

Väitös

Pe 10.9.2010 klo 12 Seminaarinmäki, Seminarium, S 212

Työelämän ristiaallokossa tarvitaan yksilön vahvistumista

THM **Salme Mahlakaarto** aikuiskasvatustieteen väitöskirjan "Subjektiksi työssä - identiteettiä rakentamassa voimaantumisen kehitysohjelmassa" tarkastustilaisuus. Vastaväittäjänä professori **Vilma Hänninen** (Itä-Suomen yliopisto, Kuopio) ja kustoksena professori **Anneli Eteläpelto**.

- Pidemmät työurat, osaamisen vahvistaminen ja työhyvinvointi eivät tapahdu itsestään eivätkä pakottamalla. Työntekijät tarvitsevat tukea sekä valmiutta itsensä kehittämiseen, jotta he selviytyisivät kovissa työelämän muutoksissa, Salme Mahlakaarto tiivistää.

Mahlakaarto tutki työntekijöiden vahvistumista voimaantumisen valmennusohjelmassa, joka keskittyi työntekijöiden persoonan ja työn, työyhteisön ja organisaation välisen suhteen selkiyttämiseen ja osallistujien psyykkisten voimavarojen lisäämiseen. Tutkimukseen osallistui 19 terveydenhuollon ammattilaista ja se perustui osallistujien kokemuksiin ja eri tavoin tuotettuihin tarinoihin.

- Muutos ihmisen sisällä ja arjen toiminnassa vaatii aikaa ja tilaa. Se on yksilöllinen ja pitkäaikainen prosessi, joka vaatii itsensä tuntemista, rajojen määrittelyä itsen ja työn välille, uuden toiminnan harjoittelua ja aktivoitumista muutokseen, Mahlakaarto havaitsi.

Haasteena yksilö: marionetista vahvaksi toimijaksi

Työntekijät ja esimiehet ovat vaarassa uupua jatkuvien muutosten, kovenevien tehokkuus - ja osaamisvaatimusten, kiristyneen työtahdin, epävarmuuden ja kilpailun aallokossa.

Työn luonne on muuttunut yhä enemmän yrittäjämäiseksi ja projektinomaiseksi, jossa perinteiset ammattiroolit ovat murtuneet. Työntekijältä odotetaan tehokkuutta, joustavuutta, kykyä markkinoida itseään, omasta kilpailukyvyystä huolehtimista, dynaamisuutta, itsensä jatkuvaa muokkaamista ja uusiutumista.

Osalla työntekijöistä vaarana on joutua työelämän marionetiksi, jolloin työ uhkaa sisäistä turvallisuudentunnetta ja vie voimat. Työelämässä on runsaasti esimerkiksi 40-60-vuotiaita työntekijöitä, jotka joutuvat ylittämään aiemman ammattiroolinsa edellyttämät tavat toimia. Myös monet elämänkaareen liittyvät muutokset ihmisen elämässä aiheuttavat ristipaineita ja tarvetta arvioida itseä uudelleen. Tässä vaiheessa saatu tuki voi lisätä hyvinvointia ja työvuosia merkittävästi.

Tutkimuksessa tuli esiin sisäisen vahvistumisen merkitys sekä arjen toimijuus. Sisäinen vahvistuminen merkitsi suojakehän saamista itselle. Se ilmeni levollisuutena ja tyyneytenä ulkoisista myllerryksistä huolimatta. Työntekijät



pystyivät myös aiempaa paremmin säätelmään omia kielteisiä tunnereaktioitaan ylireagoimatta tai lamaantumatta niiden alle.

Suhde työhön, työyhteisöön ja organisaatioon muuttui realistisemmaksi ja osallistujat kykenivät tekemään paremmin rajan työn ja itsen välille. Tämä merkitsi etäisyyden ottamista organisaatiosta ja sitoutumista sen sijaan itseen ja oman toiminnan kehittämiseen. Osallistujat kykenivät myös kehittämään parempia neuvottelutaitoja ja aiempaa toimivampia rooleja työyhteisössään sekä tekemään uudenlaisia valintoja työssä ja yksityiselämässä.

Työntekijöiden yksilölliset vahvistumisen polut

Muutos on sidoksissa yksilön elämäkokemuksiin ja ammatillisen kehittymisen vaiheeseen. Saadakseen vahvuutta jonkun on työstettävä enemmän sisäisiä kasvuasteita, toisen rohkaistuttava herättämään omaa luovuutta ja innostusta, kolmannen oman ammatillisen kokemuksen jäsentämistä tai neljännen tunnistamaan itseään ja omia tarpeitaan. Esimerkiksi ikääntyville työntekijöille on tärkeää saada jäsentää omaa osaamistaan ja ammatillisuuttaan, joka on kertynyt vuosikymmenten myötä ja joka jää helposti tunnistamatta kovien haasteiden edessä.

- Organisaatioiden haasteena on löytää sekä työyhteisöjä että yksilöitä tukevia keinoja, joilla lisätä sekä yhteisön ja yksilöiden hyvinvointia. Työelämän muutoksessa tarvitaan myös panostusta riittävän pitkiin ohjaus- ja tukiprosesseihin, Mahlakaarto painottaa.

Lisätietoja:

Salme Mahlakaarto, puh. 040-5719260, sähköposti kuuntytar@pp.inet.fi
Tiedottaja Liisa Harjula, puh. (014) 260 1043, tiedotus@jyu.fi, josta saa väittelijän kuvan sähköisessä muodossa.

Teos on julkaistu sarjassa Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research numerona 394, Jyväskylä 2010. ISSN 0075 4625, ISBN 978 951 39 3980 9. Sitä saa Jyväskylän yliopiston kirjaston julkaisuyksiköstä, 014-2603487, myynti@library.jyu.fi

Salme Mahlakaarto, ent. Hänninen, o.s. Pisilä, s. 1954, ylioppilas 1976 Saloisten lukio, psykiatrinen sairaanhoitaja 1979 Turun Terveystieteiden tutkimuskeskus, terveydenhuollon maisteri 1990 Jyväskylän Yliopisto, ammatillinen opettajatutkinto 1991 Jyväskylän Ammatillinen Opettajakorkeakoulu. Salme Mahlakaarto on toiminut psykiatrisena sairaanhoitajana Haukkalan sairaalassa 1979-1990, kouluttajana Jyväskylän Ammatillisessa Opettajakorkeakoulussa 1992-1998 ja yrittäjänä Kuuntytär-yrityksessä v:sta 1998. Salme Mahlakaarto toimii työyhteisöjen kehittäjänä, aikuiskouluttajana, työnohjaajana ja erilaisten coachingprosessien ohjaajana. Hänen erityisalaansa ovat työhyvinvointi ja voimaantumisen ohjelmat.