

## MITÄ SINUSSA TAPAHTUU, KUN YMPÄRILLÄSI OLEVAT IHMISET RIITELEVÄT?

Asiat ovat usein monisyisiä ja kaikki vaikuttaa kaikkeen. On hyvä tulla tietoiseksi omasta suhtautumisestaan konflikteihin ja pohtia eri näkökulmia tähän liittyen. Jokaisen käyttäytymistavan takana on jokin tarve, tyydytetty tai tyydyttämätön. Monet tarpeet ovat universaaleja eli yhteisiä kaikille ihmisille. Kenenkään tarve ole sen oikeampi tai väärempi kuin jonkun toisen. Ketään ei saa pakottaa. Asioille on hyvä antaa aikaa.

### MISTÄ HARJOITUKSESSA ON KYSE

- Kesto: noin 30 minuuttia
- Kysy oppilailta heidän suhtautumisestaan erilaisiin riitatilanteisiin heidän elämässään.
- Lisäkysymysten kautta oppilaat tunnistavat tarpeet, joita he ja riidan eri osapuolet pyrkivät tyydyttämään toiminnallaan.

### HARJOITUKSEN TAVOITTEET

Harjoituksen tavoitteena on tulla tietoisiksi omasta sisäisestä dialogista konfliktien aikana. Tämän jälkeen on helpompaa valita kuhunkin tilanteeseen sopiva toimintatapa. Alla olevat kysymykset on suunniteltu tueksi oppilaiden rakentamaan pohdiskeluun. Vastaukset on hyvä kirjoittaa muistiin.

### HARJOITUKSEN KULKU

Pyydä oppilaita tarkkailemaan, mitä he ajattelevat kun ihmiset heidän lähellä riitelevät. Pyydä heitä suhtautumaan erityisen tarkkaavaisesti niihin ajatuksiin, jotka saavat heidät epäroimään sovittelun aloittamista silloin, kun heitä ei siihen suoranaisesti pyydetä.

Ne voivat olla esimerkiksi ajatuksia tyyliin:

“Tämän asian ratkaiseminen on heidän asiansa!”

“Minun ei pitäisi sotkeutua tähän”

“Kunhan he eivät vain alkaisi haukkua minuakin samalla tavalla”

Kysy oppilailta mitä tarpeita he yrittävät tyydyttää tällä tavalla? Esimerkiksi:

- hyväksytyksi tulemisen tarve

- loukkaamattomuuden tarve
- suojan tarve
- turvallisuuden tarve

Kysy sitten oppilailta, mitkä heidän tarpeistaan eivät tyydyty silloin, kun suhtaudut tällä tavalla? Esimerkiksi:

- kunnioituksen tarve
- rehellisyyden tarve
- ymmärryksen tarve
- rauhan tarve
- loukkaamattomuuden tarve
- ilmaisun tarve
- hyvinvoinnin edistämisen tarve

Seuraavaksi kysy, mitä konfliktissa mukana olevien ihmisten tarpeita pyrit tyydyttämään, kun ajattelet ja suhtaudut riitatilanteeseen tällä tavalla. Esimerkiksi:

- autonomian tarve
- loukkaamattomuuden tarve
- kunnioituksen tarve

Kysy sitten, mitkä heidän tarpeistaan eivät kenties tyydyty, koska toimit tai ajattelet näin. Esimerkiksi:

- suojan tarve
- turvallisuuden tarve
- loukkaamattomuuden tarve
- rauhan tarve
- tuen tarve
- empatian tarve
- rohkaisun tarve
- ymmärryksen tarve
- kuulluksi ja nähdyksi tulemisen tarve

Kysy lopuksi: Miten aiot toimia tulevaisuudessa vastaavassa tilanteessa?

## **POHDITTAVAA HARJOITUKSEN JÄLKEEN**

Tässä harjoituksessa ei ole oikeita vastauksia, mutta se voi auttaa oppilaita ymmärtämään eri osapuolia. Miksi eri henkilöt toimivat niin kuin toimivat? Voi myös pohtia, kenen tarpeiden tyydyttäminen on oppilaan mielestä tärkeintä.

Ole tarkkana, ettet syyllistä ketään. Tunnustele ryhmän dynamiikkaa ja kypsyyttä, ja päätä sen pohjalta mitä aiheita nostat esiin ja miten.

*Muunneltu Liv Larssonin Sovittelun taito -kirjasta*