



LUKIJALLE

Ihminen on kokonainen ihminen – myös työpaikalla. Työelämässä käynnissä olevan murroksen vuoksi ihminen tulee työpaikalleen yhä kokonaisvaltaisemmin. Klassisessa tehdastyössä työntekijä antoi työnantajan käyttöön vain kätensä, mutta nykyaikaisessa palvelu- ja asiantuntijatyössä ihminen on töissä koko persoonallaan: tunteillaan, kehitystoiveillaan, tarkoituksen etsinnällään, itsensä toteuttamisen haaveilla ja monella muulla. Luovuus ja vuorovaikutus ovat yhä korostuneemmin tuloksentekijöitä, ja siksi työn tulokset ovat yhä vahvemmin riippuvaisia ihmisen kokonaistilanteesta.

Rutiinityötä voi tehdä tylsistyneelläkin mielenvireydellä, eikä rutiinityöhön tarvitse upottaa tunteitaan ja toiveitaan. Mutta kun tavoitteena on järjestää onnistunut asiakas kohtaaminen, luoda uutta tai ratkaista uusia haasteita kekseliäällä tavalla, tulee työntekijän vireydestä, hyvästä mielestä ja hyvinvoinnista keskeinen tekijä ja myös kilpailuvaltti. Kyse ei ole vain yksilöistä: myönteinen tai vaihtoehtoisesti kielteinen energia kertautuu, kun työtä tehdään yhteisvoimin useissa vaihtuvissa ja yhtäaikaisissakin tiimeissä.

Myötätunto ja myötäinto ovat työelämän ydintä, mihin tahansa suuntaan työyhteisöä ja koko Suomea halutaankaan kehittää – hyvinvoivaksi, kilpailukykyiseksi, sidoksiseksi, uusiutumiskykyiseksi, vahvasti innovatiiviseksi. Nämä erilaiset tavoitteet eivät sulje toisiaan pois – usein pikemminkin päinvastoin. Miten esimerkiksi luovuutta ja tehokkuutta eli kilpailukyvyn kulmakiviä voidaan edistää ja samalla vahvistaa hyvinvointia? Yhteinen nimittäjä ovat tunnetaidot, erityisesti myötätunto.

Tämän kirjan nimenomainen tavoite on edistää myötätuntoisuutta elämässä ylipäänsä ja erityisesti työorganisaatioissa tarjoamalla näkökulmia, makupaloja ja käytännön ohjeitakin myötätuntoa koskevan tieteellisen tutkimuksen pohjalta. Kaikki kirjoittajat ovat olleet mukana tutkijoina, ohjausryhmän jäsenenä tai yhteistyökumppaneina monialaisessa pioneerihenkeä hehkuvasa CoPassion: Myötätunnon mullistava voima -tutkimushankkeessa, jonka päärahoittajat ovat olleet Tekes, Helsingin yliopisto sekä Filosofian Akatemia ja jota Anne Birgitta Pessi on johtanut teologisessa tiedekunnassa. Tässä tutkimushankkeessa olemme 12 hengen monialaisen tiimin pänoksella sukeltaneet myötätunnon ja myötäinnon voimaan erilaisilla työpaikoilla niin yrityksissä kuin julkisella sektorilla. Hankkeemme ei olisi ollut mahdollinen ilman

mahtavaa ohjausryhmää, innostunutta ja oivaltavaa yhteistyöverkostoa, rahoittajia ja teologisen tiedekunnan ja ylipäätään Helsingin yliopiston upeaa tukea – sydämellinen kiitos! Erityisen paljon tärkeää henkistäkin tukea olemme saaneet teologisen tiedekunnan dekaanilta Ismo Dunderbergilta sekä Helsingin yliopiston rehtorilta Jukka Kolalta. Myös aktiiviset yhteytemme Stanfordin yliopiston CCARE-keskukseen ovat olleet kullanarvoinen tuki.

Antoisia, myötätuntoon ja myötäintoon inspiroivia hetkiä toivottaen

Anne Birgitta Pessi, Frank Martela ja Miia Paakkanen