

## TIIVISTELMÄ

**Oppilaitos:** Aktiivi-instituutti

**Koulutus:** Työmarkkinakonsulttitutkinto

**Tekijä:** Jaana Holm

**Hankkeen nimi:** Työn, perhe-elämän ja vapaa-ajan yhteensovittaminen

**Aika:** Joulukuu 2015

**Sivuja:** 10

Hankkeen aiheena on tuoda esille miten työn ja perheen yhteistä aikaa voidaan tukea tämän päivän työelämässä ja miten työntekijä kokee onnistuneensa työ- ja vapaa-ajan yhteensovittamisessa.

Työ on hyvin keskiössä ja kiireen kokemus työstä on arkipäivää. Muuttuva työelämä tarvitsee osaavan henkilöstön jossa mahdollistuu erilaiset työaikaratkaisut.

Hankeessani otan huomioon myös työaikajouston sekä kokopäivätyöstä osa-aikatyöksi vaihtamisen. Käsittelen tässä työssä nimenomaan työntekijän vapaaehtoista valintaa tehdä osittaista työpäivää. Osa-aikatyö on käsitteenä laaja ja se on monimuotoista. Tuon myös esille erilaisia hyötynäkökulmia niin perheelle, työntekijälle kuin työyhteisölle sekä työaikajouston tärkeyden työpaikoilla ja miten sen onnistuminen tukee työntekijää ja työyhteisön hyvinvointia.