

Ajatuksia kahvikupposen verran

Olen hakeutunut mikrotauolle yksikköni ulkopuolelle juomaan puoli kuppia kahvia. Niin, sen juominen ei tee siis minusta yhtään tehokkaampaa vaikka työmäärä lisääntyy. Kahvia tulee päinvastoin vähentää siinä tapauksessa. Ulkopuolelle omaa yksikköä siksi, koska työyksikköni ei tarjoa häiriötöntä hetkeä pienelle tauolle. Ei edes mikrotauolle. Työntekijä on nykyään vastuutettu itse huolehtimaan riittävästä tauotuksesta. Vai oliko se ennenkään johdon taholta ohjeistettua? Joka tapauksessa siltä se ennen tuntui, että joku huolehti jaksamisestani. Kannanko nykyään enemmän vastuuta itsestäni?

Istun suuremman yksikön uudessa aulatilassa kotimaisen valmistajan kalliilla metsänvihreällä sohvalla. En silti koe yhteyttä luontoon vaikka sitä tässä on yritetty tavoitella. Tässä ei ole monikaan ehtinyt istumaan. Enemmän soisi näillekin sohville käyttöä. Vaan mistä löytyy aika näille lukuisille sohville, joita nykyaikaisiin kouluihin on sijoitettu arkkitehdin toimesta? Niillä olisi mahdollisuus viedä meidät työtiimin kanssa lennokkaille ja luoville aivoriihi-istunnoille. Niistä inspiroituneina toteuttaisimme jopa ne hurjimmatkin ideat joihin tarttaisimme oppilaiden kanssa niistä inspiroituneina.

Palautumisen merkityksestä puhuttaessa syksyn kurssilla olen huomannut tarkastelevani omaa toimintaani ikään kuin ulkopuolisena, sivuun hypänneenä marginaalissa. Ulkoapäin näkee paremmin lähelle. Tiedän sen itsekin. Työt eivät tekemällä lopu.

On liian harvoin istunut alas ylipäänsä, ja kysynyt siltä lapsuudessaan traumatisoituneelta työkaverilta, että miten menee? Lupaam tämän kurssin jälkeen kysyä useammin. Toivon myös, että joku kysyy minulta. Vaatii supersensitiivisiä taitoja kaiken kiireen keskellä huomata tärkeitä yksityiskohtia.

Syksyn Jolive-kurssi antoi minulle sysäyksen ja aiheen tarkastella omaa toimintaani. Kuinka johdan itseäni täällä välillä kakofonisessakin työyhteisössä. Tavalliaan olen ollut tietoinen siitä, että luovuus ja taide avaavat pään rohkean leikkikentän ajatuksille. Toiminta saa siivet. Kiitos Inkeri, kun muistutit siitä. Palautit mieleen, että mistä se kaikki lähtekään. Melkein haistoin luentovuorollasi vihertävän ja kostean sammaleen. Taisit muistuttaa minua peruskalliosta ja tietynlaisesta elämän yksinkertaisuudesta. Mistä tämä kaikki oikeasti lähtekään. Luovuushan löytyy, kun kävelet istumaan mäntymetsään hegittämään ilmaa, jossa pöllö on juuri saanut siivillään aikaiseksi tuulen värinän.

Sisun puutteesta ei voi syyttää minuakaan. Runsaan 27 työvuoden jälkeen olen paahtanut sisukkaana eteenpäin ilman burn outia ja kuntoutuksia vaikka olen huomannut työolosuhteiden heikenneen avustajaresurssien suhteen ja määrärahojen vähentyneen. Se on kuitenkin nieltävä, ja on opeteltava lempeämmän ja lämpöisemmän sisun haltuunottoa, sillä sen pitäisi toimia vastalääkkeenä, koska kova sisu voi nostattaa vain verenpainetta, ja joudut ennen aikaiselle sairaseläkkeelle. Olen vastaanottavainen kaikelle, jos se avun suo.

Muista myös nukkua riittävästi. Entä jos ei nukuta? Yritä silti. Unihygienian eteen tulee panostaa. Puhtaat lakanat ja meditaatio tasaavat hengityksen, mutta matkapuhelimen sininen valo tulee jättää jo klo 18 pois silmistä. Käymmekö taistoa kaikkea vastaan?

Oma sisäinen intuitio sanoo sinulle, mikä on hyvästä. Silti toimit toisin? Oletko kadottanut intuitiosi? Onko kuitenkin niin, että kaikesta häsämisestä ei synny hyvää lopputulosta. Hidasta vauhtia! Se olisi vastaus kaikkeen. Yksin sitä ei voi tehdä. Sen on tapahduttava joukkohurmoksen avulla. Yhdessä olemme enemmän. Milloin me kaikki yhdessä sen tajuamme, koko yhteiskunta siis?

Arvosta työkaveriasi ja sano se ääneen. Arvostava työyhteisö luo psykologisen turvan. Arvosta lapsia kenen kanssa vietät päiväsi. Heistä kasvaa uutta arvostava yhteiskunta, joka antaa takaisin. Muista se silloinkin, kun lapsi väkivallan puuskassaan hakkaa käsivarttasi ja puree epätoivoiset hampaasi ihoosi. Sellaista lasta tulee ymmärtää vielä enemmän.

Syksyn oppimismatvani on onneksi ollut pitkä, sillä ajan kanssa matkaan on päässyt syventymään kypsyttämällä ajatuksia toisella tavalla. Uskon, että prosessointi tällä kaikella ajattelulla jatkaa eteenpäin. Teet valintoja, jotka johtuvat tästä kurssista, mutta et itsekään tiedä sitä tekeväsi. Koet valoisampaa tulevaisuutta, koska olet saanut työkaluja arkeen, miten käsitellä jatkuvassa muutoksessa olevaa työtä. Koet myös yhteisöllisyyttä sitä kautta, että tällä ikään kuin tarkistit oman kompassisi suunnan näiden Jolive-ystävien kanssa. Teet tarvittavat muutokset. Ei kaikkea kerralla, mutta tärkeintä on, että tiedostat ne. Olet ajan hermoilla myös tämänkin suhteen, ja tätä ilosanomaa voit tarjota myös sille traumatisoituneelle.

Kahvikuppini pohja näkyy. Tässä 9 minuutin tauolla ehdin siis pohtimaan kaikkea tätä. Ehkä huomenna mietin vähemmän, sillä kaikesta voi uuvuttaa itsensä. Lupaan johtaa itseni huomennakin tauolle ja ajatella vähemmän. Ehkä sen kautta olenkin sitten se tehokkaampi työntekijä? Parempi työkaveri muille ja sensitiivinen aikuinen lapsille? Ja lupaan tauottaa. Kenties vuosien jälkeen takapuoleni muistomerkki on jäänyt sohvaan.

Lupaan ainakin yrittää.