



SOTSIAALKINDLUSTUSAMET



ohvriabi

# Taastav mõtteviis ja arutelukultuur

Maria Olmann (ohvriabi vabatahtlike kaasamise ekspert)

26.03.2026



## Kes on ohvriabi (OA)?



Pakume tuge ja nõustamist, kuriteo, vägivalda või kriisijuhtumi tõttu kannatanud inimestele. Anname nõu ka neile, kes on mures lähedase pärast.



Kättesaadav üle Eesti sõltumata elukohast. 24/7 OA kriisitelefonil (116 006) ja veebis (vestlusaknas), ohvriabitöötajad kõikides suuremates linnades (politseijaoskondades).



Ohvriabitöötajate nõustamisteenus, SAK, NTK, TTVT (psühholoogilise abi teenus), taastava õiguse teenus, Inimkaubandusohvrite nõustamisteenus, psühhosotsiaalne kriisiabi, vägivallast loobumise nõustamine, kuriteoohvri hüvitis.



**Mõtteharjutus - poolt või vastu**

### **Austus ehk inimväärikusest lugupidamine**

Taastava õiguse alusfilosoofiaga tunnustatakse, et **iga inimene on väärtuslik ja väärrib lugupidamist**. Taastav lähenemine tuleb selliselt välja töötada, et osalejad tunneksid end turvaliselt ja lugupeetuna. Oluline on, et nad tunneksid, et **neil on protsessi üle kontroll ja et nad võivad vabalt rääkida**. Taastavas lähenemises n-ö hinnatakse ka iga inimese võimeid ja tugevusi, mille ta protsessi kaasa toob, ning võimaldatakse nende maksimaalne ärakasutamine.

### **Solidaarsus ja vastutus teiste ees**

Inimesed on sõltumatud, omavahel ühendatud ja mitmekesised ning nende suhete kvaliteet on heaolu ja sotsiaalse ühtekuuluvuse tagamiseks äärmiselt tähtis. Eesmärk on **osaliste vahel taas seosed luua ning anda neile võimalus isiklikult vastutus võtta ja oma kohustusi täita, et teiste heaolu tagada**.

## Õigus ja vastutus

Õigus ja vastutus. **Taastavas õiguses keskendutakse kahjule, mis on ebaõiglane või vale. Eesmärk võib olla kannatuste leevendamine või edasise kahju tõenäosuse vähendamine.** Selleks, et see oleks tõhus, peab protsess tekitama turvalisust ja austust, mis on vajalik selleks, et inimesed tunneksid end protsessi omanikuna ja saaksid vabalt rääkida.

## Tõde dialoogi kaudu

Tõde dialoogi kaudu on taastavas lähenemises osalejate keskne väärtus. Seda eelkõige kannatanu jaoks, kellel on sageli toimepanijale palju küsimusi ning vajadus kuulda tõde ning mõista, mis juhtus ja miks. **Taastavas õiguses nenditakse, et ühte tõde ei ole olemas, vaid iga inimese loos peitub tõe teatud vorm, mis võib olla osaline, ent täiendab terviklikku, kõikehõlmavat tõde.** **Lugude jutustamise ja küsimuste esitamise kaudu tuleb tõde rohkem esile** ning osalised peavad aru saama tõe rääkimise, oma kavatsuste siiruse ja protsessi käigus võetud kohustuste täitmise olulisusest.

# Taastava õiguse põhimõtted

1. Igaühel on oma lugu, oma vaatenurk
2. Meie mõtted mõjutavad meie tundeid ja need omakorda meie käitumist
3. Kõik, mis me ütleme ja teeme, mõjutab meid ja meid ümbritsevat
4. Me toimime kõige paremini siis kui meie vajadused on kaetud
5. Inimesed, kes on sündmusest mõjutatud, teavad kõige paremini, mida nad vajavad, et siit edasi minna

# Taastav vestlus

“Kuuldud olemine on nii lähedal armastatuks olemisele, et enamikule inimestele on need peaaegu eristamatud.”

*David Augsburger*

1. Mis juhtus / milline oli käitumine?
2. Mida sa sellel ajal mõtlesid? Kuidas ennast tundsid?
3. Keda juhtum veel mõjutas ja kuidas?
4. Mida vajaksid, et sellest olukorrast edasi liikuda?
5. Mis peaks juhtuma, et see vajadus saaks täidetud?

# Taastava õiguse teenus vs taastav mõtteviis

**Taastav mõtteviis** aitab mõista inimeste käitumise taga olevaid põhjuseid, isegi kui see tundub esmapilgul ebaloogiline või arusaamatu.

Selle asemel, et keskenduda ainult käitumisele ja tegudele – kas need olid „õiged“ või „valed“, küsib taastav lähenemine:

**„Mis on käitumise taga?“**

**„Mida see inimene läbi elab?“**

**„Mida ta vajab, et edasi liikuda?“**

“Iga konflikt kannab endas muutuse seemet ja uute alguste võimalust.” – John Paul Lederach

# Harjutus

# Vali 2 Dixiti kaarti



**Kuidas tunnen end  
austava dialoogi  
hoidmisega ka keerulistes  
olukordades?**



**Kuhu poole tahan selles  
arenda ja mis samme  
selleks harjutada?**

## **Grupiarutelu:**

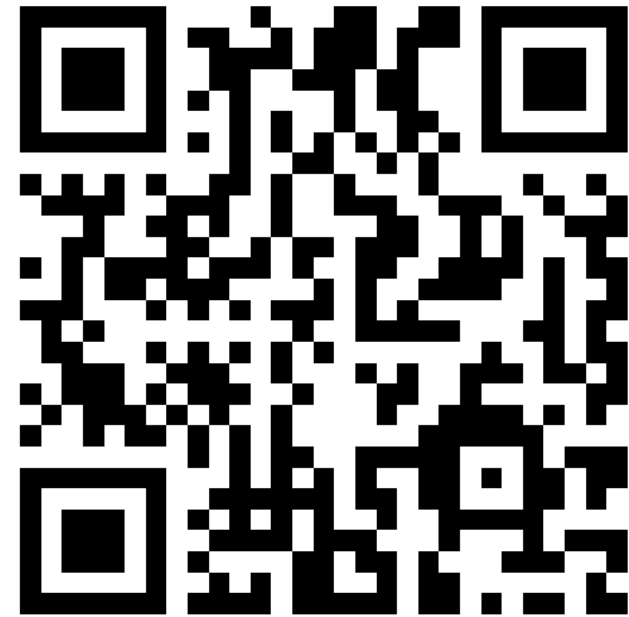
**„Kuidas taastavat mõtteviisi rakendades teha nii, et konfliktid kogukonnas ei kasvaks üle pea?“**

*Iga grupi liige mõtleb ka enda rolli peale – milliseid samme saan mina selleks astuda, mida muuta ja kuidas panustada?*

slido

Join at  
**slido.com**  
**#1672 284**

<https://app.sli.do/event/5CxM6NCiZTnjVsvgZc6SMz>



# Taastava õiguse vahendusteenus

## Sotsiaalkindlustusametis

Taastava õiguse vahendusteenus on ohvriabiseaduses määratletud avalik teenus, mida korraldab Sotsiaalkindlustusameti ohvriabi osakonna piirkondlik ohvriabi talitus.

Taastava õiguse teenuse eesmärk on pakkuda kahju kannatanud isikule, õigusvastase teo toime pannud isikule, õnnetuse põhjustanud isikule ja vajaduse korral teistele osapooltele võimalust turvalises keskkonnas ning vahendaja toel arutada toime pandud teoga seonduvaid asjaolusid ja mõjusid, et:

- heastada teoga kaasnenud emotsionaalset ja materiaalselt kahju
- tagada kannatanu õiglus- ja turvatunne
- taastada suhted ja heaolu
- vähendada riski, et õigusvastase teo toime pannud isik paneb toime uusi õigusrikkumisi.

## Kellele teenus on?

Taastava õiguse vahendusteenus on toimepandud vägivalga ja kuriteo ohvritele või kriisisündmuse, põhjustatud õnnetuse järgselt mõjutatud osapooltele juhul kui:

- Kõik osapooled on valmis vabatahtlikult kohtumises osalema;
- Teo toime pannud/ põhjustanud inimene tunnistab juhtunut ja soovib tegu heastada;
- Osalejate eesmärk ei ole süüdlase otsimine, vaid soov austavaks dialoogiks, lahenduste ja heastamisvõimaluste leidmiseks.

Taastava õiguse protsessi sobivad juhtumid on need, mille:

1

toimepanija **tunnistab oma tegu**;

2

osalised on **vabatahtlikult** valmis protsessis osalema;

3

puhul **ei otsita süüdlast**;

4

osalised on valmis **teiste vaatenurki kuulama**.

Taastava õiguse protsessi **ei sobi** juhtumid on need, kus juhtunut ei suudeta mõista (erivajadusest tingitud); vastutust ei suudeta võtta; tegu ei tunnistata või puudub empaatia.

# Taastav protsess...

- Kõigile osapooltele vabatahtlik protsess;
- Teise poole ärakuulamine;
- Võimalus saada vastused tekkinud küsimustele;
- Võimalus võtta vastutus tehtud teo eest;
- Kahjude heastamine;
- Ühiste kokkulepete sõlmimine;
- Võimalus taastada kannatanu turva- ja õiglustunne;
  
- NB! Tegemist ei ole lepitusega st, et osapooled ei pea protsessi lõpus „leppima“, küll aga ideaalis kokku leppima kahjude heastamises ja edasiliikumise viisis.

# Taastav õigus Euroopas

- TÕ areng mujal maailmas – üks parimaid allikaid mõtteviisi kandjale ja praktikule: Euroopa Taastava Õiguse Foorum
- Filmid
- EFRJ videod ja lühivideod
- Erinevad publikatsioonid
- Juhendid

Filmisoovitus: „Kõik sinu palged“ (Je verrai toujours vos visages, režissöör Jeanne Herry).

Soovitame filmi kõigile, kellel on kokkupuude taastava õiguse teemaga või kes tunnevad huvi selle inimliku lähenemise vastu.

# Kutsume läbima e-kursuseid!

## **Digiriigi Akadeemias:**

„Taastav õigus“

"Psühholoogilist traumat arvestav praktika"

"Psühholoogiline esmaabi kriisi sattunud inimese toetamisel"

# Kuhu pöörduda, kui vajad abi?

	116 006 välismaalt: +372 614 7393 OHVRIABI KRIISITELEFON	116 111 välismaalt: +372 600 4434 LASTEABI TELEFON	660 6077 VÄGIVALLAST LOOBUMISE INFOTELEFON	116 123 EMOTSIONAALSE TOE JA HINGEHOIU TELEFON	660 7320 INIMKAUBANDUSE ENNE- TAMISE NÕUANDELIIN	VAIMSE TERVISE VEEBINÕUSTAMINE
Kellele ja mis murega?	Inimestele, kes on langenud kuriteo, hooletusse jätmise, halva kohtlemise ning füüsilise, vaimse või seksuaalse vägivalda ohvriks hiljuti või ka pikemat aega tagasi.  Pöörduda võivad ka abivajajast teatajad, soovi korral tagatakse anonüümsus.	Nii lastele kui täiskasvanutele nõu küsimiseks ja abi saamiseks või abivajavast ja hädaohus olevast lapsest teatamiseks.  Pakutakse esmast nõustamist, vajadusel edastatakse info erinevatele spetsialistidele.	Vägivalda toimepanijatele, nende lähedastele või vägivalda toimepanijatega tegelevatele spetsialistidele.  Pöörduda võib ka vägivalda toimepanemiste ennetamiseks.	Täiskasvanutele ärevuse maandamiseks, toimetulekuvõime parandamiseks ja eluliste teemade arutamiseks.  Nõustaja toetab probleemidele lahenduse leidmisel ja vajadusel suunab edasi vaimse tervise veebinõustamisele.	Inimesed, kes on langenud tööalase või seksuaalse ekspluateerimise, prostitutsiooni kaasamise, kuritegevusele sundimise või fiktiivse abielu ohvriks.  Pöörduda võivad ka spetsialistid ja abivajajast teatajad.	Inimestele, kelle igapäevaelu ja toimetulek on häiritud, kelle elus on pingeid ja raskusi.  Vaimse tervise veebinõustamine ei asenda arstiabi ega teraapiat.
Kes vastavad?	Kriisiabi nõustaja kogemustega spetsialistid	Erialase kõrghariduse ja nõustamiskogemusega spetsialistid	Vägivallast loobumise nõustajad	Erialase ettevalmistuse ja kogemusega spetsialistid	Inimkaubandusohvrite nõustajad	Vaimse tervise spetsialistid
Millal?	Ööpäevaringselt ja veebivestlus palunabi.ee	Ööpäevaringselt, lisaks veebinõustamine lasteabi.ee ja info@lasteabi.ee	E-R 10-16 ja <a href="mailto:vlt@sotsiaalkindlustusamet.ee">vlt@sotsiaalkindlustusamet.ee</a>	Iga päev kell 10-24	E-R 8.30-17.00 ja inimkaubandus@sotsiaalkindlustusamet.ee	Broneeri aeg <a href="https://www.palunabi.ee/e/vota-uhendust">https://www.palunabi.ee/e/vota-uhendust</a>
Mis keeles?	Eesti, vene, inglise	Eesti, vene, inglise	Eesti, vene, inglise	Eesti, vene, inglise	Eesti, vene, inglise	Eesti, vene, inglise
Hind	Tasuta	Tasuta	Tavaline tariif	Tasuta	Tavaline tariif	Tasuta



SOTSIAALKINDLUSTUSAMET



Lasteabi.ee





# **Suur aitäh kutsumast ja aktiivselt osalemast!**

Maria Olmann ekspert (ohvriabi vabatahtlikud) [Maria.Olmann@sotsiaalkindlustusamet.ee](mailto:Maria.Olmann@sotsiaalkindlustusamet.ee)  
Liisi Truumets teenuseomanik (taastav õigus) [Liisi.Truumets@sotsiaalkindlustusamet.ee](mailto:Liisi.Truumets@sotsiaalkindlustusamet.ee)