



SUKUPUOLISENSITIIVISYYS JA DIALOGINEN KOHTAAMINEN

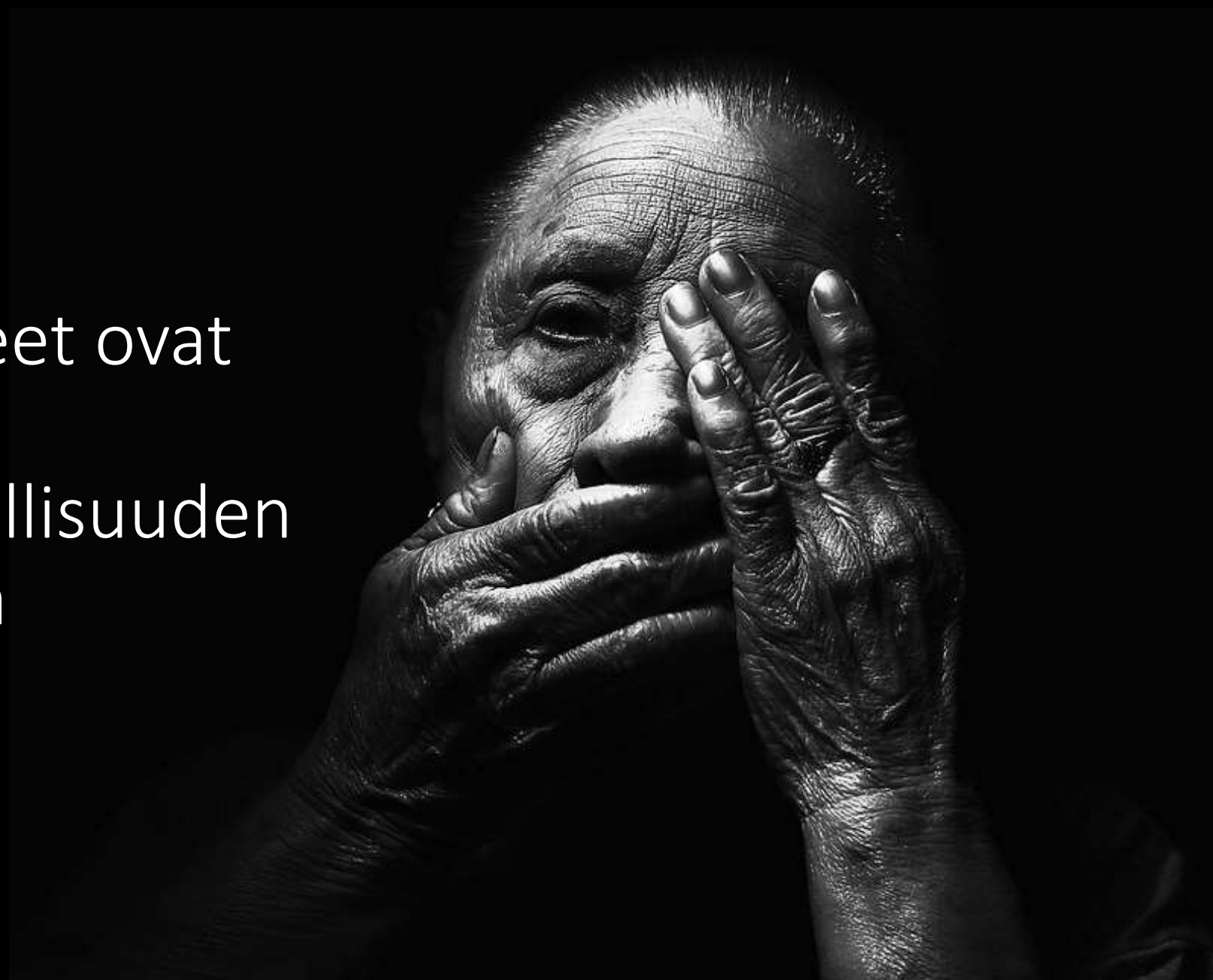
Tatu Tossavainen

Valtakunnallinen sukupuolensensitiivisen työn koordinaattori



Mahdollisuudesta kohdata ihminen

Millaiset katseet ovat
antaneet
sinulle mahdollisuuden
nähdä itsesi ja
maailmasi?



Dialogisuus

Ihastuttava, vihastuttava ja ihmetyttävä
sukupuolisensitiivisyys

Sukupuolisensitiivinen dialoginen kohtaaminen

Kohtaamisen prosessi

- **Tietoisuus itsestä, maailmasta ja laajemmista maailman suhteista**
 - Rikas ja tietoinen mieli
- **Oman kasvu – Kahden tietoisuuden katse**
- **Ihmisarvon täydellinen hyväksyntä**
 - Kunnioitus
 - Kuuntelu
 - Empaattisuus
 - Aitous
 - Läsnäolo

=> Ihmisen kohtaaminen
- **Dialoginen suhde**
 - Yhteisten merkitysten luominen
 - Toisin olemisen ja tekemisen todellisuuksien rikastuttaminen
 - Toisin olemisen ja tekemisen rohkeat kokeilut

Sukupuolisen dialogisen kohtaamisen harjoittelu

1. Rikasta mieltäsi vähintään yhdellä asialla viikoittain. Käytä aikaa 15-30 minuuttia

- Tutustu uuteen tutkimukseen, artikkeliin, teoriaan etc. Pohdi kriittisesti uutta tuttavuutta.

2. Hoivaa omaa kasvuasi kerran viikossa. Käytä aikaa 15-30 minuuttia.

- Varaa rauhallinen tila ja hetki omaan henkilökohtaiseen reflektioon.
 - Valitse yksi kokemus menneen viikon ajalta, joka oli sinulle aidosti vaikea
 - Tutustu löytämäsi kokemukseen avoimesti ja myötätuntoisesti ihmetellen
 - Miten se oli minulle vaikeaa?
 - Mikä emootio oli voimakkain. Mikä asiassa tuntui eniten emootiolta x?
 - Mistä minulle tärkeästä asiasta se kertoo?
 - Miten minun kannattaa toimia jatkossa ko. asian suhteen?

3. Tutki mestari kohtaajaa sinussa kerran viikossa. Käytä aikaa 15-30 minuuttia.

- Kunnioitus => Mitä kunnioittaminen on minulle tekona? Miten minusta voi huomata, että kunnioitan toista tasavertaisena ihmisenä?
- Kuuntelu => Miten aikaansaannuksiksi, nähdäksesi ja ymmärrettäviksi tuleminen kokemuksen toisessa?
Miten hyvin olen tavoittanut toiselle merkitykselliset ja tärkeät asiat kohtaamisissani?
- Empaattisuus => Miten onnistunut pääsemään kiinni siihen, miten ja millaisten merkitysten kautta toinen luo omaa todellisuuttaan?
Miten välitän ymmärryksen hänelle?
- Aitous => Miten huolehdin siitä, että olen aidosti kokonainen ihmisenä läsnä toiselle?
Mikä tapa kohdallani on sellainen, joka samalla huolehtii siitä, miten itse jaksan ja voin?

Voit reflektoida reseptiä esimerkiksi näin: Mikä toimi? Mikä ei toiminut? Mitä kannattaisi tehdä jatkossa toisin?



WHO

WHEN

WHERE

HOW

WHY

WHAT

Lämmin ja syvä kiitos!