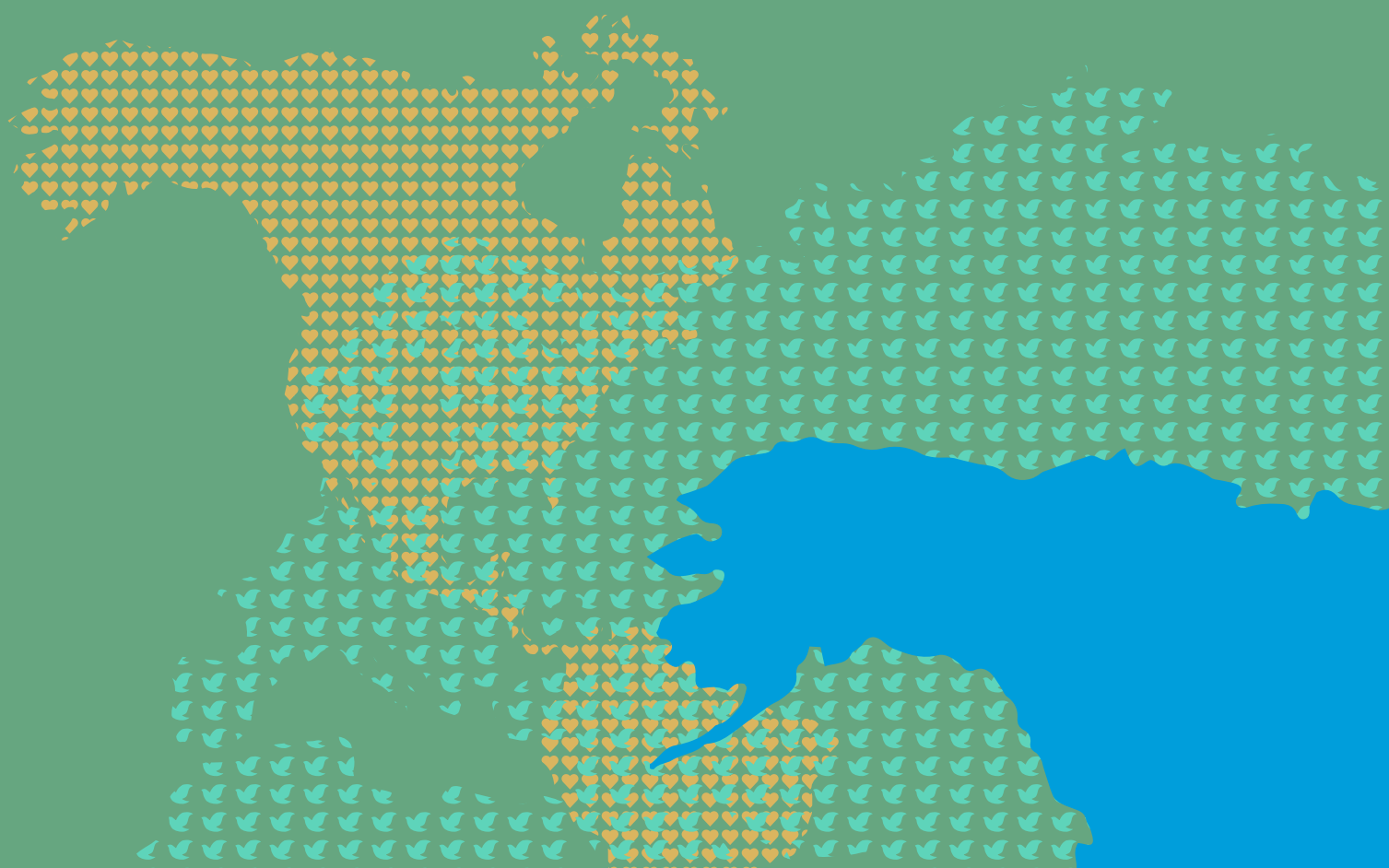




Mina ja sina – rahu loomine suhtlemise teel





Peegeldamine

See ühtsustunnet loov harjutus sobib rühmadele, kes on juba omavahel koostööd teinud. Harjutuse eesmärk on suurendada osalejate usaldust teineteise vastu. Osalejad toovad välja, mida nad rühma juures väärtustavad, ning räägivad oma vajadustest rühmatöös.

1. Palu rühmal moodustada ring.
 2. Selgita harjutuse eesmärki: tuua välja, mida igaüks rühma juures väärtustab, ning mõista osalejate vajadusi rühmatöös.
 3. Palu igaühel mõelda, mida ta rühma juures hindab. Mis paneb teda end rühmas mugavalt tundma? Osalejad võivad soovi korral ka märkmeid teha.
 4. Palu osalejatel paaridesse võtta.
 5. Palu paaridel jagada teineteisega mõnesid tekkinud mõtteid. Paarilised ei pea rääkima kõigest, mida nad mõtlesid. Kõigepealt räägib üks paariline ning samal ajal kuulab teine ilma segamata või oma mõtteid jagamata. Seejärel vahetavad paarilised rollid ning teine paariline räägib, mis teda end mugavalt tundma paneb. Esimene paariline kuulab ilma segamata.
 6. Palu igal paaril valida üks või kaks tegurit, mis on nende arvates mugavuse jaoks olulised ning mida nad kogu rühmaga jagada soovivad.
 7. Palu paaridel arutada, kumma paarilise jaoks on kergem oma mõtteid rühmaga jagada.
 8. Iga paar nimetab 1–2 aspekti, mida nad grupi juures väärtustavad. Võid valida, kas paarid räägivad ringis järjekorras või kasutavad popkornimeetodit (paarid hüppavad püsti siis, kui nende mõtted on kuumad ehk räägivad siis, kui nad on selleks valmis). Palu teistel oma mõtteid mitte avaldada, kui üks paar parajasti räägib. Teiste roll on kuulata ja öeldule keskenduda. Pea meeles, et inimeste arvamused võivad märkimisväärselt erineda ja see on normaalne. Harjutuse eesmärk on olla avatud ning kuulata ilma hinnanguid andmata.
- Pärast iga paari kõnevooru palu käsi tõsta neil, kes olid välja toonud samad väärtused.
9. Harjutus jätkub nii kaua, kuni iga paar on rääkinud.
 10. Kui harjutus on lõpetatud, täna kõiki osalejaid ja küsi neilt, mis tunne oli kuulata teisi ilma kommentaare tegemata ning mis tunne oli jagada oma mõtteid teadmiseks, et keegi ei sega ega kommenteeri.
 11. Võid harjutust edasi arendada ning paluda osalejatel mõelda ja arutada, millised muutused rühmadünaamikas paneksid neid end rühmas praegusest veelgi mugavamalt tundma. Teises mõtlemis- ja jagamisvoorus võid kasutada samasugust ülesehitust või mõnda muud rühmaharjutuse meetodit. Harjutust saab kasutada turvalisema ruumi kokkulepete sõlmimiseks.



Rühmaharjutus kolleegidega ja noortega

Harjutus pärineb Hilary Cremini ja Terence Bevingtoni raamatust „Positiivne rahu koolides“ („Positive Peace in Schools“).

Milline on sinu vaatenurk?

1. Kõigepealt loe Indiast pärit rahvajuttu „Pimedad mehed ja elevant“. Loo on võtnud üle paljud maailma religioonid. Altpoolt leiad lingi džainismis tuntud versioonile.

Pärast lugemist arutlege loo moraali üle.

2. Võtke ringi, kus teised istuvad toolidel ning sina seisad ringi keskel. Palu osalejatel sind kirjeldada, kuid ainult selle põhjal, mida nad päriselt näevad. Nad võivad kirjeldada sinu riideid, juukseid või mida tahes, mida nad oma vaatepunktist näevad.

Vestelge sellest, kuidas vaatepunktist sõltuvalt näevad kõik midagi erinevat.

Arutlege, kuidas see võib juhtuda ka igapäevaelus.

3. Näita rühmale pilti mingist paigast. Pilt võib olla tehtud kus tahes, kuid mida rohkem on detaile, seda huvitavam on harjutus.

Palu osalejatel individuaalselt kirja panna, mis on pildi juures kõige tähtsam või huvitavam. Kui nad on lõpetanud, arutlege kirjepandu üle.

Seejärel arutage, kuidas inimesed võivad asju näha erinevalt, isegi kui nad vaatavad sama asja.



Pimedad mehed ja elevant

James Baldwin

„Pimedad mehed ja elevant“ on India mõistujutt, mille on üle võtnud paljud religioonid ning mida on avaldatud erinevates täiskasvanutele ja lastele mõeldud raamatutes. Lugu räägib pimedatest meestest, kes püüavad aru saada, milline on elevant. Kõik puudutavad elevandi erinevat osa ning jäävad leidude suhtes eriarvamusele. Tõeni viib meeste kollektiivne tarkus.

Elasid kord kuus pimedat meest, kes seisis iga päev tee ääres ja kerjasid. Nad olid elevantidest palju kuulnud, ent polnud neid kunagi näinud – kuidas nad saaksidki, nad olid ju pimedad.

Ühel hommikul juhtus, et mööda kerjaste teed aeti elevanti. Kui meestele öeldi, et nende ees on suur metsaline, palusid nad juhil looma peatada, et teda näha. Mõistagi ei näinud kerjused elevanti silmadega, kuid mõtlesid, et elevanti katsudes võivad nad looma olemusest aimu saada.

Esimene mees pani käe elevandi küljele. „Nonii!“ ütles ta, „nüüd tunnen seda looma läbi ja lõhki. Ta on täpselt nagu müür.“ Teine mees katsus ainult elevandi võhka.

„Armas vend,“ lausus ta, „sa eksid. Ta pole üldse müüri moodi. Ta on ümar ja sile ja terav – rohkem nagu oda kui miski muu.“ Kolmas mees oli kinni võtnud elevandi londist. „Te mõlemad eksite,“ sõnas ta. „Kes vähegi midagi teab, saab aru, et elevant on nagu madu.“ Neljas mees sirutas käed välja ja haaras elevandi jalast. „Küll teie olete alles pimedad!“ hüüdis ta. „Mulle on väga selge, et elevant on ümar ja pikk nagu puu.“ Viies mees oli väga pikk ning sai kinni elevandi kõrvast. „Ka maailma pimedaim inimene saab aru, et see loom ei ole nagu ükski asi, mida te nimetasite,“ ütles ta. „Ta on hoopis nagu suur lehvik.“ Kuues mees oli tõesti väga pime ning võttis aega, kuni ta elevandi üles leidis. Lõpuks krahmas ta looma sabast. „Oh teid narre!“ hüüdis ta, „te olete vist kõik oma tajud kaotanud. Elevant ei ole nagu müür ega oda ega madu ega puu. Ta ei ole isegi nagu lehvik. Igaüks, kel kübetki mõistust, saab aru, et elevant on täpselt nagu köis.“

Siis liikus elevant edasi ning kuus meest jäid terveks päevaks tee äärde istuma ja vaidlema. Igaüks uskus end täpselt teadvat, kuidas loom välja näeb, ning igaüks narris teisi kõvasti, sest ei olnud nendega nõus. Ka inimesed, kes näevad, käituvad mõnikord rumalalt.



Rühmaharjutus noortega

Palu noortel vastata samadele küsimustele, millele vastasid eelmises harjutuses.

Alguses lase kõigil individuaalselt kümme minutit alltoodud küsimustele mõelda. Sõltuvalt rühma olemusest võid paluda kõigil märkmed üles kirjutada või lihtsalt vaikselt küsimustele mõelda. Küsimused võivad olla tahvlil või paberil kõigile nähtavad.

1. Mida vajan, et end rühmategevustes mugavalt tunda?
2. Mida vajan, et tunda, et mind austatakse?
3. Milline käitumine paneb mind end turvaliselt tundma?
4. Millised kokkulepped panevad mind end turvaliselt tundma?
5. Mida saan teha ise, et turvalisemat ruumi säilitada?

Kui kõik on küsimuste üle mõelnud, moodusta kolmeliikmelised rühmad. Palu noortel rühmakaaslastele rääkida, kuidas nad küsimustele vastasid. Oluline on noortele öelda, et nad võivad jagada täpselt nii palju, kui ise soovivad. Igas kolmeliikmelises rühmas võiks rääkida üks inimene korraga ning teised samal ajal ilma märkusi tegemata kuulata. Võid ka aega võtta ning noortele teada anda, kui on järgmise rühmalikme kord rääkida. Kui kõik on saanud väikeses rühmas oma mõtetest rääkida, saab rühm arutada, millised sarnasused ja erinevused nende vastustes olid.

Kogu rühmadelt vastused sulle sobival viisil. Näiteks võid kirjutada kõik küsimused paberitele ja need seinale kinnitada. Noored saavad kirjutada vastused kleepmärkmepaberitele ning kinnitada vastused küsimuste alla. Kui kõik vastused on olemas, aita rühmal hakata looma eeskirju turvalisema ruumi jaoks. Võtke arvesse kõiki kogutud vastuseid. Võid noori aktiivselt toetada, et rühm saaks luua tähendusrikkaid, realistlikke ja saavutatavaid reegleid turvalisema ruumi jaoks. Kui olulised turvalisust puudutavad aspektid on välja jäänud, võid ka ise ideid välja pakkuda.

Kui eeskirjade esimene versioon on valmis, alustage tööd turvalisema ruumi hoidmise nimel. Selleks tuleb reeglid aeg-ajalt uuesti üle vaadata ja neid parandada. Kui keegi reeglite vastu eksib, tuleb sellega tegeleda. Kui turvalisem ruum on häiritud, on oluline see taastada. Pidev töö ühiste eesmärkide nimel muudab turvalisema ruumi osalejate jaoks usaldusväärsemaks ja veenvamaks.