

Merkityksellistä ja kuormittavaa seuratyötä - työntekijöiden tueksi, seurojen ja liikkujien parhaaksi

Tapaan työssäni päivittäin seurojen päätoimisia työntekijöitä ja ammattimaisesti seurassa toimivia ihmisiä. Kun keskusteluja käydään vähän pintaa syvemmällä, nousee esiin myös seuratyön kuormittavuus. Toki kuormituksen vastapainoksi kaikki toimijat nostavat esiin seuratyön ison ilon, sen palkitsevuuden ja ihmisten yhteisöllisyyden.

Valtaosalla seurojen päätoimisina työskenteleville omasta harrastuksesta on tullut se unelmien työpaikka. Odotukset työhön ovat korkealla.

Ihmissuhteet törmäyskurssilla

Ehkä eniten keskusteluja herättää seuratyön ihmissuhdekiemurat. Ikävät erimielisyydet, joita liikuntakulttuurissa syntyy automaattisesti, kun ollaan kilpailun maailmassa ja erilaisia tunteita syntyy. Usein seuran päätoiminen työntekijä joutuu selvittämään isoksi paisuneita riitoja siinä vaiheessa, kun osapuolet ovat jo ilmiriidoissa. Erilaisten konfliktien ratkaisemiseen ei myöskään seuroissa ole toimivia rakenteita eikä toimintamalleja. Myös työntekijöihin itseensä kohdistuu paljon erilaisia ns. kentän odotuksia, jotka eivät aina toteudu ja sitä kautta työntekijöihin suunnataan myös negatiivisia tunteita.

Odotukset ristiriitaisia

Töitä on monesti enemmän kuin yksi ihminen ehtii tehdä. Odotukset siitä, mitä voi saada työaikana aikaan ovat joskus epärealistiset. Seuran suunta ei ole kovin kirkas ja siksi työn tavoitteetkin jäävät epäselviksi. Toimenkuva on liian laaja ja ylimalkainen tai sitä ei ole kirjattu. Stressikäyrä nousee vielä pari piirua, kun saa työssään kuulla joko suoraan tai rivien välissä, että kyllä nyt hommat pitäisi jaksaa ja ehtiä tehdä, kun saat palkkaa siitä, mitä muut tekevät vapaaehtoisesti.

Työajan noudattaminen on vaikeaa. Monet illat ja viikonloput menee töiden merkeissä. Lomat jäävät lyhyeksi ja työn rytmittäminen on vaikeaa. Monesti työajan noudattamista vaikeuttavat työntekijän voimakas velvollisuuden tunto, kunnianhimo ja työn ja vapaa-ajan rajaamisongelmat. Ammattilaisuus seuratyössä on vielä niin ohutta, että työnantajuus on välillä hakusessa. Voi olla vaikea ymmärtää, että seuratyö on ihan oikeaa työtä, jota koskee sama lainsäädäntö kuin muitakin töitä.

Osaaminen koetuksella

Myös osaamiseen liittyvät haasteet kuormittavat. Seuratyössä eri tehtävät ovat vaativia ja osaamista on oltava monessa substanssiasiansa ihmissuhdetyön vaatimusten, johtajuuden, talousosaamisen ja viestinnän lisäksi. Pelkkä innostus, käytettävissä oleva aika tai urheilutausta ei vaativassa työssä aina riitä. Voi olla, että työntekijän liika joustavuus tai liika jääräpäisyys johtavat vaikeuksiin. Voi olla vaikeaa muistaa, että seurassa voi mennä vain siihen suuntaan, mihin ihmiset yhdessä haluavat ja sillä vauhdilla kuin yhdessä on mahdollista. Toiminta kun perustuu valtaosiltaan vapaaehtoisten panokseen. Työ on monesti hyvin yksinäistä ja tuki ja palaute vähäistä.

Seuran ja liikkujien parhaaksi ja jaksamisen tueksi

Huolehdi kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnistasasi. Saathan riittävästi unta, oikeaa ravintoa ja lepoa. Teethän jotain muutakin innostavaa ja mielekästä hommaa, kun työtä? Noudatathan työaikaa? Pidäthän lomasi ja vapaapäiväsi? Onhan sinulla sosiaalisia suhteita, joissa rentoudut ja saat virtaa. Katsothan peiliin ja reagoit nopeasti uupumuksen merkkeihin. Niitä ovat mm. kyyneisyys, väsymys, joka ei mene ohi levolla, erilaiset keholliset kivut ja kolotukset ja esim. aikaansaamattomuuden ja merkityksettömyyden tunne.

Seuran työnantajuuden vahvistaminen kaippaa tuunausta niin asenteellisesti kuin ihan lainsäädännöllisestikin. Työsuhteeseen, esimiehisyyteen, toimenkuvaan, tavoitteisiin, palautteeseen ja

työntekijöiden kouluttautumiseen liittyvät asiat tulisi olla kunnossa. Myös seuran rakenteet ja toimintatavat (esim. taloushallinnon digitalisaatio ja helppous, valmennuksen linjaukset, kokouskäytännöt, sisäinen ja ulkoinen viestintä) tulisi tukea työn tekemistä. Tiedätkö omat oikeutesi ja velvollisuutesi työntekijän ja työnantajan näkökulmasta?

Säännöllisin välein kannattaa asioita reflektoida, jotta saa perspektiiviä ja näkee mitkä asiat voisivat olla itse ratkaistavissa ja mitkä asiat kannattaisi ottaa puheeksi. Kaverille kilauttaminen ja muihin samassa työssä oleviin kannattaa verkostoitua. Lähes kaikki seuratyössä kamppailevat samojen asioiden kanssa.

Jos tilanne ei selviä itsenäisesti tai verkostoissa, apua voi hakea työterveyshuollosta, mentoroinnista, coachauksesta, työnohjauksesta tai terapiasta.

LiikUlla on seuratoimijoiden tueksi erilaisia verkostoja ja paljon koulutusta. Myös mentoriryhmiä ja työnohjausta on mahdollista järjestää.

Seuran kehittämistyökaluun Tähtiseuraprosessiin kannattaa jokaisen varsinkin työnantajana toimivan seuran ehdottomasti tutustua ja lähteä mukaan.

Parhaimmillaan liikkumisen edellytysten mahdollistaminen, seuratyö on etuoikeus, valtavan osaamispääoman kehto ja mitä mainioin homma merkitykselliseen työhön ja elämään. Hatunnosto jokaiselle seurassa ahertavalle. Teette arvokasta työtä.

Syksyisin terveisin,

Maikku