

Hei kaikki!

Tervetuloa lukemaan uutta tiedotettamme, uudet ja vanhat lukijat!

Marshall B. Rosenbergin intensiivikurssi elokuussa Suomessa!

Järjestämme 28.-29.8. Helsingin lähellä Marshall B. Rosenbergin intensiivikurssin, jonka sisältö suunnitellaan osallistujien haastattelun perusteella. Joten ilmoita kiinnostuksesi mahdollisimman pian, koska hinta riippuu osanottajien määrästä. Koulutus on tarkoitettu englanninkielentaitoisille peruskurssin käyneille henkilöille. Tarkoitus on viettää 2 päivää ja 1 yö intensiivisesti NVC:tä opiskellen ja eläen. Hinta riippuu osanottajien määrästä, joten on senkin vuoksi tärkeätä, että kerrot kiinnostuksestasi jo nyt, jotta saamme laskettua kustannukset ja varattua sopivan tilan. 10 henkeä on jo alustavasti ilmoittautunut. Lisää tietoa päivitetään webbisivuillemmekin sitä mukaa kun teemme päätöksiä.

Mielenterveystyön tukihenkilöiden ilta

Auroran sairaalaan takkahuoneeseen kokoontui pyryisenä helmikuun iltana porukkaa, joille toisen ihmisen empaattinen kuunteleminen on nimenomaan osa heidän arvokasta työtään. Tutustuimme NVC-prosessiin ja vähän toisiimmekin. Toive uudelleen tapaamisesta jäi itämään.

NVC-esittely peruskoulussa

Hanna ja Kati olivat pitkästä aikaa koulussa kertomassa yli 50 opettajalle NVC:stä helmikuuisena perjantai-iltapäivänä. Innostusta lisäopiskeluun oli niin paljon, että päätimme rehtorin kanssa alustavasti järjestää halukkaille opettajille peruskurssin. Palautteissa ihmiset mm.

kertoivat, että he pitivät erityisesti NVC-kielen itseä ja toista kunnioittavasta tyylistä.

Peruskurssi Seinäjoella

Ensimmäinen peruskurssi Etelä-Pohjanmaan kesäyliopistossa onnistui yli odotusten. Suurin osa kurssilaisista ilmoitti haluavansa tulla mukaan jatkokurssille. Seinäjoella järjestetään toinen peruskurssi **huhtikuun 22.-23.**, koska kaikki halukkaat eivät mahtuneet mukaan tälle kurssille. Palautteissaan osallistujat kertoivat erityisesti pitävänsä Hannan ja Susannan käyttämistä havaintovälineistä, kuten kirahvin ja sakaalin korvista, käsinukeista ja kommunikaatioputkesta.

Peruskurssi Helsingissä

18.3. pe klo 17:00 - 21:00 ja 19.3. la klo 09:00 - 17:00. Vielä ehtii mukaan! Kerrottehan ystävillemmekin!

Kevään teemaillat:

30.3. ke klo 17:30-20:00 Kukanniityn koulu, Helsinki. Teemana on **Miten käsittelet vihan tunteesi?**

Ilmoittautumiset 23.3. mennessä.

27.4. ke klo 17:30-20:00 Kukanniityn koulu, Helsinki. Teemana on **Syylästätkö itsesi vai opitko mokistasi ilolla?**

Ilmoittautumiset 20.4. mennessä.

Tervetuloa! Ovimaksu on molemmissa 5 euroa ja toiveena jo käyty peruskurssi.

Keskiviikkoiltojen kurssi

NVC parisuhteessa –kurssi pidetään keskiviikkoina **6.4., 13.4. ja 20.4. klo 17:00-20:30**, Helsingissä.

Iitti

Järjestämme peruskurssin 15.-16.4. Iitissä, Perheniemen opistolla. Tarkemmat tiedot nettisivuilta.

Perheleiri suunnitteilla

ELÄ MYÖTÄ MÄESSÄ! NVC-perheleiri Ystävyyden Majatalossa, Kiikalassa, lähellä Saloa (100km Turusta ja Helsingistä) to-su 28.-31.7. www.ystavyudenmajatalo.fi

Leirillä tutustutaan NVC:hen, eletään NVC-prosessissa toisten aikuisten ja lasten kanssa. Ohjelma sisältää aikuisten sessioita ja yhteisiä sessioita lasten kanssa, jakamista, iloitsemista, toimintaa, teatteria, leikkiä ja laulua! Sinulla on myös mahdollisuus saada rosentherapiea-hoitoa.

Ilmoittautuneiden toiveet leirin NVC-osuuksien sisällöstä otetaan huomioon jo suunnitteluvaiheessa. Tarkemmat ilmoittautumisohjeet annamme myöhemmin. Merkatkaa jo päivämäärät kalenteriin jos haluatte mukaan!



Ystävyyden Majatalo järveltä päin

Hurttu ja Hertta

Lukijoiden jutut ovat edelleen tervetulleita muokattavaksi Hurttan ja Herttan suuhun sopiviksi. Lähetämme teille jutun hyväksyttäväksenne ennen julkaisemista.

Kursseista ja muista tapahtumista saatte lisätietoja verkkosivuiltamme:

www.savannaconnexions.fi tai suoraan Hanna Savannalta, puh. 045-6797270 tai hanna.savanna@savannaconnexions.fi
Otamme ilolla vastaan myös kaikenlaisen palautteenne!

Savanna ConneXions

Hurttu Hertta



Hiihtoloman suunnittelu

Hurttu: "Mitä minä teen noitten lasten kanssa hiihtolomalla?"

Hertta: (varmistaa ensin, haluaako Hurttu oikeasti ehdotuksia). "Pyydätkö minua miettimään sinun kanssasi, mitä tekisit lasten kanssa hiihtolomalla?"

Hurttu: "Tämä on ihan hirvää, kun taas on pakko lähteä reissuun vaikka ei ole edes rahaa! Velkaa vaan on taas otettava lisää."

Hertta: (huomaa, että Hurttu kuitenkin haluaa ensisijaisesti tulla kuulluksi) "Ahdistaako sinua, kun haluat toisaalta olla varma siitä, että selviät raha-asioissasi ja toisaalta tarviit vaihtelua ja yhteyttä lasten kanssa?"

Hurttu: "No kyllä! Ja pakko on taas ottaa lisää lainaa."

Hertta: "Oletko ihan neuvoton kun haluaisit tietää millä muulla tavalla voisitte viettää mukavaa lomaa kuin rahaa lainaamalla?"

Hurttu: "Kyllä olen! Ei ole muuta vaihtoehtoa."

Hertta: "Surettaako sinua lisäksi, koska haluaisit niin kovasti löytää jonkun keinon, ja haluaisit luottaa siihen, että sellainen ylipäätään on?"

Hurttu: "Kyllä minua surettaakin. Eniten se, että noille lapsille ei kelpaa mikään muu kuin sellainen vaihtoehto, joka maksaa maltaita. Nytkin ne vaihtoehdot ovat joko Lapin matka tai etelän matka."

Hertta: "Eli haluaisitko minun myös kuulevan miten hankalaa sinulle on joskus toteuttaa heidän mielihalujaan?"

Hurttu: "Joo. Ja sitten ne aina sanoo, että muualla saavat kaikkea mitä haluavat, ja että minun kanssa on aina vaan niin ankeata."

Hertta: "Eli haluaisitko pystyä paremmin luottamaan siihen, että lapset arvostavat sitä aikaa ja energiaa, minkä heille annat, ilman mitään matkoja ynnä muuta extraa?"

Hurttu: "Kyllä todellakin... ehkä minä haluaisinkin jutella heidän kanssaan tästä asiasta. Katotaan miten siinä käy. Jospa minä vaikka uskaltaisin sanoa niille nämä samat asiat kun uskalsin sanoa sinulle."

Hertta: "Onko sinulla nyt varmempi olo kohdata tämä tilanne lasten kanssa?"

Hurttu: "Joo. Kiitos kun kuuntelit taas."

Hertta: "Oletko nyt helpottunut ja tullut kuulluksi tässä asiassa?"

Hurttu: "Joo."