

The background is a high-contrast, black and white abstract composition. It features a central, dark, irregular shape that resembles a skull or a mask, with a prominent circular feature in the upper center. This central shape is surrounded by a dense network of black, expressive brushstrokes and splatters that radiate outwards, creating a sense of movement and energy. The overall effect is graphic and intense.

Klaus Kuhanen

POTKUT.COM

potkut.com

Klaus Kuhanen

potkut.com

Miltä potkut tuntuvat?

© 2025 Klaus Kuhanen

Kustantaja: BoD · Books on Demand,
Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki, bod@bod.fi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273,
22763 Hampuri, Saksa

ISBN: 978-952-80-2820-8

Nimeni on Klaus Kuhanen. Olen eläkeläinen. Lapset ovat lentäneet pesästä. Elämäni seuraava vaihe on alkanut.

Olen tehnyt pitkän työuran yksityisen sektorin yritysten johtotehtävissä. Työnantajani ovat olleet kansainvälisten kuluttajatuotteiden ja media-alan toimijoiden Suomen tytäryrityksiä. Uran alkuvaiheessa asuin pitkään myös Ruotsissa. Viimeisin toimitusjohtajuuteni oli 21 vuoden mittainen ja päättyi '22 syksyllä. Sain potkut. Ne olivat ensimmäiset potkut 40 vuotisen työurani aikana.

Moni on saanut potkut ennen minua, ja moni tulee saamaan potkut myös jatkossa. Johtajan kohdalla työn päättymistä vastoin omaa tahtoa kutsutaan julkisuudessa harvoin potkuiksi, paitsi urheiluvalmentajien kyseessä ollessa. Puhutaan yhteisestä päätöksestä, linjaerimielisyyksistä hallituksen ja toimitusjohtajan välillä jne.. Potkut ovat vaikea asia käsitellä - niin potkujen kohteeksi joutuneelle kuin ne antaneellekin. Johtajan potkut ovat vaikea asia myös organisaatiolle, jonka johtajana potkut saanut on ollut.

Miltä potkut tuntuvat? Kuinka fiilikset muuttuvat päivästä ja viikosta toiseen? Millainen on potkuja seuraava henkinen prosessi, minun tapauksessani.

Potkuihin liittyy tunteita. Häpeä päällimmäisenä. Aihe on vaiettu. Siitä ei puhuta, eikä siitä juuri kirjoiteta. Potkut saanut päätyy usein miten käsittelemään tunteitaan yksin, tai korkeintaan kahden kesken ammattilaisen kanssa.

Olisiko aika arkipäiväistää potkut?

Siihen pyrin kirjoittaen omista tunteistani. Kirjoittamaani ei pidä yleistää – tämä on yhden yksilön tarina..

SISÄLLYSLUETTELO

	sivu
Potkut	8
Ensimmäinen viikko	11
Toinen viikko	15
Kolmas viikko	19
Neljäs viikko	23
Viides viikko	27
Kuudes viikko	30
Seitsemäs viikko	33
Kahdeksas viikko	37
Yhdeksäs viikko	41
Kymmenes viikko – Käännekohta!	45
New Beginnings	49
Tauko paikalla	54
Ei velvoitteita!	59
Ystävien merkityksestä. ja muutama ajatus säälistä	63
Uutta kohti!	69
Sieluni maisema	73
Suru – suremisen prosessi	77
Epäonnistumisen ikeestä ja kiireen kirouksesta	86
Takapakkia	92
Kahdeskymmenes viikko – virstanpylväs?	100
Luova vaihe	106
Keinumista Kubler-Rossin käyrällä	109

Fake it until you make it	117
Kuka minä olen?	124
Kypsymisen aika	131
Kahdeskymmenes kuudes viikko	136
Otteita uudesta normaalista	144
Ajatuksia potkujen antamisesta	155
Neljäskymmenes viikko – kiireettömän elämän anatomia ja muita ajatuksia	162
Viideskymmenes toinen viikko	173
Kuudeskymmenes viides viikko – Life is Good!	183
Kiitos potkuista!	193
Kyllä tämä tästä	202
Ilolla	213

SURVIVAL HANDBOOK – Käytännön vinkkejä selviytymiseen

Selviytyminen – Rasittunut mieli	216
Odottamaton muutos ja Toimeentulostressi – selviytymisen työkaluja ja periaatteita	220
Kuinka ihminen suhtautuu merkittävään muutokseen	229
Kuinka selvitä epäonnistumisesta?	232
Kuinka pärjätä kiireen kanssa?	234
Töitä (ja elämää) etsimässä!	239

Potkut

30.9.2022

Tänään se tapahtuu! Tapaan pomon aamulla ja oletan saavani potkut. Herätessäni olo on hermostunut – en muista tunteneeni samanlaista aiemmin. Keho tärisee!

Business ei ole sujunut viime aikoina odotusten mukaisesti. Ratkaisujani on alettu kyseenalaistamaan eikä esityksiäni enää hyväksytä kuten aiemmin. Toimivaltaani on jo selkeästi kavennettu. Signaalit ovat selkeitä. Luottamuspuola!

Rauhoitun päästyäni liikkeelle. Jospa sittenkin saisin pitää työpaikkani? Jospa useamman vuosikymmenen työrupeama painaisi vaakakupissa. Alin eläkeikäkin häämöttää. Ja olenhan minä urani aikana ollut aiemminkin kuisissa paikoissa. Kyllä tästäkin selvittään!

Näin toimii ihmisen mieli. Se kertoo sinulle omia tarinoitaan. Ne eivät ole totta. Ja silti sinä uskot niihin, koska haluat uskoa. Järjellä ajateltuna kohtaloni on sinetöity. Olen siivonnut työhuoneenikin. Minä siis tiedän.

Sisimmässäni, jossain mielen syvissä sopukoissa, koen helpotusta. En uskalla sanoa sitä ääneen, edes itselleni. Miksi en? Potkut ottavat ylpeydelle. En ole saanut potkuja kertaakaan lähes 40 vuotta kestäneellä työurallani. Vaikka joku joskus sanoikin, että kyllä miehen ainakin kerran urallaan pitää potkut saada, minä olin kyllä ajatellut selviäväni ilman niitä. Potkut tuntuvat jotenkin häpeällisiltä. Epäonnistumiselta. Niinhän se on, että aina kun toimitusjohtaja saa potkut, on peiliin katsomisen paikka. Sen kyllä tietää, kun potkut oikeasti uhkaavat. En usko, että potkut tulevat koskaan yllätyksenä.

Pohdin, että eikö häpeästä pääsisi irtisanoutumalla? Tosin nyt on jo myöhäistä. Eikä se niin helppoa ole. Huomaan pohtivani korostuneesti henkilökohtaista taloudellista pärjäämistäni. Ja häpeän näitäkin ajatuksia. Tämä taitaa olla superegon tekeleitä – se pitää kyllä huolen, ettei ihminen koe liikaa tyytyväisyyttä itseensä. Sukanvarteen on pitkän uran aikana kertynyt säästöjä ja kaiken järjen mukaan hätää ei pitäisi olla, mutta mieleni kertoo minulle toisin. Olen opiskellut henkisyyttä sekä itsereflektiota, ja tiedän mitä tällaisessa tilanteessa pitäisi tehdä. Unohdan kuitenkin kaiken oppimani. Annan mieleni hallita minua. Vaikka tiedän, että minun pitäisi päivittäin vain tarkkailla oman mieleni puhetta, antamatta sen vaikuttaa. Hallita mieltäni. Muistaa, että se mitä mieli kertoo, ei useinkaan ole totta.

Klo 10 kaikki on ohi. Minulle on annettu irtisanomisilmoitus. Muutamaa tuntia myöhemmin on henkilöstötilaisuus, jossa kerrotaan työurani yrityksessä tulleen päätökseensä. Henkilöstötilaisuudessa olen yllättävän rauhallinen. Kiitän pomoani menneistä vuosista. Kiitän henkilöstöä ja totean, että mielestäni tehty päätös on oikea. Nykyinen strategia on tullut tiensä päähän. Tarvitaan uusi strategia ja sen rakentaminen on uuden johdon tehtävä. Pois lähtevän johtajan on parasta poistua kuvioista saman tien sen sijaan, että hän jäisi käytäville hämmentämään. Näin on parasta – itse olisin toiminut pomoni asemassa samalla tavoin. Koen näin ihan tosissani – hämmästellän sitä itsekin. Missä on katkeruus? Viha? Pettymys? Eivätkö ne kuulu oleellisena osana tällaiseen tilanteeseen? Näin olen aina kuvitellut.

Hyvästelen pomoni hänen lähtiessään lentokentälle. Loppupäivä työpaikalla lähimpien johdettavien kanssa jutellessa. Rauhoitellen ihmisiä. Valaan uskoa tulevaisuuteen.

En ole lähdössä vielä mihinkään. Niinhän pomo minulle sanoi: ”Pidät nyt lomaa seuraavan viikon, suunnitelmiesi mukaisesti, ja katsotaan sitten, kauanko työvelvollisuutesi jatkuu? Ehkä joulun?”

Soitan vaimolleni mökille ja kerron uutiset. Olemme rauhallisia. Hän rohkaisee: ”Kyllä se siitä. Ja osasithan sinä odottaa tätä.” Lähden töistä kotia kohden ja soitan matkalta lapsilleni. Vanhin heistä onnittelee. Saa minut hetkeksi hämilleni. Toisetkin pojat ottavat uutisen vastaan tyynesti ja näkevät mahdollisuuksia. Kiitän ja iloitsen heidän asenteestaan. Itse en, ainakaan vielä, uskalla iloita.

Kotiin päästyäni juon oluen. Ja whiskyn. Tästä on varoitettu. Tunnekuohun ollessa päällä alkoholi ei ole hyvä lääke. Alakuloisuus vahvistuu herkästi. Siispä korkki kiinni. Tuijotan telkkaria ja ihmettelen kun ei tunnu missään. Menen nukkumaan ja nukun kuin tukki.

Ensimmäinen viikko

9.10.2022

Minulle isot muutokset elämässä kolahtavat viiveellä. Sitä lienee kiittäminen, että osaan olla irtisanomispäivänäni rauhallinen! Tiesin mitä odottaa, ja samalla toivoin sisimmässäni, ettei niin kävisi. En ole valmistautunut potkuihin - olen tehnyt töitä ja elänyt toivossa... !

Potkuja seuraava viikko on ennalta sovittua lomaa – sattumalta? Olen opiskellut useamman vuoden henkisyttä ja itsereflektiota Kehto Koulun Vapaa Tie ohjelmassa, ja nyt on viimeisen kurssiviikon aika. Täydellistä! Juuri oikea ympäristö ja mielentila ottaa vastaan suuri elämänmuutos. Opetus kertoo, että tietoisuus on täsmällinen. Näin pitikin olla. Tämän koulutuksen piti olla juuri nyt! Minun elämänmuutokseni piti tapahtua juuri tässä hetkessä. En ole tietoinen ihminen ja elän ympäristön ohjaamana, niin kuin meistä useimmat. Ajoitus tuntuukin ihmeelliseltä yhteensattumalta.

Seuraavana aamuna se sitten iskee! Paniikki! Päällimmäisenä huoli taloudellisesta pärjäämisestä. Usko omaan pärjäämiseen on kantanut läpi elämän. Nyt se tuntuu loppuvan. Kaikki kaatuu päälle. Ääni syvältä sisältäni yrittää rauhoitella. Ei tässä ole mitään hätää. Tämähän on hyvä juttu. Nyt on aikaa asioille, jotka ovat tärkeitä oman elämän kannalta, ja joihin ei ole aiemmin löytynyt aikaa. Tuo ääni saa lopulta kovin vähän kaistaa mielessäni!

Ryhmämme kokoontuu aamiaisen jälkeen jakamaan kuulumisia. Tulee minun vuoroni. Tarkoitukseni on kertoa potkuistani. Suustani ei tule ulos pihahdustakaan. Silmäni kostuvat ja puhkean kontrolloimattomaan itkuun. Paha olo tulee ulos vuolaana virtana.

Päällimmäinen tunne on suru! Pettymys! Etsin vihan tunnetta, mutta sitä ei löydy. Kohdistamattoman vihan tunnetta, pettymystä potkuista. Tunnen myös hyväksyntää. Ajattelen edelleen, että näin pitikin käydä. Minun on korkea aika siirtyä syrjään ja antaa muille tilaa. Kun en itse osannut irtautua, elämä (tai viisas pomoni) järjesti asian puolestani!

Viikon edetessä ajatukset harhailevat. Aamuyö on se hetki, jolloin pohdinta on hektisintä. Päivän päästyä käyntiin tuntuu helpommalta. Elämäni prioriteetit ja arvot käyvät päässäni vilkasta keskustelua. Pitkä työura, hankittu kokemus ja sen myötä kasvanut viisaus. Ei niitä sovi heittää pois. Täytyy löytää uusia polkuja työelämän piirissä. Vai täytyykö sittenkään? Olen lähellä eläkeikää. Miksi en jäisi suosiolla eläkkeelle. Jos vain tietäisin, mitä se käytännössä tarkoittaa? Vähemmän stressiä? Vai onko niin, että stressiä on aina, aiheet vain vaihtuvat. Elämä ei ole ongelmatonta ja se on hyvä muistaa. Ei lakaista ongelmia maton alle, kuten niin usein. Olen antanut itseni oppia, että olisi paikallaan opetella elämään ongelmiansa kanssa, päivittäin. Siedättää!

Keskiviikkona työpaikalta on soitettu, talousjohtaja. En kiirehdi soittamaan takaisin. Odotan sopivaa hetkeä. Illansuussa tartun puhelimeen. Saan kuulla, että yrityksen nettisivuilla on hetki sitten julkaistu tiedote, jossa kerrotaan minun lopettaneen toimitusjohtajana viime perjantaina. Talousjohtaja toimii vt toimitusjohtajana kunnes uusi tj on nimitetty. Minun työvelvoitteeni on päättynyt. Minun ei toivota palaavan työpaikalle lomani jälkeen. Palkkaa saan edelleen, sopimuksen mukaisesti, irtisanomisajan loppuun.

Mitä on tapahtunut? Eikö minun pitänyt tehdä töitä jouluun asti? Ei näemmä! Näin pomoni on päättänyt. Sähköpostitilini suljetaan klo 22, muutaman tunnin kuluttua! Saan kuulemma

myöhemmin tyhjentää sen henkilökohtaisista meileistä, jos on tarvetta. Entä Outlookissa olevat yhteystietoni – eikös puhelimeni ole linkitetty yrityksen sähköpostitiliin ja sen sulkeminen tyhjentää yhteystietonikin? En tiedä, mutta en uskalla riskeerata. En keksi hädissäni muuta keinoa kuin valokuvata jokainen yhteystieto puhelimen kuvatiedostoon. Tuli kiire.

Olo on tyrmistynyt. Ei kuitenkaan paniikkia. Kerron käänteistä ryhmälle ja he reagoivat jopa voimakkaammin kuin minä konsanaan. Tyyneyteni ja tilanteeseen sopeutuminen hämmästyttää itseänikin. Onko tämä jokin sisäinen roolini, joka puskee pinnalle. Tyyneys. Eihän nyt voi olla tyyni. Nyt pitää olla raivoissaan. Kyllä se viha sieltä varmasti vielä tulee...

Seuraavana aamuna olo on seesteinen. Rationaalinen. Lähimmäisistä huolehtiminen ja oman terveyden vaaliminen. Ne tuntuvat ensisijaisilta asioilta. Minulla on sairaus, joka vaikuttaa liikuntakykyyni. Nyt voisin antaa itseni hoivaamiselle enemmän tilaa. Siitä lähimmäisetkin varmasti ilahtuvat.

Koen saaneeni elämältä paljon. Ajattelen, että en oikeastaan tarvitse enää mitään lisää. On asuttu prameissa paikoissa. Matkustettu. Ajettu hienoilla autoilla. Ja nyt on luopumisen aika. Kun kokee saaneensa kaiken minkä tarvitsee ja enemmän, voisiko ajatella jatkossa keskittyvänsä antamiseen. Kääntää huomionsa ulkoisesta. Auttaa muita elämään hyvää elämää. Astua alas parrasvaloista – *You have to be somebody to become anybody in order to be able to be nobody!* Onko minun aikani seurata tätä elämänviisautta. Nähdä itseni Palvelijana? Enneagrammi persoonallisuustyyppiluokittelussa olen kutonen – kutosten hyve on auttavaisuus ja itsensä uhraaminen. Toisten palvelija? Kuulostaisi loogiselta. Opetella toden teolla siihen,

etteivät omat tarpeet hallitse elämääni! Hetken ajatus tuntuu jopa hyvältä!

Toinen viikko

16.10.2022

Maanantai aamu. Kello ei herätä. Minun ei tarvitse lähteä minnekään. Tuijotan ulos ikkunasta. Arki on koittanut – erilaisena. Olo on alakuloinen. Tässäkö tämä kaikki nyt oli. Kymmenien vuosien työura pyyhkiytyi pois kerralla. Itsensä syylistäminen valtaa alaa! Yritän listata ylös asioita, joita voisi tehdä. En saa ahteriani irti penkistä!

Olen mukana johtamisen lukupiirissä. Luemme kirjaa Amazonin toimintatavoista ja kulttuurista. Huomaan ahdistuvani. Business-intohimoni tuntuu kadonneen. Ei voisi vähempää kiinnostaa tehokkuus, kasvu ja muut business-draiverit. Jutut, joista olen ollut ihan liekeissä viimeiset vuosikymmenet. Mielenkiintoista. Eikö työ ollutkaan keskeisin intohimoni?

Pohdin irtisanomistani. Etsin vihaa! Täytyyhän minun olla vihainen? Vihainen pomolleni, kun antoi potkut. Vihainen ihmisille, joiden oletan edesauttaneen potkujani päästäkseen eroon minusta. Tiedän tämän olevan mieleni tuotosta eikä totta. Silti vellon ajatusteni kanssa. Olen vihainen itselleni! Pohdin päivät päästään, että mitä jos olisin toiminut niin tai näin ja asiat olisivat nyt toisin. Mutta, viha ei nouse.

Häpeä hiipii kimppuun. Mietin, kuinka pomoni on kertonut potkuistani muille johdettavilleen. Onhan hänen täytynyt sanoa jotakin saadakseen oikeutuksen päätökselleen. Seuraavassa hetkessä järki sanoo, ettei tuo ole totta.

Aamuyöllä, pakollisen wc-käynnin jälkeen (iän mukanaan tuoma vitsaus), en saa enää unta. Aamut ovat pahimpia. Häpeä

ei helpota. En ylipäättään tahdo antaa tilaa muunlaisille ajatuksille. Kieriskelen itsesyytöksissä.

Kävin kahvilla arvostamani kilpailijan kanssa. Piti järjestellä toimialan liiton asioita minun poistuessani taka-vasemmalle. Hän kysyin fiiliksistäni. Kerroin häpeästä! Hän katsoi minua ja totesi, että jos hän, kilpailijani, ei tahdo muistaa potkujani enää seuraavana päivänä, lieenee kaukaa haettua ajatella, että joku muu välittäisi. Muiden ajatusten pohtimiseen ei kannata aikaansa käyttää.

Saan useita yhteydenottoja. Puheluita. Lounaskutsuja. Muutaman rohkaisevan viestin. Johtajakollegat muista pohjoismaista, läheisiä työkavereita kaikki, soittavat ja ihmettelevät tapahtunutta. Uteliaisuuttaan, ajattelen. Kynisyys hiipii esille. Tiedostan, että saattaa olla viimeinen kerta, kun jutellaan. Niin se menee. Ei meillä ole muuta yhteistä kuin työ, ja nyt ei sitäkään. Menettäminen. Tuskallista, ja niin totta. Sota ei yhtä yksilöä kaipaa. Elämä jatkuu.

Käyn usealla lounaalla. Yhteistyökumppaneita ja muutama asiakas. Ihmiset ovat ystävällisiä ja tukevia. Sanovat kauniita ja imartelevia asioita minusta ja aikaansaannoksistani. Rohkaisevat. Kyllä minun kokemukselleni on käyttöä. Kiitän ja tarjoan osaamistani. Voin aloittaa vaikka saman tien. Minulla ei ole kiireitä. Eikä minulle tarvitse maksaakaan, sillä en voi nostaa palkkaa muualta irtisanomisaikanani. Harrastaa voin, ja harjoittaa hyväntekeväisyyttä. Pitää itseni aktiivisena. Ihmiset pitävät tarjoustani mielenkiintoisena ja lupaavat palata, mikäli jotain ilmenisi.

Älä ole naiivi. Ei tietenkään ilmene! Ei yrityksissä ole tekemättömiä projekteja, jotka odottavat ketä tahansa niitä tekemään. Jos projekti on tärkeä, siihen hankitaan juuri

Potkut.com blogissa minä, Klaus Kuhanen, pohdin (toimitusjohtajan) työstäni saamiani potkuja.

Miltä potkut tuntuvat? Kuinka fiilikset muuttuvat päivästä ja viikosta toiseen? Millainen on potkuja seuraava henkinen prosessi, minun tapauksessani.

Potkuihin liittyy tunteita. Häpeä päällimmäisenä. Aihe on vaiettu. Siitä ei puhuta, eikä siitä juuri kirjoiteta. Potkut saanut päätyy usein miten käsittelemään tunteitaan yksin, tai korkeintaan kahden kesken ammattilaisen avulla.

Olisiko aika arkipäivistä potkut? Siihen pyrin tällä blogilla kirjoittaen omista tunteistani. Kirjoittamaani ei pidä yleistää. Tämä on yhden yksilön tarina.

BoD



9

789528

028208