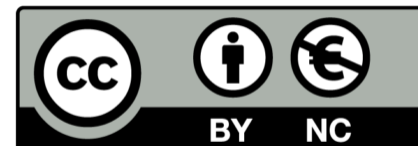




# TÄSTÄ PITÄISI PUHUA — Miten vaikeat keskustelut vahvistavat yhteisöjä?

HENRIKKA MUSTAJOKI, PHD





Käymättömät (vaikeat)  
keskustelut sitovat  
yhteisön energiaa ja  
heikentävät hyvinvointia

Rohkeus keskustella  
vaikeista asioista on  
yhteisön hyvinvoinnin  
keskeisimpiä tekijöitä

**Millaisia vaikeita aiheita tulee työssä vastaan? Mistä varjopuhe syntyy ja mistä sen tunnistaa?**



**Neljä teemaa, joista puhuminen vahvistaa yhteisöjä**

**Miten puhua vaikeista asioista paremmin?**



Mistä täällä sinusta tulisi  
puhua, mutta ei puhuta?



**Mietitään tilanteita  
työelämässä,  
joissa asioita on  
vaikea ottaa  
puheeksi?**

# Miksi jotkut aiheet muuttuvat vaikeiksi keskusteluiksi?



## PELKO

- ulkopuolisuudesta
- epäonnistumisesta
- hankalan ihmisen maineesta
- tunteiden tuntemisesta
- konkreettiset pelot

# Muita syitä miksi emme puhu vaikeista aiheista

- Vaaralliset ja puuttuvat sanat
- Ei ole ketään kenen kanssa puhua
- Asioiden ei haluta ratkeavan





# Varjopuhe

- Varjopuhetta syntyy, kun vaikeita keskusteluja ei osata/uskalleta/kyetä käymään
- Varjopuheessa käsitellään sitä, mistä yhteisössä vaietaan
- Varjopuheessa asioita ei kuitenkaan voida ratkaista ja ne sitovat yhteisön energiaa
- Yhteisön hyvinvointia edistää mahdollisimman matala kynnyks varjopuheesta yhteiseen keskusteluun

**Mistä omalla työpaikalla syntyy  
varjopuhetta?**

**Mistä oikeasti pitäisi puhua, mutta ei  
puhuta?**





# Mitä tapahtuu jos varjopuhe saa liikaa tilaa?

- Varjopuhe ja julkinen puhe eriytyvät toisistaan
- Energia ja voimavarat hupenevat
- Yhteisön jäsenet eriytyvät ja yhteistyö näivettyy
- Kehitys ja luovuus vähenevät
- Hyvinvointi heikkenee ja yhteisö kyynistyy
- Hiljaisuuden kallis hinta



# Varjopuheesta yhteiseen keskusteluun



# Aiheet, joista puhutaan silloinkin, kun niistä ei puhuta

Arvot

Tulenko kuulluksi?

Oikeudenmukaisuus

Itsemääräämisoikeus



# Arvot



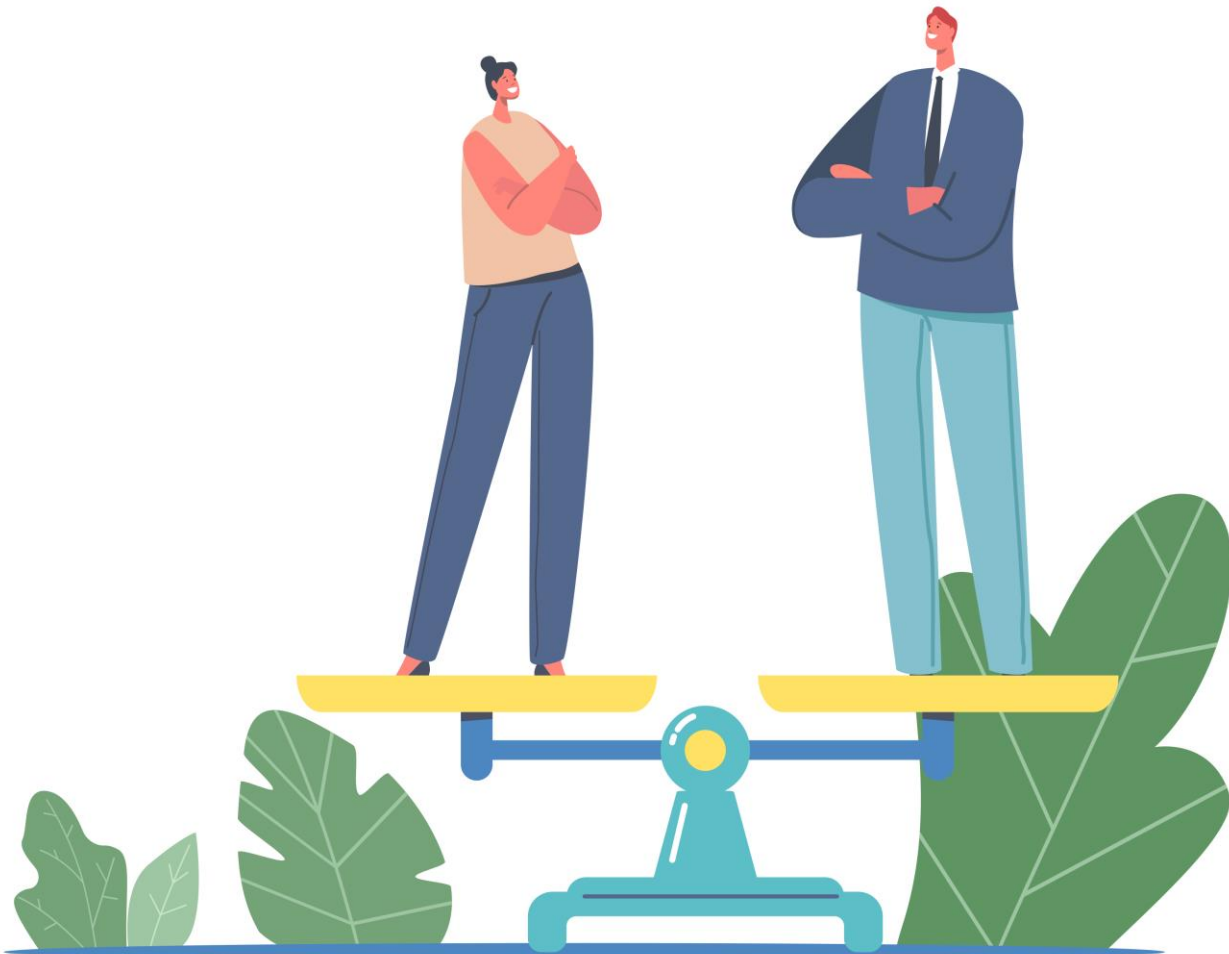
- Epäselvyyksiä yhteisissä arvoissa
- Erimielisyyksiä yhteisissä arvoissa
- Ristiriitoja arvojen ja tekojen välillä

# Tulenko kuulluksi?

- Kaipaamme ja pelkäämme nähdyksi ja kuulluksi tulemista
- Kokemus kunnioituksesta ja inhimillisestä hyväksynnästä
- Tulkitsemme tilaa tulla kuulluksi myös muiden saaman puhetilan perusteella



# Oikeudenmukaisuus ja reiluus



- Miten meitä kohdellaan suhteessa muihin?
- Missä suhteessa meidän tulisi olla tasavertaisia?
- Kokemukseen liittyy usein pelkoa, häpeää ja vihaa

# Itsemääräämisoikeus

- Mistä minä saan päättää ja mistä muut saavat päättää minun puolestani?
- Aikuisen perusoikeus, jonka rajoittamista pitää perustella
- Vapaus, valta ja vastuu suhteessa toisiinsa



# Oleellisinta on kohtaaminen

- Halua ja kyky puhua suoraan ja rehellisesti
- Halu ja kyky kuunnella
- Uteliaisuus ja yhdessä ajattelemisen taito





# Vaikeiden keskusteluiden kannatteluun

- Rajaus, mistä puhutaan
- Aika, tauot, rytmi
- Tila
- Keskustelun kannattelijat
- Hyviä kysymyksiä



# Valta ja vastuu

- Vallan ja vastuun (epä?)symmetriä
- Puhetilan hallitsija päättää, mistä puhutaan
- Vaikeiden keskusteluiden välttelemisen tapoja



**Parhaat vinkit  
vaikeiden  
keskusteluiden  
aloittamiseen?**



# KIITOS!



# Henriikka Mustajoki, PhD

- Henriikka on eettisen päätöksenteon tutkija ja tietokirjailija. Hän toimii tällä hetkellä avoimen tieteen pääsihteerinä sekä yliopisto-opettajana. Henriikka on väitellyt eettisestä päätöksenteosta Glasgown yliopistosta ja kirjoittanut aiheesta useita kirjoja, viimeisimpänä ”Tästä pitäisi puhua” (Gaudeamus 2023).
- Henriikka opiskelee työnohjaajaksi ja on myös sairaanhoitaja ja tekee sijaisuuksia saattohoidossa.

