



# SAVANNA NEWS # 41

helmikuu 2014

## Hei kaikki!

Tervetuloa lukemaan uutisiamme!

Savanna ConneXionsissa tapahtuu! Syksyllä aloitimme kaksi uutta Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja –koulutusta, Sipoossa ja Oulussa, ja pian aloitamme Oulussa jo seitsemännen koulutuksen! Pääkaupunkiseudulla aloitamme kevään aikana kahdeksannen koulutuksen, joka pidetään arkipäivisin. Sinne voi jo alustavasti ilmoittautua, vaikka päivämäärät ovatkin vielä auki. Neuvottelemme uudesta kurssitilasta parhaillaan, ja sen vuoksi ”vitkuttelemme” vielä päivämäärien kanssa.

Kursseiltamme on valmistunut jo 24 Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaajaa. Tässä yhden osallistujan suositus: *”Koulutus sopii kaikille, jotka tekevät työtä ihmisten kanssa. Sen aineksilla rikastuttaa arkea, voi helpottaa pieniä nyrjähdysyksiä ja estää isoja konflikteja. Marjo Sotala, henkilöstöpäällikkö”*

## OULU

### VII Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja -koulutus

Osa 1 (pe-la) 14.-15.3.2014

Osa 2 (pe-la) 25.-26.4.2014

Osa 3 (pe-la) 6.-7.6.2014

Osa 4 (pe-la) 15.-16.8.2014

Osa 5 (pe-la) 26.-27.9.2014

Osa 6 (pe-la) 7.-8.11.2014

**TERVETULOA! MUKAAN MAHTUU VIELÄ!**

## PÄÄKAUPUNKISEUTU (VANTAA ?)

### VIII Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja -koulutus

OSA 1 (arkipäivisin) huhtikuussa?

## TAMPERE

### IX Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja -koulutus

Osa 1 (arkipäivisin) toukokuussa?

## JOENSUU

### X Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaaja -koulutus

Osa 1 (ma-ti) 22.-23.9.2014

Osa 2 (ma-ti) 20.-21.10.2014

Osa 3 (ma-ti) 17.-18.11.2014

Osa 4 (ma-ti) 15.-16.12.2014

Osa 5 (ma-ti) 12.-13.1.2015

Osa 6 (ma-ti) 9.-10.2.2015

Tutustuthehan [koulutuskalenterisivulla](#) tarkemmin koulutusohjelmaamme! Sieltä löytyvät myös ilmoittautumisohjeet jne. Olette kaikki

sydämellisesti tervetulleita, uudet ja vanhat NVC-opiskelijat. Voit osallistua halutessasi vain osaan 1 ja päättää sen jälkeen, haluatko sitoutua ja jatkaa koulutusta. Lisäksi, mikäli olet jo käynyt Savanna ConneXionsin perus- ja jatkokurssin, saat osasta 1 ja 2 puolet alennusta.

Rakentavan vuorovaikutuksen ohjaajat ja ohjaajaopiskelijat ovat verkostoituneet aktiivisessa facebook –ryhmässä. Savanna ConneXions on jo tarjonnut töitä ohjaajille tukihenkilöinä, työnohjaajina, sovittelijoina jne. Tarkoituksemme on rakentaa Suomeen toimiva ja hyvinvointia edistävä verkosto! Suunnitteilla on myös uusi koulutus jo valmistuneille ohjaajille, nimittäin **Rakentavan vuorovaikutuksen valmentaja –koulutus**. Valmentajat kouluttaisivat jatkossa mukana ohjaajakoulutuksissamme. Tämä valmennus sisältää runsaasti kouluttajakoulutusta.

## ESPOO

### Kansainvälinen NVC -koulutus Suomessa:

#### Power of Empathy

[Srilankalainen NVC-kouluttajakollegani](#) ja

yhteistyökumppanini tulee pitämään tämän kurssin Suomeen 11.-13.4. Kurssi on tarkoitettu sinulle, jolla on jo NVC-perustaidot hallussa. Tämä kurssi pidetään englanniksi. HUOM! Ilmoittautumiset jo 7.3. mennessä! [Lisätiedot ja ilmoittautumiset](#), [kurssiesite](#)

#### NVC -materiaalit

Muistatthän käydä aika ajoin tutustumassa lisääntyvään [NVC-kirjavalikoimaamme!](#)

#### Tunne- ja tarvekortit ovat vihdoin menossa painoon!

Huvittaa ja hävettää, että niiden valmistuminen on venynyt ja vanunut, koska haluaisimme toimia suunnitelmiamme mukaisesti – myös aikatauluissamme. Emme arvanneet, että korttien valmistumista hidastaisi sellainen sivuprosessi, että siinä samalla laitoimme uusiksi suomalaiset tunne- ja tarvelistat. Suunnitteilla myyntiin on tarvelistat sekä laminoidut tunne- ja tarvelistat korttien lisäksi. Ennakkotilauksia korteista otetaan edelleen vastaan. Hinnaksi tulee noin 30 euroa. Voitte tutustua niihin etukäteen täällä:

[Korttien esittelyvideo](#)

[Vihapokeri](#)

[Empatiapokeri](#)

Hanna Savanna, Savanna ConneXions

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



## Valheessa eläminen

**Hertta:** Oli vissiin jotain, mistä sä halusit jutella?

**Hurttta:** Mua niin raivostuttaa ja ahdistaa se, että mä oon heittäny 11 vuotta hukkaan valehtelevan miehen kanssa.

**Hertta:** Okei. Kuulostaa rankalta. Haluutko kertoa enemmän?

**Hurttta:** No, mua niin raivostuttaa kun oon saanu selville, että viimeiset 6 vuotta meidän avioliitosta se on mua pettäny plus että se on menny naimisiin ja tehny lapsia kotimaassaan.

**Hertta:** No niin mä kuulinkin jo aiemmin. Onko niin, että oot ihan raivona, ehkä järkyttynytkin, kun sait kuulla miten eri tavalla asiat on kuin olit luullut?

**Hurttta:** Kyllä oon raivona ja lisäksi vielä ahdistunu siitä, että mulle ei oo annettu minkäänlaista mahdollisuutta päättää haluanko elää ihmisen kanssa, joka tekee toisten naisten kanssa lapsia. Mä en oo tienny mitään!

**Hertta:** Eli kuulen kaksi asiaa; toisaalta sua ahdistaa se mitä on tapahtunut ja sitten myös se, että miten kauan sitten miehesi on nämä valinnat tehnyt kertomatta sinulle mitään. Eli olisit niin kovasti halunnut tietää ja päättää jo silloin, 6 vuotta sitten, että haluutko jatkaa yhteiseloa tämän miehen kanssa vai et?

**Hurttta:** Juuri näin. (hiljenee)

**Hertta:** Kuulostaa siltä, että olet tosi ahdistunut, kun haluaisit niin kovasti ymmärtää, miten sinun miehesi on ollut kuusi vuotta isä kertomatta sinulle siitä mitään? Onko se sinulle täysin käsittämätöntä ja haluaisit ymmärtää, miten se on mahdollista?

**Hurttta:** Kyllä, haluaisin todella tietää miten se on mahdollista. Ja minusta on täysin käsittämätöntä, miten se on vastannut suoriin kysymyksiin

valehtelemalla päin naamaa. Ja että miten voi olla, että se pystyy elämään tuollaisten valheiden kanssa! Minä en voi tajuta, että kukaan ihminen pystyy tuolla tavalla kieltämään omien lapsiensa olemassaolon!

**Hertta:** Eli olet aivan pöyristynyt, kun sinulle on niin tärkeitä luottaa siihen, että näin tärkeistä asioista, kuin joidenkin toisten ihmisen olemassa olemisesta oltais aivan varmasti rehellisiä?

**Hurttta:** Kyllä – eikä niitä piiloteltais jossain. Minäkin olen käynyt sen kotimaassa monta kertaa, mutta lapset on piilotettu minulta. Aivan hirveätä ajatella, että ne eivät ole saaneet olla rauhassa ja rennosti omia itsejään – ajattele, jos ne olisivat kasvaneet vielä vanhemmiksi minun tietämättä, niin eiväthän ne olis saaneet kertoa, että kuka niitten isä on. Ihan kuin ne joutuisivat asumaan jossain lukkojen takana vankilassa.

**Hertta:** Eli sä oot myös tosi järkyttynyt niitten lasten hyvinvoinnista? Sulle ois tärkeitä, että ne on vapaita olemaan reilusti oma itsensä ja omien vanhempiansa lapsia mitään salailematta ja peittelemättä?

**Hurttta:** Kyllä. Niin kuin minäkin olisin halunnut elää omassa avioliitossani.

**Hertta:** Eli samalla tavalla toivot, että sullekin olisi mahdollista luottaa siihen, että mitään ei salailla eikä peitellä vaan otetaan avoimesti ja rehellisesti puheeksi asiat, mitkä ovat totta?

**Hurttta:** Kyllä. Rehellisyys on se mikä kantaa, ja valheet räjähtää silmille jossain kohtaa kuitenkin. On ihan turha valehdella pari- tai ystävyysuhteessa. On ihan turha luulla, että valheet sais salattua pidemmän päälle näin tärkeissä asioissa. Se on ihan turhaa energian hukkaa. Mieti miten se on valinnut elää monta vuotta sillä tavalla, että se on peitelly valheitaan ja pelänny koko ajan kärehtävänsä. Ihan käsittämätöntä! Ja samalla kun se teki niin, niin se pakotti minutkin elämään siinä samassa valheessa sen kanssa.

**Hertta:** Mä kuulen, että rehellisyys on sinulle tosi tärkeä arvo elämässä ja sinun on tosi vaikea ymmärtää, miten joku valitsee käyttää energiaansa siirtämällä totuuden esille tuloa? Ja toinen juttu mitä kuulen, on se, että sinä olisit niin kovasti toivonut tietäväsi aiemmin kaikesta tästä, jotta olisit itse voinut kohdata todellisuuden silloin jo kuusi vuotta sitten, kun kaikki alkoi?

**Hurttta:** Kyllä. Juuri niin toivon, koska viimeiset 6 vuotta on ollu ihan hukkaan heitettyä aikaa!

**Hertta:** Niin. Kuulostaa siltä, että olisit ehkä itse käyttänyt aikasi ja energiasi johonkin ihan muuhun kuin vaikka parisuhteeseen panostamiseen, jos olisit tiennyt nämä asiat aiemmin?

**Hurttta:** Mmm... (on hetken hiljaa)

**Hertta:** No miten sinä nyt voit kerrottuasi tämän kaiken?

**Hurttta:** No nyt on vähän vahvempi olo, koska tämä on auttanut minua jäsentämään minun omia

tunteitani. Mä en oookkaan enää niin vihanen vaan enemmänkin pettyny,

**Hertta:** Kuulostaa siltä, että kertominen helpotti. Onko niin, että vihan takaa löytyikin pettymystä koska luotit niin siihen, että kaikki teidän yhteiset vuodet olisivat olleet avoimia ja rehellisiä ja että se olisi ollut teille molemmille yhtä tärkeätä?

**Hurtta:** Kyllä. Juuri näin. Oon nyt tosi helpottunut, että nyt tiedän totuuden ja voinut tehdä omat ratkaisuni ja eronnut.

**Hertta:** Eli vaikka olisitkin toivonut tietäneesi lapsista ja kaikesta jo aiemmin, niin olet silti helpottunut, että tiedät nyt, ja olet tehnyt ratkaisut, joiden uskot auttavan siihen, että pystyt tulevaisuudessa pitämään itsestäsi tehokkaammin huolta?

**Hurtta:** Kyllä. (huokaa ja on ihan hiljaa)

**Hertta:** Olisko tämä sellainen kohta, johon voisimme lopettaa tällä kerralla?

**Hurtta:** Sopii minulle.

**Hertta:** Ok. Kiitos kun kerroit minulle elämästäsi. Oli merkityksellistä saada olla mukana.

**Hurtta :** Kiitos itsellesi.