

Hei kaikki!

Onnea kaikkien alkaneelle vuodelle!
Toivottavasti tarpeen tyydyttyvät tänä vuonna niin kuin teille on elämänne kannalta merkityksellistä.

Kaikilla kevään kurseillamme on vielä tilaa!
Kerrottehan mahdollisuuksista eri paikkakunnilla asuville ystäville ja muistattehan, että Helsingin kurseille pääsee kertaamaan puoleen hintaan!
Olet sydämellisesti tervetullut mukaan!

NVC-peruskurssit

Joensuu 6.-7.2.2008
Ylivieska 9.-10.2.2008
Oulu 26.-27.2.2008
Kuopio 14.-15.2.2008
Helsinki 9.-10.3.
Kälviä 3.-4.4.2008
Oulu 26.-27.4.2008
Porvoo 19.20.2008 (suomeksi)
Borgå 15.-16.3.2008 (på svenska)

NVC-jatkokurssit

Helsinki 26.-27.4.2008
Oulu 14.-15.5.2008
Ylivieska 24.-25.5.2008

NVC-jatko2kurssi

Utajärvi 6.-8.6. (NVC-leiri)
Ohjelma on vielä kehittämissä, joten olet tervetullut lähettämään toiveitasi sisällön suhteen – tähän mennessä on toivottu sovittelua, joka tulee varmasti olemaan mukana.

NVC-luento

Siilinjärvi, 29.1.2008 klo 18:00–21:00

INSPIS! Hyvinvoinnin ja inspiraation messut Oulussa 29.-30.3.

Hanna Savanna luennoi palautteen antamisesta ja kiitollisuudesta NVC-prosessin mukaan sunnuntaina klo 14.15. (Sali 2, 2.krs.) Molempina päivinä esiintyy 2 kertaa, klo 11.30 ja 14.30 myös Oulun NVC-harjoitteluryhmä lyhyillä, n. 3-5 minuutin näytelmillä. Tulkaa katsomaan ja kuuntelemaan!

[Tarkemmat kurssi ja tapahtumatiedot sekä ilmoittautumisohjeet](#)

Uusi artikkeli

Uusimmassa Nuorten naisten kristillisen yhdistyksen (NNKY) Näky-lehdessä on Johanna Maria Daviesin kirjoittama artikkeli NVC:stä ja Hanna Savannan haastattelu. Johanna Maria suunnittelee myös ottavansa väitöskirjaansa mukaan NVC-pohjaista sovittelua.

[Lehtiartikkelit](#)

Materiaalimyynti

Myötäelämisen taito – kirjasta on tullut jo kolmas uusittu painos, jossa lisänä on uusi empatiaa itselle -kappale.

[Lisätiedot ja tilausohjeet sivuiltamme](#)

Lisää tietoa Nonviolent Communication-prosessista ja työstämme:

www.savannaconnexions.fi tai suoraan Hanna Savannalta, puh. 045-6797270 tai etunimi.sukunimi@savannaconnexions.fi

Energiaa elämäänne koko vuodeksi 2008!

Savanna ConneXions

Hertta ja Hurtta eivät ole erityisesti ketään tiettyjä roolihahmoja. He edustavat ketä milloinkin, jotka joko haluavat tulla kuulluksi (Hurttia) tai haluavat kuulla toista (Hertta). Yksityisyyden ja kunnioituksen tarpeiden vuoksi nimitämme milloin ketäkin Hurttaksi ja Herttaksi. He siis saattavat olla naisia, miehiä, lapsia, aikuisia, tms. Jos haluat tuoda oman tilanteesi muiden luettavaksi, niin olet tervetullut ottamaan yhteyttä meihin!



Hertta: Harmittaako sinua, kun haluaisit viettää aikaa minun kanssani ihan rauhassa?

Hurтта: No olisihan se tietysti kiva jos ehtisitte käymään minua katsomassa.

Hertta: Haluaisitko enemmän seuraa?

Hurтта: Ei ne muutkaan ole käyneet minua katsomassa pitkiin aikoihin.

Hertta: Niin. Olisiko sinusta kiva tavata useampia ihmisiä?

Hurтта: No mitäpä ne tämmöisestä vanhasta akasta... varmaan toivovat, että kuolisit, ettei niitten tarttis sitten enää mieltä, että tulevatko katsomaan vai eivätkö tule.

Hertta: Surettaako sinua, kun haluaisit olla varmempi siitä, että sinusta välitetään? Että olet kaikille läheisillesi edelleenkin rakas?

Hurтта: (on hetken hiljaa) Niin se varmaan on. Kyllä minä toisaalta uskon, että välittävät, mutta kun tänne minut on vain laitettu virumaan.

Hertta: Suututtaako sinua, kun haluaisit olla itse päättämässä sinua koskevissa asioissa?

Hurтта: Tietenkin. Minähän haluaisin mennä kotiin, mutta eivät ne päästä.

Hertta: Onko tämä sinulle raskasta siksi, kun sinä haluaisit niin kovasti itse päättää omista asioistasi?

Hurтта: Joo. Ajattele nyt minkälaista tämä on, kun laitetaan vaan jonnekin tällaiseen vankilaan eikä päästetä pois.

Hertta: Kuulostaa siltä, että haluat minun kuulevan, miten raskasta sinulla on, kun tarvitsisit enemmän vapautta ja mahdollisuuksia valita miten elät?

Hurтта: Kyllä se kuule niin on. Ja kaikki ihmiset ovat täällä niin inhottavan sairaita.

Hertta: Kun sinä näet niin paljon sairaita ihmisiä ympärilläsi, niin surettaako se sinua, kun tarvitsisit luottamusta siihen, että sinun elämässäsi on vielä terveyttäkin?

Hurтта: No en minä varmasti kokonaan enää parane näistä kaikista, mutta kyllä minä toivon, että voisin vielä pärjätä kotonakin.

Hertta: Niin. Kuulostaa siltä, että se olisi sinulle todella tärkeää.

Hurтта: (silmät kostuvat kyynelistä) Niin olisi.

Hertta: Koti on niin tärkeä paikka meille kaikille.

Hurтта: Niin.

Istuvat ihan hiljaa monta minuuttia miettien kodin tärkeyttä ihmiselle.

Hertta: Haluaisitko vielä jutella tästä asiasta?

Hurтта: Minulle tuli mieleen, että kyllähän ne tietysti yrittävät auttaa. Tulihan minulle se kuume.

Hertta: Haluatko minun kuulevan, että jossain määrin ymmärrät, minkä vuoksi sinut tuotiin tänne sairaalaan?

Hurтта: Joo, kyllähän ne tietysti yrittävät auttaa.

Hertta: Onko niin, että luostat siihen, että sen takana on hyvä tarkoitus, että olet täällä sairaalassa?

Hurтта: Niin se varmaan sitten on. Eihän ne kuitenkaan kiusallaan tämmöistä kenellekään tekisi.

Hertta: Niin.

Hurтта: Hyvähän minun on täällä muuten olla – ihan hyvinhän ne hoitavatkin ja osa on ihan mukaviakin.

Hertta: Kuulostaa siltä, että toisaalta viihdytkin täällä, vaikka mieluummin olisitkin kotona?

Hurтта: Niin. Ja täällä on niin tylsää.

Hertta: Kaipaisitko enemmän virikkeitä?

Hurтта: Tämmöstä näin juttelua minä kaipaan - omien sukulaisten kanssa.

Hertta: Oletko välillä yksinäinen ja tarvitsisit yhteyttä läheisiisi samalla tavalla kuin kotona ollessasi?

Hurтта: Joo, totta kai, mutta minua helpottaa nämä meidän juttuhetket.

Hertta: Ai kun kiva kuulla, että olisi helpottuu.

Hurтта: Niin. Se on kiva kun sinä aina viitsit jutella.

Hertta: Oletko iloinen siitä, että nämä meidän keskustelut usein helpottavat?

Hurтта: Joo. Kiitos taas sinulle, Hertta.

Hertta: Kiitos kun kerroit. Minusta on niin kiva kuulla, että nämä meidän tapaamiset ovat sinullekin merkityksellisiä.