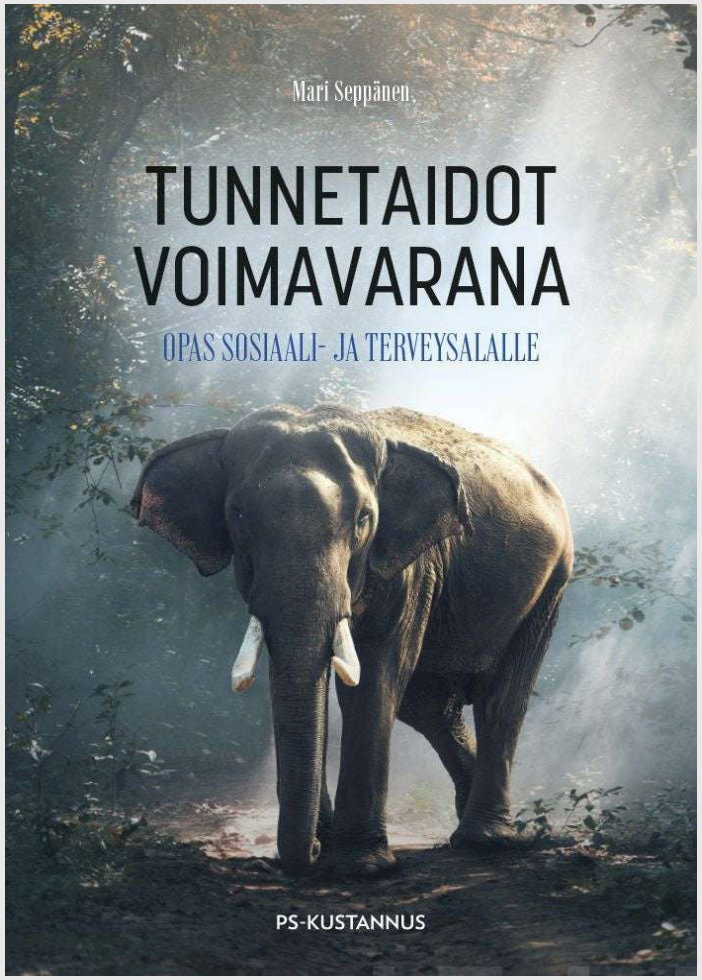
Kirjatiivistelmä

OKLA1029-opintojakso
Vuorovaikutus ja yhteistyö 2

Vilma Haatainen



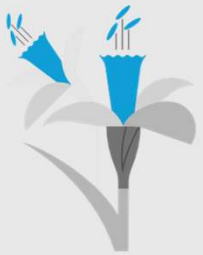
Teoksen esittely

Kirjoittaja: Mari Seppänen
Julkaisuvuosi: 2021
Kustantaja: PS-kustannus

Kirjan **kirjoittaja on työskennellyt itse sosiaali- ja terveysalalla** ja toiminut erilaisissa työrooleissa: sairaanhoitajana, asiantuntijana, esimiehenä ja opettajana.
Kirjan sisällön **pääpaino on tunnetaidoissa ja niiden tunnistamisessa ja hyödyntämisessä osana työtä ja työssä jaksamista**. Kirja sopii erityisesti sosiaali- ja terveysalan opiskelijoille ja työntekijöille, jotka kohtaavat paljon erilaisia ihmisiä ja tunteita.

Teos jakautuu neljään osaan: **Tunteet ja tunnetaidot**, **Vuorovaikutus ja kohtaaminen**, **Tunnekokemukset eri työtilanteissa** sekä **Ammattilaisen hyvinvointi ja jaksaminen**.
Teos sisältää myös tunnetaitoja vahvistavia harjoituksia sekä esimerkkejä erilaisista vuorovaikutustilanteista.

Teoksen yhteys opintojaksoon ja omaan oivalluspäiväkirjaan



”Tunnetaidot ovat korvaamaton työväline erityisesti ihmisten parissa työskenteleville.”

Teos tuki sisällöllään ja teemoillaan vahvasti opintojakson aiheita ja tavoitteita. Opintojaksolla keskityttiin erityisesti **tunne- ja vuorovaikutusosaamisen kehittämiseen** sekä **itseymmärryksen syventämiseen**, jotka olivat myös kirjan pääaiheita. Kirjassa ei käsitelty itsessään ryhmäilmiöihin ja ryhmän ohjaamiseen liittyviä asioita, mutta sen sisältämiä aiheita ja harjoituksia voi **soveltaa ryhmän kanssa työskentelyyn**, sillä tunne- ja vuorovaikutustaidot ovat keskeisiä ryhmässä työskentelemisessä.

Kirja sivusi myös **kuuntelun, itseilmaisun ja ristiriitojen kohtaamisen taitoja**, joita käsiteltiin kurssin ja konfliktinratkaisu-teemaisen workshopin aikana. Kirjassa puhuttiin mm. siitä, ettei ole yhtä oikeaa tapaa ilmaista omia tunteitaan, vaan tärkeintä on **taidot ja keinot säädellä omia tunteitaan** siten, **ettei** ilmaise niitä itselle tai muille **vahingollisella tavalla** esim. väkivalloin. Teemaluennolla puhuttiin siitä, miten usein ristiriidan tai konfliktin taustalla on erilaisia primäärejä ja sekundaarisia tunteita. Konfliktin välttämiseksi olisi tärkeää tuoda myös ne vaikeammat tunteet esiin, jotta asia saataisiin todella käsiteltyä.

Keskeisimmät oivallukset

Teoksessa esitellyssä Sonja Kähkösen teettämässä haastattelussa (2019) hyvän hoitajan ominaisuuksista tärkeimmäksi taidoksi korostui hoitajan **läsnäolo** tapaamisen aikana. Toisena korostui taito **kohdata ihminen** ja **antaa** kohtaamisessa **aikaa**. Mielestäni haastattelun tulokset ovat yhdistettävissä myös koulumaailmaan. Kouluarki on usein hyvin hektistä ja ajoittain kiireistä, mutta olisi tärkeää **suorittamisen sijaan** pysähtyä oikeasti tärkeiden ja merkityksellisten asioiden äärellä, kuten oppilaiden kohtaamiseen. ”*Laatu vs. määrä”*

Kysymys:
Miten minä luon osaltani turvallista oppimisympäristöä ja työilmapiiriä, jossa oppilaalla on turvallinen olo näyttää tunteitaan ja saada tunteen tulleensa nähdyksi ja kuulluksi?

Ei kenenkään yläpuolella

Ohjaaja

Muuta, mitä?

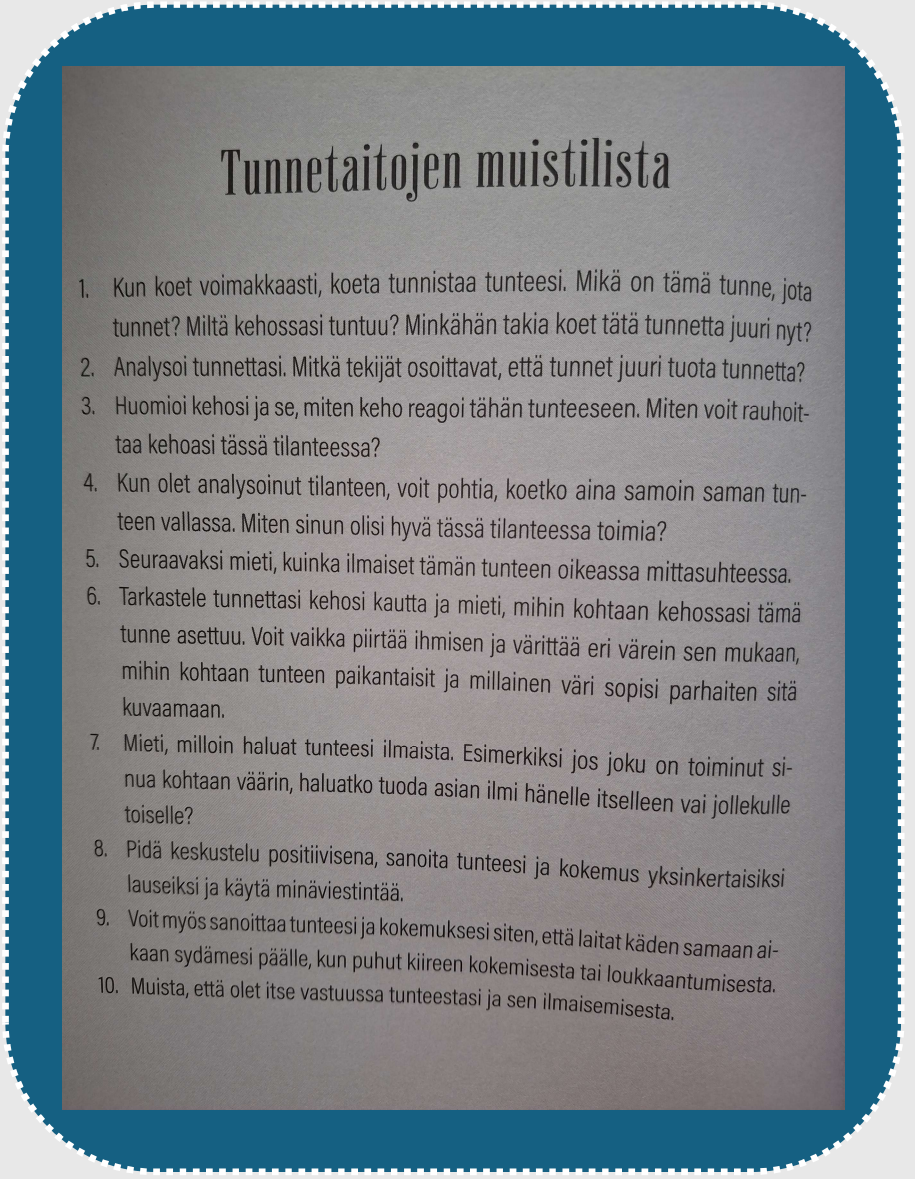
Toivon ja uskon luoja

Tukipilari

Kuuntelija

Lopuksi

Pidän hyvin hyödyllisenä teoksen sisältämää ”Tunnetaitojen muistilistaa”.

Tästä siis vinkit talteen:

Kiitos!