

2015. november 10. – **A vezetőknek nagyon fontos kommunikálni a munkavállalók felé, hogy miért hasznos a munkájuk.**

Ehhez azonban világos célok kellene és ez nem az eladási számokat jelenti, hanem egy vállalatnak el kell magát helyeznie a világban, és meg kell határoznia, hogy mit is tesz hozzá. Csíkszentmihályi Mihály Széchenyi-díjas professzorral beszélgettünk a Flow-élményről.

Egy gyári munkásnak is lehet flow-élménye, ha ismeri a terméket, tudja, hogy annak mi a haszna – mondta Csíkszentmihályi Mihály, Széchenyi-díjas professzor, a Flow-elmélet atyja a hvg.hu kérdésére. Csíkszentmihályi a hetvenes években fedezte fel, hogy bizonyos kreatív szakmát végző emberek, sportolók, művészek alkotás vagy sport közben mintha transzba esnének, annyira leköti őket a tevékenység élménye, hogy elfeledik a való világot. A professzor „autotelikusnak” nevezte el azokat a tevékenységeket, amelyeket önmagukért, a cselekvésért végzünk, külső jutalom nélkül, és megengedik a teljes elmélyülést. Később ebből született a „flow” fogalma.

Munkával inkább lehet flow-élményt átélni

A flow olyan állapotot jelent, amikor az ember teljesen elmélyül abban a tevékenységben, amit csinál. Megszűnik ilyenkor az idő, a világ. Ebben az állapotban az emberek jól teljesítenek, de nem erőlködnek, mintha egy áramlat – flow, innen az elmélet neve – vinné őket. Ilyenkor az ember nagyon koncentrált, hatékony, úgy érzi, hogy ő irányít, nem erőlködik akkor sem, ha a munka fárasztó és sok energiát elvesz, egyszerűen csak csinálja és élvezi. Ezt alapvetően bármilyen tevékenység kiválthatja, mert a flow nem a tartalomtól, hanem a tevékenység minőségétől függ. A legfontosabb feladat, hogy legyen előttünk egy konkrét cél. De Csíkszentmihályi szerint az emberek gyakrabban élik meg a flow-élményt munka közben, mint otthon. Ha megvan a flow, akkor egyensúlyban van a kapacitás és a lehetőség. Akiknek gyakran van flow-élménye, azoknak az életminősége is jobb. Ám akinél a kapacitás és a lehetőség is folyamatosan alacsonyban van, azok az emberek előbb-utóbb fásultak lesznek, és Csíkszentmihályi szerint az apátia az egyik legrosszabb dolog az életben.

Csíkszentmihályi szerint ha egy gyári munkásnak jól kommunikálják azt, hogy az adott termék mire jó, vagy ha időnként a gyárba bevisznek egy-két vevőt, akik elmondják, hogy számukra mennyire hasznos az adott produktum, akkor a futószalag mellett álló munkavállaló is érezheti úgy, hogy a munkája hasznos. „Ismerem egy olyan céget, ahol egy speciális légzést segítő készüléket gyártottak, de a munkások többsége nem is nagyon tudta, hogy mit is gyártanak igazán, csak a saját munkafolyamatát ismerte. A cég vezetője azért, hogy motiválja a dolgozóit, olyan édesanyákat vitt be a gyárba, akiknek a gyerekei ezen készülék segítségével tudnak lélegezni. Az anyák elmondták, hogy milyen hálásak és mennyit segít ez az ő és a gyermekük életében. Ezek után a takarító is sokkal inkább érezte azt, hogy amit csinál, annak van értelme.” Márpedig ha a dolgozónak van flow-élménye, akkor hatékonyabban dolgozik, kevesebbet hiányzik a munkahelyéről, és lojálisabb is a cégéhez. Csíkszentmihályi hozzátette, persze ez egy légzést segítő eszközt készítő gyárban sokkal könnyebb, mint egy fegyvergyárban vagy cigarettagyárban.

Csíkszentmihályi szerint a pénz és a hatalom önmagában nem segíti a flow-t. Nyilván egy sportolót is motiválhat az olimpiai győzelem, de ha például maga a futás nem okoz neki flow-élményt, akkor nagy eséllyel az olimpiai győzelem sem fog. „Mindez attól függ, hogy miért dolgozol, mire használod a munkád. Ha a külső sikerre figyelsz, nem érezheted a flow-t, mert ennek éppen az a lényege, hogy a cselekvést önmagáért élvezzük – ezt persze motiválhatják

külső tényezők – és egyszerre két dolgot nem lehet megélni.”

Csikszentmihályi Mihályt a kormány hívta meg Magyarországra, segítségével egy tehetséggondozó programot akarnak létrehozni, amit a kormány 30 millió forinttal támogat. (A pszichológus professzor a BDO Akadémia és a MAPI Konzult konferenciáján adott elő és válaszolt újságírói kérdésekre.) A Nemzeti Tehetség Program keretében támogatott projekt egyszerre segíti a tehetséges középiskolások önállósodását, valamint bevonja a szülőket és a pedagógusokat is a tehetséggondozásba – ismertette Balog Zoltán emberierőforrás-miniszter. Csikszentmihályi ezzel kapcsolatban elmondta, hogy szerinte a tehetség nem a kiemelkedően jó logikus gondolkodás, hanem a tudás, a megismerni akarás nagyon magas érzelmi motiváltsága.

A professzor szerint szükséges lehet olyan interaktív játékon alapuló program létrehozása, ahol konkrétan mérhető egy gyermek érdeklődése, hogy mi az, ami kiemelten foglalkoztatja, illetve később mi az, ami motiválja a tudás megszerzésében. Ezek segítségével lehetne jobban megérteni és támogatni a tehetséges gyerekeket. **Molnár Barbara**