

## **Yksi modernin työelämän tärkeimmistä taidoista on itsetuntemus**

***Minkälainen tyyppi minä olen? Kaikki lähtee liikkeelle perusasioista, miten kommunikoin ja mitkä ovat toimintatapani.***

Itsetuntemus on myönteistä realismia omista mahdollisuuksista ja rajoitteista. Itsetuntemus muodostuu omien arvojen, tarpeiden, motiivien ja tavoitteiden tunnistamisesta. Mitä paremmin tiedät, mitkä ovat vahvuutesi ja missä olet onnistunut, sitä varmemmin pystyt hyödyntämään potentiaalisi työelämässä.

Lähes jokaisella on nykyään jatkuva oppimisen ja kehittymisen vaade, kuten uusia toimintatapoja, liiketoimintamalleja, järjestelmiä ja organisaatiomuutoksia. Kun tiedostaa omia vahvuuksiaan oppijana ja omaksujana, pystyy helpottamaan elämäänsä tässä jatkuvassa muutoksessa.

On myös tärkeää ymmärtää, miten muut näkevät meidät. Onko käyttäytymisemme ja vuorovaikutuksemme luontevaa vai vaikuttaako siihen asema, jolloin meidän täytyy olla tietystä roolissa? Saatamme käyttäytyä tietyllä tavalla esimerkiksi siitä syystä, että toiset odottavat sitä meiltä.

### ***Miten toiset toimivat?***

Kaikki kehittyminen lähtee meistä itsestämme. Niin myös toisten ihmisten ymmärtäminen. Kun ensin tunnemme itsemme, voimme sen jälkeen ymmärtää helpommin myös toisia. Ja tämä puolestaan mahdollistaa hyvän vuorovaikutuksen. Samanlaisten ihmisten kanssa on helppoa tehdä töitä, mutta erilaisten ihmisten kanssa työnteko vaatiikin meiltä hieman vaivaa. Tämä erilainen ajattelu tai käyttäytyminen kannattaa hyödyntää, koska monimuotoisuus mahdollistaa parhaimmat innovaatiot, tuloksellisuuden ja voittavan yrityskulttuurin. Kysymys kuuluukin, miten hyviä me olemme hyväksymään erilaisuutta ympärillämme?

Sosiaaliset ja inhimilliset taidot korostuvat etenkin teknologian kehityksen myötä. Koneet eivät osaa ainakaan vielä tunneälykkyyttä. Se on meidän ihmisten tärkeä taito, jonka avulla voimme tukea toisiamme ja pystymme toimimaan yhdessä, myös epämurkkaavissa tilanteissa. Tämä yhteenkuuluvuuden ja yhdessä tekemisen tunne auttaa meitä saavuttamaan yhteiset päämäärämme.

Työssä arvostetaan hyviä viestintätaitoja; taitoa kuunnella, puhua selkeästi ja kirjoittaa selväsanaisesti. Jotta tämä onnistuisi parhaalla mahdollisella tavalla, tulee meidän tuntee ennen muuta itsemme. Ilman tätä tietoisuutta on lähes mahdotonta vaikuttaa muihin. Meidän pitää ensin ymmärtää ihmisten erilaisuutta, arvostuskohtia ja suhtautumista ympäröivään maailmaan ja työolosuhteisiin ja vasta sen jälkeen voimme vaikuttaa ja antaa kehitysehdotuksia tulokselliseen ja tuottavaan toimintaan. Tämä vaatii paljon taitoharjoittelua ja tietoisuutta omista viestinnällisistä vahvuuksista ja kehityskohteista. Aina ei myöskään riitä, että viestintä on selkeää ja ymmärrettävää, sen täytyy johtaa myös haluttuun toimintaan.

Kohtaamiset lisäävät vuorovaikutusta. Aito, avoin ja inhimillinen vuorovaikutus vahvistaa viestintää ja tekee siitä uskottavaa. Aina kun ihmisiä on paikalla enemmän kuin yksi, nousee vuorovaikutus ja sen laadukkuus esiin. On pysäyttävää törmätä saman organisaation sisällä tismalleen samankaltaista työtä tekeviin tiimeihin, joista toiset ylittävät heille asetetut tavoitteet lähes toistuvasti, saavat hyvää palautetta niin asiakkailta kuin sisäisissä arvioinneissa ja tuovat uusia ajatuksia kaikkien hyödynnettäväksi. Tämän taustatekijänä on aina ihmisten välinen vuorovaikutus, miten hyvin ymmärrämme toisiamme, vältämme

aikaa ja energiaa vievät väärinymmärrykset ja osaamme hyödyntää toistemme vahvuuksia ja paikata heikkouksia.

Toisilta tämä käy luontaisesti helpommin, mutta useat ihmiset kaipaavat siihen hieman apua. Kysehän ei ole raketitieteestä, vaan ymmärryksen kasvattamisesta ja sen jalkauttamisesta. Organisaation menestyksen ydin on siinä, miten hyvin työskentelemme yhdessä.

Ei ole yhdentekevää, minkälaisia menetelmiä ja kartoituksia ihmisten valmentamisessa käytetään. Laadukas ja hyvin rakennettu työkalu tuo valmentamiseen selkeän viitekehysten sekä lisää valmennusten vaikuttavuutta ja tehostaa ajankäyttöä. EASI on käyttäytymis- ja motivaatiokartoitus, joka on kehitystyökalu ja sen avulla voidaan tehostaa seuraavia asioita:

- Yksilön kehittyminen
- Vuorovaikutustaitojen kehittäminen
- Tiimin yhteistyön kehittäminen
- Työilmapiirin parantaminen
- Coaching
- Esimiestyöskentely
- Johtoryhmätyöskentely
- Asiakaskokemus

Maarit Halmela

Ratkaisukeskeinen valmentaja

GoalGo Oy