

KEHITYSKESKUSTELU MERKITYKSEN KAUTTA

VIKTOR FRANKL HAVAINNUT ÄÄRIMMÄISISSÄ OLOSUHTEISSA, ETTÄ IHMINEN EI SELVIYDY SIKSI, ETTÄ OLOSUHTEET OVAT HELPOT – VAAN SIKSI, ETTÄ JOLLAKIN ON MERKITYS. TÄMÄ KESKUSTELU EI OLE SUORITUSARVIO. TÄMÄ ON PYSÄHDYS SEN ÄÄRELLE, MIKÄ KANTAA.

LISÄTIETOJA: WWW.AIMPRO.FI

MIKSI TÄMÄ KESKUSTELU?

TYÖELÄMÄ EI KUORMITA VAIN TYÖMÄÄRÄLLÄ. SE KUORMITTAA, KUN SUUNTA HÄMÄRTYY, MERKITYS KATOAA JA YHTEYS IHMIISIIN OHENEE. TARVITSEMME PYSÄHDYSPAIKAN, JOSSA VOIMME YHDESSÄ TARKASTELLA SITÄ, MIKÄ TYÖSSÄ TODELLA KANTAA JA ANTAA VOIMIA JATKAA.

VIKTOR FRANKL OPETTI MEILLE, ETTÄ MERKITYS ON SE, MIKÄ PITÄÄ MEIDÄT PYSTYSSÄ MYÖS SILLOIN, KUN KAIKKI MUU TUNTUU RASKAALTA. KUN YMMÄRRÄMME, MIKSI TEEMME TYÖTÄMME JA MIKÄ SIINÄ ON MEILLE TÄRKEÄÄ, LÖYDÄMME UUTTA ENERGIAA JA SUUNTAA.

TÄMÄ KESKUSTELU ON MAHDOLLISUUS PYSÄHTYÄ, KUUNNELLA JA YMMÄRTÄÄ. SE ON YHTEINEN HETKI, JOSSA RAKENNETAAN SILTOJA MERKITYKSELLISEEN TYÖHÖN – YKSILÖNÄ JA YHDESSÄ.



MERKITYS SYNTYY KOLMESTA ASIASTA

VIKTOR FRANKL TUTKI KOKO ELÄMÄNSÄ AJAN KYSYMYSTÄ: MIKÄ TEKEE ELÄMÄSTÄ MERKITYKSELLISEN? HÄNEN HAVAINTONSA OVAT AJATTOMIA JA SOVELTUVAT MYÖS TYÖELÄMÄÄN. MERKITYS EI OLE JOTAIN, MITÄ LÖYDÄMME VALMIINA – SE RAKENTUU JOKA PÄIVÄ VALINNOISTAMME JA KOKEMUKSISTAMME.



SUUNTA JA TEKEMINEN

MITÄ TEEN JA MIHIN OLEN
MENOSSA

MERKITYS SYNTYY, KUN
KOEN TEKEVÄNI JOTAIN
ARVOKASTA JA LIIKKUVANI
KOHTI TAVOITETTA, JOKA
TUNTUU OMALTA.



YHTEYS JA KOHTAAMINEN

KEIDEN KANSSA JA MIKSI

MERKITYS SYNTYY
SUHTEISTA, YHTEISTYÖSTÄ
JA KOKEMUKSESTA SIITÄ,
ETTÄ TULEN NÄHDYKSI JA
KUULLUKSI.



ASENNE JA VAIKUTUSMAHDOLLIS UUS

MIHIN VOIN ITSE VAIKUTTAA

MERKITYS SYNTYY MYÖS
SILLOIN, KUN KAIKKEA EI VOI
MUUTTAA – VALITSEMALLA
OMAN ASENTEENI JA
TOIMINTANI.

SUUNTA JA TEKEMINEN

MERKITYS SYNTYY SIITÄ, ETTÄ TEEN JOTAIN, JOLLA ON VÄLIÄ

JOKAINEN MEISTÄ TARVITSEE TUNTEEN SIITÄ, ETTÄ TEKEMISELLÄMME ON TARKOITUS. KUN NÄEMME TYÖHÖMME SISÄLTYVÄN MERKITYSTÄ JA SUUNTAA, JAKSAMME PAREMMIN JA TULEMME ENERGISEMMEKSI. MUTTA KUN TEHTÄVÄT TUNTUVAT SATTUMANVARAISILTA TAI MERKITYKSETTÖMILTÄ, KUORMITUS KASVAA.

POHDITTAVAKSI YHDESSÄ:

- MISSÄ TYÖSSÄNI KOEN MERKITYKSELLISYYTTÄ JUURI NYT?
- MISSÄ TEHTÄVISSÄ KOEN SAAVANI AIKAAN JOTAIN ARVOKASTA?
- MITKÄ TEHTÄVÄT VIEVÄT ENERGIAA ILMAN MERKITYKSEN KOKEMUSTA?



KIRJAUKSET KESKUSTELUUN:

TEHTÄVÄT, JOITA KANNATTAA VAHVISTAA:

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOLLE)

TEHTÄVÄT, JOITA VOISI MUOKATA TAI VÄHENTÄÄ:

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOLLE)

YHTEYS JA KOHTAAMINEN

MERKITYS SYNTYY SUHTEISTA JA KUULLUKSI TULEMISESTA

IHMINEN ON PERUSOLEMUKSELTANSA YHTEISÖLLINEN. TARVITSEMME KOKEMUKSEN SIITÄ, ETTÄ OLEMME OSA JOTAKIN SUUREMPAA, ETTÄ MEITÄ KUULLAAN JA ETTÄ VOIMME LUOTTAA MUIHIN. TYÖYHTEISÖSSÄ TÄMÄ TARKOITTA AITOJA KOHTAAMISIA, LÄSNÄOLOA JA YHTEISTYÖTÄ, JOSSA JOKAINEN SAA OLLA OMA ITSENSÄ.

KUN YHTEYS IHIMISIIN ON VAHVA, TYÖ KANTAA PAREMMIN. KUN YHTEYS ON HEIKENTYNYT TAI KADONNUT, YKSINÄISYYS JA UUPUMUS LÄHESTYVÄT. SIKSI ON TÄRKEÄÄ PYSÄHTYÄ TARKASTELEMAAN: KEIDEN KANSSA KOEN AITOA YHTEYTTÄ? MISSÄ SITÄ TARVITTANISIIN LISÄÄ?

POHDITTAVAKSI YHDESSÄ:

- KEIDEN KANSSA KOEN AITOA YHTEISTYÖTÄ JA LUOTTAMUSTA?
- MILLOIN KOEN TULEVANI NÄHDYKSI JA KUULLUKSI?
- MISSÄ YHTEYS ON HEIKENTYNYT TAI KADONNUT?

KIRJAUKSET KESKUSTELUUN:

TÄRKEÄT IHMISET JA YHTEISTYÖT:

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOLLE)

YHTEYDET, JOITA OLISI TÄRKEÄ VAHVISTAA:

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOLLE)

ASENNE JA VAIKUTUSMAHDOLLISUUS

MERKITYS SYNTYY MYÖS SILLOIN, KUN KAIKKEA EI VOI MUUTTA



VIKTOR FRANKL KOROSTI, ETTÄ VAIKKA EMME AINA VOI VALITA OLOSUHEITAMME, VOIMME AINA VALITA ASENTEEMME NIIHIN. TÄMÄ ON KENTIES HÄNEN SYVÄLLISIN OPETUKSENSA: VAPAAUS LÖYTYY SIITÄ, MITEN SUHTAUDUMME SIIHEN, MITÄ EMME VOI MUUTTA.

TYÖELÄMÄSSÄ KOHTAAMME TILANTEITA, JOIHIN EMME VOI VAIKUTTA. ORGANISAATIOMUUTOKSIA, TALOUDELLISIA REALITEETTEJA, TOISTEN IHMESTEN VALINTOJA. MUTTA VOIMME VALITA, MITEN SUHTAUDUMME NÄIHIN ASIOIHIN JA MITÄ TEEMME OMAN VAIKUTUSPIIRISSÄMME.

TÄMÄ EI TARKOITA PASSIIVISTA HYVÄKSYMISTÄ. SE TARKOITTA VIISAUTTA EROTTAA, MIKÄ ON MUUTETTAVISSA JA MIKÄ EI – JA KESKITTÄÄ ENERGIA SIIHEN, MISSÄ VOIN TODELLA VAIKUTTA.

01

TUNNISTA KUORMITTAVAT ASIAT

MITKÄ ASIAT KUORMITTAVAT, MUTTA EIVÄT OLE NYT MUUTETTAVISSA?

02

LÖYDÄ VAIKUTUSKEINOT

MISSÄ ASIOISSA VOIN VAIKUTTA OMAAN TOIMINTAANI TAI AJATTELUUNI?

03

TUNNISTA TUEN TARVE

MITÄ TUKEA TARVITSEN TÄSSÄ TILANTEESSA?



KIRJAUKSET KESKUSTELUUN:

HYVÄKSYTTÄVÄT REALITEETIT: (TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOILLE)

OMAT VAIKUTUSKEINOT JA TUEN TARPEET: (TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOILLE)

TULEVAISUUSSUHDE

VIKTOR FRANKL HAVAINNUT, ETTÄ ILMAN SUUNTAA TULEVAISUUTEEN IHMINEN UUPUU. PELKKÄ NYKYHETKI ILMAN TOIVOA HUOMISESTA VIE VOIMAN ELÄÄ TÄTÄ PÄIVÄÄ. TARVITSEMME JOTAIN, MITÄ KOHTI LIIKKUA – EI VÄLTTÄMÄTTÄ SUURIA UNELMIA, VAAN KONKREETTISIA ASKELEITA KOHTI JOTAIN MERKITYKSELLISTÄ.

TULEVAISUUSSUHDE EI TARKOITA JATKUVAA KIIREISTÄ PYRKIMISTÄ ETEENPÄIN. SE TARKOITTAÄ SITÄ, ETTÄ MINULLA ON JOTAIN, MITÄ ODOTAN. JOTAIN, JOKA SAA MINUT HERÄÄMÄÄN AAMULLA. JOTAIN, MIKÄ ANTAA SUUNNAN TÄLLE PÄIVÄLLE JA SEURAVALLE.

KUN MEILLÄ ON SELKEÄ NÄKEMYS SIITÄ, MITÄ KOHTI HALUAMME MENNÄ, KUORMITUSKIN MUUTTUU KANTAVAMMAKSI. EMME ENÄÄ VAIN SELVIÄ – ME RAKENNAMME JOTAIN MERKITYKSELLISTÄ.



MITÄ KOHTI HALUAN MENNÄ?

SEURAAVAN 6–12 KUUKAUDEN AIKANA



MIKÄ MOTIVOI MINUA AIDOSTI?

JUURI NYT, TÄSSÄ HETKESSÄ



MIKÄ TEKEE TÄSTÄ MERKITYKSELLISEN?

JATKOSSA JA PITKÄLLÄ TÄHTÄIMELLÄ



KONKREETTISET ASKELTEET ETEENPÄIN

SEURAAVA KONKREETTINEN ASKEL

SUURI MUUTOS ALKAA AINA YHDESTÄ PIENESTÄ ASKELEESTA. MIKÄ ON SE ENSIMMÄINEN, KONKREETTINEN TEKO, JONKA VOIT TEHDÄ LÄHIPÄIVINÄ TAI -VIIKOINA? ÄLÄ ASETA LIIAN SUURIA TAVOITTEITA KERRALLA – PIENI EDISTYMINEN ON AINA PAREMPI KUIN SUURI SUUNNITELMA, JOKA JÄÄ TEKEMÄTTÄ.

KIRJAA TÄHÄN YKSI SELKEÄ, MITATTAVA TOIMENPIDE:

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOLLE)

TARVITTAVA TUKI

KUKAAN EI KULJE TÄTÄ POLKUA YKSIN. MILLAISTA TUKEA TARVITSET ONNISTUAKSESI? KENELTÄ SITÄ VOISIT PYYTÄÄ? MITKÄ RESURSSIT TAI JÄRJESTELYT AUTTAISIVAT SINUA ETENEMÄÄN?

KIRJAA TÄHÄN, MITÄ TUKEA TARVITSET:

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOLLE)

"KUN TIEDÄMME *MIKSI*, VOIMME KESTÄÄ MELKEIN MINKÄ TAHANSA *MITEN*."

— VIKTOR FRANKL

LOPETUSKYSYMYS

TÄRKEIN KYSYMYS TÄSTÄ KESKUSTELUSTA

MITÄ TÄMÄ TYÖ JA TÄMÄ HETKI ODOTTAVAT MINULTA JUURI NYT?

TÄMÄ ON EHKÄ VAATIVIN KYSYMYS KOKO KESKUSTELUSSA. SE PYYTÄÄ MEITÄ KÄÄNTÄMÄÄN KATSEEN SISÄÄNPÄIN JA SAMALLA ULOSPÄIN – SEKÄ ITSEEMME ETTÄ SIIHEN TILANTEeseen, JOSSA OLEMME. SE EI KYSY, MITÄ *HALUAN* TEHDÄ, VAAN MITÄ *MINUA TARVITAAN* TEKEMÄÄN.

VIKTOR FRANKL SAI, ETTÄ KYSYMYS EI OLE "MITÄ MINÄ ODOTAN ELÄMÄLTÄ", VAAN "MITÄ ELÄMÄ ODOTTAA MINULTA". SAMA PÄTEE TYÖHÖN. KUN LÖYDÄMME VASTAUKSEN SIIHEN, MITÄ JUURI TÄMÄ HETKI, TÄMÄ TEHTÄVÄ JA TÄMÄ YHTEISÖ MEILTÄ TARVITSEVAT, LÖYDÄMME SAMALLA MERKITYKSEN.

JA YHTÄ TÄRKEÄ ON KYSYMYKSEN TOINEN PUOLI: **MITEN MINUA VOIDAAN SIIHEN TUKEA?** VASTUU EI OLE YKSIN SINUN HARTEILLASI. TARVITSEMME TOISIAMME.

“

MITÄ TÄMÄ TYÖ JA TÄMÄ HETKI
ODOTTAVAT MINULTA JUURI NYT?

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOILLE)

”

“

MITEN MINUA VOIDAAN SIIHEN TUKEA?

(TILAA YHTEISILLE MUISTIINPANOILLE)

”

KIITOS TÄSTÄ HETKESTÄ

OLET NYT KÄYNYT LÄPI KESKUSTELUN, JOKA EI MITTAA SUORITUSTA VAAN ETÄ MERKITYSTÄ. OLET PYSÄHTYNYT KYSYMÄÄN ITSELTÄSI JA YHDESSÄ TOISEN KANSSA: MIKÄ KANTAA? MIKÄ ON TÄRKEÄÄ? MIHIN SUUNTAAN HALUAN KULKEA?

NÄMÄ KYSYMYKSET EIVÄT LOPU TÄHÄN KESKUSTELUUN. NE JATKAVAT ELÄMÄÄNSÄ ARJESSA, PÄIVÄ KERALLAAN, VALINTA KERALLAAN. MUTTA NYT SINULLA ON SELKEÄMPI KÄSITYS SIITÄ, MIKÄ TYÖSSÄSI ON MERKITYKSELLISTÄ, MISSÄ TARVITSET TUKEA JA MITÄ KOHTI HALUAT KULKEA.

MUISTA, ETTÄ MERKITYS EI OLE JOTAIN, MINKÄ LÖYDÄT KERRAN JA IKUISIKSI AJOIKSI. SE RAKENTUU JOKA PÄIVÄ UUELLEEN – PIENISSÄ TEOISSA, KOHTAAMISISSA JA VALINNOISSA. ANNA ITSELLESI LUPA PALATA NÄIHIN KYSYMYKSIIN AINA, KUN TUNNET SEN TARPEELLISEKSI.

SUUNTA JA TEKEMINEN

MITÄ TEEN JA MIHIN OLEN
MENOSSA

YHTEYS JA KOHTAAMINEN

KEIDEN KANSSA JA MIKSI

ASENNE JA VAIKUTUSMAHDOLLIS UUS

MIHIN VOIN ITSE VAIKUTTAA

LISÄTIETOJA JA TUKEA MERKITYKSELLISEN TYÖN RAKENTAMISEEN: WWW.AIMPRO.FI

KESKUSTELUN YHTEENVETO

TÄYTÄ TÄMÄ LOMAKE KESKUSTELUN PÄÄTTEEKSI. YHTEENVETO AUTTAA SEURAAMAAN SOVITTUJA ASIOITA JA PALAAMAAN NIIHIN MYÖHEMMIN.

PERUSTIEDOT

TYÖNTEKIJÄ:

(Tilaa nimelle)

ESIMIES:

(Tilaa nimelle)

PÄIVÄMÄÄRÄ:

(Tilaa päivämäärälle)

SEURAAVA KESKUSTELU

SOVITTU AJANKOHTA:

(Tilaa ajankohdalle)

VÄLITARKISTUS:

(Tilaa mahdolliselle välitapaamiselle)

1. SUUNTA JA TEKEMINEN

TEHTÄVÄT, JOITA VAHVISTETAAN:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

TEHTÄVÄT, JOITA MUOKATAAN TAI VÄHENNETÄÄN:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

2. YHTEYS JA KOHTAAMINEN

TÄRKEÄT YHTEISTYÖSUHTEET:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

YHTEYDET, JOITA VAHVISTETAAN:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

3. ASENNE JA VAIKUTUSMAHDOLLISUUS

HYVÄKSYTTÄVÄT REALITEETIT:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

OMAT VAIKUTUSKEINOT:

KESKUSTELUN YHTEENVETO (JATKUU)

4. TULEVAISUUS JA KONKREETTISET ASKELEET

TAVOITE SEURAAVALLE 6-12 KUUKAUDELLE:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

ENSIMMÄINEN KONKREETTINEN ASKEL:

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

AIKATAULU:

(Tilaa aikataululle)

5. LOPETUSKYSYMYKSEN VASTAUKSET

MITÄ TÄMÄ TYÖ JA TÄMÄ HETKI ODOTTAVAT MINULTA JUURI NYT?

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)

MITEN MINUA VOIDAAN SIIHEN TUKEA?

(Tilaa yhteisille muistiinpanoille)



ALLEKIRJOITUKSET

TYÖNTEKIJÄ:

(Tilaa allekirjoitukselle ja päivämäärälle)

ESIMIES:

(Tilaa allekirjoitukselle ja päivämäärälle)