

University of Vaasa

Department of Management and Organization

Routamaa, V. (2004). Tunne itsesi - tunnista voimavarasi, teoksessa Itsetuntemuksesta voimaa työssäjaksamiseen, Sanomalehtiyliopisto 2002, Levón-instituutti, julkaisu nro 23. Vaasa 2004

Abstrakti

On trendikästä puhua työssä uupumisesta. Syyllistä etsitään erityisesti lisääntyneistä töistä, henkilöstövähennyksistä ja muun syyn puutteessa yrityksen johdosta. Nykyaikainen uupumus lienee pääasiassa henkistä perua lähtöisin työn ja tekijänsä yhteensopimattomuudesta, huonosta työilmapiiristä, ongelmallisista henkilösuhteista tai motivaation puutteesta yleensä. Usein unohdetaan myös, että ongelmat työssä jaksamisessa saattavat juontua ongelmista yksityiselämässä; aamulla töihin lähdettäessä peiliinkatsominen unohtuu. Onko virheellinen yhteiskuntapolitiikka, joka on vierittänyt toimeentulo- ja selviytymisvastuun yksityiseltä ihmiseltä yhteiskunnalle, heikentänyt kansalaisten kykyä oman elämän hallintaan ja epävarmuuden sietoon? Kieltämättä 1990-luvun laman nopeuttama työelämän jatkuva muutos seurauksenaan henkilöstön vähentäminen, ulkoistaminen ja työmenetelmien uudistukset voivat aiheuttaa ongelmia työssä jaksamiseen. Työssä jaksaminen on monien tekijöiden summa; jotkut arvostavat turvallisuutta, rauhallista työtahtia ja ennustettavuutta, toiset pientä kiirettä, vaihtelua ja jännitystä. Erilaiset persoonallisuudet reagoivat muutokseen, kiireeseen, ristiriitoihin ja epävarmuuteen eri tavoin. Tämän kirjoituksen tavoitteena on hieman provosoidenkin johdattaa lukija pohtimaan ihmisen persoonallisuutta ja sen roolia työssä suoriutumisessa, jaksamisessa ja työyhteisössä toimimisessa yleensä. Itsetuntemus on luonnollisesti vain yksi merkittävistä jaksamiseen vaikuttavista tekijöistä, mutta varmaa on, että persoona on aina läsnä. Artikkelin suhteellisen yleiselle tasolle jäävää pohdintaa syvennettiin sanomalehtiyliopiston seminaarissa.