

Sisällys

Johdanto.....	9
---------------	---

Ammatillinen itsetunto.....	13
-----------------------------	----

OSA 1

KUINKA HAHMOTAN OMAA OSAAMISTANI JA MIKSI SE ON NIIN VAIKEAA?

Mitä ajattelen itsestäni?

Reflektio osaamisen tunnistamisen keinona.....	23
Oman osaamisen aliarviointi.....	26
Oman osaamisen yliarviointi.....	40
Reflektion yleiset haasteet – miksi realistista kuvaa omasta osaamisesta on vaikea saavuttaa?.....	49
Reflektion hyödyntäminen.....	58

Mitä muut minusta sanovat?

Palaute osaamisen tunnistamisen keinona.....	59
Mielen teoria.....	61
Muiden mielipiteeseen sopeutuminen.....	65
Palautteen painoarvo.....	68
Psykologinen turvallisuus.....	71
Muiden odotukset ja ympäristön paineet.....	76
Kontekstin vaihtaminen.....	79

Yhteenveto.....	82
-----------------	----

OSA 2

MITÄ OLEN TEHNYT?

AMMATILLINEN OPPIMISPOLKU

Millainen on juuri minun oppimispolkuni?.....	92
Ajanjaksot.....	92
Avainhetket.....	96
Miten oppimispolkuni on muotoutunut?	
Mikä matkaani on vaikuttanut?.....	99
Aktiiviset valinnat vai ajautuminen.....	99
Vahvuuslähtöinen vai heikkouslähtöinen oppiminen.....	103
Kypsä ja kypsymässä oleva osaaminen.....	106
Osaamisen yksilöllisyys.....	110
Tarina, jota kerrot itsestäsi.....	112
Yhteenvedo.....	115

OSA 3

MITÄ KAIKKEA OSAAN JA KUINKA HYVIN?

Hiljainen tieto.....	119
----------------------	-----

Mitä kaikkea osaan? Osaamisreppu.....	124
Substanssiosaaminen.....	126
Metataidot.....	132
Kontekstuaalinen osaaminen ja verkostot.....	141
Motivaatio.....	146
Persoonallisuus.....	152

Miten hyvin osaan?

Kuinka pitkällä olen asiantuntijuuden kehittymisessä?.....	155
Aloittelijan ja asiantuntijan erot.....	156
Miten aloittelijasta kehitytään asiantuntijaksi?.....	157
Riittävän hyvä osaaminen – liikennevalomalli.....	163

Yhteenveto.....	167
-----------------	-----

Lopuksi.....	169
--------------	-----

Lähteet.....	170
--------------	-----

Johdanto

Olen vuosien aikana ohjannut lukuisia kertoja harjoituksen, jossa osallistujat täydentävät sellaisia lauseita kuin ”Olen onnellisin, kun...” tai ”Jos saisin paljon rahaa, niin...”. Useimmat ihmiset vastaavat näihin kysymyksiin sujuvasti. Mutta kun he kohtaavat lauseet ”Asia, jonka osaan hyvin...” ja ”Yksi vahvimista puolistani on...”, monen kynä pysähtyy.

Tämä havainto on jäänyt vaivaamaan minua. Jokaisella, jolle olen antanut tehtävän, on aivan varmasti paljon arvokkaita kokemuksia, tietoja ja taitoja. Miksi oman osaamisen tunnistaminen ja arvostaminen on niin haastavaa? Miksi juuri tämä osa itsetuntemuksesta saa meidät epäilemään?

Tämä kirja on omistettu sinulle, joka haluat syventää ymmärrystäsi omasta osaamisestasi ja oppia arvostamaan sitä enemmän. Toivon sydämestäni, että kirjan luettuasi osaat vastata alussa esitettyihin kysymyksiin ja ajattelet: ”Vau, minähän osaan vaikka mitä!”

Ymmärrän hyvin, miksi tehtävä on vaikea. Se on itse asiassa paljon vaikeampi kuin saatamme aluksi kuvitella. Tämä on toinen syy kirjoittaa tämä kirja. Olen turhautunut siihen, kuinka yksinkertaisia ja naiiveja neuvoja oman osaamisen tunnistamiseen usein annetaan. Todellisuudessa se ei ole niin helppoa.

Tästä syystä haluan auttaa sinua ymmärtämään, mikä tekee oman osaamisen tunnistamisesta vaikeaa. Kerron käytännönläheisesti, kuinka ihmisen mieli sekä arkipäivän tilanteet voivat haas-

taa tätä prosessia ja kuinka nämä haasteet ylitetään. Opastan sinua askel askeleelta siinä, miten tunnistat taitosi ja mitä esteitä saatat kohdata matkalla.

Kirja valottaa esimerkiksi sitä, miksi vertaamme itseämme kollegoihin ja kuinka tämä vertailu voi vääristää käsitystämme omasta osaamisestamme. Lisäksi käyn läpi yleisiä syitä siihen, miksi saatamme aliarvioida tai yliarvioida omia taitojamme ja miksi omaa kehittymistä on vaikea havaita. Käsittelen myös sitä, miten ajattelun vinoumat vaikuttavat minäkuvaamme.

Kirjan avulla opit huomaamaan, mitä osaamista sinulla on ja miten se on muodostunut. Tämä on tärkeää, koska se edistää mielenrauhaa ja hyvinvointia. Ensisijainen toiveeni on, että ammatillinen itsetuntosi saa vahvistusta, mutta osaamisen tunnistamisesta on hyötyä myös monissa elämäntilanteissa. Jos pohdit työpaikanvaihtoa tai uusiin tehtäviin hakeutumista, on hyödyllistä kyetä sanoittamaan omaa osaamista. Kirjasta on hyötyä myös tiimillesi, kun omat oppisi ja osaamisesi pääsevät paremmin muidenkin käyttöön. Hyödyt kirjasta myös, jos edessäsi on kehityskeskustelu tai pohdit perusteita palkankorotukselle.

Kirja on kuin lämmin halaus ja hyvä, myötäelävä keskustelu työpaikan kahvipöydässä tai teekupin äärellä. Se ei ole luento, vaikka se sisältääkin runsaasti mielenkiintoista tietoa ja tehtäviä. Kirja tähtää ymmärryksen lisäämiseen myötäelämisen avulla. Siksi kirjassa ovat isossa osassa tarinat, jotka avaavat, mitä oman osaamisen tutkiminen arjessa ihmiselle merkitsee.

Päiset kirjassa tutustumaan kolmeen ihmiseen, joista jokainen ponnistelee osaamisen tunnistamisen parissa. Tarinat eivät kuvaa suoraan ketään yksittäistä henkilöä, vaan ne on koottu useista eri haastatteluista, joita olen tehnyt aiheeseen tutustuessani. Yksityiskohtia on muokattu myös tarinan eheyden ja lukukokemuksen parantamiseksi. Lämmin kiitos kaikille tarinansa jakaneille.

Seuraavaksi pääset tutustumaan kolmeen kirjan päähenkilöön – Tiinaan, Lauraan ja Mikkoon.

TIINA,

36-vuotias psykoterapeutti

Psykologian maisteri Tiina on työskennellyt terapeutina muutamana vuotena, mutta hän kohtaa päivittäin haasteita, jotka painavat hänen ammattitaitonsa ja itseluottamuksensa koetukselle. Vaikka hän on hankkinut arvokasta kokemusta ja osaamista alaltaan, hän kamppailee edelleen sisäisten epäilystensä kanssa. Tiina työskentelee yksin, ja kollegiaalinen yhteistyö on niukkaa. Välillä Tiina huomaa ajattelevansa, että jos kollegat ja muut alan asiantuntijat näkisivät hänet työssään, he huomaisivat hänen osaamattomuutensa. Vaikka Tiina on saanut myös positiivista palautetta asiakkailtaan, eräs asiakaskohtaaminen saa Tiinan epäilemään osaamistaan erityisen syvästi.

LAURA,

39-vuotias viestintäasiantuntija

Lauralla on moninainen työhistoria viestinnän parissa. Kahden viime vuoden aikana hän on toiminut teknologiyrityksessä ja noussut hiljalleen viestintätiimin vakiokasvoksi. Hän on tottunut tukemaan muita mutta ei ole koskaan aikaisemmin asettunut etualalle. Kun Lauralle yllättäen tarjotaan mahdollisuutta sijaistaa viestintäjohtajaa, hän kokee sekä innostusta että epävarmuutta. Hän pohtii kykyään vastata uusiin odotuksiin ja johtaa tiimiä. Onko aiempi työsarka kehittänyt hänelle oikeanlaista osaamista, jonka turvin hän pystyy ottamaan tehtävän haltuun? Pystyykö hän oppimaan kaiken tarvittavan riittävän nopeasti vai epäonnistuuko hän karmeasti tartuttuaan haasteeseen?

MIKKO,

45-vuotias tutkija

Mikko on työskennellyt valtion rahoittamassa tutkimuslaitoksessa lähes koko ammatillisen uransa ajan ja keskittynyt tilastotieteen tutkimukseen. Mikon ajatuksissa on hautunut jo pitkän aikaa suunnanmuutos työuralla. Hän on viime aikoina alkanut tuntea kaipuuta vaihtelun ja uusien haasteiden pariin. Mikkoa mietityttää, millaisiin töihin hänen työkokemuksellaan on mahdollista päästä. Mikon on vaikea tunnistaa omaa osaamistaan, saati nähdä, missä muualla sitä voisi hyödyntää kuin nykyisen kaltaisessa työssä. Mikon edessä on valinta: jatkaako tutussa vai uskaltaako hypätä uuteen ja nähdä, mihin se vie?

Tervetuloa mukaan tutkimusmatkalle, joka tarjoaa sinulle välineitä omien kykyjesi tunnistamiseen ja hyödyntämiseen. Kiitos, kun olet tarttunut kirjaan. On aika aloittaa oma matkasi kohti entistä syvempää ammatillista itsetuntemusta.