

MAASEUTUYRITTÄJIEN hyvinvointia tuottavat ja edistävät tekijät

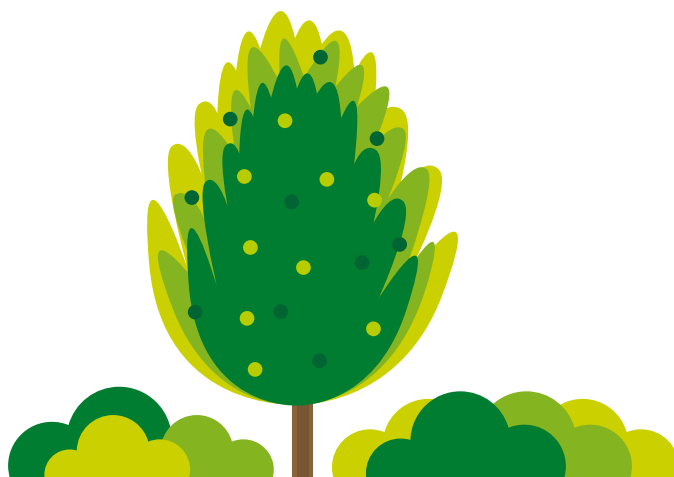


**Heidi Kumpula, Leea Naamanka, Katja Nuottila,
Anu Piirainen & Tarja Tuovinen-Kakko**

Maaseutuyrittäjien työkyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen -hanke, 2019–2021

Sisällys

Eväitä yrityksen ja yrittäjän hyvinvointiin	3
Hyvinvointi ja sen tukeminen	3
Kohderyhmän moninaisuus	4
Maaseutuyrittäjien saavuttaminen	4
Hankkeen toimenpiteet	5
Johtaminen ja liiketoiminta	5
Työyhteisövalmennukset	5
Yrittäjärühmät ja vertaistuki	5
Kaikille avoimet webinaarit	6
Haasteet ja miten niistä selvitettiin?	8
Tulokset ja hyvät käytännöt	8





Eväitä yrityksen ja yrittäjän hyvinvointiin

Menestyvä liiketoiminta ja yrittäjän hyvinvointi kulkevat käsi kädessä. Maaseutuyrittäjien työkyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen -hankkeessa rakennettiin valmennus- ja työpajakokonaisuus, jossa tavoiteltiin samanaikaisesti yritysten liiketoiminnan kehittämistä sekä yrittäjän hyvinvoinnin ja työssä jakamisen vahvistamista.

Keskeisiä teemoja olivat muun muassa yrittäjän ja yrityksen hyvinvointi, liiketoiminta- ja johtamisosaaminen sekä toimiva vuorovaikutus ja verkostoituminen. Painopiste oli osaamisen lisäämisessä ja työuupumuksen ehkäisemisessä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

Valmennukset, työyhteisötapaamiset ja työpajat toteutettiin Pohjois-Pohjanmaalla ja Kainuussa vuosina 2019–2021 Diakonia-ammattikorkeakoulun ja Kajaanin ammattikorkeakoulun yhteistyöllä.

Tähän julkaisuun on tiivistetty Maaseutuyrittäjien työkyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen -hankkeen keskeiset tulokset sekä havaintoja maaseutuyrittäjien hyvinvointia tuottavista ja edistävästä tekijöistä.

Hyvinvointi ja sen tukeminen

Hyvinvoinnin osatekijät jaetaan yleensä kolmeen ulottuvuuteen eli terveyteen, aineelliseen hyvinvointiin sekä koettuun hyvinvointiin. Maaseutuyrittäjien hyvinvointia lähestyttiin kokonaisuutena, joka sisältää fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin.

Lisäksi aineellisen hyvinvoinnin näkökulma tuli esiin kehittämistyön lähtökohdassa, jonka mukaan menestyvä liiketoiminta ja yrittäjän hyvinvointi ovat usein sidoksissa toisiinsa. Taloushuolet heijastuvat helposti jaksamiseen, ja vastaavasti jaksamisen ongelmat alkavat näkyä yrityksen taloudellisessa menestyksessä viimeistään pidemmällä aikajänteellä tarkasteltuna.

Kohderyhmän moninaisuus

Maaseutuyrittäjät ovat moninainen kohderyhmä. Mukaan mahtuu yksinyrittäjiä ja työllistäviä yrityksiä, yritystoimintaa aloittavia ja sitä jo pitkään harjoittaneita, isompia ja pienempiä toimijoita monilta

Maaseutuyrittäjän hyvinvointi sisältää fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin.

eri aloilta. Yhteistä on toimiminen kasvukeskusten ulkopuolella maaseutuympäristössä.

Hankkeeseen osallistuneet yritykset olivat pääsääntöisesti mikroyrityksiä tai pienen kokoluokan yrityksiä yksinyrittäjistä noin 20 henkeä työllistäviin yrityksiin. Mukana olleiden yritysten toimialoja ovat olleet muun muassa monenlainen maatalouden harjoittaminen, hoivapalvelut, siivouspalvelut, kaupan ala, hevosalan yrittäjyys, apteekkiala ja matkailuala. Yrittäjien moninaisuuden vuoksi myös yritysten tarpeet olivat osittain erilaisia, ja niihin pyrittiin vastaamaan kohdennetuilla toimenpiteillä.

Maaseutuyrittäjät toimivat monenlaisilla toimialoilla.

Maaseutuyrittäjien saavuttaminen

Yrittäjät tunnetusti pohtivat omaa ajankäyttöään kriittisesti. Tarjottavan valmennukset tai työpajan täytyy olla aidosti merkityksellinen ja hyödylliseksi koettu, jotta yrittäjä on valmis uhraamaan aikaansa ja pistämään varsinaisen työnsä hetkeksi syrjään. Lisäksi maaseutuyrittäjät ovat monimuotoinen joukko, jonka tavoittamisessa on omat haasteensa.

Ratkaisu yrittäjien tavoittamisen ongelmaan löytyi kohderyhmän tuntemuksen ja ammattilaisverkostojen kautta. Esimerkiksi alkutuottajat ovat maaseutuyrittäjistä selkeästi profiloitunut ryhmä ja heidän kanssaan yhteistyötä tekeviä tahoja ovat mm. ELY-keskus (rahoittajan ominaisuudessa), kuntien maataloussihteerit, MTK, Metsähallitus, Luke, KAO sekä ProAgria, jolla on useita eri hankkeita. Matkailuyrittäjät ovat usein linkittyneet erilaisiin matkailun kehittämisverkostoihin. Paikallisten yrittäjähdistysten, elinkeinoasiantuntijoiden ja maaseudun elinvoimaverkostojen kautta viesti kulkee osalle laajaa kohderyhmää.

Yrittäjät saavutetaan yhteistyössä ja erilaisten verkostojen kautta.

Hankkeen kohderyhmän moninaisuuden vuoksi hankkeen alkuvaiheessa pyrittiin myös erilaisin keinoin tavoittamaan suoraan hankkeen kohderyhmää. Esimerkiksi messuilla ja pienemmissä kokoontumisissa maaseutuyrittäjien itse tuottamat kuvaukset auttoivat luomaan ymmärrystä siitä, millaisissa asioissa yrittäjät kaipasivat tukea. Keskustelut yrittäjien kanssa auttoivat ymmärtämään, millaista tukea ja toimintaa yrittäjät erityisesti kaipaavat.



Hankkeen toimenpiteet

Hankkeen toimenpiteet tähtäsivät joko yrityksen tai yrittäjän hyvinvoinnin vahvistamiseen. Toimenpiteiden suunnittelun pohjaksi hankkeessa käytiin useita keskusteluja maaseudulla toimivien yrittäjien ja kehittäjätahojen kanssa. Keskustelujen tarkoituksena oli tunnistaa keskeisiä maaseutuyrittäjien yritystoimintaa kuvaavia piirteitä ja mahdollisia toimintaympäristöstä tai yrittäjän ominaisuuksista nousevia haasteita menestyvän liiketoiminnan kannalta.

” *Koulutuksen anti oli erittäin mielenkiintoinen. Se sai ajattelemaan asioita laajemmin ja ehkä uudeltakin kantilta.*

Kiinnostus kohdistui myös siihen, millaista yhteistyötä eri toimijat olivat jo tähän mennessä yrittäjien kanssa tehneet ja millaisia yhteistyön mahdollisuuksia hankkeella voisi olla eri toimijoiden kanssa.

Johtaminen ja liiketoiminta

Johtamisen ja liiketoimintaosaamisen kokonaisuutta suunniteltiin kohderyhmään kuuluvien yritysten toiminnassa tunnistettujen vaikeuksien pohjalta. Usein kyseessä oli pienyritystoimintaan tai yksinyrittäjyyteen liittyvät asiat. Yrittäjiltä suoraan nousseet toiveet koskivat mm. seuraavia teemoja:

- markkinoinnin uudet menetelmät
- itsensä johtaminen
- talouden hallinta
- henkilöstöjohtaminen ja sisäinen viestintä
- Green Care -toiminta

Työyhteisövalmennukset

Hankkeessa pyrittiin vastaamaan yrittäjien todellisiin tarpeisiin yrityskohtaisten toimenpiteiden avulla. Työyhteisövalmennusten sisällöt ja toteutus räätälöitiin yhdessä yrittäjien kanssa heidän tarpeistaan lähtien.

Työyhteisövalmennukset järjestettiin osin hankehenkilöstön vetämänä, osin ostopalveluina, sen mukaan millaisista sisällöistä valmennus koostui ja mitä asiantuntemusta tarvittiin. Koronaviruspandemia aiheutti muutamien valmennuksien siirtymisen tai peruuntumisen, koska niiden toteutus perustui pääosin tapaamisiin.

Valmennukset on toteutettiin pääosin yrityksen omissa tiloissa tai yrityksen kotipaikkakunnalla jos-sain toisessa yritykselle sopivassa tilassa. Tilaisuuksiin osallistui yrityksen työntekijöitä ja vaihtelevasti mukana on ollut myös esimiehiä. Valmennuksissa käsiteltiin mm. seuraavia aiheita:

- vuorovaikutus ja tiimityöskentelytaidot
- työnohjaus
- työssä jaksaminen fyysisessä työssä
- palautuminen
- stressi ja stressinhallinta

” *Valmennus oli selkeästi toteutettu. Vetäjä oli ammattitaitoinen ja hyvä puhuja, kiitos!”*

Yrittäjäryhmät ja vertaistuki

Vertaisryhmässä samoja asioita kokeneet ihmiset tapaavat toisensa kokemusten jakamisen, kuuntelun ja keskustelun merkeissä. Yrittäjien teemalliset tapaamiset mahdollistavat toisilta oppimisen ja keskinäisen tuen. Vertaistuen verkostot eivät välttämättä synny itsestään, vaan usein niiden käynnistämiseen tarvitaan ulkopuolista tukea.

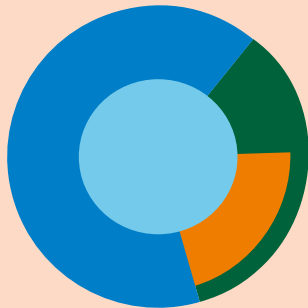
Maaseutuyrittäjien työkyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen -hanke toi erilaisiin yrittäjien vertaisryhmiin yrittäjän hyvinvointiin, jaksamiseen, vuorovaikutukseen ja läsnäolon merkitykseen liittyvää osaamista. Lisäksi puhuttiin palautumisesta ja läheisverkoston merkityksestä yrittäjän hyvinvoinnille. Tapaamiset sisälsivät myös ulkoilua ja rentoa yhdessäoloa.

Kaikille avoimet webinaarit

Maaseutuyrittäjien työkyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen -hanke järjesti webinaareja ja verkkokoulutuksia, joihin osallistuminen oli vaivatonta Kainuun ja Pohjois-Pohjanmaan eri laidoilta. Webinaareissa käsiteltiin esimerkiksi palautumista, luonnon hyvinvointivaikutuksia, työnohjausta ja tavoitteiden asettamisen taitoa.

263

on osallistunut hankkeen toimintaan



76

on ollut yrittäjiä, joista

46

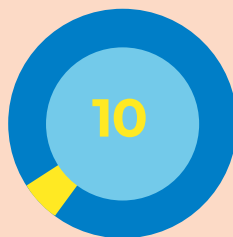
on nais-yrittäjiä

69

Yritystä mukana hankkeessa, joista



mikroyritystä



pienyritystä

65

Valmennusta, webinaaria, verkkototeutusta tai tapaamista



Ainahan tällaiset koulutukset olisivat vielä antoisampia, jos ne pystyttäisiin pitämään liveinä.

Asuin- tai työpaikan sijainti ei rajoita verkossa toteutettavaan koulutukseen osallistumista. Monet hankkeen koulutuksista myös tallennettiin, jolloin tallennettuun koulutukseen oli mahdollista osallistua itselle sopivaan aikaan netin välityksellä.

Myös etäkoulutuksia toteutettiin yhteistyössä Diakin ja KAMKin kesken tai jonkun toisen kumppanin kanssa. Aiheet koulutuksiin nousivat hankkeen tavoitteista sekä kohderyhmältä hankkeen kuluessa kootuista koulutustoiveista.

- 1.4.2020 Etätöy yrityksissä ja sen parhaat käytännöt, yhteistyössä Kainuun Edun Digitie -hankkeen kanssa
- 13.5.2020 Palautuminen – luonnosta voimaa –webinaari, Diak ja KAMK
- 2.10.20 Green Care -liikeideat lentoon, yhteistyössä Pro Agria Itä-Suomen ProYritys 2 -hankkeen kanssa
- 28.-29.1.2021 Matkailuyrityksen kilpailukyky nousee vastuullisuudella: mikä on STF-ohjelma ja miten matkailuyritykset hyötyvät siitä? KAMK
- 16.2.2021 Somemarkkinoinnin ABC matkailualan yrittäjille, KAMK

Maaseutuyrittäjien hyvinvointia tuottavat ja edistävät tekijät



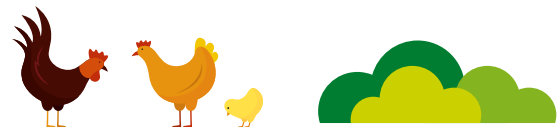
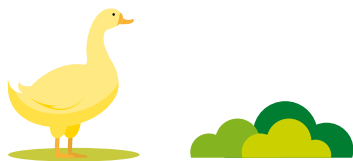
Haasteet ja miten niistä selvitettiin?

Koronapandemian vuoksi alun perin livekoulutuksiksi suunnitellut tilaisuudet piti viedä verkkoon nopealla aikataululla. Hanke vastasi ajankohtaisiin tarpeisiin koulutuskokonaisuudella Koronan kurimuksesta kuiville – liiketoiminnan uusi alku. Kokonaisuus sisälsi kolme etäyhteydellä toteutettua työpajaa, joiden tarkoituksena oli tukea yrittäjiä äkillisessä muutostilanteessa ja auttaa hahmottamaan oman yritystoiminnan kehityssuuntia.

Koronan tuomat haasteet yritystoiminnan arkeen todennäköisesti sekä estivät että mahdollistivat hankkeen toimenpiteisiin osallistumista. Jos yrittäjän arki oli kuormitettua esimerkiksi normaalia suurempien sijaisjärjestelyjen takia, aikaa koulutukseen osallistumiseen ei välttämättä ollut. Toisaalta jos liiketoiminta hiljentyi, se saatettiin nähdä myös mahdollisuutena oman osaamisen päivittämiseen ja vahvistamiseen.

Koronaviruspandemia aiheutti muutamien valmistuksien siirtymisen tai peruuntumisen, koska niiden toteutus perustui pääosin tapaamisiin. Yrittäjät myös antoivat palautetta lähitapaamisten puolesta. Yksinyrittäjät tarvitsevat usein vertaisuutta ja kokemusten vaihtoa, joka onnistuu parhaiten kasvokkaisissa tapaamisissa. Myös digitaitojen ja välineiden vähäinen käyttökokemus voi olla este tai vähintään hidaste verkkotapahtumiin osallistumiseen. Toisaalta digiosallistumisen opettelu toi taitoja ja avasi ikkunoita osaamisen äärelle myös jatkossa.

Yksinyrittäjät tarvitsevat usein vertaisuutta ja kokemusten vaihtoa, joka onnistuu parhaiten kasvokkaisissa tapaamisissa.



Tulokset ja hyvät käytännöt

1 Kehittäjäverkostojen yhteistyö tuo voimaa yhteisellä ideomisella erilaisten hankkeiden ja kehittäjäverkostojen kesken voitiin vastata maaseutuyrittäjäkentällä nouseviin koulutustarpeisiin. Ketterän yhteistyön avulla hankkeet pystyivät järjestämään koulutusosioita nopealla aikataululla yrittäjien tarpeeseen.

Vertaistuki tuo myös hanketoimijoille uutta näkökulmaa sekä kosketuspintaa eri hankkeiden yhteisiin kohderyhmiin. Hanke- ja sidosryhmäyhteistyö lisää hankkeiden kohderyhmän näkyvyyttä sekä kehittämistyön yhteiskunnallista näkyvyyttä.

2 Yrittäjät tavoitetaan yhteistyössä Maaseudun yrittäjät ovat moninainen joukko, jota ei pysty tavoittamaan yhden väylän kautta. Yhteistyö yrittäjäjärjestöjen, elinkeinotoimijoiden ja eri alojen kehittäjäverkostojen kanssa on tärkeää.

3 Valmennusten räätälöinti yritysten tarpeisiin

Hankkeen toimenpiteitä pyrittiin rakentamaan vastaamaan yrittäjien aitoihin tarpeisiin. Esimerkiksi pienten yritysten johtamisosaamisen tueksi järjestettiin koulutuskokonaisuus, joka sisälsi kolme samansisältöistä työpajaa. Valmennukseen sisältyi verkko-opintoja verkkomateriaalien muodossa. Kehittämisen työkaluna käytettiin myös S5-Lean-menetelmää, jonka periaatteita valmennukseen sisällytettiin yrittäjien toiveiden mukaisesti.

4 Olosuhteiden muutoksiin reagoitiin ketterästi

Koronapandemian vuoksi alun perin livekoulutuksiksi suunnitellut tilaisuudet piti viedä verkkoon nopealla aikataululla. Etäyhteydellä järjestettävät koulutukset mahdollistivat webinaareihin ja verkkotyöpajoihin osallistumisen niin Kainuusta kuin Pohjois-Pohjanmaaltakin.

5 Toiminnalliset työtavat tukevat kaikkien osallistumista

Työyhteisöjen hyvinvointivalmennuksissa tarjoutui tilaisuus tasavertaiselle keskustelulle ja keskustelua voitiin suunnata yritysten omiin kehittämistarpeisiin. Pienet, yrityksen oman väen kesken toteutetut valmennukset tarjosivat mahdollisuuden keskittyä oman toiminnan kehittämiseen luottamuksellisesti.

Vertaisryhmässä teemat nousivat osallistujien keskuudesta. Keskustelut olivat vapaamuotoisia ja liittyivät usein osallistujien sen hetkiseen elämäntilanteeseen. Toiminnalliset työtavat tukivat myös hiljaisempien työntekijöiden osallistumista valmennukseen.

” Keskustelut vetäjien ja muiden osallistujien kanssa toivat ahaa-elämyksiä. Olen oppinut uutta esimerkiksi ajankäytöstä ja omasta jaksamisestani.



6 Aito keskustelu luo pohjaa uusille toimintatavoille ja ratkaisuille

Pienyrityksissä työntekijöillä ja yrittäjällä itsellään on usein vain vähän aikaa keskinäiseen vuorovaikutukseen. Erilaiset työvuorot tai työalueet tarkoittavat, ettei työkavereita välttämättä nähdä niin paljon ja yhteisiin palavereihin voi olla vaikeaa varata aikaa.

Työhyvinvointivalmennukset ja työnohjaus mahdollistivat pysähtymisen yhteisten asioiden äärelle. Lähtötapaamisissa panostettiin luottamukselliseen ilmapiiriin ja aitoon keskusteluun, jonka myötä osallistujat uskalsivat nostaa myös vaikeiksi koettuja asioita esiin. Keskustelun kautta niitä päästiin kehittämään ja niihin löydettiin yhdessä ratkaisuja.

7 Monipuoliset digikokeilut tarjosivat uusia ratkaisuja

Digitaalisten välineiden käyttö koulutuksissa ja webinaareissa tarjosi mahdollisuuden osallistumiseen pidemmänkin matkan päästä. Aiheista kiinnostuneet pääsivät mukaan helposti. Webinaarien yhteydessä he saivat myös tietoa hankkeen ja siinä mukana olevien yhteistyökumppaneiden tarjoa-



” On tärkeää kuulla toisten ammattilaisten mielipiteitä ja nähdä, miten muut saman alan yrittäjät kehittävät omaa toimintaansa. Se antaa uusia näkökulmia ja vahvistaa omia näkemyksiä.

mista palveluista sekä miten niihin voi hakeutua hankkeen jälkeenkin. Myös työnohjauksia toteutettiin etäyhteyden välityksellä. Digiosallistumisen opettelu avaa ikkunoita osaamisen äärelle myös jatkossa.

8 Hyvinvointiin kannattaa satsata ennaltaehkäisevästi

Hankkeessa keskityttiin ennaltaehkäiseviin toimenpiteisiin. Kokonaisvaltaiseen työhyvinvointiin liittyvillä koulutuksilla ja valmennuksilla tuettiin yrittäjien ja yritysten työntekijöiden työssä jaksamista ja näin myös yrityksen toimintaedellytyksiä. Hyvinvointiin kannattaa satsata ennaltaehkäisevästi jo silloin, kun isompia ongelmia ei vielä ole.

9 Yrittäjätarinat tekivät kehittämistyötä näkyväksi

Hanke tuotti haastatteluihin perustuvia yrittäjätarinoita erilaisista maaseudun yrittäjistä. Lyhyissä jutuissa kuvattiin yrittäjän arkea, yrityksen toimintaa ja tulevaisuuden näkymiä sekä yrittäjähenkilön persoonaa.

Tarinat antoivat samaistuttavan näkökulman toisille maaseudun yrittäjille ja muille mielenkiintoisen mahdollisuuden kurkistaa maaseutuyrittäjien arkeen. Myös hankkeen toimenpiteitä ja niiden merkitystä yrittäjille voitiin esitellä yrittäjätarinoiden kautta.

<https://maaseutuyrittajat.diak.fi/kurkista-maaseudun-yrittajien-arkeen/>

Maaseutuyrittäjien työkyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen -hankkeessa kehitetään maaseudun yrittäjien liiketoimintaosaamista, työkykyä ja hyvinvointia vuosina 2019–2021. Diakonia-ammattikorkeakoulun ja Kajaanin ammattikorkeakoulun toteuttama hanke saa rahoitusta Euroopan sosiaalirahastosta.

Diak



Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020