

Kouman Nou Trete Youn Ak Lòt

PRATIK NOU SE RESPÈ AK NON VYOLANS

- Kreye yon kominote ki akeyan e responsab.** Nou tout vini nan izolasyon e nou bezwen jenerozite ak akèy chalere. Pote tout tèt ou nan travay kominote an. Akeyi tout moun nan kote sa e nan travay sa, epi sipoze ke ou byenveni tou. Ospitalite necesè pou restore yon kominote.
- Koute avek pwofondè.** Koute avek anpil atansyon sa lot yo ap di; koute santiman ki dèyè mo yo. Fè efò pou reyalize yon balans ant tande ak reflekte, pale ak aji.
- Kreye yon zòn ki san konsèy.** Ranplase konsèy ak kiryozi pandan nap travay ansanm pou lapè ak jistis. Nou chak nou isit la pou nou dekouvri verite pa nou. Nou pa la pou nou ranje sa nou panse ki deranje nan manm yon lot gwoup.
- Pratike poze kesyon ki onèt e ki san limit.** Yon bon kesyon gen plizyè repons, li pèsònèl e li pwovoke enkyetid.
- Bay espas pou repons ki pa popilè.** Reponn kesyon onètman menm si repons lan pa samble li popilè. Ou dwe prezan pouw koute, pa pou diskite, pou korije ou byen entèprete.
- Respekte silans.** Silans se yon kado ki ra nan lemond okipe sa. Aprè yon moun fini pale, pran tan pou reflechi anvan ou reponn tousuit. Sa se pou oratè a tou – Ou dwe konfòtab pou kite pawòl la retenti nan silans la, san ou pa eksplike e elabore sou sa ou sòt di a.
- Sispann jijman an.** Mete dekote jijman ou yo. Lè ou kreye yon espas ant jijman ak reyaksyon, nou ka koute lòt, e nou ka koute pwòp tèt nou ak plis atansyon.
- Idantifye sipozisyon.** Sipozisyon nou yo envizib anjeneral poutan yo sipòte jan nou gade lemond. Lè nou idantifye sipozisyon nou yo, nou ka mete yo dekote e ouvri pi gwo posiblite pou pwòp tèt nou.
- Pale verite'w.** Nou envite w pou di sa ki nan kè ou, kwè ke yap tande vwa ou e kontribisyon ou ap respekte. Posede verite e sonje pou pale sèlman pou tèt ou. Itilize “mwen” olye de “ou” oubyen “tout moun”, montre klèman ke se ekspresyon pèsònèl.
- Lè bagay yo vini difisil, poze tèt ou kesyon.** Si ou pa dakò ak yon lòt moun, oswa wap jije moun, oswa ou fèmen nan defans, eseye mande tèt ou : “Mwen mande kisa ki mennen isit la?” “ Mwen mande ki sa reyaksyon mwen anseye m’ ” “Mwen mande ki sal dwe santi kounye an?”
- Pratike ralenti.** Vitès nan lavi modèn sa ka koze domaj vyolan sou nam ou. Le nou fè efò pou nou pratike ralenti, kapasite nou genyen pou nou etann non vyolans ak tèt nou e ak lòt yo vini pi fò.
- Tout vwa gen valé.** Kenbe moman sa yo lè yon moun ap pale presye paske moman sa yo, se moman lè yon moun vle kanpe pou yon bagay, mete konfyans nan gwoup la epi ofri gwoup la yon bagay ke li we ki gen anpil valé.
- Mentni konfidansyalite.** Kreye yon espas ki sof pandan nap respekte infomasyon prive ki diskite nan gwoup la. Kite sa ki di nan gwoup la rete nan gwoup la.