



**DRUŠTVO ZA ZDRUŽENE
NARODE ZA SLOVENIJO**



Nenasilna komunikacija

PRIROČNIK ZA OBRAVNAVO
SLIKANICE JAGODE IMAMO VSI
RADI

PRIROČNIK ZA OBRAVNAVO SLIKANICE JAGODE IMAMO VSI RADI

ZALOŽILO: DRUŠTVO ZA ZDRUŽENE NARODE ZA SLOVENIJO

AVTORICA: URŠKA PLIBERŠEK

ILUSTRACIJE IN GRAFIKE: USTVARJENE Z APLIKACIJO MAGICMEDIA

LEKTURA: DR. KATJA BERGLES BRICMAN

NAKLADA: 170

TISK: DILING D.O.O.

LJUBLJANA, 2025

CIP - KATALOŽNI ZAPIS O PUBLIKACIJI

NARODNA IN UNIVERZITETNA KNJIŽNICA, LJUBLJANA

316.772.4:37(035)

PLIBERŠEK, URŠKA

PRIROČNIK ZA OBRAVNAVO SLIKANICE JAGODE IMAMO VSI RADI : NENASILNA KOMUNIKACIJA
/ [AVTORICA URŠKA PLIBERŠEK ; ILUSTRACIJE USTVARJENE Z APLIKACIJO MAGICMEDIA]. -
LJUBLJANA : DRUŠTVO ZA ZDRUŽENE NARODE ZA SLOVENIJO, 2025

ISBN 978-961-96952-1-0

COBISS.SI-ID 229369859

KAZALO VSEBINE

01

Spremna beseda

02

Nenasilna komunikacija

03

Primeri delavnic

04

Literatura in viri



Spremna beseda



Spoštovani pedagoški delavci, starši in vsi, ki skupaj z najmlajšimi vstopate v svet učenja o nenasilni komunikaciji, pričujoč priročnik smo, na Društvu za Združene narode za Slovenijo pripravili ob izidu slikanice z naslovom Jagode imamo vsi radi. Zgodbo smo prvič objavili v sklopu priročnika Bogastvo raznolikosti, v letu 2025 pa smo jo izdali kot samostojno slikanico z nekoliko razširjeno vsebino. V jedru zgodbe je velik in nesramen šakal, ki želi živalim vzeti vse jagode. To mu prepreči pogumna miška, ki je svoje komunikacijsko znanje prejela od modrih žiraf iz Afrike. Koncept jezika šakalov in žiraf je razvil ameriški psiholog Marshall Rosenberg, ki se je pri svojem delu zgledoval po Mahatmi Gandiju in Martinu Luthru Kingu.

Organizacija Združenih narodov za izobraževanje, znanost in kulturo (UNESCO) v Priporočilih o izobraževanju za mir in človekove pravice, mednarodno razumevanje, sodelovanje, temeljne svoboščine, globalno državljanstvo in trajnostni razvoj (UNESCO, 2023) kot enega izmed ciljev izobraževanja opredeli večšine mirnega reševanja konfliktov. Naučene sposobnosti lahko prispevajo k reševanju konfliktov na miroljuben način, da prekinemo cikle sovražnosti in nasilja.

Verjamemo, da bosta slikanica z naslovom Jagode imamo vsi radi in tale priročnik pomagala pri najmlajših krepiti večšine mirnega reševanja konfliktov, hkrati pa te vsebine povezovati tudi z drugimi predmetnimi področji (npr. s športom, likovno umetnostjo in varovanjem kulturne dediščine).

“Mir zahteva nekaj veliko težjega kot maščevanje ali zgolj obračanje drugega lica; zahteva empatijo do strahov in neizpolnjenih potreb, ki ljudi spodbujajo k medsebojnim napadom. Ko se ljudje zavedajo teh čustev in potreb, izgubijo željo po povračilnih napadih, saj prepoznajo človeško nevednost, ki vodi do teh napadov. Namesto tega postane njihov cilj omogočiti empatično povezanost in izobraževanje, ki jim bo omogočilo preseči nasilje in vzpostaviti sodelovalne odnose.”

M. Rosenberg

* *Nenasilna komunikacija* *

OPREDELITEV POJMA

Nenasilna komunikacija je vrsta komuniciranja, pri kateri govorec izraža svoja mnenja, potrebe, želje, čustva. Pomembno je, da se pri tem tudi sogovornik počuti popolnoma varnega in sprejetega. Govorca si jasno postavljata svoje meje, hkrati pa upoštevata tudi meje drugega, ki vstopa v komunikacijo (DNK, 2024).

MARSHALL ROSENBERG

Nenasilna komunikacija je vrsta komuniciranja, pri kateri govorec izraža svoja mnenja, potrebe, želje, čustva. Pomembno je, da se pri tem tudi sogovornik počuti popolnoma varnega in sprejetega. Govorca si jasno postavljata svoje meje, hkrati pa upoštevata tudi meje drugega, ki vstopa v komunikacijo (DNK, 2024).

GOVORIM KOT ŽIRAF

Marshall Rosenberg je začetnik opredelitve pojma nenasilne komunikacije. Razvil je enostaven sistem, v katerem je povzel h konfliktom nagnjeno človeško naravo. Svet torej vidimo skozi dve različni prizmi – skozi jezik žiraf in šakalov (Reinemann, 2019).

GOVORIM KOT ŠAKAL

Jezik šakalov je jezik zahtev. Besednjak šakala je odličen za kritiziranje in analiziranje. Je način, s katerim ljudem poveš, da je z njimi nekaj narobe. Sproži protinapad, odpor in obrambo držo (Reinemann, 2019).

Jezik žiraf

Žirafa je gotovo najbolj prepoznavna po svojem dolgem vratu, ki ji na eni strani nudi zaščito, po drugi strani pa z njegovo pomočjo zre daleč v prihodnost. Žirafe imajo, kot že rečeno, največje srce med kopenskimi živalmi. Da pride kri od srca do možganov, mora njeno srce biti 43-krat močnejše kot človeško, zato žirafa ponazarja način komunikacije, ki je empatičen, brez vrednotnih obsodb in s širšim pogledom na situacijo. Komunikacijo sestavljata dva dela: posredovanje in sprejemanje sporočila sogovorca. Sporočilo je posredovano na način, da govorec izrazi svoja čustva, potrebe in želje, na drugi strani pa je tudi poslušanje sprejemajoče. Poslušalec skuša razumeti sogovorca, mu postavlja vprašanja in daje vedeti, da je sogovorec viden, slišan (Rosenberg, 2021, str. 40 v Pinto in Cunha, 2023).

Jezik šakalov

Šakal prihaja iz družine lisic; je agresivna in plenilska žival. Šakalovo tuljenje je za ljudi neprijetno, saj nas spominja na krik ali sireno. Šakalja govorica je plitka, s slabim razumevanjem, z malo povezavami in širine. Gre za komunikacijo, ki je osredotočena na obsodbe o tem, kaj je prav in kaj narobe. Je moralističen način komuniciranja, ki zaradi obsojanja vodi v sovražen odnos (Rosenberg, 2021 v Pinto in Cunha, 2023).





Primeri aktivnosti



Delavnice oziroma aktivnosti, ki jih predstavljamo v nadaljevanju, se navezujejo na vsebino slikanice Jagode imamo vsi radi. Svetujemo, da vsebino in način izvedbe prilagodite starosti, spretnostim in sposobnostim otrok. Krajši pregled delavnic oziroma aktivnosti je predstavljen v spodnji tabeli. Ob koncu poglavja najdete še predloge za kopiranje.

Izražanje čustev

- Čustva, ki jih poznam.
- Kako so se počutili prebivalci gozda?
- Kako se počutim, ko ...?

Poslušam in slišim

- Slišim te, prijatelj.
- Poslušam kot žirafa.

Ustvarjam in igram

- Igra vlog.
- Nahranimo lačno žirafa.
- Učim se izdelati lutko.

Katera čustva že poznam?

CILJI

- Otroci ubesedijo in opredelijo osnovna čustva (jeza, veselje, žalost).
- Otroci poskušajo izraziti posamezna čustva z mimiko obraza ali telesa.

POTEK AKTIVNOSTI

Otrokom oziroma učencem postavimo vprašanje o tem, kaj so čustva in katera že poznajo. Spodbujamo jih pri ubeseditvi posameznega čustva. Pomagamo si lahko s priloženimi slikami čustev (PRILOGA 1).

NADGRADNJA AKTIVNOSTI

Otroke spodbujamo k upodobitvi posameznega čustva s pantomimo oziroma telesno govorico. Uporabimo lahko gradivo iz predloge (PRILOGA 2). Priložen krog s čustvi izrežemo in prilepimo na trši papir. Na sredo kroga s pomočjo razcepke pritrdimo še puščico. Otrok zavrti puščico, poimenuje čustvo in ga uprizori.

SEL OZ. SOCIALNO IN ČUSTVENO UČENJE

Izražanje čustev je eden izmed temeljev nenasilne komunikacije. Namen aktivnosti je spodbuditi otroke oziroma učence k prepoznavi in ubeseditvi čustev.

Kako so se počutili prebivalci gozda?

CILJI

- Učenci povedo, kako so se počutili prebivalci gozda v zgodbi.
- Učenci utemeljijo, zakaj so določene živali izrazile taka čustva.

POTEK AKTIVNOSTI

Ob ponovnem prebiranju ali pregledu ilustracij otroke povprašamo o tem, kako so se počutili posamezni prebivalci gozda (npr. živali, ko so na jaso prišli šakali, ali šakal, ki ostane sam brez prijateljev). Pogovor nadaljujemo v smeri razlage posameznega občutenja živali (npr. zakaj so bili gozdni prebivalci prestrašeni, zakaj je šakal žalosten itd.). V nadaljevanju se pogovorimo tudi o tem, kako bi se počutili mi, ko bi nam nekdo grozil, da bo pojedel vse naše jagode.

SEL

Izražanje in prepoznavanje čustev je eden izmed temeljev nenasilne komunikacije. Namen aktivnosti je spodbuditi učence k prepoznavanju čustev drugih.

Kako se počutim, ko ... ?

CILJI

- Učenci povedo, kako so se počutili prebivalci gozda v zgodbi.
- Učenci utemeljijo, zakaj so določene živali izrazile določena čustva.

POTEK AKTIVNOSTI

Z otroki se pogovorimo o njihovem počutju v določenih situacijah, ki se dogajajo v vrtčevskem ali domačem okolju. Poleg tega, da spodbudimo pogovor o čustvih in počutju otrok, se posvetimo še njihovim reakcijam v teh situacijah. Pogumnejši že lahko poskusijo s kakšnim primerom govorice šakalov in žiraf. V prilogah najdete slike, na katerih so predstavljene konkretne situacije (PRILOGA 3).

SEL

Izražanje in prepoznavanje čustev sta med temelji nenasilne komunikacije. Namen aktivnosti je spodbuditi učence k prepoznavanju čustev drugih.

SLIŠIM TE, PRIJATELJ

CILJI

- Učenci v povedanem prepoznajo in opredelijo govorico šakala ali žirafe.

POTEK AKTIVNOSTI

Otrokom uvodoma pojasnimo razliko med govorico žiraf in šakalov. Žirafe povedo, kako se počutijo, kaj potrebujejo in česa si želijo. Šakali so zelo napadalni; poznajo le obsojanje in kritiko (PRILOGA 4).

Učencem razdelimo delovne liste (PRILOGA 5), na katerih bodo označili, ali gre za jezik žiraf ali jezik šakalov.

SEL

Preden pričnemo z udejanjanjem jezika žiraf in šakalov je, ključnega pomena, da otroci prepoznajo eno in drugo govorico s pomočjo praktičnih primerov.

Poslušam kot žirafa

CILJI

- Učenci pozorno poslušajo in skušajo slišano obnoviti.
- Učenci pri nadaljnjem pogovoru uporabljajo stavek: "Če te prav razumem, ..."

POTEK AKTIVNOSTI

Učitelj oziroma vzgojitelj lahko prične aktivnost s pogovorom o tem, kaj pomeni poslušati. Ali tisto, kar nam nekdo sporoča, vedno tudi slišimo? Otrokom pojasnimo, da lahko s povzetkom povedanega nekomu sporočimo, da smo ga slišali in da nam je mar za to, kar nam sporoča. V oporo in pomoč nam je lahko priložen delovni list (PRILOGA 6). Odlična nadgradnja aktivnosti je, da otroke pozovemo k igri vlog.

SEL

Eden od elementov empatičnega poslušanja je tudi ta, da damo sogovorniku jasno vedeti, da smo slišali, kar nam je želel sporočiti, in ga poskušamo tudi razumeti.

Igra vlog

CILJI

- Učenci poskušajo z igro vlog prikazati jezik šakalov in žiraf.
- Učenci poskušajo rešiti konflikt z uporabo jezika šakalov in žiraf.

POTEK AKTIVNOSTI

Učitelj lahko prične aktivnost s pogovorom o tem, kaj pomeni poslušati. Ali to, kar nam nekdo sporoča, vedno tudi slišimo? Otrokom pojasnimo, da lahko s povzetkom povedanega nekomu sporočimo, da smo ga slišali in da nam je mar za to, kar nam sporoča. V oporo in pomoč nam je lahko priložen delovni list (PRILOGA 6). Odlična nadgradnja aktivnosti je, da otroke pozovemo k igri vlog.

SEL

Eden od elementov empatičnega poslušanja je tudi ta, da damo sogovorniku jasno vedeti, da smo slišali, kar nam je želel sporočiti, in ga poskušamo tudi razumeti.

Nahranimo lačno žirafa

CILJI

- Učenci za svoje prijatelje zapišejo lepe/spodbudne misli (otroci, ki niso opismenjeni, nekaj lepega narišejo).
- Učenci iz papirja izrežejo košaro

POTEK AKTIVNOSTI

Učitelj lahko prične aktivnost s pogovorom o prijaznih in spodbudnih besedah. Kdo jih izreče v zgodbi? Se miška v zgodbi zgleduje po žirafah ali šakalih? Nadaljujemo s tem, da bomo skupaj z otroki žirafam nabrali listke z lepimi mislimi. Otroke usmerimo k razmišljanju o lepih in spodbudnih mislih. Razdelimo jim izrezane drevesne liste (PRILOGA 7) in jih prosimo, da nanje zapišejo ali narišejo prijazne misli. Učitelj zbere vse listke in jih zalepi v košaro (PRILOGA 8). Aktivnost lahko nadgradimo tudi tako, da košaro postavimo na vidno mesto in otrokom omogočimo, da določen list vzamejo iz košare in ga podarijo nekemu, ki je žalosten.

SEL

Eden od elementov žirafje govorice je sposobnost izraziti svoja občutenja na način, ki nikogar ne prizadene. Mlajšim mogoče to najlažje pojasnimo tako, da jim povemo, da so žirafe prijazne.

Učim se ustvariti lutko

CILJI

- Učenci izdelajo prstno lutko.
- Učenci med igro z lutkami uporabljajo govorico žiraf in šakalov.

POTEK AKTIVNOSTI

Učitelj otrokom razdeli predloge za ročne lutke (PRILOGA 9). Učenci jih izrežejo iz papirja in igra se lahko prične. Pedagoški delavci poskušajo otrokom prepustiti čim več samostojnega dela. Seveda smo ves čas pozorni na to, da aktivnost prilagodimo starosti in spretnosti otrok.

SEL

Eden od elementov žirafje govorice je sposobnost izraziti svoja občutenja na način, ki nikogar ne prizadene. Otroci naj se spoznajo tudi z govorico šakalov in jo poskušajo z govorico žiraf ustaviti.



Literatura in viri



Costa Pinto S., Nascimento Cunha M. (2023) Nonviolent Communication: a Literature Review. International Journal of Current Research and Applied Studies.

DNK (2024) <https://www.drustvo-dnk.si/en/about-us.html>

Reinemann (2019) What's with All the Giraffes and Jackals?.
<https://communicatewithintent.org/whats-with-all-the-giraffes-and-jackals/>

PRILOGA 1





PRILOGA 3









**ŽALOSTNA
SEM.**

**Tudi jaz želim
košček čokolade.**



**Jezna sem,
ker si skril
copat!**

POTREBUJEM POMOČ.

**TI NIMAŠ
POJMA.**

**pojdi stran,
nočem, da si
tukaj!!!**



*Vsega si
TI kriv!*

*Taz sem
glavni tukaj!*

Prepoznaš mojo govorico?

Navodilo: Poglej fotografije na levi strani. Kaj misliš, prikazujejo žirafe ali šakale?
Posamezno fotografijo poveži s sličico šakala ali žirafe.



Prepoznaš mojo govorico?

Navodilo: Preberi zapise na levi strani. Kaj misliš, prikazujejo žirafe ali šakale?
Posamezen zapis poveži s sličico šakala ali žirafe.

Pojdi stran!
Grd/-a si!

Žalosten/-na sem,
ker mi nisi
pomagal/-a
pri domači nalogi.

Kako grdo si
oblečen/-a!

Jezi me tvoje
zamujanje. Lahko
jutri prosim
pohitiš.



V katerem geometrijskem liku se skriva jezik žiraf? Kaj pa jezik šakalov?

Če te prav razumem ...

Navodilo: Preberi situacije oziroma dialoge in poskušaj povzeti, kaj so otroci povedali učiteljici oziroma vzgojiteljici. Pri povzemanju poved začni z besedami: "Če te prav razumem ..."

Jure priteče k vzgojiteljici. Joka, smrka,
v obraz je ves rdeč.
V: Jure, kaj se je zgodilo?
J: Žan mi je vzel moj traktor in ga skril
pod mizo.
V: Če prav razumem ...



Petra in Špela se igrata z medvedki. Kar
naenkrat Petra potisne Špelo in jo
udari.
V: Petra, kaj se zgodilo? Si udarila
Špelo?
J: Ja! Udarila sem jo, ker mi je vzela
medvedka!
V: Če prav razumem ...

Poskusite še nekoliko bolj zahtevno vajo! Svojemu povzetku dodajte še predvidevanje o tem, kako se nekdo počuti.

Če te prav razumem, si jezen, ker ti
Miha ne dovoli, da se igraš z njim.









