

## Lämpimän sisun voimalla tuloksia ja hyvinvointia jokaiselle päivälle

Mitä ylipäätään lämmin sisu on, löytyykö sitä meiltä jokaisella ja miten sitä hyödynnetään? Entä voiko lempeää sisua oppia?

Tekniikan tohtori, sisututkija Elisabet Lahti rohkaisee luottamaan toisiin yksinään sinnittelyn sijaan. Hänen sanoman mukaan lämmin sisu antaa myös viisautta tunnistaa vaihtoehtoiset polut. Ihmisten elämäntielle kuuluu etsiä niin tasapainoa erillisyyden ja yhteisyyden välille kuin harmoniaa herkkyyden ja kovuuden kesken. Erityisen mielenkiintoiseksi nämä pohdinnat nousevat hänen teknisen taustan vuoksi. Ehkäpä tuo melko voimakas sana -kovuus tulee niiltä perulta.

Lämmin sisu johtamisen voimavarana herättää monenlaisia ajatuksia ja johtaa myös toiveisiin. Suomalaisille avun pyytäminen on usein kovin vaikeaa. Haluamme usein hoitaa homman yksin jotta siitä saa myös itselleen kunnian. Niin kuin yhdessä tehty työ ei muka toisi sitä samaa kunniaa. Tässä kohti päästään sivuraiteelta pohtimaan luottamista ja luottamusta. Luotammeko toisen tekemiseen niin paljon että voimme hyvällä omallatunnolla antaa jokin työtehtävän toiselle ja olla samalla yhtään murehtimatta, miten homma hoituu?

Työaikamme soljuu valitettavan usein suorittamisen maailmassa. Balanssia tarvitaan tasapainottamaan vapaa- ja työaika. Molemmista lempeä sisu toimii parhaimmillaan voimavarana. Stressitilanteet ovat oivallinen paikka harjoitella lempeän sisun käyttämistä. Tosin tähän vaaditaan sitä äsken mainittua tahdon voimaa ja pysähtymisen taitoa äkkireagointia unohtamatta.

Usein kuulee sanottavan, että sisun voimalla mennään vaikka läpi harmaan kiven hinnalla millä hyvänsä. Mutta mikä fiilis jää harmaan kiven läpi menemisen jälkeen, mentiinkö läpi lempeästi hyvällä fiiliksellä vai kenties jopa raivolla ja tahdon voimalla?

Entisen leipurin korviin taannoin kantautunut sanapari ”sisäinen sitko” pysähdytti omien vahvuuksien äärelle vertailemaan elämän eri osa-alueilla tarvittavaa rohkeutta ja rehellisyyttä. Näissä tilanteissa lempeän sisun ja voiman myötä onnistuu usein suhteellisen inhimillisesti taltuttamaan ristiriitatilanteita. Tulee siis olla rohkeutta myöntää tilanne ja ottaa lempeästi sisusta kaikki mahdollinen irti. Sisua voidaankin mielestäni pitää yhtenä kivijalan toivottuna rakennusaineena, kuin laastina tai toisaalta taikinassa sitkona, jonka avulla päästään toivottuun lopputulokseen kaikkia osapuolia miellyttävällä tavalla.

Itsensä johtamisessa on hyvä ohjautua aika ajoin katsomaan peiliin, pohtia minkälainen oikeasti on ja miten kussakin tilanteessa käyttäytyy? Työelämän johtajuudessa painopiste pitkässä tähtäimessä on strategisessa johtamisessa mutta toisaalta on hyvä pysähtyä toteamaan, että operatiivista johtamista tehdään joka päivä ja joka hetki. Johtajan tai esihenkilön aito läsnä olominen ja lempeän jämäkkä suhtautuminen työelämän eri tilanteissa antaa henkilöstölle heitä luottavan sekä arvostavan tunteen. Jokainenhan meistä tietää ja muistaa, että johtajilla on suuri tuloksellinen vastuu.

Tiedämme myös sen, että organisaation hyvinvointi ja henkilöstön jaksaminen nostavat tutkitusti tuottavuuden aivan omalle tasolle. Tässä kohti roppakaupalla lisää positiivista vaikutusta saataisiin lempeän sisun käyttämisellä. Tulee myös muistaa, että tätä sisua kannattaa hyödyntää puolin sun toisin, jotta voimavarat olisivat osapuolilla tasapainossa. Esihenkilökin luultavasti tykkää lempeästä sisusta. Voimme toisillemme opettaa avoimuutta ja uteliaisuutta, – oppiminen on menestyksen avainsana.

On meidän jokaisen oma valinta miten käyttää hyödykseen lempeää sisua. Tai yhtä hyvin olla käyttämättä. Tätä hyödyntäessä tai kohdatessa on helppo tapa asettautua vastapuolen asemaan ja pysähtyä hetkeksi pohtimaan miltä tuntuu? Monet polut johtavat loppupeleissä hyvinvointiin, niin tämäkin. Hyvinvoinnin merkitystä ei voi vähätellä tämän päivän arjessa. Me jokainen voimme päättää olla osaltamme lisäämässä sitä emme heikentämässä. Muista siis pysähtyä riittävän usein.