

TÄNÄÄN TÖISSÄ

# Sosiaalinen eläin peilaa tunteita

Työnohjauksessa pyritään kehittämään ammatillisia ja persoonallisia valmiuksia. Koiran kanssa on armollista harjoitella vuorovaikutustaitoja.

*Teksti: Hanna Kävelkö*

**CATERING-ALAN YRITTÄJÄ Tiina Peräkylä** istahaa viltille 3-vuotiaan lanchshir heeler -rotuisen Sulon viereen. Koira on hämmennyty, mutta rauhoittuu pian maikoilemaan Peräkylän lähelle. Peräkylä on tehnyt juuri koiran kanssa työnohjauksen liittyyvän kokemuksellisen harjoituksen, ja hänen stressitasonsa on noussut. Peräkylä silittää Suloa rauhallisiin, pitkään vedoin, ja pian koira makkaa keharat ojossa vilhin päällä. Myös Peräkylä rentoutuu ja Sulon nuolaisee häntä palkinnoksi.

”Kokemuksellisessa harjoituksessa pyritään koiraan istumaan palkkoillaan ja piilotoin renkaan vähän matkan päähän. Annoin Sulolle luvun etsiä sen ja käskin vieä lopuksi irrottamaan otteen renkaasta. Yllätyin, kun huomaisin harjoituksessa yhtäläisyyksiä toimintatapoihin ihmisten kanssa”, Peräkylä kertoo.

Hän käy työnohjauksessa selvittämään omia vahvuuksia, oppiakseen huolehtimaan paremmin itsestään sekä lisätäkseen amollisuutta itseä kohtaan. Hän on huomannut usein ottavansa ylimääräisiä hommia tehtäväkseen, sillä hänen on vaikea sanoa ei. Kokemuksellisessa harjoituksessa hän ymmärsi, että toiset voivat olla iloisia saadessaan tehdä tehtäviä. Siksi töiden kahminimen itselle ei ole aina positiivinen asia muidenkaan kannalta.

**VITTIILINEN Elna Porokka** valmistui vuonna 2014 EASEL Coach -työnohjaajaksi ja ohjaa Iloinen poro -yrityksessään ryhmä ja yksilöitä kehittymään. Easel-menetelmässä perehdytään erityisesti itsensä tuntemiseen ja vuorovaikutukseen. Porokka käyttää työssään apunaan Sulon koiraa.

Porokan mielestä omien ammatillisten ja persoonallisten valmiuksien sekä tunteiden kehittäminen vie eteenpäin niin työpaikalla kuin vapaa-ajallakin. Tärkeää on oman perustietävän kirkastaminen. Joskus saattaa olla tilanteita, jolloin esi-  
 ”On ongelmallista jos työntekijä ja se, mitä oikeasti töissä tekee, eivät kohtaa. Mikäli omat resur-

sit eivät niitä täyttämään työelämän vaatimuksia, täytyy asiaan puuttua.”  
 Eläinavusteisessa työnohjauksessa eläimen mukautulo ei ole itsestään selvyyttä, vaan Porokka harkitsee sitä asiakkaan töiden ja tavoitteiden mukaan. Usein koiran läsnäolo auttaa murttamaan jään sekä tuo rauhaa, huumoria ja iloa tilanteeseen. Työparina koira ei ole alistainen eikä sitä pakoteta tekemään asioita tai lahjoja herkuilla.

”Jokius puhumme vakavasta asiasta ja Sulon menee kakkale - silloin ei vältytä huumorilta. Harvalle työparille voi antaa palkinnoksi yhden tai metsälänkirin”, Porokka naurahaa.

**MERKITÄVIN ETU** koiran kanssa harjoittelussa on se, että sosiaalisen eläimen käytös peilaa ihmisen tunteita ja käyttäytymistä. Koira voi taluttaa, sen kanssa voi leikkiä tai vaikka rakentaa toimintatardan, jota kuljetaan yhdessä. Sen kanssa voi opetella myös rauhoittumaan.

”Koira ilmentää sitä, mitä kannamme sisällämme. Siltä ei voi piilotella mitään. Samat ilmiöt toistuvat yleensä niin työssä, kotona kuin koiran kanssa toimisessa. Eläimen kanssa on armollista lähteä muokkaamaan ja harjoitteluun omia toiminta- ja vuorovaikutustapojiaan”, Porokka sanoo.  
 Hän kehottaa ihmisiä kertomaan tunteistaan tunteista ääneen, sillä vastapuo-



TOMI MALKKI



# Harjoittelu toi nelmiä työpöydän

Oikeustradenomista tuli heti valmistumisen jälkeen asiantuntija kansainvälisyyssä parturiketjussa.

*Teksti: Tiina Torppa*

**ANNA PURSIAINEN** oli Belgiassa opiskelijavaihdossa. Ystävää Suomesta kysyi, voisiko puoliksi saksalainen Pursiainen neuvoa ystävän työnantajaa, MRoom -parturiketjua Saksan laajentumisessa. Neuvot annettiin Pursiainen kysyi, tarvitseeko yritys kenties saksankielentaitoista työharjoittelijaa käynnistessään Saksan-liiketoimintansa. Tarvitsi Kesän 2014 Pursiainen työskenteli Belgiassa parturiketjun myymässä ja markkinoimassa. Työharjoittelua seurasi vakituisen työpaikka MRoom -ketjun palvelutyössä MCompanysa Tampereella. Apulaispäällikkönä hän vastaa kansainvälisistä asioista ja lakiasioista.

**Mitä teet työssäsi?**  
 ”Olen yhteyshenkilö MRoomin kansainvälisen franchising-yrityksen ja ketjun välillä. Meillä on yrittäjiä Virossa, Ruotsissa, Saksassa, Espanjassa ja Yhdysvalloissa. Kehitän konseptia yrittäjien kanssa, hoitan kokonaispalettia tuotetilanuksista lähtien, osallistun uusien yrittäjien sopimusneuvotteluihin ja teen sopimukset.”

**Vastaako työ koulutustasi?**  
 ”Se vastaa oikeustradenomian koulutusta. Lisäksi saan käyttää kielitaitoani ja opin liiketoiminnan kansainvälistämistä, mikä on kiinnostuksen kohteeni.”

**Mikä on oppisi palvelun kansainvälistämistä?**  
 ”Missään maassa ei voi vetää kivenkova omaa linjaa. Pitää seistä oman liiketoimintakonseptin takana, mutta joustaa maan ja kulttuurin mukaan. Olen neuvotellut niin Marokossa kuin Yhdysvalloissa.”

**Mitä urasuunnitelmia sinulla on?**  
 ”Minulla on kova hinku eteenpäin. Haluan juristiksi kansainväliseen tai kansainvälisiin yrityksiin. Aloitin syksyllä 2016 työni ohella oikeustieteen kandidopinnot



TIINA SOMERPERIÖ

**ANNA PURSIAINEN, 26**  
 TYÖ MRoom-franchisingketjun palvelutyön MCompanysa, International relations and legal assistant manager  
 URA Muotikaarre, Puffiikki Rennalla, Vaasan syyttäjävasto, KGN Tool  
 KOULUTUS Oikeustradenomi  
 PERHE Puoliso  
 HARRASTUKSET Touhujilu koiran kanssa, vintage-laukut, kuntosalit

**Itä-Suomen yliopistossa.**  
**Kuinika yhdistät oppimot työhösi?**  
 ”Työnantaja tukee opiskeluaani ja haluaa, että kehityn. Teen neljäpäiväistä työviikkoa, mutta onhan työn ja opinnojen yhdistelmä vaativa.”

**Jos omat esimiehet ja neuvottelukumppanit ovat paljon vanhempiä, mikä kannattaa ottaa huomioon?**  
 ”Ei kannata makkia kokeneiden käyttämiä, itselle tuntemattomia sanoja. Pitää olla itsevarmasti läsnä, mutta aina oma itsensä.”

## TYÖNOHJAUKSEN KULMAKIVIA

**KÄYTÄ** aikaa työnohjaajan valintaan. Etsi ohjaaja, jonka kanssa on turvallista ja luontevaa käsitellä asioita.  
**KIRKASTA** perustietäväsi työssä ja fokuksesi tehtäväsi sen mukaan.  
**OPPI** tunnistamaan omat mukavuus-, oppimis- ja stressialueet sekä opettele keinoja, joilla pääset pois stressialueelta.  
**HARJOITTELE** omia vuorovaikutustaitojasi. **PYRI** pysyviin toiminnan muutoksiin.