

# SAIS VAAN SORMET TYHJÄKSI JA TUNNIT TÄYTEEN

**On se kauheaa jos töissä pitää oppia uutta tai kehittää työyhteisön toimintaa. Ottaa niin kipeää kun täytyy ajatella. Moni työyhteisö luo mahdollisuuden, antaa etuoikeuden itsensä kehittämiseen. Uusien asioiden oppiminen ja työyhteisönsä toiminnan kehittäminen ovat työhön liittyviä huomattavan hienoja ja taloudellisesti merkittäviä etuja. Nämä edut kuuluvat jokaiselle työyhteisön ihmiselle.**

Jääkiekko- tai jalkapallojoukkueessa ei katsota päivääkään muutosvastaista jäsentä. Ei tule kuuloonkaan, että joku ei kuulu mulle asenteen omaava henkilö kuuluisi tiimiin. Kenkää tulee persuksiin ennen kuin edes tajuaa olevansa pihalla. Näinhän sen pitäisi olla kaikissa työyhteisöissä. Täysin järjetön velvoite työyhteisön muille ihmisille on se, että heidän täytyy elättää keskuudessaan hyvinvointia vaarantavia, kyllästymiaeen asti urautuneita ihmisiä.

## **Kuinka voin auttaa joukkuettani menestymään**

Jokapäiväisen miettimisen aiheita. Miten kehittäisin omaa toimintatapaani? Luonko innostusta vai tapanko onnistumisen halua omasta ja työkavereitteni toiminnasta? Olenko rutiinien raiskaama, alahuuli pitkällä toimiva innoton puurtaja vai omasta ja työkavereitteni hyvinvoinnista kiinnostunut elämänmyönteinen menestyjä? Onko asenteeni menestymistä hylkivä vai myönteinen, eteenpäin vievä onnistumisiin johtava? Mikäli jokainen viitsisi miettiä edes yhtä näistä kysymyksistä, niin työyhteisö olisi menestyvä ja mahdollistaisi hyvinvoinnin jokaiselle.

## **Ajattelemalla tylsistymistä vastaan**

Jo pitkään on puhuttu työssä viihtymisestä, kyllästymisestä, jaksamisen puutteesta ja pohjaan palamisesta. Näitä ilmiöitä on olemassa. Niiden estämiseksi jokaisen täytyy itse tehdä jotakin. Ilmainen ja kehittävä ennalta ehkäisevä keino on ajatteleminen. Kannattaa aina silloin tällöin viheltää tauko siihen arjen rutiiniurassa juoksemiseen. Mitä minä itse voisin tehdä oman viihtyisyyteni lisäämiseksi? Kannattaisiko innostua jostakin aivan uudesta ja erilaisesta toiminta- tai ajatusmallista? Olisiko jännää oivaltaa ja oppia jotakin ihan erilaista. Nämä mahdollisuudet kuuluvat työyhteisösi luontaisetuihin. Kannattaa kokeilla. Jos ajatteleminen ja oivaltaminen eivät tunnu mukavalta, niin ainahan voi palata takaisin tylsistyneeseen, aivotoiminnan pysäyttäneeseen olomuotoon.

## **Myönteisessä asenteessa on kaikki hyvinvointiin tarvittavat työkalut**

Ostin uuden tietokoneen itselleni ja annoin vanhan vielä vanhemmalle, jo eläkkeellä olevalle äidilleni. Kerroin tuovani koneen kuukauden kuluttua. Ensimmäinen kysymys: ”Pääseekö sille internettiin”? Seuraavana päivänä hän soitti kertoakseen ilmoittautuneensa atk peruskurssille. Nyt tuo muutaman vuoden takainen innostuminen on kantanut hedelmää. Äitini on lähes vuoteen omana. Tärkein henkireikä, sekä asioiden hoitamiseen tarvittava kanava on tuo hidas ja vanha tietokone. Sillä hän voi hoidella pankkiasioita, tutustua mielenkiintoisiin asioihin ja ennen kaikkea lähetellä sähköposteja sekä saada lasten, lastenlasten ja lastenlastenlasten kuvia ja kuulumisia. Tilanne olisi toinen, jos hän olisikin vastannut: ”En minä viitsi enää tässä iässä ruveta opettelemaan tuommosia vehkeitä”. Näitä vastauksia kuulee työyhteisöissä 20-30 vuotta nuorempien ihmisten suusta. Niin muuten, äitini tekstiviestit ovat luku sinänsä. Ne ovat aivan valtakunnallista huippuluokkaa.