

## TARTU TILAISUUTEEN – TOIMI!

Kohtaaminen on toisen ihmisen tapaamista, työpaikassa, vapaa-ajalla, julkisissa paikoissa tai etänä videopuheluilla. Kohdata voi tuttuja ihmisiä, perheenjäseniä ja kavereita, mutta myös tuntemattomia. Kohtaaminen voi olla halaamista, tutustumista tai yhteistä tekemistä.

Jokainen kokee kohtaamisen yksilöllisesti, mutta se on asia, jota voi käsitellä ja oppia. Toisille kohtaaminen voi olla helppoa, toisille vaikeampaa ja siihen vaikuttaa jokaisen omat koetut kohtaamiset. Huonot kokemukset ovat voineet aiheuttaa mieleemme ennakkoluuloja, vetäytymistä, etäännyttä, pahaa mieltä, yksinäisyyttä ja yhteisöstä syrjäytymistä. Hyvät kokemukset ovat voineet antaa positiivista oloa, itsevarmuutta ja rohkeutta kohtaamisiin.

Jokaista meistä tuntemattoman ihmisen kohtaaminen voi jännittää, pelottaakin. Ennakkoluulot ja -odotukset voivat estää toisen kohtaamisen. Mieleen voi hiipiä ajatuksia; "Kuinka toinen reagoi?", "Lyttääkö hän minut?", "Huomaako erilaisuuteni ja etäännyty?", "Mitä, jos hän ei ymmärrä minua?".

Erilaisen ihmisen kohtaaminen voi olla vaikeaa, jos siitä ei ole aiempaa omakohtaista kokemusta: "Kuinka kohtaan hänet?", "Mitä, jos sanon jotain väärää ja loukkaan vahingossa häntä?".

Kohtaamisessa tarvitaan paljon rohkeutta. On uskallettava kohdata, uskallettava sanoittaa asioita toiselle ja haluttava ymmärtää toista ihmistä. On uskallettava tavata ennakkoluulottomasti, tasa-arvoisesti ja avoimesti. Parhaimmillaan kohtaaminen sujuu vaivattomasti ja rennosti, saa höpötellä niitä näitä vapaasti ja olla oma itsensä. Hyvä kohtaaminen tuntuu mukavalta, on positiivinen asia ja voi synnyttää rakentavaa keskustelua. Avainasemassa on rohkeus, ennakkoluulottomuus, rehellisyys, yksilöllisyys, kunnioitus ja ystävällisyys.

Tartu tilaisuuteen ja toimi! Toista tilaisuutta kohtaamiseen ei välttämättä tule. Tervehdi ja kysy mitä kuuluu. Kohtaamista ei tarvitse pelätä, kunhan on avoimin mielin kohtaamassa. Muista, että kohtaaminen voi jännittää myös häntä, jonka kohtaat. Muista myös, että jos tapahtuu väärinymmärryksiä tai loukkaa toista vahingossa, voi aina pyytää anteeksi tai kysyä uudelleen.

Kohtaa mut, niin mä voin kohdata sut!