen kilpailuvaltti!





Työryhmien ja tiimien jäsenet “poimivat”
johtajan tunnetiloja laajalti!

*Mitä useammin poimitut tunnetilat positiivisia,
sitä parempia tuloksia tiimi tekee.*

Pohdintaa

Huom! Työryhmä ei välttämättä ole perinteinen työyhteisö, vaan se voi olla toimistokollektiivi, yhteistyökumppani, kohtaaminen asiakkaan kanssa kahden, verkostokumppanuus, perhe tai lemmikki kotitoimistolla tms

- ✧ Millainen tunneilmasto minussa tai omassa työssäni / työryhmässäni tyypillisesti vallitsee? Mikä siihen vaikuttaa?
- ✧ Millaisen tunnetilan haluaisin ryhmässäni vallitsevan? Tai minkä tunteen haluaisin asiakkaassani heräävän? Mikä on se tunnetila, joka asiakkaani muistijäljen tekee?
- ✧ Mikä merkitys tunneilmastolla voisi olla liiketoimintani kannalta?





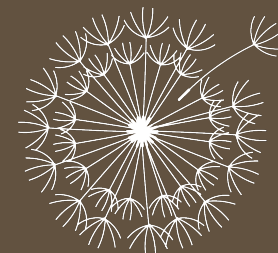
Kiitos!

Kysymyksiä, kommentteja,
ajatuksia?



Loppurefleksio:

Pohdi 2 min ensin itse:
mitkä ovat kolme tärkeintä kotiin
viemistä tältä päivältä.



HYVÄÄ
työtä



Yhteystiedot:

Hanna Kumpulainen
Hyvää Työtä-Akatemia
044-303 7577

hanna@hyvaatyota.com

www.hyvaatyota.com

www.hiljainenmieli.fi