



# MYÖTÄTUNTOISEN TYÖYHTEISÖN HUONEENTAULU

1. Tiedostetaan omat vahvuudet ilman tarvetta vertailla itseäsi muihin.
2. Asetetaan omia ja yhteisiä tavoitteita arvoista käsin, ei pelosta tai perfektionismista käsin. Tiedostetaan voimavarat ja vaalitaan hyvinvointia.
3. Ei ole heikkoutta, vaan rohkeutta myöntää, että ei tiedä vastausta kaikkeen ja että tarvitsee apua. Autetaan ja tuetaan toisia.
4. Todelliset menestyjät ovat toinen toistaan kannustavia. Ei ole tarvetta pönkittää omaa asemaansa arvostelemalla muita.
5. Turvallisessa ympäristössä uskalletaan myös epäonnistua. Sallitaan epäonnistuminen itselle ja muille ja ymmärretään se edellytyksenä kehittymiselle.
6. Löydä oma autenttinen tapasi ilmaista itseäsi, kaikilla on oikeus tulla kuulluksi ja nähdyksi. Jos sinulla on tapana ottaa paljon tilaa, kehitä tietoisesti kuuntelemisen taitoa. Nähdään ja kuullaan toisemme.
7. Harjoitellaan antamaan ja vastaanottamaan kehuja sekä arvostamaan omia ja muiden saavutuksia. Kehitetään myötäilun taitoa.
8. Keskitytään tähän hetkeen ja ongelmien ratkaisemiseen vatvomisen ja märehtimisen sijaan.
9. Vaalitaan jaetun ihmisyyden kokemusta. Me olemme ihmisinä kaikki samassa veneessä, kokien samoja tunteita, iloja ja suruja. Kukaan ei ole täydellinen, eikä ole tarpeen vaatia sitä itseltään tai muilta.
10. Ole itsellesi ja työtoverille ystävällinen ja myötätuntoinen aina kun se on mahdollista. Se on aina mahdollista.