



RAUHANTURVAAJA

Suomen Rauhanturvaajaliitto ry:n jäsenlehti

5 2011



MITÄS ME MESTARIT

Kymenlaakso
juhli ensimmäistä
Falling Plates -voittoa



Hanna Savanna vetää 26.-27.11. Tuusulassa erityisen rauhanturvaajille räätälöidyn NVC-peruskurssin.

HANNA SAVANNAN NEUVO RAUHANTURVAAJILLE JA HEIDÄN LÄHEISILLEEN:

“Olkaa myös erossa rehellisiä toisillenne”

Rauhanturvaajaliiton jäsenille tarjoutuu täysin uudenlainen mahdollisuus omien kykyjen kehittämiseen ja mikä tärkeintä oman itsensä löytämiseen, kun NVC-kouluttaja Hanna Savanna vetää marraskuussa Puolustusvoimien kansainvälisessä keskuksessa erityisesti rauhanturvaajille räätälöidyn koulutuksen.

Hetkinen, mikä NVC-kouluttaja?

– NVC eli Nonviolent Communication tähtää siihen, että saisimme rakennettua yhteyden ihmisten välille samoin kuin sen yhteyden ylläpitämiseen, Hanna Savanna selvittää.

– NVC-prosessi koostuu neljästä askeleesta, joita sovelletaan eri tilanteissa. Ne ovat havainto, tunne, tarve ja pyyntö.

– Itselleni tärkeintä NVC-prosessissa on se, että olen tutustunut sen kautta itseäni. Tiedän, mitä tunnen, mitä tarvitsen ja miten haluan toimia, hän lisää.

Rauhanturvaaja ja ylipäätään sotilastuustaisia ihmisiä kouluttamaan Hanna Savanna paljastaa tulewansa ensimmäistä kertaa. Haaste ei ole hänen mukaansa kuitenkaan mitenkään ylitsepääsemätön, päinvastoin.

– Minun kohderyhmäni ovat aina uusia ja erilaisia. Todennäköisesti lähdän nytkin liikkeelle siitä, että me olemme kaikki

erilaisia yksilöitä taustastamme huolimatta. Meillä kaikilla on omat tunteemme ja tarpeemme.

– Totta kai suhtaudun kunnioittavasti rauhanturvaajien työhön. Takana olevat rankatkin kokemukset innostavat, mutta toisaalta ne varmasti myös auttavat yhteyden rakentamista, Savanna miettii.

Asioista on tärkeä puhua avoimesti

Hanna Savanna aikoo puhua Tuusulassa muun muassa avoimuudesta ja rehellisyydestä, toisen ihmisen ymmärtämisestä.

– Haluan korostaa, että asiat kannattaa puhua avoimesti halki, ovat ne sitten miellyttäviä tai epämiellyttäviä, jopa pelkoja. Kysymys on siitä, miten toista voisi auttaa, kun ollaan erossa.

– Tärkeintä on se, että ihmiset ovat myös erossa rehellisiä toisilleen sen sijaan, että he vaikenevat toista säästelläkseen. Olettamisen sijaan on aina merkityksellisempää ottaa asiat puheeksi.

NVC-prosessissa ihminen opetetaan kohtaamaan se, mikä hänessä on elossa eli käytännössä tunteiden koko kirjo laidasta laitaan.

– Me emme voi tukea toisiamme, jos emme tiedä, miten itse voimme. Ikävä kyllä monet ihmiset pysähtyvät miettimään näitä asioita vasta hyvin myöhään elämässään, esimerkiksi työelämän hankaluuksia

ensimmäisen kerran eläkkeelle jäädessä.

– On ylipäätään tärkeä selvittää, miten ihmiset voivat. Ennen sitä ei ketään voi tukea, Savanna näkee.

Savanna paljastaa, että osa hänestä toivoi kaikkien ihmisten käyvän burn outin läpi ennen 25 ikävuoden täyttymistä. Se nimittäin opettaisi itse kunkin ymmärtämään itseään ja omia tarpeitaan.

Kuuntelemisella on iso merkitys

Hanna Savannan mukaan Tuusulan koulutus sopii erityisen hyvin ihmisille, jotka ovat mukana vetämässä erilaisia vertaisryhmiä.

– Vertaistyötä helpottaa, jos kokemukset ovat yhteneviä. Ihmisten on helpompi jakaa asiat toistensa kanssa, jos heillä on jo valmiiksi joku keskinäinen yhteys esimerkiksi yhteisen taustan kautta.

NVC-prosessissa on oleellista ottaa vastuuta toisen kuulemisesta ja itsensä ilmaisemisesta.

– Sillääkin on seurauksensa, jos ei sano mitään, tiivistää Savanna.

Teksti ja kuva: Asko Tanhuanpää

Hanna Savannasta, Savanna ConneXionista ja NVC-prosessista enemmän osoitteessa www.savannaconnexions.fi