

Hei kaikki!

Mukavia alkusyksyn päiviä!

**Marshall B. Rosenbergin
intensiivikurssi elokuussa Suomessa!**

Järjestimme 27. -29.8. Veikkolassa NVC-intensiivikurssin. Vietimme ikimuistoiset 3 päivää ja 2 yötä intensiivisesti NVC:tä opiskellen ja eläen. Kurssipaikka oli hotelli Elohoivi Nuuksiossa, rauhallisessa ympäristössä järven rannalla. Rantasauna ja uinti rentouttivat raskaidenkin päivien jälkeen. Olemme kokoamassa aineistoa kurssista nettisivuillemme. Palautetta kurssilaisilta on ollut aivan ihanaa lukea. Niin moni meistä, ellei ihan jokainen, nautti kokemastaan aitoudesta, rehellisyydestä, rohkeudesta kohdata tuskallisiakin asioita, sekä luottamuksesta ja läsnäolosta. Marshall itse sanoi, ettei ole vielä koskaan ollut mukana 3 päivän kurssilla, jolla oltaisiin menty niin syväälle. Oli ihanaa itkeä ja nauraa yhdessä luottavaisesti.

Haaveilemme jo uudesta intensiivikurssista. Haluaisimme järjestää 3 päivän kurssin Elohoivissa nyt tulevana talvena. Olisiko kiinnostusta? Kerrothan meille, niin kartoitamme tilannetta syksyn aikana!

Syksyn avoimet kurssit on nyt päivitetty nettisivuillemme!**Helsinki****Peruskurssit:**

Lauantai 24.9. klo 09:00 - 17:00
Sunnuntai 25.9. klo 09:00 - 17:00

Lauantai 26.11. klo 09:00 - 17:00
Sunnuntai 27.11. klo 09:00 - 17:00

Jatkokurssit:

Lauantai 5.11. klo 09:00 - 17:00
Sunnuntai 6.11. klo 09:00 - 17:00

Lauantai 17.12. klo 09:00 - 17:00
Sunnuntai 18.12. klo 09:00 - 17:00

Seinäjoki**Peruskurssi:**

Torstai 29.9. klo 8:30 - 16:00
Perjantai 30.9. klo 8:30 - 16:00

Jatkokurssi:

Torstai 27.10 klo 8:30 - 16:00
Perjantai 28.10 klo 8:30 - 16:00

Oulu**Peruskurssi:**

Lauantai 8.10. klo 9:00 - 17:00
Sunnuntai 9.10 klo 9:00 - 17:00

Jatkokurssi:

Lauantai 19.11 klo 9:00 - 17:00
Sunnuntai 20.11 klo 9:00 - 17:00

Informoittehan kurseista myös ystävillemme, joiden kanssa haluatte jakaa NVC-energiaa – Helsingin ensimmäinen kurssi on jo parin viikon kuluttua!

Lisää tietoa Nonviolent Communication – prosessista ja työstämme:
www.savannaconnexions.fi

Kaikille avoimet kurssit:

[www.savannaconnexions.fi/Avoimet%20ko](http://www.savannaconnexions.fi/Avoimet%20ko%20ulutukset.htm)

tai suoraan Hanna Savannalta,
puh. 045-6797270 tai
hanna.savanna@savannaconnexions.fi

Otamme ilolla vastaan myös kaikenlaisen palautteenne!

Savanna ConneXions

Hurttta Hertta



Kesäloma ja sen pituus

Hurttta: "Minä en jaksa noita lapsia ja tätä ainaista tappelua ja huutoa ja kiroilua ja siitä seuraavaa selvittelyä ja sovittelua!"

Hertta: "Tarttisitko just nyt rauhaa?"

Hurttta: "Tämä on myös minun kesäloma. Eikös kesälomalla ole tarkoitus levätä. Sekä kehon että mielen. Minä en ainakaan ole levännyt yhtään ja kohta koko loma on jo loppu."

Hertta: "Huolestuttaako sinua ja haluatko olla varma siitä, että sinulla on ollut mahdollisuus lepoon ennen kuin loma loppuu?"

Hurttta: "No ihan varmasti huolestuttaa. Voi vitsi jos tämä jatkuu tällaisena koko loman loppuun saakka! Ei oo varmaan ollut yhtään riidatonta päivää. Minä en kestä enää kuunnella noita lapsia kun minusta tuntuu, että aina kun niillä on jotain asiaa niin se on jotain valittamista jonkun toisen lapsen käyttäytymisestä."

Hertta: "Haluaisitko luottaa siihen, että rauha olisi ylipäätään mahdollista tässä porukassa?"

Hurttta: "No mieti itse onko ollut yhtään päivää ilman tappelua ja huutoa!"

Hertta: "Haluatko että minäkin näen, miten usein nämä lapset ovat asioista eri mieltä?"

Hurttta: "Ei ne ole pelkästään eri mieltä, vaan ne kiduttavat toisiaan eivätkä ole oppineet yhtään mitään siitä mitä me yritämme niille opettaa."

Hertta: "Alatko olla jo epätoivoinen, kun haluaisit luottaa siihen, että lapset oppisivat tulemaan paremmin toimeen keskenään?"

Hurttta: "Kyllä. Ja kun niille tulee riita, niin miksi meidän aika menee jatkuvasti niitten selvittämiseen."

Hertta: "Haluaisitko luottaa siihen, että lapset oppisivat myös itse selvittämään omia riitojaan?"

Hurttta: "Kyllä. Kuinka kauan meidän pitää niitten asioihin puuttua? Eikö ne opi ikinä mitään pienimpiäkään asioita itse selvittämään?"

Hertta: "Eli olet jo menettämässä toivoasi sen suhteen, että he selviytyisivät elämässään ilman meitä?"

Hurttta: "No joo, mutta kaikista eniten minua tällä hetkellä ottaa päähän se, että minun loma on mennyt ihan pilalle. Helppohan se on sinun siinä antaa empatiaa tyytyväisenä kun sinulla on koko kesä lomaa ja minulla vain vajaat 2 viikkoa! Kyllä minäkin jaksaisin vaikka viikon riitaa putkeen, jos minulla olisi kymmeniä viikkoja vapaata."

Hertta: "Onko se sinusta epäreilua, että ihmisillä on eripituiset lomat?"

Hurttta: "No ei kai se minusta epäreilua ole. Minua vaan harmittaa se kun minulla ei ole omasta mielestäni riittävästi."

Hertta: "Oletko sinä pettynyt siitä, kun valitsit pitää 2 viikkoa lomaa pidemmän loman sijaan?"

Hurttta: "Jos minulla olisi varaa, niin totta kai minä pitäisin enemmän lomaa. En vaan tajua miten voisin olla palkattomalla lomalla enempää. En missään tapauksessa. Nytkin tulee jo rahavaikeuksia tästä."

Hertta: "Suretko nyt omaa neuvottomuuttasi kun et tiedä miten saisit kaikki tarpeesi tyydytettyä? Taloudellisen turvallisuuden ja levon tarpeen?"

Hurttta: "Just niin. Sitä minä suren. Ja sitä, että olen niin tyhmä, että en ole vielä oppinut pitämään itsestäni parempaa huolta."

Hertta: "Niin. Kuulen, että toivoisit osaavasti pitää tarpeitasi tehokkaammin huolta."

Hurttta: "Joo. Ensi kesään on niin pitkä aika, että en jaksa mitenkään ilman lomaa. Minun ois pitänyt tajuta, että minä en jaksa."

Hertta: "Kuulostaa siltä, että syyllistät itseäsi tästä tilanteesta?"

Hurttta: "Totta kai minä syyllistän kun tähän on minun syytä tämä minun elämän tilanne."

Hertta: "Eli haluat ottaa vastuun itse omista valinnoistasi?"

Hurttta: "Totta kai. Tyhmästä päästä kärsii koko ruumis."

Hertta: "Surettaako sinua jokin valinta minkä olet tehnyt, kun nyt toivot, että olisit tehnyt toisella tavalla?"

Hurttta: "Ei minua kaduta se, etten pidä pidempää lomaa, koska en tiedä miten olisin muuten pärjännyt. Minua kaduttaa se, että päätin viettää koko lomani teidän kanssa, kun en tiedä miten saan tässä seurassa levättyä."

Hertta: "Onko siis nyt niin, että kun nyt ajattelet sitä miten paljon täällä on ollut riitaa ja tappelua, niin suret siitä, että et järjestänyt itsellesi toisenlaistakin lomaa, sellaista, jossa olisi ollut todennäköisempää saada olla rauhassa?"

Hurttta: "Joo. Vaikka minua vähän pelottaakin sanoa tätä sinulle, kun pelkään, että tulkitset sen jotenkin muuten kuin mitä tarkoitan."

Hertta: "Eli haluat olla varma siitä, että minä en kuule kritiikkiä?"

Hurttta: "Niin. Ja minä haluan sinun kuulevan, että haluan olla myös teidän kanssa, mutta en kaikkia kallisarvoisia lomapäiviäni."

Hertta: "Ok. Haluat siis minun kuulevan myös, että oikeasti haluat viettää aikaa myös meidän kaikkien kanssa?"

Hurttta: "Totta kai."

Hertta: "No haluatko minun kuulevan vielä jotain?"

Hurttta: "En kai. Tai joo – sopsiko sinulle, että me pidettäis ensi kesänä myös lapsetonta lomaa jollain tavalla?"

Hertta: "Joo. Minustakin se ois tärkeätä."