

Henriikka Mustajoki

# TÄSTÄ PITÄISI PUHUA

*Miten vaikeat keskustelut  
vahvistavat yhteisöjä*



Gaudeamus

*Tiedonjulkistamisen neuvottelukunta, Suomen tietokirjailijat ry ja Suomen tiedetoimittajain liitto ovat tukeneet tämän kirjan kirjoittamista.*

Copyright © 2023 Tekijä & Gaudeamus

Gaudeamus Oy  
[www.gaudeamus.fi](http://www.gaudeamus.fi)

Kannen suunnittelu: Maria Manner

KL 14.14, 30.13 · UDK 159.9, 316.6

ISBN 978-952-345-236-7

Painopaikka: Printon Trükikoda, Tallinna 2023

# Sisällys

Miksi vaikeista aiheista kannattaa puhua? .....	13
OSA I	
VARJOPUHE JA VAIKEAT KESKUSTELUT .....	17
1 Mitä on varjopuhe? .....	19
Varjopuhe versoo yhteisöissä .....	21
Varjopuheista varjotarinoiksi.....	28
2 Miten tunnistaa vaikea keskustelu? .....	33
Puhetilän dominointi .....	37
Älyllinen väistely .....	39
Tunteiden säätely .....	41
Etäännyttäminen .....	43
Kiire .....	45
3 Mitä tapahtuu, kun välttelemme vaikeita keskusteluja? .....	47
Varjopuhe ja julkinen puhe eriytyvät toisistaan .....	47
Energia ja voimavarat hupenevat .....	54
Yhteisön jäsenet eriytyvät ja yhteistyö näivettyy .....	56
Kehitys ja luovuus vähenevät .....	59
Hyvinvointi heikkenee ja yhteisö kynnistyy .....	62
Hiljaisuudesta maksetaan kallis hinta.....	66

4 Miksi emme puhu siitä, mistä pitäisi puhua?.....	69
Vaaralliset ja puuttuvat sanat.....	70
Vaikeiden asioiden ei haluta ratkeavan.....	74
Ei ole ketään, kenen kanssa keskustella .....	75
Pelko ja häpeä.....	77
5 Mistä yhteisössä vallitseva varjopuhe kertoo? .....	95
Psykologisen turvallisuuden määrä.....	96
Valta ja hiljaisuus.....	101

## OSA II

MITEN PUHUA SIITÄ, MISTÄ ON HELPOMPI VAIETA? .....	107
--	-----

6 Mistä oikeastaan pitäisi puhua? .....	111
Vaikeiden keskusteluiden varsinaiset aiheet.....	112
<i>Arvot, aiheet, tavoitteet ja toiminta</i> .....	119
<i>Tulenko kuulluksi ja nähdyksi</i> .....	126
<i>Oikeudenmukaisuus ja reiluus</i> .....	130
<i>Itsemääräämisoikeus ja valta</i> .....	135
Totuus ja vaikeat keskustelut .....	138
Käsitteiden tarkentamisen tärkeydestä .....	141
7 Kuinka ymmärtää keskustelua paremmin? .....	147
Vaihtoehtoja, vaihtoehtoja .....	148
Ajattelumallien ymmärtämisestä on apua .....	149
<i>Ajattelu perustuu seurauksiin</i> .....	152
<i>Ajattelu perustuu sääntöihin ja periaatteisiin</i> .....	156
<i>Ajattelu perustuu hyveisiin</i> .....	159
Kuinka käyttää ajattelumalleja keskusteluissa .....	161
8 Miten onnistua vaikeissa keskusteluissa?.....	163
Keskustelukumppaneiden kohtaaminen .....	166
Halu ja kyky puhua suoraan ja rehellisesti .....	170
Halu ja kyky kuunnella .....	177
Uteliaisuus ja yhdessä ajattelemisen mahdollisuus .....	187

9 Mitä tarvitaan onnistuneisiin vaikeisiin keskusteluihin?.....	191
Rajaus .....	194
Aika, tauot ja rytmi.....	196
Tila .....	200
Keskustelun kannattelijat .....	205
Kysymyksiä keskustelun kannatteluun.....	209
Loppusanat .....	213
Viitteet.....	215
Lähteet.....	218
Tekijä .....	224