

balance
digital work-life

5. PEATÜKK

Koostöine töökeskkond

projectbalance.eu



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SISUKORD

- 01** Õpieesmärgid
- 02** Koostöö kasulikkus
- 03** Koostöö edendamine
- 04** Meeskondlik koostöö
- 05** Töövahendid ja taktika



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

01

Õpieesmärgid



ÕPIESMÄRGID

Koostööise töökeskkonna peatükk on selleks, et omanda teadmisi ja vahendeid, mida on vaja töö- ja eraelu edukaks tasakaalustamiseks. Esitletavat ressursid võimaldavad meeskonnaliikmetel luua tasakaalustatud ja tulemuslikkusele suunatud töökeskkonna, mis lõpuks on kasulik kõigile.

1. Mõista **koostöö vajalikkust** töö- ja eraelu tasakaalu edendamisel.
2. Töötada välja **tõhusad kommunikatsioonistrateegiad** oma meeskonna toetamiseks ning töö- ja eraelu tasakaalu edendamiseks.
3. Mõista **meeskonnatöö** rolli koostöö ja töö- ja eraelu tasakaalu edendamisel.
4. Töötada välja poliitika ja **tegevuskava, mis edendavad koostööd** ning toetavad töö- ja eraelu tasakaalu.
5. Selgitada välja **digitaalsed vahendid ja taktikad**, mis võivad toetada koostööd ning töö- ja eraelu tasakaalu.

MIS ON KOOSTÖÖ JA MIKS ON SEE OLULINE?

Koostöö on protsess, mille käigus kaks või enam inimest või organisatsiooni tegutsevad koos, et saavutada vastastikune kasu. See on võimas töövahend, olenemata ettevõtte suurusest või tegevusvaldkonnast. Praktikas tähendab see koostööd, et lahendada probleeme ja saavutada eesmärged, mis tunduvad üksi töötades kättesaamatuna.

Koostöö võib anda täiendavaid oskusi ja ressursse, et teha asju, mida igaüks iseseisvalt ei suudaks saavutada.

See võib olla mis tahes, alates uue toote väljatöötamisest, uue materjali kasutamisest disainiprotsessis, uue kliendi leidmisest või juurdepääsust rahastamisele.



[Education- Collaboration - Bing video](#)

66

“Üksi saame me nii
vähe ära teha.
Üheskoos saame teha
nii palju,”

Helen Keller,
pime-kurt kirjanik

02

Koostöö kasulikkus



KOOSTÖÖ KASULIKKUS

Me teame ütlust - jagatud mure on pool muret.

Uuringud näitavad, et probleemide arutamine sarnases olukorras olevate inimestega vähendab stressitaset. Probleemid ei tundu enam nii kurnavad, kui neist rääkida ja kahekesi või mitmekesi leitakse tõenäolisemalt lahendus kui üksinda.

“Kaks pead on ikka kaks pead”



KOOSTÖÖ KASULIKKUS

Kui jagad oma ideid teistega või ise toetud kellegi teise ideedele ja tagasisidele, suurendad oma võimeid mitmel viisil ja saavutad parema tasakaalu töö- ja eraelu vahel.

Impulss: keegi teine **toetab** järgmise sammu astumisel ja saad kergemini **delegeerida** kohustusi.

Allikad: meeskonna toetusega **lisad projektile rohkem ideid**, rohkem uuringuid ning veel mõne elu jagu **teadmisi ja kogemusi**.

Perspektiiv: näed külgi ja puudusi, mida ise ei oleks märganud.

Kiirus: suudad töötada ja leida ideid kiiremini, et saavutada parem **tulemuslikkus** ja **ajajuhtimine**.

Otsutamine: oma otsuseid teistega läbi rääkides saad vastukaja, **mis aitab oma mõtlemist paremini mõista**.

Valideerimine: hea koostööpartner ei otsi ainult puudusi sinu töös, vaid toetab parimaid ideid ja innustab sind õiges suunas edasi liikuma, mis **parandab tööga rahulolu**.

KUIDAS KOOSTÖÖ AITAB?

Loodud sidemed ja erinevad koostööviisid aitavad kasvada.

1. Koostöö inspireerib

Igapäevastes toimingutes on lihtne langeda rutiini ja unustada, et võib olla olemas paremaid viise, kuidas midagi teha, erinevaid tehnikaid, mida proovida, ja uusi vahendeid, mis võivad säästa aega ja raha. Koostöö teistega annab uue vaatenurga, käivitab loovuse, avab objektiivsuse ja lisab uue konteksti, mis läheb kaugemale sellest, mida iga päev teete ja näete. See aitab mõelda uuel viisil.

Vaata, kuidas saad koostööd edendada:

[*Cultivating Collaboration: Don't Be So Defensive! | Jim Tamm | TEDxSantaCruz - YouTube*](#)

KUIDAS KOOSTÖÖ AITAB?

2. Koostöö aitab oma võrgustikku kasvatada

Enamus inimestel on huvi kohtuda uute inimestega, luua kontaktide ja kolleegide nimekiri. See võib olla keeruline. Edukaks olemine nõuab järjekindlalt luua uusi sidemeid ja liite.

- Näpunäiteid võrgustike loomiseks introvertidele: [Link](#)
- Lihtsad viisid, kuidas parandada oma võrgustikutöö oskusi: [Link](#)



KUIDAS KOOSTÖÖ AITAB?

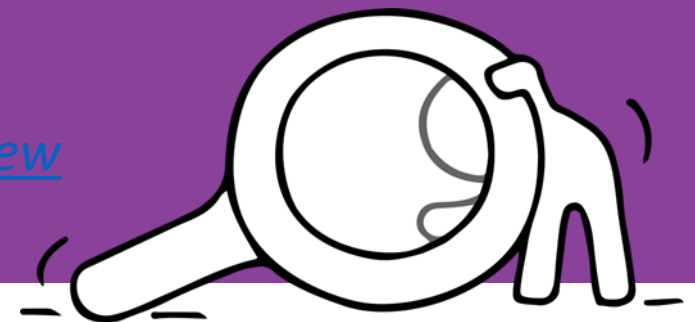
3. Koostöö on õpetlik

Üks suurimaid koostöö eeliseid on võimalus õppida. Tegelikult võib iga suhtlemine kellegagi väljaspool oma lähikonda õpetada midagi väärtuslikku.

Üks edukamaid koostöövorme on kahe spetsialisti vahel, kes toovad mängu kaks väga erinevat oskusteavet, vaatenurka ja tugevust. Kui see juhtub, on kindel, et teid ümbritsevad õppimisvõimalused.

Kuidas luua koostööl põhinev õpikultuur:

[How To Build Collaborative Learning Cultures | Video Seminar Overview - YouTube](#)



KUIDAS KOOSTÖÖ AITAB?

4. Koostöö lahendab probleeme

On põhjus, miks ühisrahastamine on nii populaarne; arvudes peitub vaieldamatu jõud. Kui üks inimene ei suuda midagi üksi ära teha, siis kaks, kolm või rohkem inimest võivad selle ära teha.

Mida raskem on probleem lahendada, seda rohkem on kasu sellest, kui me saame kellegi väljastpoolt olukorda panustama. Kui lisada uusi vaatenurki ja kogemusi, ületab tulemus sageli selle, mida algselt tahtsite saavutada.

Vaata koostööl põhinevaid probleemide lahendamise viise:
[*5 Expert Collaborative Problem-Solving Strategies | Redbooth*](#)



03

Koostöö edendamine



Tõhus kommunikatsioon

Positiivse töökeskkonna edendamiseks ja meeskonna toetamiseks on oluline kehtestada tõhus kommunikatsiooni strateegia. See hõlmab aktiivset kuulamist, selge sõnumi edastamist ja regulaarset suhtlemist oma meeskonna liikmetega.



[Kliki siia: How to become a better collaborator](#)

“

Kõige tähtsam suhtlemisel on kuulda, mida välja ei öelda.”

Peter F. Drucker,
juhtimisteadlane,
-konsultant ja -kirjanik

KUIDAS OLLA HEA KOOSTÖÖPARTNER

Alustame sinust:

- Mõistad, et hea koostöö ja teadmiste jagamine aitab saavutada palju rohkem, kui suudaksi luua üksi.
- Sa lähened koostööle loomingulise probleemilahenduse vaatenurgaga.
- Väärtustad erinevaid seisukohti ja teiste ekspertteadmisi ning suhtled hästi, et töö saaks tehtud.
- Sa oled uhke oma töö üle ja soovid areneda.

Milliseid oskusi on vaja? Vaata siit:

[6 Skills of Collaboration - Bing video](#)



HEA KOOSTÖÖPARTNERI 8 OMADUST

1. Meeskonnakeskne. Edukaks koostööks pead olema meeskonnamängija ja mõtlema pigem "meie" kui "mina". Suurepärase koostööpartneri mõtleb ühistele eesmärkidele ja grupi edule.

[12 Reasons Why Teamwork Is Important in the Workplace | Indeed.com](#)

2. Suuremeelne. Hea koostööpartner on valmis astuma esimese sammu ja panustama, isegi kui ta ei saa tähelepanu keskpunkti. Suuremeelsus on uskumatult soovitatav juhiomadus.

3. Uudishimulik. Hea koostööpartner oskab küsida õigeid küsimusi. Ta ei kuula üle, vaid lihtsalt järgib oma loomulikku uudishimu, sest ta tahab aru saada.



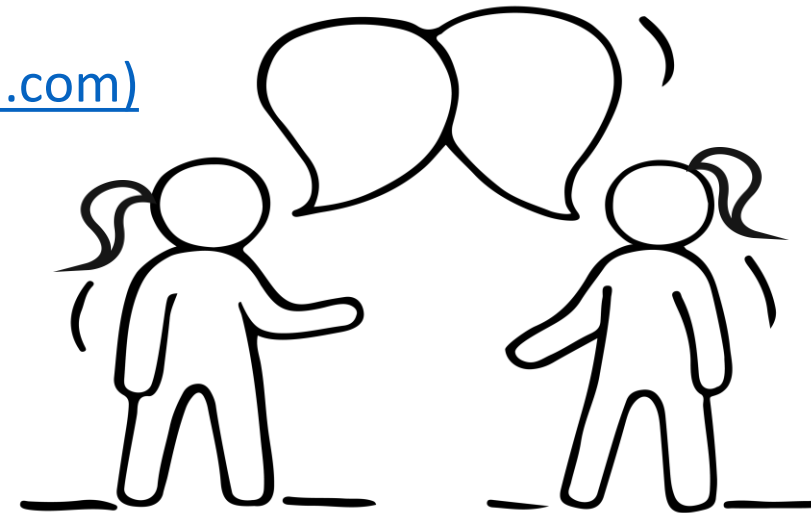
HEA KOOSTÖÖPARTNERI 8 OMADUST

4. **Tänuikkus.** Parim koostööpartner hindab siiralt kõiki meeskonnaliikmeid, kes on andnud oma panuse. Ta ei häbene tänuikkust väljendada ja annab tunnustust igal vajalikul võimalusel.

[Emotional Intelligence - How to Lead with Emotional Intelligence - Bing video](#)

5. **Kuulab, et aru saada.** Hea koostööpartner kuulab tähelepanelikult, mida räägitakse. Veelgi tähtsam on see, et kuulatakse, et mõista.

[Active Listening: Techniques, Benefits, Examples \(verywellmind.com\)](#)



HEA KOOSTÖÖPARTNERI 8 OMADUST

6. Usaldab ja eeldab usaldust. Väga edukas koostöö põhineb eelkõige turvalisusel ja usaldusel. Suurepärane koostööpartner aitab luua ja säilitada seda usalduslikku keskkonda. Ta usaldab ja ootab vastutasuks usaldust.

[15 Top Character Traits With Definitions and Examples | Indeed.com](#)

7. Ehitab suhteid; lammutab müüre. Koostöö tähendab koos töötamist. Hea koostööpartner näeb väärtust selles, et tal on tavaliselt head suhted, ning näeb vaeva, et luua ja säilitada suhteid teistega.

[What's the Best Way to Build Trust at Work? \(hbr.org\)](#)

8. Diplomaatiline. Hea koostööpartner on diplomaat, kes teab, et suhted põhinevad vastastikusel austusel.

[Diplomatic Skills: Definition and Examples | Indeed.com](#)

04

Meeskondlik koostöö



Tugeva koostöömeeskonna loomine

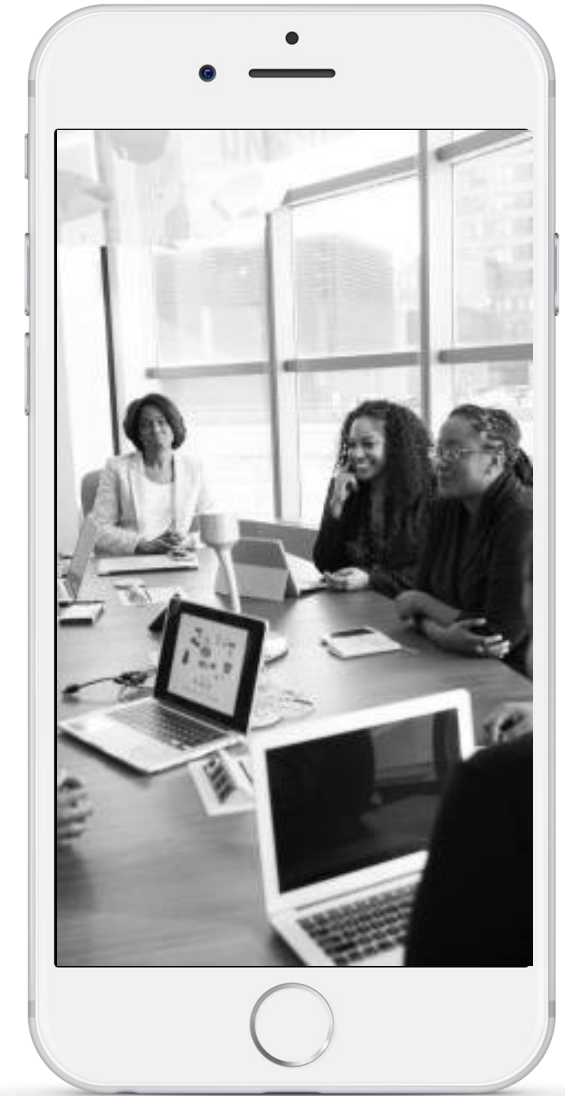
Meeskonnatöö on lahutamatu osa koostööl põhineva töökeskkonna ning töö- ja eraelu tasakaalu edendamisel. Tiimitööd tegevad töötajad saavad võimaluse töötada koos, et luua tugev ja sidus meeskond, millel on selged piirid, eesmärgid, ootused ja ühine arusaam võimalikest konfliktidest.

Seadke selged piirid ja eesmärgid. Meeskonna loomisel on oluline seada meeskonnale selged piirid ja eesmärgid. Eesmärgid peaksid olema konkreetsed, mõõdetavad, saavutatavad, realistlikud ja ajaliselt piiritletud (SMART). See tagab, et meeskond on ühel lainel ja töötab sama eesmärgi nimel.

Määratlege ootused. Meeskonna edukaks toimimiseks on oluline kehtestada selged ootused. Kõik meeskonnaliikmed peaksid aru saama ülesandest, sellest, kuidas nende individuaalne panus aitab kaasa meeskonna üldisele eesmärgile, ja teiste meeskonnaliikmete rollidest.

Võimalike konfliktide varane tuvastamine. Oluline on ennetada ja tuvastada võimalikud konfliktid varakult. Seda saavutab, kui kehtestada meeskonnatöö alguses põhireeglid, mida järgitakse kogu tegevuse vältel.

Hoidke oma meeskonda vastutavana. Kui piirid ja ootused on paika pandud, on oluline hoida oma meeskonda vastutavana.



Tugeva koostöömeeskonna loomine



Loe lisaks:

[6 Steps Building a Collaborative Team Environment - Bing video](#)

[3 Powerful Collaboration Activities and Team-Building Exercises for Work - Bing video](#)

SAMMUD EDUKAKS MEESKONNATÖÖKS

Juhtidel on oluline roll koostöö ning töö- ja eraelu tasakaalu edendamisel. Avatud suhtluse julgustamine, vahendite pakkumine ja töötajate panuse tunnustamine aitab luua positiivse töökeskkonna.

Valige koostööpartnerid. Võtke tööle töötajaid, kelle töövaldkonnaga on vähe kattuvust. See tagab, et iga töötaja saab anda oma unikaalse panuse.

Selgitage rollid ja suhted. Segadus või kahtlus selles, kellel on milline roll, on koostööprojektis tavaline pinge- ja konfliktiallikas. See viib enamasti valesti mõistmisele ja annab vigased tulemused.

Looge selged kommunikatsiooniviisid. Suhtlemine on koostöö keskne osa, sest loov ja avatud dialoog tekitab ideid, mida osalejad üksi ei oleks kunagi saanud.

Edendage avatud suhtlemist. Heas meeskonnas tekkiv usaldus annab igaühele kindlustunde esitada ka puudulikke või ebapiisavaid mõtteid teades, et see ei kahjusta teda, aga võib katalüüsida esitatud teisi ideid.

Salvestage oma ideed. Dokumenteerige ohtralt: hoidke oma skeeme ja märkmeid. Kuid pidage meeles, et aeg-ajalt on kasulik kustutada tahvel puhtaks ja täita see uuesti mälu järgi.

05

Töövahendid ja taktika

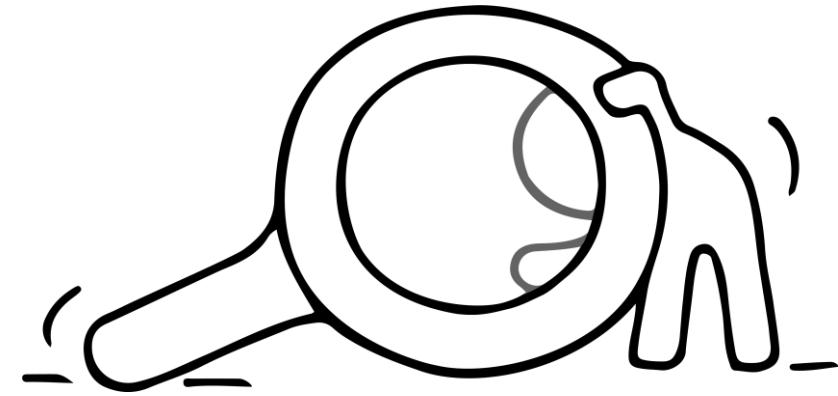


KOOSTÖÖL PÕHINEVA TÖÖKESKKONNA LOOMINE

Oluline on märkida, et eri organisatsioonidel võivad olla erinevad poliitikad ja tavad sõltuvalt nende valdkonnast, kultuurist ja erivajadustest. Nende strateegiate kombinatsiooni rakendamine võib luua koostööl põhineva ja toetava töökeskkonna, edendades samal ajal töö- ja eraelu tasakaalu.

- 1. Paindlik töökorraldus.** Paindlike töövõimaluste pakkumine, nagu paindlik tööaeg, lühendatud töönädalad, kaugtöö või hübriid töö, võimaldab töötajatel paremini hallata oma töö- ja eraelu tasakaalu. Selline paindlikkus võimaldab kohandada oma ajakava nii, et see vastaks isiklikele kohustustele, kuid samas täidaks tööalaseid nõudeid.
- 2. Koolitus ja arendamine.** Koostööle ja inimestevahelistele suhtlusoskustele keskenduvate koolitus- ja arenguvõimaluste pakkumine võib parandada töötajate võimet teha tõhusat koostööd.
- 3. Tehnoloogiavahendid koostööks.** Koostöövahendite ja -tehnoloogiate, näiteks projektijuhtimisplatvormi, kiirsõnumite ja videokonverentsi vahendite kasutamine hõlbustab töötajate vahelist suhtlemist ja koostööd, eriti kaugtöötajate või hajutatud meeskondade puhul.
- 4. Töökoormuse haldamine ja realistlikud ootused.** Hallatava ja mõistliku töökoormuse tagamine aitab ennetada läbipõlemist ning toetab töö- ja eraelu tasakaalu.
- 5. Toetusprogrammid ja poliitika.** Töötajate toetusprogrammide, heaolualgatuste ning töö- ja eraelu tasakaalu edendavate poliitikate, näiteks lapsehoolduspuhkuse, paindliku puhkusepoliitika ja puhkuseprogrammide pakkumine näitab organisatsiooni pühendumust oma töötajate toetamisele.

NÕUANDED EDUKAKS KOOSTÖÖKS



- Ole **avatud ideedele**, mida sa ei osanud oodata.
- Tule toime esilekerkivate ideedega ja **ole valmis suunda muutma**.
- **Ausus** on iga koostöö puhul võtmetähtsusega. Veendu, et mõlemad pooled teavad ja on algusest peale teadlikud sellest, mida nad partnerluselt ootavad. Peab olema selge, miks koostöö toimub ja mida kumbki partner loodab saavutada. Vastake küsimustele: KES? MIDA? MIKS? MILLAL? MIKS? KUIDAS?
- Koostöö on tulemuslik, kui oled huvitatud **nii protsessist** kui ka tulemusest.
- Lõpuks, pole vaja olla kangelane! Lorna Davise sõnul võib see olla ebaefektiivne ja ohtlik. Me vajame üksteist: [A guide to collaborative leadership | Lorna Davis - Bing video](#)

KOOSTÖÖVAHENDID LÜHIÜLEVAATES

1. [TEDx Events](#) sobib suurepäraselt võrgustike loomiseks ja võimalike koostööpartneritega kohtumiseks.
2. [Sotsiaalmeedia](#), näiteks [Facebooki grupid](#) või [LinkedIn](#): kasutage avatud gruppe, et luua vahetu loominguine kogukond või looge oma rühma jaoks privaatne grupp
3. [Ettevõtlusfoorumid](#) – suurepärase võimalus rahvusvaheliste sidemete loomiseks
4. [Meet up \(veebileht/rakendus\)](#) – suurepärase võimalus luua sidemeid ja leida loominguilisi võrgustikuüritusi/rühmi enda lähedal.
5. [Tasuta veebipõhised sotsiaalsed koostööplatvormid](#) - näiteks Teams, Slack, Zoom
[The Communication Kit for Working Remotely - Dropbox](#)

Rohkem töö- ja ajajuhtimise vahendeid leiad Balance parema tasakaalu juhendist: [LINK](#)

KOKKUVÕTE

Loodame, et leidsid sellest koostöö peatükist kasulikke endale ja oma organisatsioonile: vajalikud koostööoskused, kommunikatsiooni-strateegiad ja vahendid koostöö tõhustamiseks ning kasutad neid vahendeid töö- ja eraelu tasakaalu toetamisel.

Edu püüdluses saavutada parem töö- ja eraelu tasakaal!



Peatükkide kokkuvõte:

- 1. Meeskonna juhtimine kaugtööl töö- ja eraelu tasakaalu hoides*
- 2. Organisatsiooniline ja individuaalne vastutus*
- 3. Digiheaolu*
- 4. Kuidas toetada meeskonna mitmekesisust*
- 5. Koostöine töökeskkond*

balance
digital work-life

www.projectbalance.eu