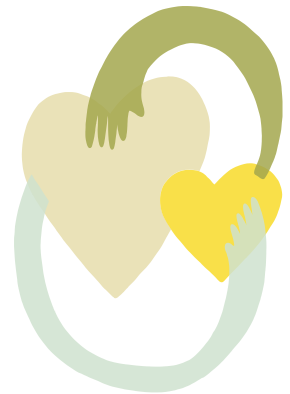


# TURVALLISEMMAN KESKUSTELUN OHJEET

**Turvallisemman keskustelun ohjeilla mahdollistamme kaikille mukavan ja arvostavan keskusteluilmapiirin. Nämä ohjeet auttavat sinua pohtimaan rakentavan keskustelun askelia!**

## KESKUSTELUN MYÖTÄTUNNOLLA

- Pyrin läsnäolevaan kuunteluun ja ymmärtämään toisten näkökulmia.
- Luon kunnioittavaa ja tasavertaista vuoropuhelua.
- Ymmärrän, että jotkin teemat voivat olla haastavia, herkkiä ja henkilökohtaisia. Kysyn kunnioittavasti, jos haluan lisätietoa, mutten oletta, että minulle tulee kertoa kaikesta.
- Havainnointi, empaattisuus ja myötätuntoiset, tarkentavat kysymykset toimivat paremmin kuin oletukset, arvostelu ja kokemusten vertailu.
- Ymmärrän, että kaikki erehtyvät joskus. Pyrin olemaan ymmärtäväinen erehtyjä kohtaan ja antamaan anteeksi. Pyydän anteeksi tarvittaessa.



## KESKUSTELUN YKSILÖN KANSSA

- Kunnioitan jokaisen itsemäärittelyoikeutta, enkä tee oletuksia esimerkiksi sukupuolen tai taustan perusteella.
- Hyväksyn sen, että asioista voidaan olla myös eri mieltä.
- Ymmärrän, ettei keskustelussa etsitä voittajia ja häviäjiä.
- Voin kertoa itsestäni sen verran kuin tahdon ja ymmärrän, ettei muillakaan ei ole velvollisuutta kertoa itsestään tai taustastaan.
- Ymmärrän, että kaikki puhuvat omista näkökulmistaan eivätkä edusta jotain tiettyä ryhmää kokonaisuudessaan. Samoin ymmärrän, ettei jonkin ryhmän edustajan teko tai mielipide tarkoita jokaisen ko. ryhmän edustajan ajattelevan samoin.

## KESKUSTELUN VASTUULLISESTI

- Pyrin tuomaan omia näkökulmia esiin vilpittömästi ilman pyrkimystä loukata.
- Tavoitteenani ei ole muuttaa toisten arvoja tai maailmankatsomusta omaani vastaavaksi – sen sijaan tavoittelen yhdenvertaista pohdiskelua.
- Osaan säädellä omia tunnereaktioitani siten, etten ole hyökkäävä silloinkaan, kun keskustelukumppanin maailmankuva ei vastaa omaani.
- Hyväksyn, etten ole aina oikeassa enkä tiedä kaikkea.
- Vähennän omalla toiminnallani painetta edustaa oman näkökulman sijasta oletettua viiteryhmää.
- Etsin itsestäni rohkeutta puuttua epäkohtiin, suojellen samalla itseäni liialta kuormittumiselta.