



# PSYKOSOSIAALINEN TOIMINTA RAKENNUSALAN TURVALLISUUSTEKIJÄNÄ

---

”FIILIS” ÄLYPUHELINSOVELLUS

PSYKOLOGI TONY DUNDERFELT

YHTEISTYÖSSÄ TYÖSUOJELURAHASTON (TSR)  
JA RAKENNUSTEOLLISUUS RY:N (RT) KANSSA.

SOVELLUKSEN KEHITTÄJÄ DIALOGIA OY.

# VUOROVAIKUTUS TAIDOT JA ITSENSÄ JOHTAMINEN

Millä tavalla kehittää  
vuorovaikutustaitoja ja itsensä  
johtamisen taitoja rakennusalalla?

Tuttuja teemoja, jotka eivät  
kuitenkin saa jäädä liian  
abstraktiksi.

Käytännön soveltavuus tärkeä,  
myös ihmisille, jotka eivät ole  
ennen tutustuneet psykologiaan!

”FIILIS”  
ÄLYPUHELIN  
SOVELLUS  
(ÄPPI)



MINUA

**Stressaa**



MINUA ODOTTAA

**Vaikea tilanne**



HALUAN PAREMPAA

**Itsetuntemusta**

---

# Aloituskäytännöt

Tässä on viisi vuorovaikutusta helpottavaa ja yhteistyötä eteenpäin vievää avainta. Käden sormia painamalla pääset tutustumaan avaimiin. Jotkut tilanteet vaativat yhden tietyn avaimen määrätietoista käyttämistä, toisissa tilanteissa voit soveltaa useita tai kaikkia avaimia.

Lue myös seuraavan sivun teksti avainten käytöstä ja sovelta avaimia oman oivalluksesi mukaan. Harjoittelu tekee mestarin!



---

# 5 avainta

(ja niiden soveltaminen käytännön vuorovaikutus työssä)

tai millä tavalla ihminen toimii, mutta se ei sanele, mitä hän tekee tai kuka hän syvimmiltään on. Temperamentin avulla meille selviää vain, millä tavalla ihminen toimii omassa elämässään.

Paina värinappeja, niin saat lukea yleiskuvauksen eri värityyleistä.

**Valitse temperamentti**



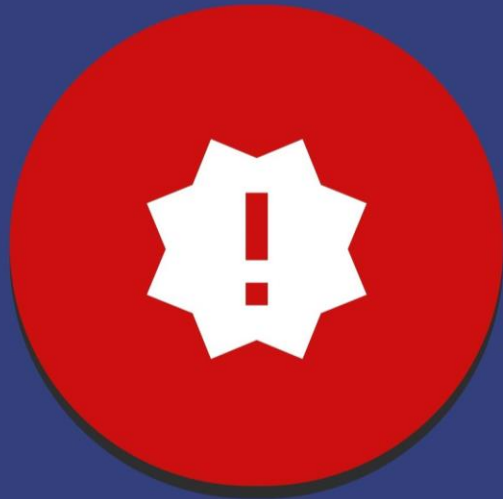
---

# Itsetuntemuksen kehittäminen

(temperamentti tietouden  
ns. ”väriyppien” avulla)

On taysin luonnollista, eta tyopaikan tilanteet ja ihmissuhteet herattavat arsyntymista. Pinna palaa, tunne nousee pintaan, tai sitten ihan kunnolla v\*\*uttaa. Vaikka arsyntymisen tunne ei ole paha asia, on kuitenkin varottava, ettei arsyntyminen karkaa haitalliseksi vihoitteluksi. Pura arsyntyminen tähän nappiin. Anna arsytyksen tulla, kehittyä huippuunsa ja anna sitten tunteen mennä ohi.

**Paina nappia toistuvasti  
noin 30 sekunnin ajan**



---

# Ärsyyntymisnappi

(ettei tunne pääse turhaan römpiöitymään!)



# KUSTANNUKSET

5 – 10 euroa/henkilö/kuukausi (alviton hinta).

Myydään 6 – 12 kuukauden sopimuksella.

Organisaatio määrittelee miten monta ”lissenssiä” ostavat.

RT:n jäsenorganisaatioille erikoistarjouksena 5 euroa per henkilö per kuukausi > Esimerkiksi 6 kk sopimuksella 100 henkilöä

= 3000 e (+ alv. 24%)



KIITOS!

---