

Dialogi itsen eri puolten kanssa

Havainnoi, minkälaisia vastakkaisia ajatuksia ja näkemyksiä sukupuoli-identiteettiisi liittyen mielessäsi liikkuu. Ovatko toiset ajatukset ankaria, kieltäviä, mitätöiviä, syyttäviä? Löytyykö lempeämpiä, ymmärtävämpiä, kannustavampia ajatuksia?

Voit nimetä nämä itsesi eri puolet sinulle sopivalla, humoristisellakin tavalla (piru/enkeli, hyvis/pahis, jonkun lempileffasi päähenkilöt, tms.). Kirjoita kuvitteellinen tai todellinen dialogi näiden eri puolten välillä. Se saa olla realistinen tai satiirinen, mikä vain sopii omaan tyyliisi. Yritä kirjoittaa vapaasti, sensuroimatta. Anna molemmille puolille tilaa ilmaista itseään.

Voit halutessasi käyttää dialogin kirjoittamisen apuna seuraavia kysymyksiä:

- Mitä kukin puoli ajattelee sukupuolesta?
- Mitä kukin puoli sinussa haluaa sanoa toisille puolille?
- Onko eri puolilla jotakin huolia tai pelkoja?
- Miten toiset puolet haluavat vastata näihin pelkoihin tai huoliin?
- Mitä kukin puoli tarvitsee? Voiko heille tarjota tarvitsemaansa?
- Mitä eri puolet toivoisivat tulevaisuudelta?
- Mitä vielä haluavat sanoa ennen dialogin lopettamista?

Loppupohdinta:

- Miltä dialogin kirjoittaminen tuntui?
- Yllätytkö jostakin?
- Kaipaako jokin puoli sinussa lisää tilaa? Miten tätä tilaa voisi saada?

Harjoituksen tehtyäsi voi olla hyvä irrottautua dialogin tunnelmista sinulle sopivalla tavalla. Se voi olla vaikkapa lempibiisin kuunteleminen, teen keittäminen, venyttely, käsityön tekeminen tai vaikka kävely korttelin ympäri.

