

Jo yhden henkilön vaikea elämäntilanne voi pahimmillaan langettaa varjon koko työyhteisön ylle. Tyypillisimpiä ovat ihmissuhde- sekä päihde- ja mielenterveysongelmat.

Miten otat puheeksi?

1 Pidä silmät auki. Jokainen on aika ajoin pahalla päällä tai vetäytynyt, mutta jos tilanne jatkuu, ota asia puheeksi mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

2 Tervehtiminen, silmiin katsominen ja hymyily luovat tunneyhteyden toiseen ja puhuminen helpottuu. Älä syyllistä, vaan suhtaudu huolehtivaisesti. Tunnustele ja selvitele, ovatko omat havaintosi paikkansa pitäviä.

3 Kerro työkaverillesi kahden kesken omista havainnoistasi, esimerkiksi: "Olen viime aikoina huomannut, että vaikutat alakuloiselta." Tai: "Sinulla näyttää olevan valtavasti töitä." "Voinko jotenkin auttaa?". Jos hän ei halua kertoa sinulle, ehdota, että hän puhuisi jollekin muulle.

4 Ehdota konkreettisia asioita: keskustelua esimiehen, luottamus- henkilön tai työsuojeluvaltuutetun kanssa. Kysy, voitko mennä hänen puolestaan tai olla tukena keskustelussa?

5 Vältä selän takana puhumista, mutta jos tilanne on todella vakava eikä tunnu ratkeavan, voit itsekkin ottaa yhteyttä työsuojeluvaltuutettuun, luottamushenkilöön tai henkilöstöhallintoon. Varmista, että asioiden käsittely etenee.

mieli

Asiantuntijana **Marja-Leena Manka**
Työhyvinvoinnin johtamisen dosentti,
Johtamiskorkeakoulu, Tampereen yliopisto