

Mida mul on vaja, et kogukonnas hästi toimida?



Tööleht kogukonna eestvedajale taastava õiguse põhimõtetest lähtudes

„Inimene toimib kõige paremini siis, kui tema vajadused on kaetud,“ ütleb üks taastava õiguse põhimõte. Kui inimest kuulatakse, tema panust märgatakse ja ta tunneb end turvaliselt, jagub tal jõudu, kannatlikkust ja head tahet ka teiste jaoks. Kui olulised vajadused jäävad pikalt katmata, väljendub see sageli väsimuse, ärrituvuse, eemaldumise või konfliktidena. Seepärast ei piisa ainult küsimusest: „Mis läks valesti?“, vaid tasub ka küsida: „Mida on vaja, et oleks parem?“. Eestvedaja, kes hoolitseb enda vajaduste eest, ei ole isekas. Ta hoiab nii oma jõudu kui ka kogukonda, mida ta veab, ning annab teistele julgust oma vajadustest rääkida.

Kuidas töölehte kasutada

1. **Loe vajadused läbi.** Soovi korral lisa tühjale reale vajadus, mis sinu jaoks puudu on.
2. **Hinda olulisust.** Värv ringe: mida rohkem ringe, seda olulisem on see vajadus sulle praegu (1 – pole oluline, 5 – väga oluline).
3. **Mõttele, kes saab aidata.** Kes sinu ümber saab seda vajadust täita?
4. **Mõttele, mida saad ise teha.** Üks väike ja konkreetne samm loeb rohkem, kui suur plaan.
5. **Vali välja 1–3 vajadust,** millega soovid järgmise kuu jooksul edasi tegeleda.

Tööleht kogukonna ühisseinal

- Prindi tööleht suuremana (nt A3) ja pane kogukonna ühisele seinale (seltsimajas, kultuurikeskuses, huvikoolis).
- Iga külastaja võib klepsu või täpiga märkida kuni kolm vajadust, mis on talle kogukonnas praegu kõige olulisemad.
- Kõrvale võib jätta märkmepaberid ja küsimuse: „Mida mina saan selle vajaduse heaks teha?“

Arutage tulemusi seltsi koosolekul või kogukonnaringis: mis meid ühendab ja millele tahame rohkem tähelepanu pöörata?

MTÜ Selged suhted

Selged suhted on taastava õiguse mõtteviisi levitav mittetulundusühing, mis aitab luua turvalisi, selgeid ja toimivaid suhteid organisatsioonides ning kogukondades. Pakume konfliktivahendust, taastavaid vestlusi ja ringe ning ennetustegevusi ka kultuuriasutustele ja kogukondadele. Selged suhted, tugevad kogukonnad.

Lähem info: selgedsuhted.ee | info@selgedsuhted.ee

Minu vajadused

Vajadus selgitusega	Kui oluline see mulle praegu on?	Kes saab seda vajadust minu jaoks täita?	Mida ma ise saan teha, et vajadus oleks minu jaoks kaetud?
Ärakuulamine Minu mõtteid kuulatakse hinnanguid andmata	○ ○ ○ ○ ○		
Tunnustus Minu panust märgatakse ja väärtustatakse	○ ○ ○ ○ ○		
Toetus ja abikäed Ma ei pea kõike üksi vedama	○ ○ ○ ○ ○		
Selgus Selged rollid, kokkulepped ja ootused	○ ○ ○ ○ ○		
Turvalisus Saan erimeelsusi ja muresid välja öelda	○ ○ ○ ○ ○		
Austus ja väarikus Minuga suheldakse lugupidavalt ka siis, kui oleme eri meelt	○ ○ ○ ○ ○		
Kaasatus Otsused sünnivad ühise arutelu käigus	○ ○ ○ ○ ○		
Kuuluvus Olen oluline osa kogukonnast	○ ○ ○ ○ ○		
Õigus Kõiki koheldakse võrdselt ja reeglid kehtivad kõigile	○ ○ ○ ○ ○		
Puhkus ja piirid Mul on aega taastumiseks ja õigus öelda „ei“	○ ○ ○ ○ ○		
Mõtestatus See, mida teen, on oluline ja kannab vilja	○ ○ ○ ○ ○		
Rõõm ja huumor Kogukonnas on rõõmu, elevust ja mängulisust	○ ○ ○ ○ ○		
Minu vajadus:	○ ○ ○ ○ ○		