



SUPERVOIMA 2: TOIMINTAAN SITOUTUMINEN

Työyhteisön tai tiimin yhteisiä harjoituksia:

Aikuisten toimintaan sitoutuminen ja läsnäolo. Aikuisten toimintaan sitoutuminen ja aito läsnäolo edistää lasten sitoutumista toimintaan. Varhaiskasvatuksen työ vaatii läsnäoloa, herkkyyttä ja sensitiivisyyttä, joihin on vaikea kyetä kiireessä ja stressaantuneena. Työpaikalle saapuessa on hyvä pysähtyä ovelle ja vaikkapa hengittää muutaman kerran syvään ja jättää mahdollinen kiire, ärtyneisyys ja muut negatiiviset tunteet oven ulkopuolelle. Tiimissä tai työyhteisössä on hyvä pysähtyä pohtimaan

- Miten arjessa mahdollistamme aikuisten sitoutumisen toimintaan?
- Mikä auttaa aikuisia sitoutumaan?

Miettikää ja kirjatkaa tapoja, joilla mahdollistetaan aikuisten sitoutuminen ja aito läsnäolo toiminnassa lasten kanssa.

Lisämateriaaleista löydätte julisteita, joita voitte halutessanne tulostaa ja laittaa henkilökunnan oveen, pukuhuoneeseen, kahvihuoneeseen jne.

Läsnäolo – ja hengitysharjoitukset. Läsnäoloharjoitukset auttavat meitä asettumaan ja rauhoittumaan asian äärelle. Kokeilkaa lyhyitä hengitysharjoituksia esim. talon palaverin tai tiimipalaverin alussa. Alla olevien QR-koodien takana linkkejä erilaisiin lyhyisiin harjoituksiin.



Kolmen lauseen kiireen kesytys harjoitus, kesto noin minuutti

Hyvinvointia edistävät oppimisympäristöt



NÄKYVÄKSI



2019-2021



Tässäkin päivässä on jotain hyvää – harjoitus, kesto 1 minuutti