

Uravalmennus työpaikalla

Mitä meistä tulee seuraavaksi?



SUVI TUOMIKOSKI

Uravalmennus työpaikalla

SUVI TUOMIKOSKI

Uravalmennus työpaikalla

Mitä meistä tulee seuraavaksi?

© 2023 Suvi Tuomikoski

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

Kansi: Lasse Lakela

Kuvitus: Suvi Tuomikoski

Kustannustoimitus: Svante Thilman

Taitto: Riku Ahlsten

ISBN: 978-952-80-0465-3

“No, ammattilainen ei apua kaipaa,
sanoi ammattilainen kun ei apua kaivannut.”

Aino Havukainen ja Sami Toivonen

ESIPUHE

Tämä kirja syntyi syöksyllä.

Kaikki lähti liikkeelle tehdessäni tärkeän oivalluksen esikoiskirjani, “Ammattiahdistuksen”¹ jälkipyykkiä pestessäni. Kyseinen kirja päättyy ajatukseen *uramuotoilusta*, joka tarkoittaa, että ajatlehtimisen sijaan omaa uraa on mahdollista myös luoda.

Minulta on kysytty monta kertaa kirjan ilmestymisen jälkeen: “Miten ammattiahdistus loppuu” ja “Mikä auttaa ammattiahdistukseen”. Ajattelen, että se ei koskaan lopu, sillä ihminen jatkaa kasvuaan läpi elämän ja maailma muuttaa alati muotoaan. Ammatillisen epävarmuuden kanssa täytyy sen vuoksi oppia elämään. Toisaalta esimerkiksi itsemyötätunnon harjoittelu voi auttaa ja omaa tulevaa suuntaa on mahdollista selkeyttää uravalennuksen keinoin.

Huomasin pian tekeväni esikoisteokselleni itsenäistä jatko-osaa. Tajusin, että uraan liittyviä pohdintoja on hyvä käydä

1 Tuomikoski 2022.

siellä, missä niitä on mahdollista tarkastella rakentavasti ja josta löytyy tarvittaessa lähin mahdollisuus työn tuunaukseen: työpaikoilla, oman työn äärellä. Se on oiva paikka myös siksi, että uraan liittyvä suunnittelu linkittyy mielen hyvinvointiin ja työpaikkojen yksi tehtävä on tukea mielenterveyttä.

Myös kirjan nimi iskeytyi päähäni kuin ukkosella loimuava salama. Käänsin aiemman kirjani “minä”-ajattelun tässä teoksessa “me”-muotoon, koska urapolut eivät ole vain itsestä kiinni, vaan kyseessä on monenlainen yhteistoiminta.

Tarina lähti vetämään minua vauhdilla, sillä intuitioini sanoi että olen tehnyt tärkeän havainnon. Se koski uravalmennuksen yleisiä mahdollisuuksia työelämässä. Uravalmennus on teemana monelle entuudestaan tuttu ja erilaista valmennusta on ollut olemassa jo tovin aikaa, mutta silti uskon, että tämä aihe ja siihen sisältyvä potentiaali kaipaavat lisää tarkastelua.

Ajattelen valmennuksen olevan, ainakin osittain, ratkaisu monen työelämään liittyvän ajankohtaiseen ja laajaan kysymykseen. Se on keino löytää osaajia, lisätä työhyvinvointia ja jaksamista, mahdollistaa yrityksen sisäisiä urapolkuja ja taklata tarpeetonta vaihtuvuutta. Ja yhtä aikaa kyseessä on keino “erota ystävinä”, jos sen aika on. Uravalmennuksen avulla on lisäksi mahdollista inhimillistää työtä ja tuoda helpotusta työelämän tyrskyissä luoviville. Se voi tarjota tukea esimerkiksi tilanteessa, jossa oma ammattillinen identiteetti täytyy syystä tai toisesta rakentaa uudelleen.

Kirjan syntymistä edeltänyt kantoaika oli yllättävän pitkä. Pidempi kuin norsulla, jolla se on miltei kaksi vuotta. Oikeastaan se muistutti karpän raskautta, joka on katkonainen niin, että sikiön kehitys pysähtyy välillä odottelemaan parempia syntymäkelejä.

Huomasin kirjoittaessa kuinka kauan olin tätä teemaa aivopoi-mujeni välissä alitajuisesti jauhanut. Esimerkkinä ees’ taas kul-keneesta ajatusvirrasta päädyin tekemään ammattiahdistuksesta

podcast-sarjaa yhdessä Henna Ojalan kanssa. Jaksossa kahdeksan² aiheenamme oli, pitäisikö ammattiahdistuksesta puhua työpaikalla? Rekrytoinnin ja henkilöstön kehittämisen parissa työtä tekevien vieraiden kanssa kävimme läpi miksi niin olisi syytä tehdä.

Kasvatuspsykologian opintoihin liittyen puolestaan tein aikoihin kandidaatintyön otsikolla “Toimijuuden ohjaaminen työmotivaation lisäämisen menetelmänä”.³ Silloin minulla ei vielä ollut sanaa ammatilliselle epävarmuudelle, eikä tietoa siitä, että minusta tulee jonain päivänä tietokirjailija. Tässä samassa aihepiirissä minä kuitenkin jo tuolloin pyörin.

On hauskaa jälkikäteen havaita, miten jotkut asiat muhivat välillä pitkiä aikoja, kunnes ne pulpahtavat pintaan yllättävässä muodossa.

On sanottu: kirjoita siitä, mitä haluat ymmärtää.

Tämä kirja syntyi halusta laajentaa sekä omaa että muiden ymmärrystä uravalmennuksesta ja siitä, miten sellainen toimii yhteinä ammatillisen kasvun tukemisen keinona.

Koen tärkeäksi nostaa näitä seikkoja yleiseen keskusteluun. Haluan tarjota hieman toisenlaisia näkökulmia aikaan, jossa uralla ylöspäin eteneminen ja monenlaisten tavoitteiden saavuttaminen tuntuvat elintärkeitä. Painetta näiden keskellä kokevat yhtälailla työntekijät kuin työtä johtavat.

Ajattelen, että työpaikoilla tapahtuvaan uravalmennukseen ja ammatillisuuden tarkasteluun sisältyy valtavasti potentiaalia. Sen avulla hetkittäin ammatillisesti epävarmoja – toisin sanoen kaikkia työtä tekeviä – on mahdollista auttaa. Ja mikä parasta, samalla saattaa kasvaa se organisaatio, joka tällaisen mahdollistaa.

2 Ojala, Tuomikoski, Wuoti & Moilanen 2023.

3 Tuomikoski 2016.

Tavoitteenani on parantaa työelämää kirja kerrallaan. Tekemistä riittää, sillä työ on kuin ihminen: niin kauan kun tehdään, valmista ei tule koskaan.

Oulussa kesäkuussa 2023

Suvi Tuomikoski

ESIPUHE	6
JOHDANTO	11
I URAVALMENNUKSEN TARVETTA SELITTÄVIÄ KESKEISIÄ TEKIJÖITÄ	17
1. URALLA MENESTYMISEN VAATIMUS	19
2. JATKUVA TYÖSSÄ OPPIMINEN	30
3. VAIKUTUSMAHDOLLISUUDET OMAAN (TYÖ)ELÄMÄÄN	43
4. ITSENSÄ JOHTAMISEN VAIKEUS	56
II URAVALMENNUS OSANA TYÖYHTEISÖN TOIMINTAA	73
5. VALMENNUKSEN LÄHTÖKOHTIA	75
6. MITÄ VALMENNUKSESSA TAPAHTUU?	84
7. URAVALMENNUS KAIKKIEN TYÖN TUKENA	94
8. TALON SISÄISTÄ VAI ULKOPUOLISEN TUOTTAMAA VALMENNUSTA?	108
III URAVALMENNUS VETOVOIMA-, PITOVOIMA- JA KILPAILUTEKIJÄNÄ	123
9. URAVALMENNUS OSANA STRATEGIAA	125
10. OPPIMISEN JOHTAMINEN	136
11. VAIHTUVUUDEN AALLOKOSSA	149
12. URAPOLUN PIIRTÄMINEN YHDESSÄ	158
LOPUKSI	172
KII TOKSET	176
KUVALUETTELO	178
LÄHTEET	179

Muistan kolmekymppisen tuplamaisterin, osaavan ja itsekriittisen naisen, joka oli vakuuttunut, että ei enää koskaan tule työllistymään. Ikänsä isossa IT-talossa työskennelleen, hyväpalkkaisen johtajan, joka kaipasi jotain muuta. Opiskelijan, jota ahdisti pelkkä ajatus "oikeasta työelämästä". Lahjakkaan muotoilijan, joka opetteli sitkeästi teknisen alan lainalaisuudet päästäkseen vaikuttamaan.

- **Mira Valkonen, jatkuvan oppimisen asiantuntija**

Uravalmennus tarjoaa tukea ammattiahdistukseen. Se ei ainoastaan auta työntekijää, vaan myös johtotehtävissä toimivia ja koko organisaatiota. Uravalmennus ei tarkoita itsensä kirittämistä aina vain parempiin suorituksiin, vaan kykyä hallita omaa työtä ja elämää.

Mitä on uravalmennus, kuka sitä tekee ja miksi tällaista mahdollisuutta tulisi hyödyntää organisaatioissa enemmän? Asiantuntijoiden vieraskynäpalstat rytmittävät tätä teosta, jonka avulla jokainen itseään tai muita johtava henkilö pääsee ottamaan askeleen kohti kulttuuria, jossa keskustelu työuran kehityssuunnasta on osa arkea.

Suvi Tuomikoski (s. 1981) on kasvatustieteiden tohtori (KM) ja tietokirjailija. Hän on toiminut yli 40 eri työtehtävässä, muun muassa esihenkilönä ja työelämäpolkujen ohjaajana. Tuomikoski toivoo työpaikoille entistä rohkeampaa puhetta ammatillisesta kasvusta ja sitä kautta yhdessä rakennettavia, kestäviä työuria!



9 789528 004653

ISBN: 9789528004653
Kl 36.13