



Nuppi VUHTIIVÁLDIN

Ráhkkanit



Diehit eanemus lági mielde ovdagihtii ja atnit čielga fokusa

Víkkut



Fáhtet signálaid ja muddet daðistaga

Čilget



Váruhit ahte nubbi ipmirda mii dáhpáhuvvá

Ipmirdit



Guldalit ja jearrat gávdnan dihte nuppi dáhtu

Čiekñudit



Duostat jearrat – duostat dadjat

Sajáiduhttit



Čoahkkáigeassit, šiehtadit ja dokumenteret

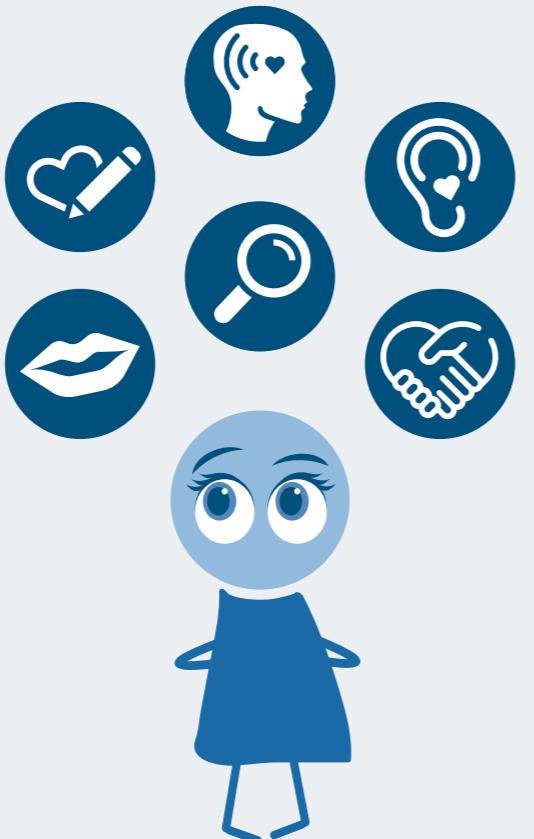
Sisdoallu

Nuppi VUHTIIVÁLDIN	3
Ráhkkanit	12
Vihkkut	14
Čilget	16
Ipmirdit	18
Čiekñudit	20
Nuppi VUHTIIVÁLDIT - bealjis	22
Sajáduhttit	26
Nuppi VUHTIIVÁLDIN - geavatlaččat	28
Buoridit - reflekšuvdnaneavvu	32

Metodihka leat Statens Sivilrettsforvaltning
(Stáhta siviilariekteháddašeapmi)
prošeaktajoðiheaddji Liv Brauer,
seniorráððeaddi Ingebjørg Gaukerud ja
Seniorráððeaddi Josefine Haugen Jordet
ráhkadan

Statens sivilrettsforvaltning
(Stáhta siviilariekteháddašeapmi) almmuhan
© Hamar, 2019

Designa, illustrašvnnat ja gráfalaš
buvttadeapmi: Grafika AS · grafika.no



Nuppi VUHTIIVÁLDIN

Nuppi vuhtiiváldin lea ulbmilstivrejuvvon, proseassajuhkkojuvvon ságastallanteknikka áddet nuppi dáhtu ja dan dainna lágiin doarjut olbmo dahkat buriid mearrádusaid eallimisttis.

Bargat medotalaččat

Bargat metodalaččat lea leat dihtomielalaš ságastallamis, diehtit iežat rolla, diehtit ságastallama fokusa, leat dihtomielalaš geainna don ságastalat ja jurddašit maid nubbi dárbaša vai ádde ja áddejuvvo. Geavaheaddijoavku lea girjái, ja lea danne gáibideaddji ráhkadit metoda mii heive buohkaide. Ságastallan- metoda Nuppi VUHTIIVÁLDIN ii leat danne ráhkadanneavva, muhto proseassaorienterejuvvon lahkone-

apmi. Metoda guhtta bargoproseassa čujuhit luotta ságastallamis. Metoda sistisdoallá maiddái neavvuid geavahan várás sagastallamis.

Buorre kommu-
kašuvdna ovddida ja
ovdánahttá nuppi gálgga
ovdanbuktit, ja nanne
dalle personnna auto-
nomija ja mearridan-
gelbbolašvoða.

Karen M. Hanssen

Miittomearri lea gávnahit maid nubbi dáhttua ja dárbaša. Gávnahan dihte dan ferte dus leat čielga fokus ja bargovuohki mii fuolaha ahte nubbi dovdá iežas oadjebassan ja hálddašeaddjin miehtá áiggi. Fertet jurddašit motv don meannudat nuppiin ságastaladet- tiin. Beroštat go eanemus das ahte dat maid nubbi lohká lea riekta, vai beroštatgo maiddái ahte nuppis galgá leat buorre vásáhus ságastallamis? Guldal vai earát dáhttot hupmat, huma nu ahte earát dáhttot guldalit. Muitte ahte ii galgga leat du birra.

Áššemeannudeaddji gálggat birgehallaš fáttáiguin mat čuožžilit, árvvus atnit nuppi ja leat empátalaš lea mearrideaddji. Fertet duostat hállat dárbašlaš fáttáid birra ja dustet nuppi reákšuvnnaid buriin vugiin. Don fertet leat dihtomielalaš das ahte don ieš váikkuhat ságastallamii; maði eambbo don váikkuhat vástádussii, daði unnit sáhtát leat vissis ahte dat lea nuppi dáhttua. Friddja muitaleami prinsihppa «Ipmirdanmuttus» lea mielde danne vai áššemeannudeaddji unnimus lági mielde galgá cogcat sániid nuppi njálbmái. Seammás dárbašit oallugat čielga gažaldagaid main lea rádjí.

Dan gihppagis hágat don máhtu mii addá dutnje stuorát oadjebasvoða, gelbbolašvoða ja reaidduid maid anát ságastaladettiin nuppiin. Oadjebas ja gelbbolaš áššemeannudeaddjit ja váldeguoddit lea váldeguoddeháddašeami miittomearri.

Buorre bargomokta!

“

*Gelbbolašvuhta
«vuhtiiváldit».
Ovdagáttuid haga,
dohkkeheaddji miella-
guoddu mas mun in
dušše dohkkestuva,
muhto lean duoðas,
rehálačcat ja
ustitlačcat das sihke
gorutgielain, sáni-
guin ja jietnageava-
hemuin.*

Nuppi VUHTIIVÁLDIMA
referánsajoavku
defineren

Profešunalitehta deaivvadeamis girjás geavaheaddjijoavkkuin

Makkár gelbbolašvuhta ferte dus leat lihkostuvvat ságastallamis ja ságastallamiin?

Sáni gelbbolašvuhta sáhttá jorgalit čehppodat. Go lea earenoamáš gelbbolašvuhta, de lea dat seamma go ahte leat čeahppi dahje fihtolaš juoga man dihto doibmii. Gelbbolašvuhta dan oktavuoðas lea dat máhttu, ja dat miellaguottut, teknihkat ja bargovuogit maid don geavahat ságaid ala boahtimis ja mat dahket ahte don lihkostuvvat doaimmain mii lea du ovddabealde. Gelbbolašvuhta lea áicehahti láhtten.

Dovdda iežat

It galgga dikit árvvuidat ja miellaguottuidat stivret nuppi rievtti mearridit ieš. Li galgga leat du birra, ja don fertet dovdat iežat doarvái bures nákcer doallat fokusa doibmii maid galggat čoavdit. Dat gáibida ahte hárjehalat iežat dihtomielalašvuoda ja áicilvuoða go ságastalat. Don sáhtát nuppiin sániiguin leat iešorienterejuvvon proseassa hárrái, muhto it ságastaladettiin. Miittomearri ságastallamiin lea gávnahit maid nubbi dáhttu ja veahkehit nuppi áddet iežas válljemiid váikkuhusaid.

Árvvoštala gelbbolašvuodat

Čuočchusat	Ovttaoaivilis	Vuosteoaivilis
In beroš leago mus riekta		
Gierddan ahte lea jaska guhká		
Nákcen doalahit fokusa vaikko ságastallan spiehkksa		
Lean álo bures ráhkkanan		
Earát ipmirdit mu dávjá boastut		
In gaskkalduhte goassege earáid humadettiin		
Oainnán johtilit earáin leago sis buorre dilli vai ii		
Geavahan teknihkaid lihkostuvvat ságastallamiin		
Heivehan meahialiiddán dasa maid nubbi dárbbaša		
Lean čeahppi dulcot signálaid maid nubbi sádde		
Geavahan čalbmeoktavuoða dihtomielalačcat		
Anán fuomášumi iežan gorutgillii		

Reflekšuvdnabihttá

*Jurddaš dilálašvuoda
mas ožžot veahki ja
bagadusa almmolaš
bargis. Čilge maid
olmmoš dagai mii
veahkehii du.*

*Masa fertet leat
čeahppi vai oaččut
luohtehahti dieđuid
nuppi dáhtu birra?*





Vuhtiiváldde iešmearrideami

Iešmearrideapmi lea guoddi prinsihppa Váldeguoddedilálašvuoda hálldašeams, muhto iešmearrideapmi ii leat álki. Leat olu mekánismmat mat sáhttet váikkuhit válljemiidda maid nubbi dovddaha. Muhtumat dárbabašit veahki ipmirdit maid galget mearridit, muhtumat eai hálit ieža mearridit, soapmásat válljejit álo dan mii lea das dastanaga dan sádjái go dan mii doaimmahuvvo guhkit áigge vuollái, muhtumat válljejit dan mii lea oadjebas dan sadjái go dan mii lea dorvvuheapme, soapmásat eai leat oahppan heajos válljemiin. Muhtumiid lea álkit báidnit ja soapmásiin eai leat vásáhusat dan hárrái makkár válljenvejolašvuodat sis leat.

Buot aktevrat leat lágalacčat geatnegahttojuvvon vuhtiiváldit nuppi rievtti mearridit ieš, muhto lea dattetge deatalaš muitit ahte ii buohkain leat čielga oaivil das maid sii háliidit buot gažaldagain. Soapmásat háliidit ahte don mearridat sin ovddas. Jus vásihat ahte olmmoš duođaid ii hálit mearridit ieš ja dáhttu ahte don galggat mearridit, de lea maiddái dat friddja dáhtu ovdanbuktin dan olbmos, ja dan ferte dohkkehít.

Maiddái psykologalačcat váikkuha dárbu mearridit ieš ságastallamii. Go buorredáhtolaš veahkeheaddji addá nubbái ávžuhusa čuovvut ráđi, heaitit juoga mainna, álgit juoga mainna dahje dahkat juoidá eará láhkái – sáhttá dat boktit automáhtalaš vuostefámu, ceakkasteami dahje vuostehágu mii dahká ahte ii čuovo rávvaga maid lea ožzon.¹⁾ Dan autonomijadeattu fertejít aktevrat atnit muitus ja danne lea deatalaš deaivvadit nuppiin dakkár vugiin mii ovddida ovttasbarggu ja unniida vuostildeami.

Guđe muddui váikkuhat don?

Go deaivvadat earáin, de lea deatalaš ahte leat dihtomielalaš guđe muddui don váikkuhat. Suodjalandikšodutkit Thomas Owren ja Sølvi Linde leaba ráhkadan modealla mii sáhttá veahkehit du analyseret guđe muddui du feren váikkuha nuppi iešmearrideapmái.²⁾ Modealla earuha gaskal veahkeheaddji váikkuheami njealji dásis. Vásáhusat čájehit ahte veahkeheaddjít sáhttet finadit olu dásiiin ovta ja seamma ságastallamis, muhto dušše dásit 1–3 leat searvvis mearridandoarjagis.

1. Diktit iežas stivret: dohkkehít nuppi sávaldagaid almmá geahččalkeahttá váikkuhit
2. Bovdejeaddji geavahus: buktit iežas evttohusaid mii sáhttá leat vuogas, muhto dohkkehít jus dat hilgojuvvojít
3. Insisterejeddji: geahččalit evttohusaidis oažžut dohkkehuvvot iešguđetlágan deattu bidjan dahje čiehkan/sollen vugiigun
4. Bággu: geahččalit bágget juoidá dáhpáhuvvat almmá beroškeahttá nuppi oaivilis

1) «Movttiidahti jearahallan – ságastallamat rievama birra» Tom Barth ja earát

2) Kap. 9, Owren ja Linde (red.): Gáhttensuodjalusfágalaš teorija ja hárjehus – sosialfágalaš perspektiivvat 2013

Refleksuvdnabihtá

Guđiin dilálalašvuodain lea du mielas váttis vuhtiiváldit nuppi rievtti mearridit ieš?

Man «nordi» sáhtát šaddat jus nuppi dakhá heajos válljema iežas bealis?

lešmearrideapmi lea
dan birra ahte sáhttit mearridit,
muhto ii ahte olmmoš álo ferte
mearridit buot ieš.

“

Váldo čoavddasátni veahkeheaddji vuohkái hálldašit vuostildeami lea dohkkeheapmi, árvvus atnin ja áddehus. Dohkkeheapmi ahte klieanta lea nu go son lea, ja dovdá maid son dovdá. Vuhtiiváldit klieantta oainnuid ja oaiviiliid. Áddehus ahte rievama sáhttá vásihit váttis prošeaktan, ja ahte klieanta sáhttá dovdat unohasvuoda leat veahkkedilálašvuodas.

Tom Barth, psykologa ja
«Movttiidahti jearahallama» čálli

Teknihkat ságastallamis

Go VUHTIIVÁLDDÁT NUPPI, de dat vuhtto dan vuogis movt humat suinna. Metoda teknihkat galget veahkehít nuppi fokuseret, ja duoðaštit nuppi cealkámušaid. Teknihkat rahpet ságastallama ja sáhttet veahkehít organiseret nuppi vásáhusa. Go nubbi gullá maid son ieš lohká danne go dat speadjalastojuvvo ruovttoluotta, de vásaha nubbi ahte su oidnet, gullet ja váldet duoðas

NUPPI VUHTIIVÁLDIN-metoda teknihkat leat:

Imperatiiva bovdan muitalit friddja

Mii atnit imperatiiva hámí bovdet nuppi muitalit. Imperatiiva hámis lea muhtun lágan gohčus; Muital! Čilge! Lea danne deatalaš ahte jietna lea ustitalaš ja jienageavaheapmi linis go geavaha dan teknihka. Mii háliidit bovdet nuppi hállat.

Rabas gažaldagat

Rabas gažaldat lea gažaldat maid ii sáhte vástidit oanehis, definerejuvvon vástádusaiguin. Rabas gažaldagas eai leat ládestusat maid nubbi galgá vástidit, muho dainna vugiin ohcat dieðuid dan birra maid nubbi ieš jurdaša ja oaivilda. Rabas gažaldagat áget dávjá jearransániin; Mii, movt, guðiid, gii, goas ja manne. Sáhttá dávjá leat jierpmálaš garvit sáni "manne" dan geažil go nubbi sáhttá ipmirdit dan sivahalamin ja beroštišgoahtit góttet iežas dan sadjái go hupmat fáttá birra.

Reflekšuvnnat/speadjalastimat

Dát teknihkat leat dan birra ahte veahkeheadji dan sadjái go vástida dasa mii daddjojuvvo ságastallamis, reflektere maid nubbi lea lohkan ja speadjalastá dan reflekšuvnna manjás nubbái «don-sáttasániin». Reflekšuvnnain leat olu deatalaš funkšuvnnat ságastaladettiin. Dat čájehit ahte olmmoš guldala ja berošta nuppis, ja ahte dat maid nubbi lohká lea deatalaš. Dat veahkeha nuppi áddet vásáhusa, ja addá veahkeheadjái reaiddu fokuseret dieðu masa háliida nubbi galgá čiekjurid geardduhemiiin. Speadjalastimat movttiidahttet nuppi hállat eambbo juoga man birra danne go čuvvot dan mii daddjui ovddit replikas.

Mii juohkit reflekšuvnnaid dahje speadjalastimiid guovtti dássái:

Álkis reflekšuvdna/speadjalastin lea geardduhit dan maid nubbi lohká. Dat maid nubbi lohká, speadjalastojuvvo ruovttoluotta almma rievdatkeahttá oaivila sisdoallu. Go geardduhat, de sáhtát geavahit nuppi sániid dahje atnit iežat sániid.

Moalkás reflekšuvdna/speadjalastin lea ohcat dan mii lea sáttasáni duogábealde, ja masa nubbi ii sáhte dahje ii dáhto bidjet sániid, ja speadjalastit dan manjás. Dat gáibida ahte mii nákcer bidjet iežamet nuppi perspektiivi maiddái go dat ii gaskkustuvvo njuolga. **Dás don ozát manne nubbi lohká dan, ja jurdagiid ja dovdduid mat leat duogábealde**, ja speadjalasttát dan ruovttoluotta. Don ráhkadat hypotesa maid nuppi duoðaid dadjá, ja dat lea deatalaš ovdanbuktit dan hypotesa litnásit ja várrogasat. Jus šattat beare nággár dahje fáhkka, de sáhttá dat boktit vuostehágu nuppis.

Guovttebealat reflekšuvdna (oktanagaspeadjalastin) leat reflekšuvnnat main leat vuostálasvuodat mat nuppis leat beliid hárrai eallimistis. Sii sáhttet sihke dáhttut ja eai dáhttut váldeguoddi. Sii dihtet juoga ii leat buorre, muho háliid liikká dahkat dan. Guovttebealat reflekšuvnnat addet fuomášumi ja árvvu goappašat beliide ášsis. Dat addet nubbái lobi geahčat goappašat beliid ášsis, ja sáhttet veahkehít nuppi dovdat iežas unnit čadnojuvpon.

Guovttebealat reflekšuvnnat čatnet nuppi vuostálasvuodaid oktii go adnojuvvojít laktinsánit seammás dahje ja. Mii eat ane sáni muho, danne go dat váldá eret mearkkašumi ovttá bealis ášsis.

Joatkinreflekšuvdna lea okta vuohki moalkás reflekšuvdnašlájas, ja das galgá laktit juogalágan positiivvalaš jurdaga nuppi vuostecealkámuššii. Das lea sáhka gilvit doaivaga juoga masa, ovddeš mearrásus dahje juoga mas mii lea deatalaš nubbái. Maiddái dás adnojuvvo laktinsánit seammás go veahkeheadji joatká cealkaga maid nubbi lea álggahan. Váldevuloš dadjá ovdamearkka dihte «Mun in hálit váldeguoddi». Veahkeheadji joatká «... ja seammás leat don olu háviid dadjan munnje ahte lea buorre oažzut veahki máksit rehkegiid.»



Čoahkkáigeasut

Čoahkkáigeasut lea speadjalastinvuohki mas olu bealit das maid nubbi lohká, speadjalastojuvvojtit ruovttoluotta. Čoahkkáigeassu sistisdoallá hui olu elemeantaid, ja olmmoš váruga movt daid dadjá maŋŋálaga. Lea ovdamearkka dihte buorre loahpahit čoahkkáigeasu dainna maid nubbi lea hupman, ja mii hállana dan sávvojuvvon láhttema guvlui.

Don sáhtát čoahkkáigeasuin molssodit sihke guđe láhkái stivret ságastallama ja váikkuhat ságastallamii. Du čoahkkáigeassu sáhttá leat neutrála dainna lágiin ahte dat maid don sáddet ruovttoluotta lea sullii dat seamma maid nubbi lea lohkan. Dat addá nubbái bajilgova ii ge daga sutnje váttisin jurddašit ságastallama sisdoalu. Jus don háliidat hástalit, de sáhtát don čoahkkáigeassit dan mii daddjojuvvo ja botnjat sága dan guvlui mii duddjošii rievdadeami. Don biját veahá deattu nubbái ja dat addá dutnje liibba hállat dan vád-dásepmosa birra maid lea dárbu hupmat.

Čoahkkáigeasut

Ságastallan váldeguoddedilálalašvuoda birra sáhttá leat sihke unohas ja váttis nubbái danne go ságastallama fáttát leat lahka juoidá nuppi eallimis mii ii leat buorre. Dat sáhttá álkit dagahit ahte nubbi vásicha heahpaneami ja hearkivuoda. Veahkeheaddjis ferte danne leat fokus duožašit nuppi doarvái buorrin, mávsolažžan ja deatalažžan. Teknihkat rabas gažaldagat, speadjalastimat ja čoahkkáigeassin sáhttet doaibmat implisihtta duožasteapmin danne go dat deaividit nuppi árvvusatnimiin eaige ráddje nu olu. Muhtun háviid lea almmatge deatalaš eksplisihhta duožašit giitimiin ja rámídemii. Sihke dalle go nubbi dahká juoidá ja lohká ságastallamis, de sáhttá rámídit ja giitit (go boahá ságastallamii, rahpasit ságastallá, muitala juoidá mii lei váttis).

Olu veahkeheddjiid mielas lea ártet rámídit ja sii atnet unohassan addit rámi. Profešunealla dilis lea deatalaš jurddašit manne don galggat dahkat dan – ja ovta láhkái buot daid eará nuppi VUHTIIVÁLDIMA teknihkaiguin, vihkkut nuppis dan maid son orru dárbašeame. Teknihkat leat min reaiddut vai nákcet veahkehit nuppi hállat vai mii ovttasráđiid sáhttit gávdnat daid rievttes čovdosiid áššis.

Bivdit lobi

Dárbu mearridit ieš lea mis buot olbmuin luonddus dan rájes go leat unnit, ja lea deatalaš ahte mii vuhtiiváldit dan go leat veahkeheaddjit. Bivdit lobi hupmat nuppiin juoga man birra veahkeha nuppi ráhkkanit dasa mii galgá dáhpáhuvvat ja unnida vuostehágu danne go nie sis lea alddineaset mearridanváldi dan hárrai mii ságastallamis dáhpáhuvvá.

Bagadallanmetoda ÁKDL

Go barggat VUHTII VÁLDIT NUPPI metodihka mielde, de galggat álggus ráhkkanit ságastallamii. Muhto dávjá bohtet telefovnnat maidda ii sáhte ráhkkanit. Vuohki movt dalle sáhtát ráhkkanit lea bargat metodalaččat. Ságastallama struktureremiin ÁKDL medota mielde sáhtát doallat fokusa oažžut buori álggu ja ipmirdit váttisvuoda bures ovdal go dárbašat jurddašit maid galggat vástidit.

A álgaheami váste: Lea du ovddasvástádus virggálažžan oažžut buori álggu. Jus nubbi ringe ja čájeha garra dovdduid, muitte ahte leat don gii leat oahppan movt sáhtát jaskkodahtit, ja deaivvadit nuppiin dan dilis mas son lea. *Muiti gii don leat ja jeara movt sáhtát veahkehit.*

K kártema váste: Ane áiggi áddet váttisvuoda bures. Dávjá beroštišgoahtit mii eambbo ja eambbo das maid galggat vástidit, dahje máhttit go vástidit dasa maid áiggoše diehtit, ovdalii go duožaid áddet maid sii áiggoše diehtit. Nu ahte váldde alcet dan vuogatvuoda ahte ipmirdit. Ále jurddaš maid galggat vástidit, muhto fokusere jeerrat buriid čielggadeaddji gažaldagaid ja guldalit maid nubbi lohká.

Go jáhkat don dieđát manne nubbi ringe, de galggat dan dadjat nubbái. Telefovnnas lea váddáset čájehit ahte don áddet danne go it sáhte signaliseret dan gorutgielain. Čoahkkáigease dan maid leat gullan su lohkame. Čoahkkáigease sihke dan mii duožas lea nuppi muiatalusas, ja vásáhusa man birra nubbi lea muiatalan.

D diehtojuohkima váste: Dál lea áigi láddan addit čielga dieđuid dahje vástidit dasa maid nubbi áiggošii diehtit. Sirre dieđuid maid galggat addit fáttáid miede ja álggat juohke fáttá. Loga ovdamearkka dihte «álggos áiggun čilget xxx njuolggadusaid ja dasto áiggun muiatalit maid ferte dahkat olahit xxx». Iskka dađistaga ipmirda go nubbi maid don čilget. Bivdde áinnas duožtusa nuppis das maid son leat ádden.

L loahpaheami váste: Ságastallama loahpas lea vuogas čoahkkáigeassit dan man birra leahppi háleštan, ja man hárrai leahppi šaddan ovttaoaivilii, sihke čielggadan dihte ahte nubbi lea ožžon vástádusa ja áddehahti dieđuid, ja loahpanan dihte ságastallama vai nubbi maiddái sáhttá loahpahit. Jus lea váttis loahpahit, de sáhtát dahkat šiehtadusa ja dadjat «dalle moai lohke nu ahte» dahje «dalle letne šiehttan xxx». Muitte giitit. «Giitu go ringejit.»

Leage láiki barggus.
Várut ahte GULDALAT ja
DOHKKEHAT nuppi muiatalusa ovdal
go vástidat ČIELGASIT dahje
attát dieđu.

Nuppi VUHTIIVÁLDIN – lávkkis lávkái



Ráhkkanit

Ráhkkananmuddu

«Failing to plan, is planning to fail.» Ráhkkanit lea mearrideaddjin čađahit ságastallama bure, Dus ferte leat čavgadis ja rievtes fokus ságastallama sisu. Muitte atnit fokusa sihke fáddái ja prosessii. Go nubbi vásicha hálldašeami ja oadjebasvuoda ságastallamis, det addá buoret eavtuid kártet daid dárbbashaš fáttáid. Lea maiddái deatalaš ráhkkanahitt nuppi, sihke mentálalačcat ja praktihkalačcat. Dan sáhtát dahkat ovda-mearkka dihte go ringet ja siehtadat lagabuidda áiggi ságastallamii dahje čielggadat gos doai galgabeahhti deaivvadit, muitalat gii don leat, muitalat man birra ságastallan galgá leat, ja mii nuppis vejolačcat ferte leat mielde jna. Don sáhtát maiddái ringet oktavuođaolbmui ja bivdit sin ráhkkanahitt nuppi.

Ráhkkanahitt fokusa

- Mii lea čoahkkima/ságastallama ulbmil?
- Maid áiggut diehtit?
- Maid áiggut gaskkustit?

Ráhkkanahitt ássi

- Makkár dieđuid dárbašat ássái?
- Maid dieđát ášsi ja váldevuloža birra?
- Oahpasmuva dearvvašvuodadillái
- Loga áššedokumentašuvnna ja viečča máhtu
- Heivet – váldde vuhtii fysalaš dili
- Lágit – váldde mielde dárbašlaš rusttegiid
- Láže – áittar ahte ii leat riedja eage muosehuhttimat ságastallamis
- Árvvoštala áiggut go eanebuid/earáid searvái ságastallamii
- Gávnna heivvolas áiggi ságastallamii
- Kárte fierpmádaga mii birastahttá nuppi
- Árvvoštala galggat go háleštit oapmahaččain, dearvvašvuodabargiiguvin dahje soapmáisiin gii dovdá nuppi bure

Ráhkkanit mentálalačcat

- Maid jáhkát váldevuloš vuordá dus?
- Masa ferte earenoamážit atnit fuomášumi?
- Máhcatt iežat nullii – leage rabas ja sahki
- Muitte ahte ii leat du birra
- Fuolat leat váhtaris; gallás, vuonjs

Čielga fokusiin sáhtát čuovvut
ságastallama jus dat jorrala ja nákcet fas gávdnat
luotta ala goas áiggut. Cále ja máhca fas
fáddái/gažaldahkii maŋjil.

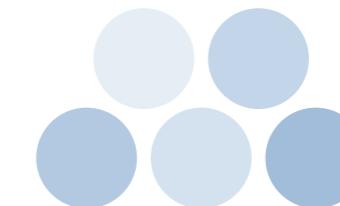


Man birra galgabeahhti hupmat?

«Fállu – ageanda» lea barganvuohki vižžojuvvon metodihkas movtiidahtti jearahallan. Fállu lea dat fáttát maid birra lea deatalaš hupmat, ja ageanda lea fas šaddat ovtaoaivilii nuppiin vuoruid hárrái.

Tevdne jorbbáid árkii ja deavdde daid fáttáiguvin maid oaivvildat leat deatalaččat guoskkahit ságastallamis. Jeara nuppis leago juoidá man birra hálida háleštit ja čále dan jorbbái. Jeara mainna nubbi hálida álgit dahje jeara leago ortnegis álgit fáttáin maid don hálidiat. Bivdit lobi ráhkkanahittá nuppi dasa mii galgá dáhpáhuvvat ja nanne nuppi mielváikkuheami ja eaiggátvuoden.

Čále fáttaid maid birra galgabeahhti jorbbáide.



Reflekšuvdnabihttá

Mii lea deatalaš dutnje
go galggat ráhkkanit
ságastallamii?



Vihkkut

Vihkkunmuttu birra

Vihkkut lea deatalaš čađat ságastallamis. Lea sáhka fáhtet sihke dihtomielalaš ja eahpedihtomielalaš signálaid earán – ja muddet dan mielde. Vihkkut gáibida jaskatvuoda, áiggi ja áicilvuoda go lea das. Vihkkuma sáhttá áddet empátalašvuoda vearban. Empatijja lea gálga nákcet dovdat maid nubbi jurddaša ja dovdá. Empatijja lea maiddái gálga dohkkehit nuppi vásáhusa ja perspektiivva duohtan nubbái, almma dubmekeahttá.

Empátalaš kommunikašvnna mihttomearri lea ráhkadir positiivvalaš deaivvadeami gaskal du ja dan nuppi vai son geainna don humat oažju oadjebasvuoda ja duostilvuoda rhapsit. Dat lea gálga maid sáhttá hárjehallat.

Teknihkat

- Analysere birrasiid – mo orru nuppis dilli
- Várut ahte dus lea oktavuohta ja luohttámúš ovdal joatkkát – maiddái ságastaladettiin
- Árvvoštala miellalági
- Árvvvoštala gorutgiela
- Árvvoštala hállanšuoja
- Árvvoštala geahčastagaid
- Árvvoštala dovddaimpárdusa
- Heivet láhttenvuogát
- Guldal ja atte responssa dasa maid nubbi lohká
- Guldal maiddái duogábealde sáttasáni

Reflekšuvdnabihttá

Jurddaš ahte don leat ságastallamis. Veahá áiggi geažes ságastallamis álgá nubbi geahčcat duohkut deike, botnjasaddat stuolus ja västida «in dieđe». Mii mearkkaid sáhttá dat leat – ja maid don dagat?

Guđet eará signálat sáhttet leat mearkkat ahte berret rievdadit ovddasmannanvuogi ságastallamis?

Empatalaš olbmot guladalit duođaid maid nubbi lohká ja addet nubbái ollásit fuomásumiset. Sin doalvvuha sáhkkivuhta ádden dihte nuppi perspektiivvaid. Sii eai beroš leagosis riektä, muhto vuhtiiváldet maid nubbi lohká.





Čilget

Čilgenmuttu birra

Čilgen buktá vuorddeahttivuođa. Vuorddeahttivuohta sáhttá jávkadit mášohisvuodja ja balu. Don fertet danne geahčalit oažžut nuppi áddet manne sis jerrojuvvo dahje sin bivdet hupmat fáttá birra. Don fertet maiddái čájehit ahte beroštat diehítit vástádusa. Jus čilget bures lea eanet jáhkehahttin ahte vástádus lea luohtehahti. Kommunikašuvnnas olbmuiguin geain leat heajos kognitiiva doaibmangálggat lea danne deatalaš leat áicevaš ahte muhtumiin sáhttá leat buorre giella vaikko eai áddege sániid mearkkašumi. Don fertet danne leat dahkan iskkadeami olbmo ipmirdangálggaid hárrái ráhkkananmuttus ja váruhit ahte vihkut ádde go olmmoš duođaid.

Teknihkat

- Muital ahte čálát dađistaga vai nubbi ipmirda ahte don guldalat vaikko leatge cállime
- Muital nubbái áhte dokumenteret ságastallama ášsis – dat sáhttá addit eaiggátvuođadovvdu áššái
- Leage dihtomielalaš movt formuleret iežat
- Heivet hivvodaga ja dási – movt galggat čilget
- Geavat oanehis cealkagiid
- Álkidahte sáttasáni – konkretisere!
- Huma hiljít ja čielgasit
- Veahá ja veahá
- Geavat goväid dahje tevnnegiid jus lea dárbu
- Daja ovta diŋgga hávális
- Garve muosehuhti faktoriid
- Leage eanemus lági mielde konkrehta, abstrákta sánit doibmet dávjá heajubut
- Iskka dađistaga leago nubbi fárus
- Gearddut jus lea dárbu
- Dáhto nuppi geardduhit dahje čoahkkáigeassit
- Leage várugas mimihkain, leaikkain ja ironijain
- Deattut deatalaš čoavddasániid
- Vejolaš teavstta ferte lohkat čielgasit ja šerrosit
- Átte nubbái lobi čuovvut teavstta ja geahčat vejolaš tevnnegiid
- Bivdde nuppi čujuhít jus juoga orru leame váttis dahje eahpečielggas

Reflekšuvdnabihttá

Čilge mii váldeguoddedilli lea. Čále sánis sátnái movt čilgešit dan.

Ráhkat iskanlisttu maid fertet čilget

Čilge gii don leat, man birra galgabéahtti háléštit, ja manne. Čilge dađistaga ja bija sániid dasa mii dáhpáhuvvá ságastaladettiin.





Ipmirdit

Ipmirdanmuttu birra

Ipmirdanmuttuin oaivvilduvvo ahte don fertet bargat dakkár vugiin mii dahká du oadjebassan ahte don dulkoit dan maid nubbi dadjá riekta. Sánit eai dárbbáš mearkkašit dan seamma buohkaide. Sáhttá leat álki doaivut ahte don áddet maid nubbi oaivvilda ja dat sáhttá dagahit ahte don áddet boastut dahje it guldal. Sáhttá maiddái leat ahte don váikkuhat nuppi vástdussii dahje muitaleapmái láidesteaddji gažaldagain.

Ipmirdit lea kártet systemáhtalaččat dan mii boahdá ovdan jearramiin ja guldalemiin, ja bidjat dan oktii čoahkkáigeassun mas don iskat iežat ipmárdusa das mii lea daddjojuvvon.

“

Niehku lea friddja
muitaleapmi. Dalle dieđán
maid ferten heivehit.

Rolf Sætre, KRIPOS

Teknihkat – Friddja muitaleapmi

- Geavat imperatiivva: daja «muital, čilge, čilge»
- Ane jaskatvuoda – atte nubbái dili gaskkustit
- Joatkke juoga maid nubbi lea lohkán ovdal ságastallamis ja dáhto eambbo
- Leage sáhkki ja guldal maid nubbi lohká
- Ane áicama. Fuomáš gorutgiela, geahčastagaid, jietnadeami, láhttema ja oainne dan njálmrmálaš giela oktavuođas. Bija sániid dasa maid oainnát
- Čájet duohta beroštumi dasa maid nubbi duođaid háliida ovdanbuktit
- Rámit dađistaga – várut proseassa ja movtiidahte nuppi muitalit

- Iskka iežat dulkoia čoahkkáigeasuun

Teknihkat – gažaldagat

- Hála lágas áššiid birra: Bija vuodđun juoga maid dieđát nuppi birra dahje juoga maid áicat lanjas.
- Jeara rahpasit, ii láidejeaddji gažaldagaid. Buot jearaldagat mat álget jearringsániin leat rahpasat
- Dvitte válljet guovtti dahje eanet molssaeattuid gaskkas jus rabas gažaldat lea váttis
- Jeara čuovvolangažaldaga – garvve «manne»

Reflekšuvdnabihttá

*Čále iežat álggu friddja
muitaleapmái go
deaivvadat xxin. Čilge
maid nubbi galgá
muitalit ja movt
ságastallan galgá
dáhpáhuvvat?*

«Mii eat ábut ovdagihtii
mearridit mii lea riekta
ja boastut»



«Go háleštat geard-
duhat dušše dan maid
juo dieđát – jus guldalat
oahpat juoidá
odđasa»



Čiekjudit

Čiekjudanmuttu birra

Čiekjudeapmi lea čákrajt relevántta fáttáid guovddážii. Sáhtát dáhpáhuvvat ahte nubbi addá dutnje hárje-hallojuvvon dahje olgguldas vástádusa go jearat juoidá. Don fertet dalle mannat duogábeallái dan vuosttaš vástádusa, ja háleštit fáttá birra dan láhkái ahte nubbi sáhttá mearridit iežas vásáhusaid ja sávaldagaid. Go galggat iskat olbmo dáhtu de fertet don danne duostat jearrat, gierdat jaskatvuða ja čiekjudit dasa mii deatalaš ášši čuvgemii.

“

Mu gažaldagat
šaddet láidesteaddji
danne go in ožzon
vástádusa.

Lešguđetlágan jearranteknikat

Rabas gažaldagat:

- Masa dárbašat veahki?
- Masa oaivvildit earát don dárbašat veahki?

Juo/ii gažaldagat:

- Dárbašat go veahki máksit rehkegiid?
- Dárbašat go soapmása gii ordne báhpriiid du ovddas?
- Dáhtut go ahte váldeguoddi galgá veahkehít du?

Ruossalas-gažaldagat:

- Dárbašat go veahki?
- Birget go ieš?

Lešguđetlágan guldalangálggat

- Nákcer leat jaska go earát hupmet
- Nákcer vuosttildit impulssa jearrat gažaldaga
- Nákcer gierdat jaskatvuða go nubbi jurddaša
- Nákcer reflekeret jitnosit dan badjel maid gulat

Verbála speadjalastin

- Geardduhit dan mii daddjojuvvo nuppi sániiguin
- Geardduhit dan maid ieš logat iežat sániiguin
- Geardduhit dan duogábeale oaivila dahje dovddu das mii daddjojuvvo

Ovdamearka:

«In liiko go mus lea váldeguoddi. Orru mu mielas dego ferten jearrat áhcis lupmaruða»

Du speadjalastin

- Don it liiko go fertet jearrat ruða
- Dovddat it beasa mearridit ieš
- Lea váttis dadjat maid oaivvildat váldeguoddái

Fuomáš ahte juo/ii-gažaladat ii álo atte luohethahti dieđuid. Ballan olmmoš sáhttá johtilit vástidit ii dušše danne go orru oadjebasamus. Okta olmmoš geas lea afasiija sáhttá lohkat juo muho oaivvildit ii – dahje son diehtá maid áigu lohkat, muho sánit bohtet olggos boastut.

Reflekšuvdnabihtá

Maid dagat go deaividat vuostehágu ságstallamis

Leage
jaska – ale doama
Guldal – ale gaskkalduhe
Dohkket – ale dupme
Jeara – ale doaivvo
Dihtoš – ale konfrontere
Dieđit – ale várre



Nuppi VUHTIIVÁLDIT – bealjis



Jus riŋget

- Muital gii don leat ja čilge manne riŋget. Jeara heive go hupmat (dál)
- Vihko responssa maid oaččut du ja heivet ságastallama viidáseappot

Jus muhtun riŋge dutnje

- Guldal ja jeara ipmirdan dihte manne nubbi riŋge
- Čoahkkáigease nubbái maid leat gullan ja ipmirdan
- Mearrit lea go riekta joatkit ságastallama vai šiehtadit oðđa áiggi

Hupmat nuppiin priváhta dahje tabulágan áššiid birra sáhttá leat vátis. Almmatge ferte hupmat buot dárbbašlaš fáttáid birra vai ášši lea doarvái čuvgejuvvon. Vulobealde gávnнат iešguđetlágan fáttáid ja jearaldagaid mat leat álggaheapmin dasa man birra dárbbašat hupmat.

Hupmat iešmearrideami birra

- Mii lea dutnje deatalaš mearridit ieš?
- Masa liikot oažžut veahki mearridit?
- Hálidat go mearridit ieš?
- Beasat go mearridit ieš?
- Leago váttis dadjat jus it leat duhtavaš?
- Guldalit go du dalle?
- Gii mearrida?

Hállat áššiid maid (soittát) diehtit ovdalaččas

- Movt don birget?
- Gii veahkeha du?
- Mii lea du opmodat?
- Movt deavddát veiarrodiedáhusa?
- Movt lea geavvan go leat cealkán eret

Hállat geardduheaddji láhttema birra

- Mii lea dáhpáhuvvan (ovdal)?
- Go dagat nie – mii dáhpáhuvvá dalle? Mii vel dáhpáhuvvá?
- Mii lea váikkuhus? (DLD-neavvu siidu 18)
- Mii láve geavvat?
- Movt lávet giedħallat dan?
- Movt láve mannat?

Hállat ekonomija birra

Máhttu:

- Dieđátgo man olu ruhta dus lea?
- Man olu máksá [...]?
- Man olu máksá (omd.viessu?)
- Lea go dus vealgi?

Gálggat:

- Movt plánet don ruhtadilát?
- Movt mívssát rehkegiiddát?
- Movt mívssát gálvvu go gávppašat?

Hállat riidduid ja ovttasbarggu birra lagas oktavuođain

Kártet bearášdiliid:

- Gii lea lagamus oapmahaš?
- Geat earát leat du lahka?
- Gean don guldalat?

Riiddut olbmuid gaskkas nuppi eallimis:

- Leaba go x ja y ovttaoaivilis movt dus galgá leat?
- Diehtiba go x ja y movt don háliidat galgá leat?
- Lea go ovttaoaivilvuhta gii galgá leat váldeguoddi?

Hupmat negatiivvalaš sosiála kontrolla

váikuheami birra

- Leat go don vai earát geat háliidit...?
- Beasat go ieš válljet?
- Leago soames eará gii mearrida maid galggat oaiivvildit dahje dahkat?
- Sáhtát go leat vuostemielas? Mii geavvá go leat vuostemielas?
- Duostat go dadjat maidege?

Háleštit vuordámušaid birra váldeguoddái

- Masa dárbbašat veahki váldeguoddis?
- Masa jáhkát oažžut veahki váldeguoddis?
- Gean háliidat váldeguoddin?
- Jus [...] ii sáhte leat váldeguoddi, gean don de háliidat
- Áiggun háleštit duinna dan birra movt lea oažžut veahki [váldeguoddi]
- Veahkeha go [váldeguoddi] du?
- Movt lea du mielas oažžut veahki [váldeguoddi namma]?
- Maid sáhttá [váldeguoddi] dahkat eará láhkái?
- Háliidat go ahte [váldeguoddi] galgá leat du váldeguoddi?
- Háiidat go ahte muhtun eará galgá leat du váldeguoddi??

Guđiid fáttáid berret guoskkahit ja guđe láhkái vurrolaga lea juoga maid don fertet árvvoštallat ovdalgihi ja dađistaga. Geavat áinnas «fállu- ageanda».

Dihtoš duohta dáhtu ja duohta dárbbuid

Hupmat válljemiid váikkuhusaid birra

- Ipmirdit dieðuid lonohallamiin
- Dihtoš maid nubbi diehtá fáttá birra (Ovdamearkka dihte: Maid ádde nubbi vealggi birra?)
- Lasihit heivehuvvon dieðuid fáttá birra (geavahit oanehis cealkagiid ja juohkebeaivválaš hállama dan sadjái go formálalaš doahpagiid)
- Dihtoš nuppi pespektiivva fas (relevánsa ja ipmárdus)

Dihtoš:

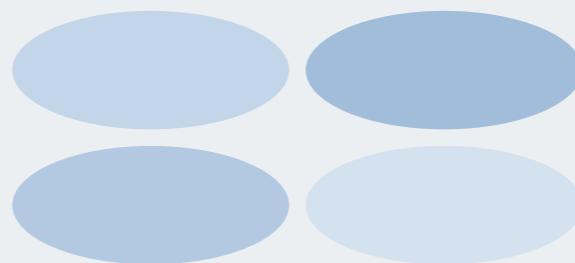
Lasit:

Dihtoš:

Veahkehit nuppi ipmirdit sávaldagaidis ja dárbbuidis

Sirret sávaldagaid – čatnat oktii sávaladagaid ja dárbbuid

Man birra áiggut hállat? (Fállu – ageanda)



Muital munnje movt duinnamanná (muital eamboo)

Fáhkka sávaldagat (mii lea deatalaš juste dáí?)

Guhkesáiggi sávaldagat (Mii lea deatalaš áiggi vuollái?)

Ovddeš sávaldagat (maid háliidit ovdal?)

Mii lea deataleamos dutnje?



Sajáiduhttit

Sajáiduhttinmuttu birra

Lea deatalaš loahpahit ságastallama buriin vugiin. Don čoahkkáigeasát gokčat ságastallama čoahkkái-geasuun das mii lea daddjojuvvon. Don berret ráhkadir cálalaš «šiehtadusa» dasa maid leahppi soahpan, ja addit dieđuid geainnu birra ovddos guvlui.

Buorre loahppa ságastallamis addá nubbi oadjebasvuoda ahte don leat ipmirdan riekta. Olmmoš vásicha válndojuvvot duođas ja dat nanne ieđovddu. Buorre vásáhus ságastallamis sáhttá dahkat álkibun oažžut oktavuođa go boahtte ságastallan galgá čađahuvvot. Dasa lassin sáhttá leat deatalaš maŋjil sáhttit čujuhit dasa maid doai doai duođaid soabaide jus šaddá jearaldat dan birra.

Ságastallama lea čoahkkáigeassit dan maid leahppi soahpan ja šiehtadit geainnu ovddos guvlui.

Teknihkat

- Čále dađistaga
- Čoahkkáigease maid leahppi hállan
- Čoahkkáigease maid leahppi čielggadan ja šiehtadan
- Dokumentere áiggi, báikki, oasseváldiid jna.
- Jeara lea go mihkkege vajálduvvon dahje leago nuppis eambbo lasihit
- Dáhto nuppi čoahkkáigeassit
- Šiehtadeahppi áiggi boahtte ságastallamii jus lea dárbbašlaš
- Giitte nuppi ságastallama ovddas

Reflekšuvdnabihttá

*Don leat leat dál
čađamannan nuppi
VUHTIIVÁLDIMA
metoda bargopro-
seassaid ja neavvuid.*

*Sajáduhte oahppamat
čoahkkáigeasuun das
mii lea šaddan deatalaš
dutnje ja ráhkat plána
movt áiggut atnit nuppi
VUHTIIVÁLDIMA*

- Dál moai letne
hupman...
- Don leat lohkan ...
ja mun lean lohkan ...
- Mun ádden dan dainna lágiin ahte ...
Lea go riekta?
- Dalle letne šiehtadan ...
- Dalle lohke nu ahte ...
- Leago ortnegis?



Nuppi VUHTIIVÁLDIN – geavatlaččat

Smiehta ságastallama mii dus lea leamaš (váldeguoddedili) mii du mielas lei váttis.
Jus dus dál galgá leat ságastallan oððasit ja geavahit NUPPI VUHTIIVÁLDIMA;
movt barggat dalle?



Reflekšuvdnabihtá



Ráhkanit

1. Mii lea ságastallama fokus?
2. Maid galgá ságastallan buvtihit?
3. Maid fertet dahkat ovdal ságastallama?



Vihkkut

1. Masa fertet atrit fuomášumi ságastaladettiin?
2. Guðiid signálaid sáhttá nubbi addit?
3. Movt sáhtát muddet iežat Signálaid mielde?



Čilget

1. Maid fertet čilget?
2. Movt fertet čilget?



Ipmirdit

1. Movt galggat jearrat?
2. Movt galggat guldalit?
3. Guðiid teknikhaid áiggut geavahit?



Čiekjudit

1. Guðiide fáttáide ferte čiekjudit eambo?
2. Man čielggas áiggut leat?



Sajáduhittit

1. Movt áiggut loahpahit ságastallama?
2. Movt áiggut duoðaštit ságastallama?

Ságastallan gaskal váldevuloža ja áššemeannudeaddji

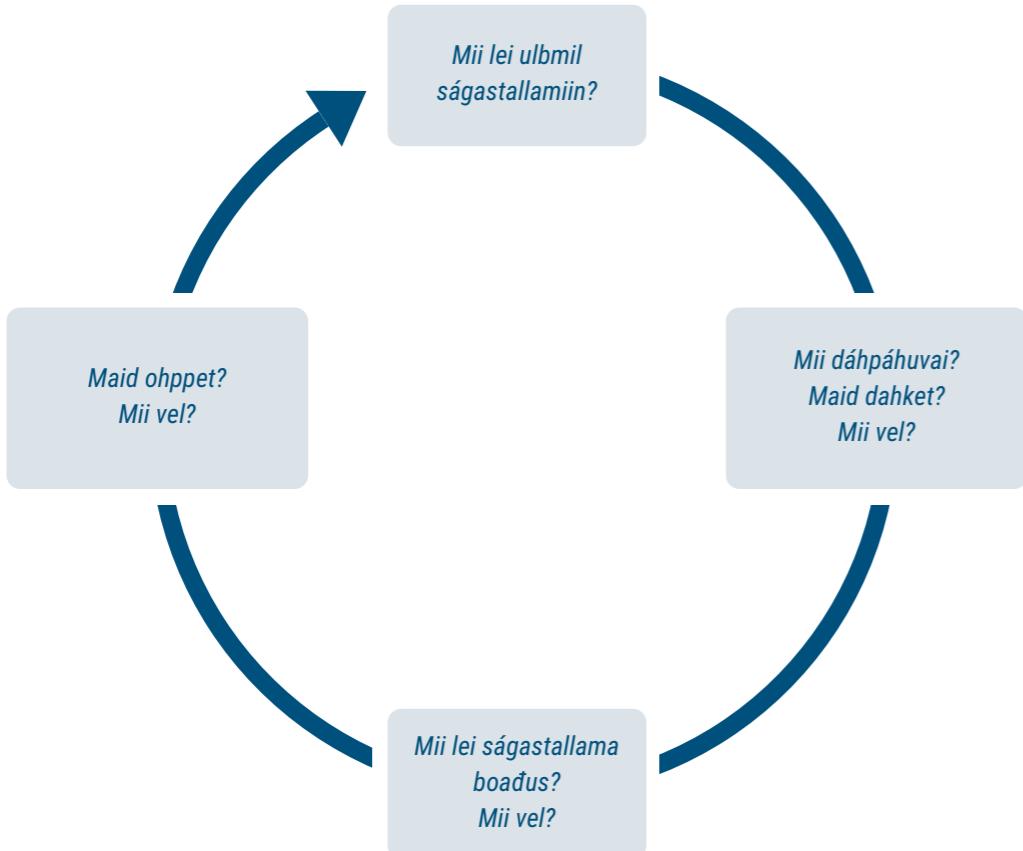
Loga teavstta vulobelalde. Čále kommentárafeltii guhte teknihkka geavahuvvo

- Fylkkamánni Sörlys, bures boahtin, don humat Liviin.
- Movt sáhtán veahkehit du?
- Sáhtát go veahkehit mu molsut váldeguoddi?
- Don háliidat lonuhit váldeguoddi. Muital mii lea dáhpá-huvvan!
- In hálit váldeguoddi šat. Háliidan lonuhit.
- Don it hálit váldeguoddi. Don háliidat molsut.
- Juo, dahje váldeguoddi ii váldde telefovna go ringen. Lean ringen 100 geardde.
- Leat riŋgen hui olu gerddiid váldeguoddái ja lea váttis oažžut su ságaide.
- Juo, áiggošin dušše veahá liige ruđa oastit skeajkka mu áhkubii.
- Don áiggut ruđa skejkkii.
- Juo, mus leat guokte áhkuba ja nuppis lea riegádanbeaivi sotnabeaivvi. Háliidivčen áinnas oastit juoga allright sutnje. Dalle ilusmuvvá mu nieida.
- Don háliidat oastit skeajkka illudahttin dihte lagamučaidat iige leat ruhta.
- Nu fal. Sáhtát go veahkehit mu?
- Maid dáhtut ahte mun galggan dahkan?
- Hupmat váldeguoddiin várra. Gullat oačun go ruđa. Dat leat mu ruhta!
- Dat lea du ruhta. Don hállidat mun iskkan váldeguoddiin man olu ráđđi dus lea.
- Maid jurddašat jus riŋgen váldeguoddásat ja siđan su váldit oktavuođa duinna vai son sáhttá čájehit bajlgova du ekonomijas. De sáhttibeahhti doai ovttas gávnnahit masa dus lea várri.

- Son ii leat smađahkes. Dovddan iežan dego mánnán fas go hálan suinna. Dego fertešin jearrat áhcistan ruđa.
- Orut dego jalla go fertet jearrat ruđa mii lea du.
- Juo.
- Leago ortnegis ahte muitalan váldeguoddásat váldeguoddi ferte atnit fuomášumi don dovddát ná go háleš-teahppi ovttas? Vai son diehtá dan ja sáhttá vuhtiiváldit dan go humadeahppi ovttas.
- Juo. Jákát go dan veahkehit? Beasan go mearridit ruđan dalle?
- Leat don gii mearridat. Seammás berošta váldeguoddi dain eará tinggain maidda dus ferte leat ráđđi. Nugo viessolágu, el-rávdnji ja biebmu. Dakkár dinggat. Leat go dat deatalaččat du mielas?
- Leat, mu mielas. Lea dušše ahte mus ferte leat veahá munni. Mus ferte muhtumin leat ráđđi skeajkkaide ja diekkáriidda.
- Dutnje lea doaibmanmunni deatalaš. Deatalaš suitit oastit skeajkka omd.
- Juo
- Buorre. Dalle moai dadje ahte mun riŋgen váldeguoddásat. Ja de muitalan ahte don dárbašat hupmat suinna ekonomijat birra, ahte háliidat diehtit masa dus lea ráđđi dál danne go dárbašat oastit skeajkka áddjubasat. Ja de muitalan sutnje movt leat dovdan vai son sáhttá atnit eambbo fuomášumi go hállabeahtti ovttas. Leago ortnegis?
- Juo.
- Buorre. Dalle moai dadje nu. Ja de gulat váldeguoddis fargga. Giitu go riŋgejít.

Buoridit – reflekšuvdnaneavvu

Dan neavvu sahtát atnit dihtomielalažan šaddat movt don kommuniseret nuppiin. Lea easkka go don guorahalat ja giedhalat vásáhusaidat, ahte don oahpat dain.



Giitima váikkuhus

Go giitá de lea árvvusatnima ja vuollegašvuoda čájeheame, ja dat doaibmá huksejeaddjin nubbái.

Man ovddas sahtát giitit nuppi?

Giit ...

