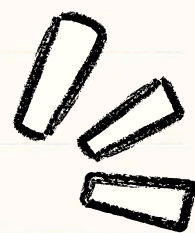




Ikävalko H, ym. (2020)



EMOTIONAL COMPETENCE AT WORK

Tunteiden
reflektointi

parempi
vuorovaikutus



Tutkimus

Tutkimuksessa tarkastellaan tunneosaamisen kehittymistä työelämässä yhteisöllisestä näkökulmasta. Tavoitteena on selvittää, miten tunnetaitoja kehittävä koulutusohjelma voi edistää tunteiden tunnistamista, säätelyä ja ymmärtämistä työyhteisössä.

Toteutus

Koulutusohjelma koostui kuudesta työpajasta, joissa käsiteltiin tunteita, tunteiden säätelyä sekä vuorovaikutustilanteiden analysointia käytännön työkalujen ja mallien avulla. Tutkimuksessa hyödynnettiin kvalitatiivisia menetelmiä, kuten haastatteluja ja havaintoja.

**Tunneosaaminen ei
ole synnynnäinen
ominaisuus vaan
taito, jota voi
kehittää**

**Tunneosaaminen on
hyödyksi koko
yhteisölle**

Tulokset

Koulutusohjelman aikana osallistujat syvensivät ymmärrystään tunteista ja oppivat tunnistamaan omia tunteitaan paremmin. Työpajat tarjosivat käytännön työkaluja arjen työtilanteisiin. Monille koulutus vahvisti jo olemassa olevaa osaamista enemmän kuin toi täysin uutta tietoa.