

## Hei kaikki!

**Tervetuloa tutustumaan uusiin, raikkaisiin nettisivuihimme uuden vuoden vaihteessa!**

**Julkaisemme myös uudistuneen, tasa-arvoisemman logomme** ja kuulisimme mielellämme palautetta uudistuksistamme.

### **Empatiaviikonloput**

kaikille NVC:stä kiinnostuneille peruskurssin käyneille:

**Ylivieska, 2.-4.3. ja 27.-29.4.**

**Karjalohja, 30.3.-1.4. ja 11.-13.5.**

Olet sydämellisesti tervetullut mukaan kohtaamaan muut ja itsesi sellaisena kuin olet sillä hetkellä! "Ollaan sitä, että on mikä on!"

### **Kevään kaikille avoimet kurssit**

aikatauluissa on tapahtunut pieniä muutoksia. Huomaa uudet aikataulut ja monissa jo päivitetty hinnatkin!

### **NVC-parisuhdekurssi**

Helsinki, 10.-11.2.

harjoituksia haasteellisiin tilanteisiin parisuhteissa

### **NVC kasvattajille**

Helsinki, 10.-11.5.

harjoituksia haasteellisiin tilanteisiin opettajille ja vanhemmille

### **NVC-peruskurssit**

Helsinki, 25.-26.1. ja 19.-20.4.

Ylivieska, 1.-2.3.

Seinäjoki, 12.-13.3.

Oulu, 15.-16.3.

### **NVC-jatkokurssit**

Helsinki, 8.-9.3.

Oulu, 23.-24.4.

Seinäjoki, 26.-27.4.

Helsinki, 24.-25.5.

Ylivieska, 4.6.-5.6.

### **NVC-jatko2kurssit – yövyimme myös yhdessä 1 yön**

Oulu, 28.-29.5., Virpiniemi

Seinäjoki, 30.-31.5., Ähtäri

### **Viro**

Hanna Savanna kouluttaa Virossa 3.-5.5. Kursin sisältönä on alustavasti 4 ystäväämme; häpeä, syyllisyys, masennus ja viha. Tarkemmat tiedot löytyvät pikapuoliin netistä.

Tarkemmat kurssitiedot ja ilmoittautumisohjeet:

<http://www.savannaconnexions.fi/avoinkoulutus.htm>

### **Materiaalimyynti** on päässyt vauhtiin.

Lisätiedot ja tilausohjeet sivultamme:

<http://www.savannaconnexions.fi/Materiaalit.htm>

Lisää tietoa Nonviolent Communication-prosessista ja työstämme:

[www.savannaconnexions.fi](http://www.savannaconnexions.fi) tai suoraan Hanna Savannalta, puh. 045-6797270

tai

[hanna.savanna@savannaconnexions.fi](mailto:hanna.savanna@savannaconnexions.fi)

### **YLTÄKYLLÄISTÄ UUTTA VUOTTA TEILLE KAIKILLE!**

Savanna ConneXions

## Hurтта Hertta



### Miksi minua aina syrjitään?

**Hurтта:** Miksi minua aina syrjitään?

**Hertta:** Ai? Oletko pettynyt ja haluaisit tulla nähdyksi?

**Hurтта:** No en. Kyllä minä olen pettynyt ja tulen kyllä nähdyksi, mutta aina vaan sillein negatiivisesti.

**Hertta:** Tarvitsisitko palautetta niistä muita ilahduttaneista asioista, joita olet tehnyt?

**Hurтта:** Kyllä varmaan.

**Hertta:** Kuulostaa siltä, että tarvitsisit ehkä kuitenkin enemmän jotain muuta. Onko niin?

**Hurтта:** No joo, mutta tätä on vähän hankala sanoa sinulle – en taida viittää – suutut sitten ja tulee vaan hankaluuksia.

**Hertta:** Ahaa. Kuulostaa siltä, että olet huolissasi siitä, millaisia tuntemuksia viestisi ehkä minussa herättää?

**Hurтта:** Joo. Kato ku oothan sä mun kaveri eikä kaveria sais loukata.

**Hertta:** Eli haluaisit olla varma siitä, että meillä säilyy yhteys sanoitpa minulle sitten mitä tahansa?

**Hurтта:** Joo. Vaikka aika hyvinhän sinä yleensä jaksat kuunnella ja ymmärtätkin.

**Hertta:** Niin, että toisaalta luotat siihen, että hankalissakin asioissa kykenemme säilyttämään yhteyden?

**Hurтта:** Niin, mutta riski on kyllä tässä aika suuri.

**Hertta:** Kuulen sinun sanovan, että arvostat meidän ystävyystämme niin kovasti, ettet haluaisi riskeerata sen rikkoutumista ehkä minulle ikävällä viestilläsi?

**Hurтта:** Joo. No lupaatsä ettet suutu?

**Hertta:** Arvelen, että toisaalta haluaisit kovasti kertoa minulle sen mikä sinua painaa, ja silti tarvitsisit vielä enemmän luottamusta siihen, että kestät seuraukset?

**Hurтта:** Joo. No kun tästä nyt kerran ollaan jo näin pitkään jauhettu, niin sinä varmaan jo hermostut niin minä kerron sitten...

**Hertta (keskeyttää):** Hei, ennen kuin sanot yhtään mitään, niin haluan sinun kuulevan, että en hermostu siitä, vaikket kertoisikaan. Minä kyllä kestan sen ja uskon, että on joskus vaikeata päättää mitä kellekin kertoo. Toivon, että kerrot jos itse omien tarpeidesi takia haluat sen jakaa etkä tee sitä minun takiani.

**Hurтта:** OK, kiitos tuosta. Kyllä minä nyt kuitenkin aion kertoa jos sinulle sopii.

**Hertta:** Selvä. Koetan parhaani mukaan pitää kirahvin korvat päässäni.

**Hurтта:** Minua kato ärsyttää ihan kamalasti se, että minut leimataan pahaksi enkä kelpaa minnekään.

**Hertta:** Haluat minun kuulevan, että sinun mielestäsi sinut leimataan pahaksi?

**Hurтта:** Niin. Ihmisille opetetaan kirahvikieltä ja opetetaan ne pois sakaalikielystä. Ihan niin kuin minä olisin joku kamala, vaikka Marshallkin sanoo, että sakaalilla on ihan yhtä lailla hyvät tarpeet kaiken sen takana mitä se milloinkin valitsee tehdä.

**Hertta:** Ahaa. Eli sinua ärsyttää se, että sakaali leimataan mielestäsi pahaksi, vaikka toisaalta kuulet Marshallin sanovan että molemmat puolet ovat yhtä lailla merkityksellisiä?

**Hurтта:** Niin just. ilman minua ei olisi sinuakaan. Minua ei kelpuuteta minnekään, edes Savanna ConneXions logoon.

**Hertta:** Vai niin. Haluaisitko minun kuulevan, että me molemman olemme yhtä arvokkaita? Haluaisitko lisäksi tasa-arvoa?

**Hurтта:** Kyllä todellakin. Minkä takia sinä aina pääset kaikkeen mukaan ja minua syrjitään. Piparkakkumuotitkin ovat kirahveja – ootko muka nähnyt muita sakaalimuotteja kun omatekemisiä?

**Hertta:** Tarttisitko sinä tasa-arvon lisäksi vielä oikeudenmukaisuutta?

**Hurтта:** No kyllä! Minkä takia minussa muka on joku vika?

**Hertta:** Haluaisitko sinä ymmärtää niitä syitä, miksi sinua leimataan?

**Hurтта:** No kyllä minä ymmärrän. Tietenkin se johtuu siitä miten minä välillä puhun, mutta miksi minulle ei anneta mitään mahdollisuutta olla jotain muutakin?

**Hertta:** Eli tarvitsisit myös mahdollisuuksia tulla nähdyksi toisella tavalla, hyväksyvämmiin?

**Hurтта:** Joo. Minä haluan, että minut hyväksytään sellaisena kuin minä olen! Minä haluan, että minussakin nähdään yhtä lailla ihanaa kuin sinussa! Minä haluan puhua noille ihmisille, että ne ottavat minut mukaan myös logoonsa!

**Hertta:** Tyydyttäisikö se tarpeesi tällä hetkellä, jos sinäkin olisit mukana Savanna ConneXionsin logossa?

**Hurтта:** Joo. Tällä hetkellä se helpottaisi. Aionkin heti pyytää sitä, kun kerran sen tajusin. Kiitos kun autoit minua tajuamaan.

**Hertta:** Kiitos kun kerroit minulle. Minä olen iloinen siitä, että kerroitkin tämän, ja samalla haluan vakuuttaa sinulle, että tämä ei saanut minussa aikaan minkäänlaista suuttumusta vaan päinvastoin – olen liikuttunut ja kiitollinen, koska haluan itsekin tasa-arvoa välillemme.

**Hurтта:** Jospa minä uskaltaisain jatkossa luottaa tuohon helpommin.

Vähän ajan kuluttua:

**Ihminen:** Hurтта ja Hertta, tulkaas katsomaan uutta logoa uusilla nettisivuillamme!