

LUOVA LAISKUUS

Mikä pysähdytti?

Isä. Ruvetaan tekemään puukkoja!



Todellakin, hiipuva työn mieli

Meillä on

Alituinen kiire

Töitämme leimaavat keskeytykset,
monen työn yhtäaikainen esillä olo,
deadlinet,
jatkuva uurastus ilman "valmista" tulosta.

Aikapula on pieni ihme



Meillä on kiireempi kuin koskaan ihmiskunnan historiassa, vaikka käytössämme ei ole koskaan ollut yhtä paljon "aika säästäviä" vempeleitä.

Suomalaiset kiiretutkimukset

Puhuvat aivan samaa.

Työn mielekkyys ja **punainen lanka** tuntuvat kadonneen, työ on häiriöistä.

Työn hallinnan tunne on katoamassa.

Oirehdimme monella tapaa

Jo kolmannes meistä nukkuu yönsä
"huonosti".

Kolmasosalla on 70-tuntinen
työviikko.

Yhä useammat meistä kärsivät
työperäisistä ongelmista.

Sairauslomamat lisääntyvät



Suomalaiset sairastavat
eniten Euroopassa,
kun verrataan vuosittain
sairauslomalla olevien ihmisten
määriä.

Tällä haavaa työuupumus

Vaivaa vakavasti:

Joka 15. työssä olevaa.

Lievempänä se vaivaa joka toista meistä.

55–64-vuotiaista yli puolet kärsii vakavasta työuupumuksesta.

Lapset ja nuoret ovat liittymässä joukkoon.

Lääkäriltä lainattua

"Vastaanotollani ei ole kovinkaan harvinainen näky kolmekymppinen nainen tai mies, joka on jo ehtinyt polttaa itsensä täysin loppuun. Nämä korkeasti koulutetut **uraimiset** ovat hälyttävä esimerkki siitä, että työkulttuuristamme puuttuu **voimavaroja ylläpitävät ja kartuttavat elementit**. Työnilon tilalle on tullut **puurtaminen, kilpailu ja selviytyminen.**"



Miksi ihmeessä näin on?

Yksi selitys voi olla tämä

Palkkiokokemukset puuttuvat töistämme.

Times uutisoi talvella 2010, kuinka Iso-Britanniassa vangit ovat alkaneet korusommella.

"Nyt tuntuu, että elämälläni on oikeasti **merkitystä.**"

Entä tämä?



Ympäristön **sosiaalinen paine**,
tietynlainen elämäntapa,
hyvin yksilöllisesti väritynyt käsitys siitä,
mitä on "**hyvä elämä**"

On puhuttu



Täyttymysteollisuudesta

ja elämystaloudesta, jonka tarjonta on suorastaan valtava suhteessa siihen, mitä koskaan voimme valita.

Elämästä on tullut



Monimutkainen asia:
hyvin lyhyessä ajassa
pitäisi onnistua monessa
ja saada aikaan niin paljon.

Tämä on ristiriitaista

Sillä talous vaatii "luovia tuotteita",
ja "uutta Nokiasa"

Totta: **luovuutta** tarvittaisiin,
Sillä mikään työyhteisö ei selviä
nykyhaasteista ilman luovuutta.

Luovuus tarvitsee aikaa

Oikeasti



Luovuus tarvitsee

rentoutta



Luovuus tarvitsee hyvinvointia



Nälkäisenä ei synny ajatuksia.

Luovuus tarvitsee



Leikkimieltä, Liikettä,
ja Luottamusta...

Luovuus tarvitsee



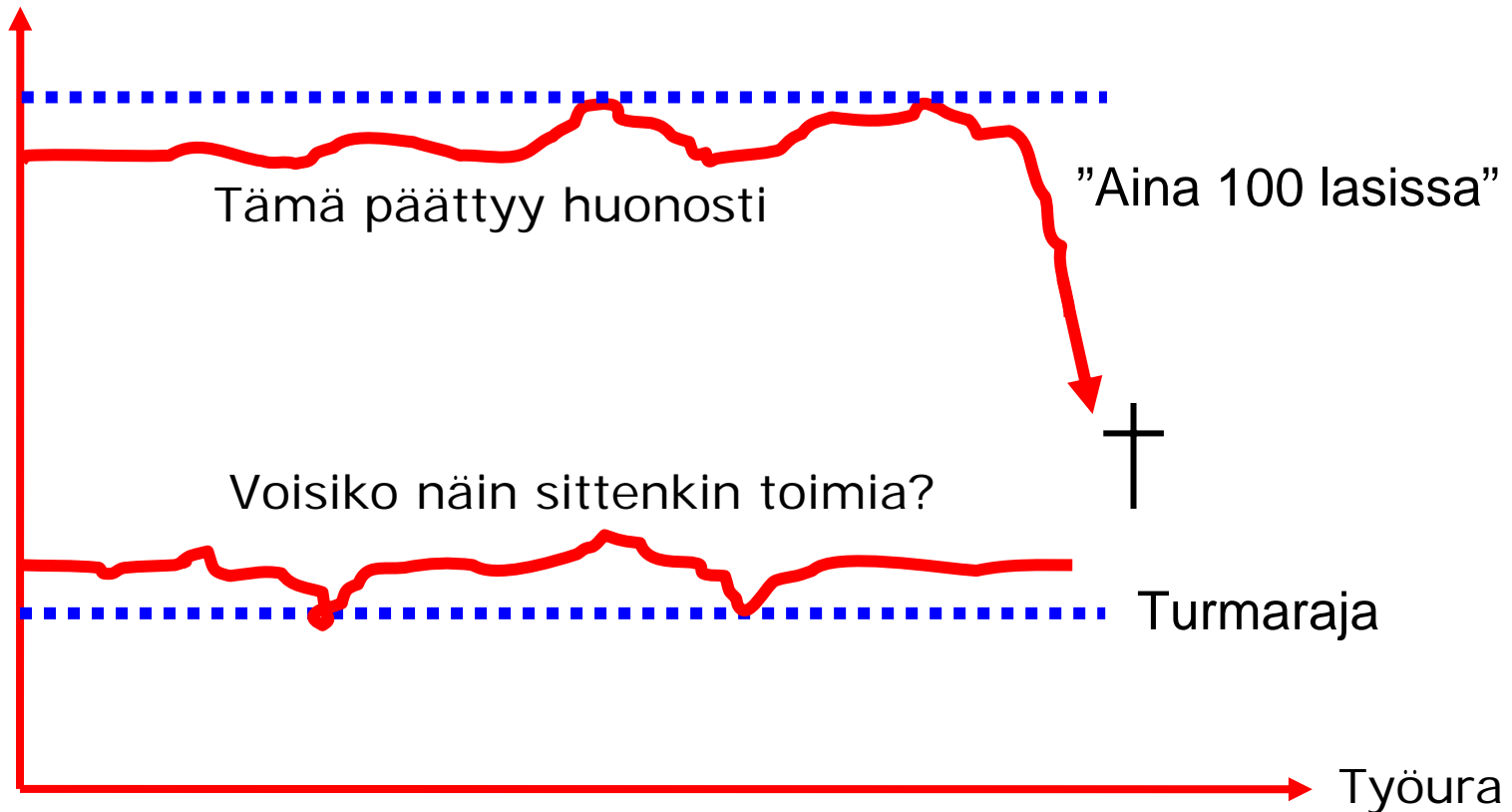
Näkökulmia, etääntymistä.

Hanna, perfektionisti

Anteeksi, että vaivaan ongelmineni. Minulla on "nipo-menneisyys", kiltti suorittajatyttö, 6 Laudaturin ylioppilas, pääaineesta erinomaiset tiedot jne. Mutta minulla taitaa olla **KIRJOITTAMISEN KAMMO?!** Olen myös kooooovin hidas kirjoittaja, enkä ole onnistunut muuttamaan tyyliäni...Olen asettanut X n kertaa "lopullisia" aikatauluja työlleni, varannut kielenkorjauksenkin graduuni ja suunnitellut mm. sen, minkä värisiin kansiin työni sidotaan... Nyt olen siinä pisteessä, että hädin tuskin uskallan avata gradu.doc:ia ja todeta, miten paljon vielä uupuu. Takerrun viimeiseen oljenkorteen: **TARVITSE ULKOISEN DEADLINEN!!!**

Mitä Hanna opetti?

Työn laatu



Muita keinoja kohtuuden tielle

On-off –ajattelu on yksi.
Herkisty kehon viesteille.

Kannata muutoksia.

Liiku, hanki harrastus.

Puhu, avaudu.

Miten olisi itsensä palkitseminen, loma,
lyhytkin?

Lisää aiheesta

- Oheisessa teoksessa.

