

Rakenna elämäsi arvoinen ura

Unohda totunnainen ajattelu, rakenna urasi omien vahvuuksiesi varaan ja toimi heti, kehottaa uravalmentaja Kati Järvinen.



”Ihminen, tunne itsesi! Se on kaiken elämänviisauden alku.” Sokrateksen ajatuksen taustalla on pyrkimys perimmäiseen totuuteen kyseenalaistamalla vallitsevat sovinnaisuudet. Sokrateksen sanat ovat ajankohtaisia nykypäivän johtajuuskeskustelussa.

Naisjohtajuuskeskustelu käy kuumana: Lasikattoilmiö kuvataan yleisenä totuutena, ja talousseminaarin otsikossa kysytään, voiko nainen olla ”oikea” nainen ja ”oikea” johtaja yhtä aikaa.

”Naisjohtaja kelpaa yhä harvoille pörssiyrityksille” otsikoi viikokesäinen Kauppalehti. Hyvää tarkoittava keskustelu naisjohtajuudesta on valitettavan usein keskustelua sen puutteista. Keskustelu kääntyy itseään vastaan, sillä yleistäminen vain vahvistaa stereotyyppioita ja rajoittaa yksilön mahdollisuuksia.

Valmennan kunnianhimoisia nuoria ja kansainvälisellä urallaan jo menestyneitä ihmisiä. Varsinkin naisilla olen huomannut hälyttävän paljon epäuskoa omiin mahdollisuuksiinsa. Moni älykäs nainen uskoo suoralta kädeltä, että esimerkiksi lapset ovat mielekkään uran este, ja että naisille ei makseta samasta työstä yhtä paljon kuin miehille.

Jos tällaisia tilanteita onkin ollut, niin ovatko ne tosiasioita myös tulevaisuudessa? Sopivatko edellä mainitut esimerkit omaan kokemusmaailmaasi? Rajoittavatko arkiuskomukset sinua urapolullasi? Käsi sydämelle: mitä sinä itse ajattelet?

Jokaisessa valinnassa painottuvat viime kädessä henkilökohtaiset kysymykset. On liiketaloudellisesti järkevää valita jokaiseen tehtävään paras yksilö, joka yhä useammin on nainen. Aikamme oletettujen totuuksien johdosta moni nainen kuitenkin kokee, ettei johtajuusura vaikuta oletetun lisäponnistelun arvoiselta.

Parasta, mitä voit omalle urallesi tehdä, on konkretisoida aidosti miksi ja mitä haluat. Näin saat itsesi vankasti stereotyyppikeskustelun ulottumattomiin. Sinähän olet yksilö – eikö niin? Muutos on kiinni vain meistä itsestämme.

Rakenna vahvuuksien varaan

Tutkimukset osoittavat, että työelämän tyytyväisimmät toteuttavat itseään. He ovat valinneet työn, johon tuntevat intohimoa, ja jossa he pystyvät hyödyntämään omia vahvuuksiaan ja lahjakkuuttaan. Työ on linjassa henkilökohtaisten arvojen kanssa, ja siinä voi antaa parastaan.

Suurin tyytyväisyyden tunne tulee siitä, että teemme sitä missä olemme hyviä. Tämä johtaa puolestaan onnistumisiin ja nousujohteiseen urakehitykseen. Jokainen meistä on ainutlaatuinen yhdistelmä kykyjä, elämäkokemusta ja lahjakkuutta.

Mitkä ovat sinun vahvuutesi? Miten hyödynnät potentiaalisi niin, että siitä on eniten arvoa itsellesi ja muille?

Etsimme usein itsemme ulkopuolelta vahvistusta. Odotamme palautetta esimieheltä, arvonantoa työtovereilta, ja että joku ymmärtäisi erinomaisuutemme ja tarjoaisi etenemismahdollisuuden. Kuitenkin saamamme palaute on usein kielteistä ja epäonnistumisia korostavaa. Tämä piirre on itsekriittisen kulttuurimme tuotosta.

Moni meistä osaa sanoa suoralta kädeltä heikkoutensa, mutta esimerkiksi rekrytointitilanteessa vahvuuksia kysyessäni vastassa on usein vaivaantunut hiljaisuus. Positiivista palautetta saadessamme olemme mielellämme vaatimattomia ja kerromme, missä emme onnistuneet. Suomalais-tako?

Osittain. Kansainvälisissä tehtävissä työskennellessäni ja ulkomailla asuesani olen havainnut, että kulttuureissa on merkittäviä eroja suhtautumisessa omaan osaamiseen. Jokainen meistä voi suhtautua tähän rajoittavaan kulttuuripiirteeseen rajoja rikkovalla tavalla. On aika ryhtyä uskomaan itseensä ja nauttimaan omista saavutuksistaan.

Pysähdy hetkeksi ja pohdi, mitkä ovat tähänastisen elämäsi parhaat saavutukset. Missä olet mielestäsi todella onnistunut? Muista, että onnistumisen tunne on sinulle oikea onnistuminen. Sen ei tarvitse olla mitattavaa vaan mahtavaa! Mahtavilla asioilla on erityisen paljon markkina-arvoa. Positiiviset tunteesi kertovat sinulle, missä lahjakkuutesi piilevät.

Tahto on kullanarvoinen

Brittiläisen tutkimuksen mukaan vain 22 prosentilla työssä käyvistä ihmisistä on selkeä näkemys siitä, mihin heidän uransa on etenemässä. Miltei puolet niistä, jotka olivat vaihtaneet työpaikkaa, tunsivat itsensä seuraavassakin paikassa tyytymättömäksi. Määrätietoinen erottuu joukosta – positiivisesti.

Haluatko johtajaksi kansainväliselle uralle? Kiinnostaako paikka pörssiyrityksen hallituksessa? Haluatko pelastaa Itämeren? Mikä tavoite on sellainen, että se on sinun elämäsi arvoinen?

Valmennustyössä ollaan tulevaisuuden alkulähteellä, kun uraansa pohtiva henkilö kertoo silmät loistaen unelmistaan. On siis aika unelmoida! Visualisoi, millaisen tulevaisuuden haluat. Mitä haluat taloudellisesti, ihmissuhteiltasi, fyysisesti ja henkisesti? Maalaa mielikuvasi niin selkeäksi, eläväiseksi ja kiinnostavaksi kuin suinkin pystyt. Herätä unelmasi henkiin. Urasi rakentaminen on sitä helpompaa, mitä aidommin sitä haluat.

Älä anna uskomusten rajoittaa

Kun tulevaisuus on aitona mielessä, monilla valmennettavilla seuraa tiukka mahalasku: ”Mutta enhän minä...” Ja syitä suolletaan ulos ajatustakin nopeammin.

Tiedosta siis ne hiljaiset tai kovatkin äänet, jotka mielellään

kertovat sinulle, ettei sinusta ole siihen. Ne ovat niitä samoja ääniä, jotka herättävät epäilyjä mielessämme: ”osaamiseni ei riitä”, ”en usko, että minulla on mitään mahdollisuutta”, ”ei minulla ole aikaa”.

Ole tietoinen, että jälleen on kyse rajoittavista uskomuksista ja turvallisuudentarpeesta, ihmislajin normaaleista biologisista ominaisuuksista.

Olemme tottuneet ajattelemaan itsestämme tiettyjä asioita ja näkemään itsemme tiettyssä valossa. Voit muuttaa tapojasi ja tottumuksiasi tietoisella työllä. Tottumukset eivät pidä sinua vankinaan, vaan usein asia on päinvastoin.

Usko, ettei mennyt ole tulevaisuuttasi. Sinä itse olet oman tulevaisuutesi rakentaja ja voit valita suhtautumisesi mahdol-

lisuuksiisi ja itseäsi rajoittaviin uskomuksiin. Valmistaudu ottamaan haasteet vastaan. Ja valmistaudu siihen, että saat mitä haluat, sillä sinä olet kyseenalaistamatta sen arvoinen.

Haastan sinut toimintaan!

Odottavan aika on pitkä. Mitä siis odotat? Kuinka todennäköistä on, että odottaminen on ratkaisu? Juuri nyt on oikea hetki toimia!

Varmistu lahjakkuuksistasi ja vahvuuksistasi. Kirkasta tavoitteesi kaikilla elämän osa-alueilla. Ymmärrä, missä vaiheessa olet nyt. Tiedosta rajoittavat tekijät ja kyseenalaista ne. Tee konkreettinen suunnitelma, miten pääset tavoitteeseesi. Organisoiv elämäsi siten, että sinulla on mahdollisuus edetä. Motivaatio kohdalleen ja rohkea askel ker-

rallaan eteenpäin.

Hyödynnä työelämän monimuotoisuus tietoisesti, itsellesi tarkoituksenmukaisella tavalla. Siirry eteenpäin tehtävistä ja tilanteista, joissa ei ole enää opittavaa. Etsi jokaisesta tilanteesta mahdollisuuksia, joissa voit kehittää lahjakkuuksiasi, oppia lisää ja onnistua myös siten, että muut huomaavat.

Tieto ei enää ole valtaa, verkostot ja luottamussuhteet ovat. Luota muihin ihmisiin ja varmista itsellesi kaikki mahdollinen tuki. Esimiehesi voi tukea sinua urallasi vain jos kerrot hänelle tavoitteistasi. Hän myös tukee sinua mielellään, sillä sinun auttaminen vie häntäkin eteenpäin. Hyvä mentori tai valmentaja vauhdittaa askelta yhä useamman menestyvän henkilön polulla.

Mitä enemmän ympäröit itsesi ihmisillä, jotka voivat tukea sinua, sitä todennäköisemmin pääset perille.

Ja kuten eräs merikarhu minulle kesäpurjehduksella kertoi, tärkeintä ei ole päämäärä vaan matkalla oleminen. Sinusta on siihen. Sinua tämä maailma on odottanut.

Merkityksellistä matkaa! ■

Kirjoittaja Kati Järvinen on Englannissa työskentelevä valmentaja, kahden lapsen äiti ja hoitovapaalla henkilöstön kehittämispäällikön tehtävistä Suomessa. Hänen oma yrityksensä Mindwind Ltd valmentaa erityisesti kansainvälistä uraa rakentavia henkilöitä, nuoria kykyjä ja uusia esimiehiä. Järvinen on Certified Progress Coach™, Firework Career Coach ja CoachU:n oppilas. Hän suorittaa kansainvälistä coaching-sertifikaattia ja on Suomen Coaching Yhdistyksen ja International Coach Federationin jäsen. Lisätietoja www.mindwind.eu.