

Firstbeat Hyvinvointianalyysit osaksi työssäjakamista edistävää toimintaa.

Aikasyke valmennusprosessi lyhyesti:

1) Yhteinen aloitusinfo ja alustus

- prosessin kuvaus -> joustava arjen lomassa
- henkilökohtaiset Firstbeat hyvinvointianalyysit 3-4 vrk

2) Ryhmä – ja henkilökohtaiset palaverit ja palaute

- miten johdat omaa hyvinvointiasi
- fyysinen itsetuntemus
- toimenpidesuosituksset
- 2. HVA mittaus – ajoitus ja tavoitteet

3) Ryhmä – ja henkilökohtaiset palaverit

- fyysinen ja henkinen itsetuntemus
- 3. HVA mittaus

4) Yhteispalaveri + jatkotyöstö

- yhteenveto prosessista
- yhteistyön arvojen työstäminen

Saatavia hyötyjä ja mittauksen sijoittuminen mm:

- Yksilön ja ryhmän alkutilanteen selvittäminen (lähtötaso). Mitattu tieto auttaa kohdentamaan tarvittavia toimenpiteitä, niin yksilön kuin ryhmänkin osalle.
- Seurantamittaus, mm. tehtyjen toimenpiteiden vaikutuksen selvittäminen ja jatkotoimenpiteiden tarkentaminen.
- Loppumittaus, mitattu tieto koko projektin vaikutuksista, niin yksilön kuin osallistuvan ryhmän osalta.

Mittaukseen sisältyy:

- Mittaukset
- Henkilökohtaiset raportit
- Ryhmä – ja henkilökohtaiset palautekeskustelut
- Anonyymit ryhmäraportit sis. projektin yhteenvedon raportin.

A I K A S Y K E

www.aikasyke.fi

Janne Miettinen

janne.miettinen@aikasyke.fi

Mälkiäntie 21

53300 Lappeenranta

gsm 040 7377 567