

# Sisällys

Alkusanat .....	7
Johdanto .....	9
<b>1 Pallo eli työhyvinvoinnin elementit.....</b>	<b>18</b>
Työhyvinvointi on enemmän kuin osiensa summa .....	18
Ammatti-identiteetti ja ammattitylpeys .....	25
Turvallisuuden tunne .....	34
Osallisuus.....	39
Kouluhyvinvointi.....	44
Työyhteisön monimuotoisuus.....	46
Voimavarat .....	53
Unelmatyö .....	58
<b>2 Kori eli työyhteisö .....</b>	<b>62</b>
Työyhteisötaidot .....	62
Yhteisöllinen koulukulttuuri .....	68
Ryhmä kehittyy vaiheittain .....	74
Ryhmädynamiikka .....	82
Muutokset ryhmässä vaikuttavat ryhmädynamiikkaan .....	89
Opettajainhuoneen viralliset ja epäviralliset roolit .....	94
Työyhteisön pelisäännöt .....	98
<b>3 Köydet eli työyhteisöä ja</b>	
<b>työhyvinvointia yhteen liittäviä asioita .....</b>	<b>103</b>
Tunnetaidot.....	103
Opettajainhuoneen vuorovaikutus .....	113
Dialogi ja reflektio .....	120
Työyhteisöviestintä .....	126
<b>4 Tuli eli työnilo .....</b>	<b>132</b>
Työnilo on vahva voima .....	132
Motivaatio syntyy merkityksellisyydestä.....	142
Onnistumisia kannattaa tavoitella.....	150
Palaute auttaa parhaaseen työssä .....	155

<b>5 Hiekkasäkit eli työhyvinvoinnin haastajat</b> .....	161
Työyhteisön ongelmat ovat usein monisyinen kokonaisuus..	161
Vuorovaikutuksen ongelmat.....	165
Konfliktit ja ristiriidat.....	170
Haasteelliset työkaverit.....	173
Työpaikkakiusaaminen ja seksuaalinen häirintä.....	178
Haasteelliset oppilaat.....	184
Haasteelliset vanhemmat.....	187
Satunnainen ja jatkuva kiire.....	195
Oman jaksamisen ongelmat.....	203
Kouluyhteisöä kohtaavat kriisit.....	209
Fyysisten tilojen ongelmat.....	213
Plussan puolella.....	218
<b>6 Maaperä eli työtä ohjaavat tekijät</b> .....	225
Koulun perustehtävä.....	225
Strategia ohjaa koulun toimintaa.....	229
Pedagoginen johtaminen.....	236
Opettajan oma ja jaettu ammattietiikka.....	241
Kehittäminen ja muutos koulun arjessa.....	247
Maine on turvatyyny.....	256
<b>7 Lentotekniikat eli työhyvinvointia lisäävät toimintatavat</b> .....	260
Yhteisöllinen johtaminen.....	261
Yhteistyö, yhteisopetus ja opettajien tiimit.....	268
Projektit ja hankkeet.....	274
Kokoukset ja palaverit.....	281
Koulutukset antavat uutta voimaa.....	286
Pedagogiset kahvilat.....	289
Kehityskeskustelut.....	291
Työnohjaus ja vertaismentorointi työn tukena.....	295
Koulun yhteistyökumppanit.....	302
<b>Lopuksi</b> .....	307
<b>Lähteet</b> .....	309
<b>Liitteet</b> .....	321
<b>Harjoitushakemisto</b> .....	337