

Paljon puhetta ja liian vähän kuuntelua. Millainen kuuntelija sinä olet?

Olen jostain syystä huomannut pohtivani ihmisten välisissä kohtaamisissa erilaisia tapoja kuunnella toista tai toisia. Johtunee varmaan siitä, että niin kuin edellisissä töissäni eri järjestöissä, niin myös tässä seurakehittäjän hommassakin, on paljon tapaamisia, kokouksia, koulutuksia ja muita tilanteita, missä ihmiset kohtaavat toisiaan.

Asiaa pohtiessani olen koittanut havainnoida eri yhteyksissä sitä, millainen kuuntelija minä itse olen ja mikä on vaikuttanut siihen, miten eri tilanteissa toisia kuuntelen.

Selkeä huomioni on se, että valtaosa meistä puhuu enemmän kuin kuuntelee. Myös minä. Ihan onnettomin tapa niin itselläni kuin muillakin on kuuntelutilanteessa puhua toisen tai toisten puheen päälle. Toki innostuneessa ilmapiirissä tätä tapahtuu, mutta sata varmaa on se, että päälle puhuja ei ole mitenkään voinut kuulla sitä mitä toinen on sanonut.

Edellisen tavan sukulainen on kuunnella, jotta voi keskeyttää toisen puheen. Mitä luultavammin myöskään tällä tavalla toimimalla ei kyllä mitenkään kuule toisen puhetta, vaan kaikki energia ja huomiokyky menee siihen valmistautumiseen, että löytyy sopiva rako keskeyttää toinen.

Vähän sivistyneempi tapa on odottaa, kunnes edellinen puhuja on saanut oman puheensa loppuun ja sitten jatkaa omalla vuorollaan kertomalla omia näkemyksiään niistä asioista, mitä omassa mielessä on toisen puheen aikana työstänyt. Aika varmaa on, ettei myöskään näin toimien toisen puhetta tule kuunnelluksi.

Oletko ollut tilanteissa, joista poistuessasi sinulle on jäänyt sellainen fiilis, että ajatuksiasi ei ole kuultu tai et jostain syystä viitsi tai saa tilaisuutta edes niitä esittää? Turhauttaako? Ärsyttävintä on kohdata tilaisuudesta toiseen samoja ihmisiä, jotka ovat lukinneet oman maailmansa siten, ettei siihen mahdu toisen ajatuksien kuuntelu. Perustarve meillä kaikilla on tulla nähdyksi ja kuulluksi. Voisin kuvitella, että kaikki muutkin kuin minä haluavat joko tehdessään työtä liikuntakulttuurissa tai toimiessaan vapaaehtoisena eri tehtävissä esim. urheiluseurassa, saada omat ajatuksensa ja näkemyksensä käsiteltävistä asioista kuulluksi. Minkälaisia kokouksia ja kohtaamisia sinä järjestät ja minkälaisissa kokouksissa ja kohtaamisissa sinä olet mukana?

Kuuntele ymmärtääksesi toisia ja liityäksesi toisen puheeseen

Paras fiilis ainakin mulle eri vuorovaikutustilanteissa syntyy, kun koitan kuunnella siten, että ymmärrän toisen sanoman. Parhaiten tämä minulla onnistuu, kun toimin työnohjaajan roolista käsin. Siinä roolissa minulla ei ole tarvetta tuoda omaa asiaani keskusteluun, joten voin kaikessa rauhassa asettua kiinnostuneena kuuntelemaan toisen tapaa ajatella asioita. Kiinnostus sitten herättää minussa asiaan liittyviä kysymyksiä, joita esittämällä työnohjausprosessi etenee. Minun haasteeni on osata kuunnella ja liittyä keskusteluun myös muista työrooleistani käsin.

Kuunteleminen ymmärtääkseen toista edellyttää läsnäoloa ja ennen kaikkea sellaista asennetta, että haluaa ymmärtää toisen näkökulman asioihin.

Entinen Helsingin piispa Irja Askola sai minut aika pahan hyytymisen jälkeen taas uuteen nousuun, jotta olen jaksanut tuoda yhä uudelleen ja uudelleen omia ajatuksia esiin eri liikuntakulttuurin tilanteissa. Hän kun sanoi, että meidän kaikkien velvollisuus on tuoda oman historian kautta syntyneet näkökulmat yhteiseen keskusteluun. Irjan mukaan tarvitaan kuitenkin lähtökohdaksi juuri tuo oikea asenne. Eli toisia kunnioittava suhde eri mielipiteisiin. Millainen asenne sinulla ja seurassasi on eri ajatusten ottamiseksi mukaan yhteiseen päätöksentekoon.

Jos keskustelussa on toisia kunnioittava ilmapiiri, johtaa se luottamuksen syntymiseen ja lisääntyvään aitoon vuorovaikutukseen ja erilaisten ajatusten tuomiseen yhteiseen tilaan. Tämä taas johtaa uusien ideoiden syntyyn ja moniarvoisempaan toimintaan. Mikä parasta se varmistaa mukana oleville ihmiselle merkityksen kokemuksen mahdollisuuden. Mitä luultavammin ihmiset lähtevät paremmin mukaan itselle merkitykselliseen toimintaan.

Harjoittelu tekee mestarin

Kuuntelemista voi harjoitella. Ota tavoitteeksi harjoitella kuuntelemista siten, että ymmärrät toisen argumentit ja ajatukset niiden taustalla. Kuuntele siten, että voit jatkaa yhteistä keskustelua. Parhaimmillaan syntyy yhteinen tarina, johon oman tarinan saa liitettyä. Tunnistat kyllä, kun aitoa kohtaamista tapahtuu niin kuunnellessasi kuin puhuessasi.

Oppiaksemme kuuntelemista tarvitaan harjoittelusta saadun palautteen kautta paljon toistoa. Voisitko ajatella, että pysähtyisit hetkeksi ja pohtisit eri tapaamisten jälkeen, miten niin kuin meni omasta mielestä. Miten ihmiset liittyivät toisiinsa ja millaista tulosta saitte aikaan? Mikä yhteinen tarina edistyi?

Rauhoitu ja mieti, miten varmistat oman läsnäolosi eri tilanteissa. Miten tyhjennät mielesi ajatusten kohinasta vastaanottamaan toisen sanoman. Miten käsittelet kuulemaasi hetken omassa työmuistissasi ja saat siihen nostettua omasta säilömuististasi siinä hetkessä kumpuavia ajatuksia. Kaiketi tärkeintä olisi myöntää, että on itsekullakin meistä on pikkasen harjoiteltavaa ja ryhtyä hommiin. Kuuntelemisiin.

Muistini mukaan tiedän, että näistä aiheista ovat puhuneet Irja Askolan radiohaastattelussaan jo vuosia sitten ja oppimisvalmentaja Jyri Paavilainen. Jyri on ainakin jaotellut kuuntelemista vastaavalla tavalla.