

Märkmed dialoogiringide “Kuidas ma hakkama saan” järelduste seminarilt

2. oktoobril 2026 Kadrioru pargi Oranžeriis

Kairi Tilga (Eesti Koostöö Kogu): Põhjamaade ministrite nõukogu küsis, kas oleme valmis üle-eestiliselt dialoogiringe korraldama ja olime nõus. Meile inspiratsiooniks on olnud soomlased, kes on oma riigi demokraatiat tugevdanud üle-riigiliste dialoogide pidamise kaudu.

Piret Jeedas (Eesti Koostöö Kogu): Dialoogid on osa suuremast algatusest Borderland Dialogues – kindlasti on hõlbustajaid, kes tulid, et olla osa suuremast algatusest ning et saada ka kogemust aruteluringide läbiviimisel. Dialoogiringide peamine mõte oli suurendada mõistmist ja arendada kuulamist ning erinevate arvamustega arvestamist.

Maria Gratschew (Põhjamaade Ministrite Nõukogu esindus Eestis): We are the team who works on dialogues and we and you do it because we believe in it. Dialogues are really relevant in so many circumstances. Even in family I’ve started the dialogues like „What are the things we are good at together?“. It actually isn’t even so important what we talk about in the dialogues but it’s the fact that the dialogues happen and that people are willing to come into the dialogues. It’s about being able to know who are together with us in the society and what are the resources. One of the things that dialogues give us are the daily looks into the people’s lives – the future, the trust, the concerns. This provides incredibly important information – is these the things we thought that are in people’s minds or are there different things? We hope that we can start creating the platform for the dialogues. Dialogue is the most important tool we have to bring the people together.

Kristi Klaas (Riigikantselei): Kui üritame sisse viia teatud poliitikaid või lahendada kompleksseid probleeme, siis ei piisa klassikalistest kaasamisviisidest. Inimestel on naturaalne soov, et keegi päriselt tunneks huvi, mida ma arvan ja kuidas ma end tunnen. Taolised dialoogiringid aitavad inimesi oma mõtete ja tunnetega kaasata. Üks meie riigi edu aluseid on, et me usaldame üksteist ja soovime koos toimetada. Suur tänu selle initsiatiivi ja ettevõtlikkuse eest. Meie riigis tasub palju laiemalt vaadata kogu metoodikat, kuidas dialoogiringe läbi viidi.

Merle Linno ja Marko Uibu (Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituut):

Toimus 62 ringi, osales kokku 497 inimest, kaetud olid kõik maakonnad.

63% ringidest toimusid kas väikelinnades või külades – esindatud said need hääled, mis sageli esindatud ei ole.

Ringid olid väga erineva suuruse ja osalejate profiilidega.

Kolmandik oli avatud ringe, kuhu said tulla huvilised väljaspool oma tutvusringkonda.

33% avatud ring

20% oma töökoht

16% noored

11% kogukond

8% vanemaealised

7% inglise või venekeelsed

5% teiste abistajad

Palju räägiti röömudest ja kuidas optimismi üleval hoida. Seda näitlikustab hästi tsitaat: „Ükskõik, mis tuleb homme, istutan täna veel ühe õunapuu.“

Dialoogiringide väärtus võiks ühiskonna jaoks olla muuhulgas see, et see on ühiskonna uurimise meetod (hõlmab erinevaid gruppe ja ka neid, keda on muidu raske saada uurimuses osalema; võimaldab tunda õppida erinevaid seisukohti; annab kirju andmestiku) ja ühiskonna parandamise meetod (inimesed saavad rääkida ja saavad tunde, et neid kuulatakse; suureneb usaldus ja väheneb vastandumine; toimub stereotüüpide muutmine või valideerimine).

Väga suur roll inimeste kutsumisel dialoogiringi on olnud hõlbustajatel – kuidas nad on kutsega lähenenud.

Dialoogiringi kõige suurem väärtus on inimeste sõnul, et keegi päriselt kuulab mind. Dialoog ja kohalik suhtlus on kriisivalmiduse osa. Dialoogiringid loovad selle koha, kus inimesed saavad omavahel rääkida ja kus nad on kuulnud.

Üks oluline **soovitus** on muuta dialoog ja kuulamine regulaarseks praktikaks.

Mis valmistab muret – hirmud seoses sõjaohuga: sõjaohu märgid; taristu, varude ja argise toimetuleku hirmud kriisis; pere, laste ja lähedaste turvalisusega seotud hirmud; eksistentsiaalne hirm ja tuleviku katkemise tunne; riigi valmisolekuga seotud hirmud. Välja tuli ka asjaolu, et kaitseväge kohalolu võib suurendada turvatunnet, aga võib ka suurendada ärevust.

Soovitus: Toetada psühholoogilist valmisolekut koos füüsilise kriisivalmidusega.

Igapäevaelu mured tulid dialoogidest samuti välja. Sealhulgas kooliga seotud teemad, majanduslik kindlustunne, eesti keele ja rahva kehtmine, kogukondlikkus, kuuluvustunne ja üksildus.

Järeldusena saab isegi öelda, et igapäevane toimetulekumure lükkab kriisiks valmistumise edasi.

Rahanappus piirab nii kriisivarude kogumist kui ka taastavaid tegevusi.

Inimestevahelised suhted on muutunud, kogukondlikud sidemed on nõrgenenud ja üksildus on suurenenud.

Väga olulise teemana tõstati kooliga seotud mured: mure edasiõppimise pärast põhikooli järel, suur õpikoormus ja õpilaste väsimus; riigikaitseõpetuse sisu ja seos(etus) praktilise kriisivalmidusega.

Kui lapsi ja noori kaitstakse sõja- või kriisiohu teemade eest ja hoitakse neid nendest teemadest kõrvale, siis võib sellega kaasneda hoopis laste ja noorte teadmatuse tunne, mis tekitab rohkem hirmu, ning ka nende mittekasamine.

Soovitus: Pöörata eraldi tähelepanu noorte tegutsemisjulgusele ja tulevikulootusele.

Info jälgimine ja läbimõeldud kriisikommunikatsioon on olulised.

Ohuteavitusest ei piisa, kui inimene ei tea, mida kohe teha.

Kriisikommunikatsioon peaks näitama, kuidas vastutus jaguneb.

Vajalik on luua selgem arusaam jagatud vastutuse sisust.

Soovitus: Muuta kriisivalmidus inimeste jaoks praktiliseks.

Tõstatusid usalduse vähenemine ja ühiskondlik vastandumine: sõda polariseerumise võimendajana, polariseerumine ühiskonnas, vastandumine KOViga, kaugenemine riigist. Polariseerumine muudab teatud teemadest rääkimise keeruliseks (nii perekonnas kui ka ühiskonnas).

Vene rahvusest inimeste jaoks tõi sõda pinged igapäevasuhtlusesse.

Hakkamasaamise viisid: tavalise elurütmi hoidmine, vaimse tasakaalu hoidmine, kultuur kui strateegiline huvi, hobiaid, looduses liikumine ning aiandus kui rahu ja lootuse allikad. Suhted ja suhtlemine aitab toime tulla ärevusega ning loob pinnase edasiseks toimetulekuks. **Soovitus:** Toetada vaimset tervist seal, kus inimesed igapäevaselt elavad ja toimetavad. Kogukondlik tasand!

Kultuuris osalemine aitab hoida elu käigus ka ebakindlal ajal.

Soovitus: Käsitleda kultuuri osana ühiskonna vastupidavusest.

Kriisiettevalmistuses on oluline praktiline valmisolek!

Soovitus: Arvestada inimeste erinevate võimalustega kriisiks ette valmistuda.

Omavahelised suhted ja kontaktid on olulised, et kriisidega toime tulla. Kriisiplaanis võiks kirjas olla ka see, kes kelle juurde läheb ja kes saab aidata.

Soovitus: Luua rohkem võimalusi inimestele kogukondlikuks suhtlemiseks.

Küsimus publikust: Millest noored unistavad?

Merle: Noored unistavad sellest, et nad oleksid osa ühiskonnast.

Lauri Räpp (inimene, kellele meeldib kirjutada): „Kuuldud hääled, kirjutatud read“

Keegi keset elutuba müüre püstitab,
keegi kommentaariumites mürki sülitab.
Noorus tõde taga otsib infomüra seest,
ja paneb elu pausile, sest ei tea, mis ees.

Keegi kuskil õnnelik, kuid sisimas ta vaeb:
kas tohin ma, kui lahti liigestest on aeg.
Neil kõigil mure suur on olemise juur –
millisesse maailma ma ärkan hommikul.

Loodus pakub lohutust
ja lohutus koob lootust,
et pidetu ja kodutu
võib tunda kodusoojust.

Kogemusi jagades
klaarimaks saab olukord

ja avameelselt suheldes
kodudest saab kogukond.

Kui räägiks edaspidi ainult sulatõtt
ja mõistaks: vajalik on aja mahavõtt
ning pesta puhtaks mõtted meediavahust –
kõik see aitab säilitada meelerahu.

Kui julgeme nutta rõõmust
ja naeruga ravida muresid,
ei siis omadest me võõrdu
ja helgem paistab tulevik.

Ja kui päriselt kuulata teineteist,
küsida tõega, et kuidas sul läheb,
ja mõista, et mina olen osa meist,
nii üheskoos karta on vähem.

Mõelda vaid,
mida teeb kevad
õuna- ja kirsipuudega.

Mõelda vaid, mida teeb
soe naeratus või hea sõna
murelike inimestega.

Ole nagu kevad.

Mis siis, kui oleksime
nagu raamatukogu.

Erinevad maailmad
kõlg külje kõrval –
üheskoos.

Sõltumata iseenda
isiklikust maailmast.

Nii, et igaühe omailm
ja kogemuste kaar
rikastab me maailma.

Kas nii oleks Eesti
meie kõigi turvaline kodu?

Vestlusring: Meelis Oidsalu (julgeolekuekspert), dr Anne Kleinberg (psühhiaater), Tristan Eriste (Eesti Üliõpilaste Liidust), ringi juhtis Piret Jeedas

Piret: Mis oli teie esimene mulje raportit lugedes?

Anne: Kui terved on inimesed tegelikult oma vajadustes ja ootustes. Inimesed tahavad koos olla ja jagada.

Tristan: Igapäevaselt tegelen ka sellega, et arutelukultuuri edendada. Raportist oli tore lugeda, et seal oli ka noori ja esindatud õpilaste hääl. Kurv oli lugeda, et tuleviku pärast muretundmine on laialt levinud. Ja et noored tunnevad end vähe kaasatuna. Loodetavasti see muutub, et noori kaasatakse rohkem – nad tahavad kaasatud olla.

Meelis: See sõda on kahel moel eriti hirmutav: läheduse poolest kilomeetrite vaates ja et see on kõige youtube'itum sõda ehk et see jõuab ka noorteni. Raport oli raske lugemine. Ma ise tunnen samuti neid hirme, nagu enamik tunnevad. Raportis oleks võinud küll olla *disclaimer*, et see pole representatiivne. Mulle meeldis, et hirmude järel oli toodud kena kujund trepiastmetest, mis samme teha. Ja võiks ka kirjas olla, kes mida juba praegu teeb. Näiteks Päästeamet koolitab sel aastal 50 000 inimest ja nad on öelnud, et drooniohu suurenemise järel on tekkinud suurem huvi koolitust saada. Rõhk võiks olla edasistel sammudel. Ma väga loodan, et seltskond, kes istub Sisekaitseakadeemias, et nad saaksid dialoogiringide raportiga end kurssi viia – et kriisilahendamine ja dialoogiringidest välja tulnud info saaks kokku.

Piret: Mis sinu valdkonnast raportist esile tuli?

Tristan: Ebakindlus tuleviku osas. Vaatame ka seda, mis toimub meedias. ERR on lugemiseks tasuta ja Postimees on ka teinud noortele lugemise tasuta, aga meedias on väga palju negatiivsust. Teine tugev teema on koolireformid, milleks ei ole õpilased valmis. Sellega võib tekkida usaldamatuse tunne. Ja samuti mis toimub poliitikas – võimuvõitlused ja teineteise laimamine. Tulevik tundubki niimoodi noortele ebakindel. Raportist välja tulnud riigikaitseõpetuse kvaliteet – mul oli 90 minutit kriisiks ettevalmistuse teema – seda jäi väheks, et päriselt saada teadmisi ja oskusi. Selle asemel, et õppida, kuidas praegu riigikaitstes hakkama saada, õpitakse relvi, mida on ajalooliselt kasutatud.

Anne: Inimesel on vaja vähemalt ühte rahulikku inimest, keda ta usaldab ja kes saab talle öelda, mida kuidas teha. Ja vaja on lühikest ja selget praktilist õpetust, mitte pikka juttu. Tavaliselt usaldavad inimesed ainult oma pereliikmeid, aga selleks, et me julgeksime suhelda

võõraste inimestega ja ka usaldada nende poolt tulevat infot, peaksimegi tegema rohkem dialoogiringe, et tekiks sotsiaalne sidusus ka kaootilisemates olukordades ning võõramate inimestega suheldes.

Tristan: Noorte seas on samuti näha, et ollakse rohkem kihistunud, tekivad väiksemad ringid ning on vähem suhtlemisjulgest. Võõrastega ei julgeta rääkima minna ja isegi enda klassi ees ei julgeta küsimusi esitada.

Piret: Inimesed tajuvad kommunikatsiooni erinevalt – kas ja kui piisavalt on juhiseid ja kuidas inimesed neid mõistavad? Sealjuures on sihtgruppe erinevaid, sealhulgas erivajadustega inimesi.

Meelis: Kasvõi näiteks ühiskonnas suitsetamise mittenormaliseerimise juures on need etapid väga aeganõudvad olnud ja me saamegi sel näitel vaadata protsessidesse, kuidas need on toimunud, et lõpuks oleme suutnud muutusi luua. Kusjuures kultuurivaldkonnas ollakse kriisivalmiduse teemadega suuresti kaasas. Näiteks tegeletakse evakuatsioonide teemadega – võib-olla peaks seda nähtavamaks tooma?

Anne: Olen nõus, et inimeste ärevuse vähendamiseks on evakuatsioonide läbitegemine ja neil teemadel rääkimine väga oluline, mitte hoida inimesi roosas mullis. Oma piirkonna inimesed võiksid neid läbi viia.

Meelis: Päästeamet rääkis mulle täna, et Naabrivalve liikumine tahab astuda Naabrikaitseks.

Tristan: Noortele ja noortega tuleks harjutusi tõesti läbi viia koolides ning noortele teha ka selgitustööd. Noored ei ole sellised, nagu on täiskasvanud. Seepärast tuleb leida noortele lähenemise viis. Sealjuures öelda, et teeme harjutust, kui peaks tulema kriis, aga see ei tähenda, et see kriis kindlasti tuleb. Kui peakski sõda tulema, siis võiks noortekeskused lahti jääda, sest see on peamine noorte kogunemise koht.

Küsimus publikust: Mida sa soovitad, mida peaks noortega suhtlemiseks tegema?

Tristan: Üle Eesti on näha, et noored ja täiskasvanud ei räägi omavahel. Selleks tuleb võtta omaette aega, mitte nii, et „mul on 5 minutit enne tööleminekut aega, räägi nüüd“. Noored on palju sotsiaalmeedias ja eriti, kui nendega ei räägita. Noortega suhtlemiseks peab võtma aega.

Küsimus publikust: Aga kuidas rääkida, kui ka täiskasvanud ei mõista, mis toimub?

Tristan: See võiks motiveerida ka täiskasvanut end teemaga kurssi viia.

Meelis: Võib-olla pigem suunata noori ühiskondlikult oluliste oskuste juurde. Praegu näiteks ka droonide käsitlemise juurde. Et me ainult niisama ei räägi, vaid anname päris oskused ja ka need, mis on noortele huvipakkuvad.

Anne: Kultuur on meil aruteludest puudu – pole arutelukultuuri. Lastega rääkimise alus on see, et kõigepealt peab last kuulama – ära kuulama tema mured ja rõõmud. Ja kriisiteema

juures mitte näitama kõige jubedamaid videosid. Perekonnaga ja sõpruskondadega koos saab õppida looduses hakkamasaamist ja esmaabi. Seda võiks lastega koos teha. Kui meil on jama majas, siis matemaatika oskused ei ole kõige tähtsamad, vaid eluks vajalikud oskused on esmased.

Küsimus publikust: Küsimus Tristanile – kuidas tundub selline võimalus, et näiteks veerandis korra oleks dialoogiring, kus õpilased saaksid arutada mingi aktuaalse teema üle?

Tristan: Kindlasti oleks see lahendus. Siinkohal tervitan ajaloo- ja ühiskonnaõpetajaid, kes juba on vastavaid arutelusid teinud.

Piret: Vastame küsimusele ka ära, et millest noored unistavad?

Tristan: See on keeruline teema ja ega tulevik ongi keeruline. Me ei tea, mis homme juhtub. Mida mõtleb üks riigipea – kes tundub, et isegi ei tea, mida mõtleb. See ongi ärev. Üks, millest unistada, on hea rahulik ühiskond. Et inimesed on kaasatud ja kuulatud.

Anne: Mina mõtlesin sellele, et julgus öelda on oluline. Aga samuti milline õhkkond luuakse selleks, et kuulata. Mulle kui terapeudile ja arstile on väga oluline teema, et ainuüksi küsimuse küsimine „kuidas sul läheb“ või „millest sa unistad“ on vajalik selleks, et see annaks inimesele perspektiivi ja lootustunde tagasi.

Piret: Mis on peamine sõnum, mille võtad endaga raportist kaasa ja mille tahad inimestele kaasa anda?

Tristan: Üks mõte, mis on siit kostma jäänud, on see, et väärtustame arutelukultuuri ja võtame selle aja ning suhtleme inimestega.

Anne: Mina tahaksin, et me võtaksime kaasa kogukonna rituaali. See töötab ja meil on inimestele vaja seda püsivamalt anda. Enda ja oma laste jaoks olen toimetulekuviisiks andnud selle, et iga meie ühine päev on parim võimalus elada nii, et see on meie tuleviku alus.

Meelis: Mulle tundub, et inimestes on tekkinud sõjaohu äratundmine ja inimesi on vaja selles toetada. Võrreldes selle ajaga, kui küberturve teemad tulid esmalt lauale, toimuvad meil igapäevaselt palju suuremad küberturve ohud, aga me saame sellega hakkama ja see ongi olnud tohutu ühiskondlik pingutus. Mina lähen järgmisel nädalal Draamateatrisse ja küsingi Toompere juuniorilt „mitu etendust te sõjaajal annate?“ ja võib-olla kirjutan sellest ka artikli. Ja võib-olla küsin seda teistelki kultuuritegelastelt.

Piret: Aitäh. Sellega võtame vestlusringi kokku.

Tänu sõnad kõigile, kes dialoogiringidesse panustasid!