

AKTIIVINEN KUUNTELEMINEN

Aktiivinen kuunteleminen on tärkeä osa vuorovaikutteista, neuvottelevaa ja yhteisiin tavoitteisiin pyrkivää keskustelua.

Aktiivisen kuuntelun taitoa voi harjoitella keskustelemalla mistä vain aiheesta.

AKTIIVISEN KUUNTELUN HARJOITTELEMINEN

Minkälainen kuuntelija olet?

Kehittääksesi kuuntelemisen taitoa, on hyvä ensiksi tunnistaa omat vahvuudet ja heikkoudet kuuntelijana.

Oletko nopea vai hidas, pohdiskeleva vai helposti reagoiva puhuja ja kuuntelija?

Nämä ovat persoonallisia piirteitä, jotka voivat vaikuttaa kykyysi kuunnella aktiivisesti.

Tunnistatko ja hallitsetko erilaisia kuuntelemisen tekniikoita?

Niitä voi oppia harjoittelemalla.

KOHTI EMPAATTISTA KUUNTELIJAA

Aktiivisen kuuntelemisen harjoittelu lähtee kiinnostuksen asettamisesta toiseen henkilöön omien ajatusten ja toiminnan sijaan. Keskitytään siihen, mitä toinen haluaa kertoa ja miten.

Aktiivinen kuunteleminen voi lisätä empatiaa toisia kohtaan. Jokainen käsittelee aiheita omien kokemustensa ja tietojensa pohjalta. Samasta aiheesta voi tulla esille uusia puolia, joista et tiennyt ennen keskustelua. Aktiiviseen ja kuuntelemaan dialogiin pääseminen on parhaimmillaan antoisa oppimiskokemus erilaisista tavoista jäsentää tietoa ja maailmaa.

PYRKIMYS DIALOGIIN

Tasavertaisessa keskustelussa syntyy puhujien kesken dialogia, jossa kuunteleminen ja puhuminen ovat tasapainossa. Keskustelijoille annetaan vapaus ja tilaa ilmasta itseään omalla tavalla häiriöittä. Kaikkien mielipiteisiin ja kokemuksiin suhtaudutaan avoimesti ja arvostavasti, vaikka ne eriäisivät omista.

Dialogiin kuuluvat

- kuunteleminen
- kysyminen
- argumenttien vaihtaminen

Dialogissa ei keskitytä neuvottelemaan tai väittelemään argumenttien puolesta.

KAHDEN KIERROKSEN KUUNTELUHARJOITUS

1. Jakaantukaa 2–4 henkilön ryhmiin. Varatkaa harjoitukselle 25 minuuttia.

2. Valitkaa yksi keskustelun aihe, joko seuraavan sivun listalta tai omavalintaisesti.

3. Keskustelkaa aiheesta 2 kierroksen verran:

Ensimmäinen kierros (10 min)

Keskustelkaa valitusta aiheesta niin, että jokainen osallistuja keskittyy kuuntelemaan toisten argumentteja ja esittää vuorollaan omansa. Jokainen kirjaa argumentit pääpiirteissään itselleen muistiin.

Toinen kierros (10 min)

Esittäkää vuorotellen yksi tarkentava kysymys jokaiselle keskustelun osallistujalle, esim. "Mitä tarkoittit kun sanoit...", "Voisitko vielä tarkentaa...".

KESKUSTELUNAVAUKSIA

Minkälainen taideteko herättää kiinnostuksen?

Millainen on hyvä taiteen tekemisen paikka?

Millainen on vuorovaikutteinen taiteen kokemisen paikka?

Kuka saa kutsua itseään taiteilijaksi?

Kenen tehtävänä on taideteoksen tulkinta?

Kuvaile jokin taiteen synnyttämä tunnereaktio.

PUOLESTA JA VASTAAN -KESKUSTELUHARJOITUS

1. Jakaantukaa pareihin. Varatkaa harjoitukselle 20 minuuttia.
2. Valitkaa keskustelunaihe, joka on molemmille keskustelijoille jollain tavalla henkilökohtainen. Keskustelussa tulette ottamaan kantaa aiheesta, toinen puolesta ja toinen vastaan. Valitkaa näkökulmat.
3. Aloittakaa keskustelu siten, että toinen kertoo ajatuksiaan aiheen puolesta ja toinen pääasiassa kuuntelee hiljaa (7 min). Kuuntelija voi halutessaan keskeyttää puhujan 1-2 kertaa kysymällä tarkentavia kysymyksiä, esim. "Kuulin, että sanoit...mitä tarkoittit sillä?", "Ymmärrän kantasi, mutta haluan vielä tarkentaa..."
4. Vaihtakaa osia siten, että nyt toinen pareista esittää eriäviä ajatuksiaan aiheesta ja toinen kuuntelee hiljaa (7 min). Kuuntelija voi halutessaan keskeyttää 1-2 kertaa ja kysyä tarkentavia kysymyksiä.

HARJOITUKSEN JÄLKEEN

Miltä aktiivinen kuunteleminen ja samalla oman puheenvuoron odottaminen tuntui?

Missä vaiheessa keskustelua olisit halunnut keskeyttää aikaisemmin tai kertoa väliin oman mieleen tulleen loistavan argumentin? Miksi?

Harhailivatko ajatukset toista kuunnellessa? Miksi?

Millaiseksi kuuntelijaksi kuvailisit itsesi harjoituksen jälkeen?

NUORI 
TAIDE

Tehtävän suunnittelu: Nuori Taide www.nuoritaide.fi