

This is an electronic reprint of the original article. This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version:

Alén, B. (2023). Vad är det som påverkar oss mest om inte mötet med andra människor? – Bra människomöten bygger på växelverkan. *Åbo Underrättelser*, 3.1.2023.

Vad är det som påverkar oss mest om inte mötet med andra människor? – Bra människomöten bygger på växelverkan



Bella Alén 03.01.2023 05:00

Jag läser som bäst boken "Gödel, Escher, Bach: ett evigt gyllene band" av **Douglas R. Hofstadter**. Jag har inte ens kommit halvvägs, men kan redan säga att denna bok helt klart kommer att påverka mig, hur jag ser på saker och ting och hur jag tänker. Tänk att en bok, "några meningar och ord" kan påverka en som människa så starkt.

Jag har alltid haft en väldigt klar åsikt om att det är människor som påverkar oss. Människomöten. De kan påverka oss endera positivt eller negativt, men på något sätt så registrerar vi mötena och, kanske omedvetet, drar slutsatser om vad vi tycker är okej eller inte.

Vissa personer som vi möter under livet blir nästan som förebilder, personer som vi respekterar och eventuellt ser upp till. Vi tycker om deras sätt att uttrycka sig, vi uppskattar deras tankar och åsikter och det bidrar säkert till en och annan egen tankeställare.

Många människomöten i mitt liv har bidragit till nya insikter, visat nya vyer och krävt eftertanke. Bra människomöten bygger på växelverkan.

Ett bra människomöte är när samtliga ger sin fulla uppmärksamhet till den andra personen och till samtalsämnet. En bra konversation är lika mycket att lyssna som att själv prata. Att visa respekt för den andras åsikter och tankar. Vi kan inte tycka lika om allt här i världen. Då skulle våra diskussioner, våra människomöten, bli väldigt enformiga och trista om man frågar mig.

Om en person vänder sig till en annan utan att möta något gensvar uppstår inget möte. Detta ska inte nu förväxlas med att vara bra lyssnare. Att lyssna är inte en passiv aktivitet. Tvärtom. Att visa att man är aktiv som lyssnare bygger förtroende och relationer.

Lyssnar gör man med öronen, värdera det som sägs gör man med hjärnan och hjärtat.

Alla samtal man för är inte konkreta och rakt på sak. Ibland kan man känna att personen försöker förmedla något underliggande som kanske snarare har med känslor att göra än något annat. Fakta är viktigt, men inte allt. Vad är det personen försöker säga?

Genom att lyssna aktivt och lyckas ställa de rätta frågorna, fördjupas diskussionen och relationen.

Själv borde jag bli en bättre lyssnare. Känner mig själv väldigt bra vid det här laget och vet att jag ibland tar för mycket plats och fokus vid en diskussion. Men jag jobbar på det alla dagar.

En av mina chefer, en av de personer som jag uppskattar som människa, sa att jag måste bli mera diplomatisk – och inte alltid säga vad jag tycker och tänker. Det har gått långt över 15 år sedan det utvecklingssamtalet och ännu idag är detta samtal ett av de samtal som format mig som människa.

Ibland undrar jag om jag personligen har bidragit till någons tankesätt. Har någon stannat upp och tänkt att “oj, det sa hon bra” när jag har sagt något?

Har jag personligen påverkat någons syn på något? Har jag påverkat någons ”etiska regler”? Är kanske lilla jag någons förebild?

Men tillbaka till boken. Utan ett människomöte, en fest, en ny bekantskap, en trevlig bordsherre och givande diskussioner skulle jag aldrig ha gått till biblioteket och lånat just den här boken som idag finns på mitt nattygsbord. Boken som redan nu, fast jag inte ens ännu läst hela, har påverkat mig precis lika mycket som ett människomöte.

Bella Alén

Alumnkoordinator vid Yrkeshögskolan Novia
