



# Voimauttavaa valppautta, eli miten minusta tuli valmentava mentori

# Kuuntelen, siis olen

Tapaamisissa keskitymme aktoriin ja hänen ammatilliseen kehittymiseensä. Toisinaan tosiaan riittää, että kuuntelee ja on läsnä, mutta todettakoon, ettei se aina ole helppoa. Valmistaudun tapaamisiin rauhoittamalla mieleni, hengittämällä syvään ja ajattelemalla tulevaa tilannetta ja henkilöä, jonka tapaan. Pysin avaamaan ja tyhjentämään mieltäni, ettei oma työni ja sen hetkiset kiireet pyörisi liikaa mielessäni. Tämä on myös itselleni rauhoittumisen ja pysähtymisen hetki, jonka haluan hyödyntää. Haluan jälleen harjoitella kohtaamista, olla läsnä aktorille ja varmistaa, että hän kokee yhteisen aikamme merkityksellisenä. Arvostan aktorin sanoja ja pyrin valmentamaan otteeseen, toimimaan peilinä, esittämään avoimia kysymyksiä ja laajentamaan yhteistä ajatteluamme, avaamaan näkökulmaa sen hetkisestä keskustelusta hieman etäämmälle ja kauemmas. Vielä toki on harjoiteltava, mutta tuntuu hyvältä huomata, että olen taas piirun verran parempi läsnäolossa ja kuuntelemisessa ja toivon, että jonain päivänä ymmärrän vielä paremmin aktorin todellisuutta.



Omien ajatusten ruokkiminen pitää valppaana (kuva: kp yamu Jayanath, Pixabay).

# Merkityksellisyyttä myös omaan työhön

Kokemusten jakaminen ja yhdessä asioiden pohtiminen lisää keskinäistä luottamustamme. Tapaamisten aikana minullakin on mahdollisuus oppia uutta ja ymmärtää erilaisten ajatusten mielenkiintoisia muotoja. Uuden oppiminen lisää kokemustani merkityksellisestä työstä, lisäksi omia ajatuksia ja näkemyksiä on kiva haastaa. Aktoria kuunnellessa tulee toki peilattua asioita omaankin työhön ja oivallukset sekä prosessin että sisällön suhteen ovat sallittuja, enhän elä tyhjiössä. Vaikka Valmentava mentorointi –prosessissa keskiössä on aktori, se ei sulje pois mentorin ajattelun ja kuuntelun taidon kehittymistä. Lisäksi olen sopinut aktoreideni kanssa, että kysyn tapaamisissa, haluavatko he tukea vai neuvoja, koska ratkaisukeskeisenä ihmisenä itselleni on luontevaa ehdottaa konkreettisiakin asioita, vaikei Valmentava mentorointi lähtökohtaisesti ole neuvojen jakamista. Näin prosessi on selkeä molemmille, eikä mystifoidu, vaan läpinäkyvällä ja avoimella sekä aidolla vuorovaikutuksella on rentouttava vaikutus. Itselleni Valmentavan mentoroinnin prosessi tuo voimauttavaa valppautta, joka liittyy sekä ihmisten että työn havainnointiin. Kiitos mentoroitavilleni!

## Sini Karjalainen

asiantuntija, TKI

SeAMK

Kirjoittaja toimii Valmentava mentorointi -ohjelman mentorina ja työskentelee projektipäällikkönä Euroopan unionin osarahoittamassa valtakunnallisessa Tuottajakeskus Living Lab -hankkeessa. Hanketta koordinoi Tampereen ammattikorkeakoulu ja projektikumppaneina ovat Metropolia Ammattikorkeakoulu, Seinäjoen ammattikorkeakoulu, Humanistinen ammattikorkeakoulu ja elävän musiikin edunvalvontajärjestö LiveFIN ry. Tutustu hankkeeseen: [Tuottajakeskus Living Lab](#)

Silmäile myös Susannan innostava kirjoitus

aiheesta <https://sites.tuni.fi/tuottajakeskuslivinglab/uutinen/tarkein-hetki-pysahtya-on-ruuhkaisimman-tyojakson-keskella/>