

Merkitys ja tarkoitus

Töissä ollessaan kukin on osa isompaa kokonaisuutta ja voi siten vaikuttaa asioihin. Miten pystyy vaikuttamaan, kun ei enää kuulu tällaiseen kokonaisuuteen?

Toisaalta voi olla, että eläkkeelle jääminen vapauttaa merkityksettömältä tuntuneesta työstä ja mahdollistaa merkityksen etsimisen ja oman tavan vaikuttaa tärkeisiin asioihin.

Kun jää pois töistä, on jäljellä paljon osaamista ja kokemusta, jota voisi tai haluaisi hyödyntää, mutta missä yhteydessä? Mihin kekkoon voi kantaa kortensa, tai miten organisoida uusi keko? Ja mihin kuuluu, kun ei ole työhön liittyvää tiivistä yhteisöä, jossa tapahtui ”kaikki”?

A. Pohdi merkitystäsi

Merkitys työssä ja muualla

- Mikä oli se tarkoitus, jota työssäsi toteutit?
Mikä oli sinun työsi merkitys?
Mihin asioihin pääsit vaikuttamaan?
- Mitä muita asioita pidät tärkeinä, vaikka et ole ehtinyt niihin paneutua?
Voisiko niistä löytyä uusi sisältö? Miten voisit vaikuttaa?
- Voitko toteuttaa työaikaista tarkoitusta uusin tavoin?
- Löytyykö jokin uusi suurempi merkitys, jonka osaksi asetut?

Identiteetti

- Mikä oli töissä sinulle tärkein titteli?
Mitä se merkitsi identiteetillesi?
- Kantaako tämä myös eläkekaikaan?
- Kun löydät uusia sisältöjä ja tapoja vaikuttaa, miten se rakentaa uutta identiteettiäsi?
Miten esittädyt uusille tuttavuuksille? Kuka katsoo sinua peilistä?

Merkitys ja ihmissuhteet

- Mitä ovat tärkeimmät ihmissuhteesi? Vanhat ystävät?
Uudet ystävät ja tuttavat? Perhe ja suku?
- Säilyykö osa työaikaisista ihmissuhteista?
Tuleeko uusista harrastuksista uusia?
- Mitkä näistä tukevat parhaiten merkityksellisyyden tunnetta ja uutta identiteettiäsi?
Keiden kanssa kukoistat ja luot jotain tärkeää?



B. Löydä oma merkityksesi

Valitse tai tunnista asiat, jotka tuovat elämääsi merkitystä. Mieti isoja maailmanparannuskohteita, jotka ovat sinulle tärkeitä, esimerkiksi Itämeren pelastaminen tai kehitysmaiden tyttöjen koulutus. Huomaa tukea tarvitsevat asiat lähempänä, kuten seuraava kaipaavat vanhukset tai myssyjä tarvitsevat keskukset. Tai tunnista muita itsellesi tärkeitä, hyviä asioita, kuten urheilu, taide, musiikki.

- Oletko omimmillasi luomassa asioita? Vai tuetko mielelläsi muita?
- Vai visioitko ja johdat muita luomaan asioita ja tukemaan tätä työtä?

Täytä seuraava ruudukko. Ihanteellista on, jos teet arvostamiasi asioita tavalla, joka vastaa taipumuksiasi ja miellyttää sinua.

ARVOT Mitä pidät arvossa ja tärkeänä	MIELTYMYKSET Mitä teet mielelläsi
MITÄ VOIT ANTAA MAAILMALLE	TAIPUMUKSET Missä olet hyvä, mitä osaat



Palaa näihin pohdintoihin esimerkiksi vuoden kuluttua.

Ovatko olosuhteet muuttuneet?

Onko sinulle tärkeiden kohteiden avun tarve erilaista kuin aiemmin?

Huomaatko arvoissasi muutoksia?

Entä oletko löytänyt uusia mieluisia tekemisen tapoja tai taipumuksia, joista et ollut tietoinen?

