

Tietoisku 7**Kohtaamistaidot ja vuorovaikutus**

Useimiten vapaaehtoistoimintaa tehdään yhdessä muiden kanssa.

Esimerkiksi roskien kerääminen on tehtävä, jonka voi tehdä yksin, mutta useimmat vapaaehtoistehtävät ovat yhteisöllisiä. Niissä tapaat ainutlaatuisia, erilaisia ihmisiä. Siksi on hyvä miettiä omia vuorovaikutus- ja kohtaamistaitoja. Ne ovat taitoja, joita kannattaa harjoitella ja joista oppii koko ajan lisää.

Seuraavaksi saat muutamia asukastilan yhteisötyöntekijän ja vapaaehtoistoiminnan ohjaajan vinkkejä. Niitä voit hyödyntää, jos toimit vapaaehtoisena tehtävissä, joissa kohdataan toisia ihmisiä. Vinkit kuuluvat:

- Kohtaa muut ihmiset avoimesti ja arvostavasti
- Ole kiinnostunut toisista
- Kuuntele ja tue
- Ole luotettava ja hoida sovitut tehtävät

Kun juttelet uusien ihmisten kanssa, opit rohkeutta ja sosiaalisia taitoja. Vapaaehtoisena toimit usein ryhmässä muiden vapaaehtoisten ja työntekijöiden kanssa. On tärkeää kunnioittaa erilaisuutta, sillä ihmiset ovat erilaisia taustaltaan ja elämäntilanteiltaan.

Joskus vapaaehtoinen voi kohdata vaikeita tilanteita. Joku voi esimerkiksi odottaa sinulta enemmän apua kuin voit antaa. Autettavien tai tuettavien ihmisten tarinat voivat olla kuormittavia tai heidän käytöksensä voi olla haastavaa elämäntilanteen tai yksinäisyyden vuoksi. On tärkeää, ettet yritä tehdä liikaa tai kanna huolta yksin. Pyydä aina ohjaajan apua, jos tilanne tuntuu sinusta vaikealta.

Alussa voit epäillä, oletko tarpeeksi hyvä tai osaava. Saat kuitenkin perehdytyksen ja voit keskustella työntekijöiden ja toisten vapaaehtoisten kanssa. Tekemällä oppii, ja palautteen saaminen auttaa sinua kehittymään. Vapaaehtoistoiminnassa syntyy usein ystävyssuhteita ja yhteisöllisyyttä. Moni kokee kuuluvansa joukkoon. Samalla kehittyvät vuorovaikutus-, ryhmätyö- ja esiintymistaidot. Vapaaehtoistyö voi myös auttaa työllistymisessä tai opiskeluun hakeutumisessa.

Vapaaehtoiset voivat usein vaikuttaa toiminnan sisältöihin. Kerro ideoistasi ja osallistu suunnitteluun. Näin koet, että tekemiselläsi on merkitystä. Muista siis:

- Arvosta toista ihmisenä
- Kunnioita erilaisuutta
- Ole luotettava
- Tunnista omat rajasi
- Keskustele tilanteista
- Uskalla pyytää apua
- Anna palautetta
- Osallistu suunnitteluun