

Hanna Grubhofer
Sigrun Eder
Barbara Weingartshofer



Zweisprachig
Deutsch - Ukrainisch
Двомовна
німецька – українська



WAS BRAUCHST DU? ЩО ТОБІ ПОТРІБНО?



Mit der Giraffensprache und Gewaltfreier
Kommunikation Konflikte kindgerecht lösen

Вирішення конфліктів в дружній для дітей спосіб за
допомогою мови жирафа та ненасильницького спілкування



edition
riedenburg

Hallo du!



Ich bin Gino Giraffe. Wir Giraffen sind die Tiere mit dem allergrößten Herzen. Daher spüren wir besonders gut, wie es anderen geht und was sie brauchen oder brauchen könnten.

Du spürst bestimmt auch, wie es dir gerade geht und was dir gut tut. Denn wir alle haben ein Herz, mit dem wir fühlen, ob wir glücklich, zufrieden, lustig, müde, munter, traurig, nachdenklich, gekränkt, wütend, nervös, unglücklich, neugierig oder erstaunt sind.

Auch haben wir alle einen Bauch, in dem wir spüren, was wir gerade benötigen: Essen, Trinken, Ruhe, Bewegung, alleine sein, zusammen sein, Schutz, kuscheln, jemanden zum Zuhören, Zeit zum Spielen, selbst entscheiden können oder so gemocht werden, wie wir sind.



Wenn wir unsicher sind oder Angst haben, schützen wir uns, indem wir unser Herz verschließen und wie Wölfe knurren oder „beißen“, also zum Beispiel treten oder schlagen. Dann sprechen wir wie Wölfe und können unsere Gefühle und Bedürfnisse nicht aussprechen und auch die von anderen nicht erkennen. Je sicherer du und wir uns alle fühlen, desto mehr können wir wie Giraffen sein und unsere Gefühle und Bedürfnisse aussprechen.

Auf den nächsten Seiten lernst du Emil Erdmännchen, Carla Chamäleon, Mia Maus, Balduin Bär und viele andere Tiere kennen und erfährst, weswegen sie in Streit geraten. Ich zeige ihnen, wie sie sich fühlen und was sie brauchen könnten.

Die Mit-Mach-Seiten sind nur für dich. Sie helfen dir, dich und andere besser zu verstehen. Außerdem findest du viele Ideen, wie ein Streit in der Giraffensprache für beide Seiten zufriedenstellend gelöst werden kann.

Dein Gino Giraffe



Привіт!



Я жираф Джино. Ми, жирафи, тварини з найбільшими серцями. Тому ми особливо добре відчуваємо, як йдуть справи у інших, що їм потрібно зараз і що може знадобитися згодом.

Ти, напевно, також відчуваєш, як йдуть в тебе справи, і що для тебе добре. Тому що ми всі маємо серце, яким ми відчуваємо, чи ми щасливі, задоволені, веселі, втомлені, бадьорі, сумні, замислені, ображені, злі, нервові, нещасні, допитливі чи здивовані.

У всіх нас також є животик, у якому ми відчуваємо те, що нам зараз потрібно: їсти, пити, відпочивати, займатися спортом, бути на самоті, бути разом з кимось, бути захищеним, обійняти, когось слухати, грати, мати

можливість самостійно вирішувати чи подобатися собі такими, якими ми є.



Коли ми не впевнені або боїмося, ми захищаємо себе, закриваючи свої серця і гарчаючи або «кусаючи», як вовки, наприклад, тупаємо ногами або б'ємося. Тоді ми і говоримо, як вовки, і не можемо висловити свої почуття та потреби чи розпізнати почуття інших. Чим безпечніше ми відчуваємося, тим більше ми можемо бути схожими на жирафів і висловлювати свої почуття та потреби.

Далі ти познайомишся із сурикатом Емілем, хамелеоном Карлою, мишкою Мією, ведмедиком Балдуїном та багатьма іншими тваринами й дізнаєшся, чому вони сваряться. Я покажу тобі, що вони відчують, і, що їм може знадобитися.

Сторінки «Робимо разом» створені саме для тебе. Вони допоможуть тобі краще зрозуміти себе та інших. Крім того, ти знайдеш багато ідей про те, як вирішити суперечку мовою жирафа, задовольнивши обидві сторони.

Твій жираф Джино



Es ist ein schöner warmer Herbsttag. Emil Erdmännchen, der jüngste der Erdmännchen-Familie, entdeckt hinter einem Hügel einen Strauch mit himmlisch duftenden Beeren. Die möchte er mit seiner Familie probieren. Und Carla Chamäleon, seine beste Freundin, soll auch davon naschen.

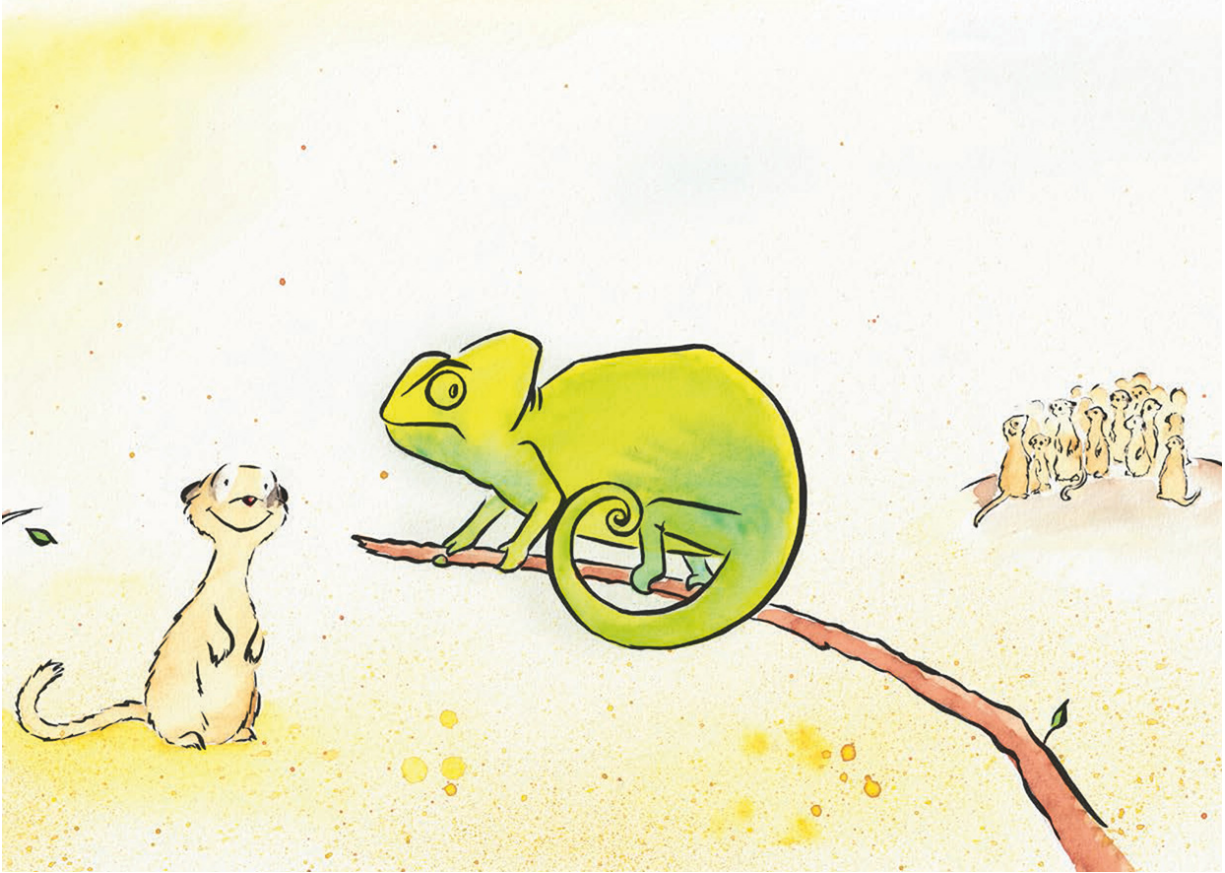
Er läuft zu ihrem Stein und ruft: „Hey, Carla, komm raus! Ich habe einen Beerenstrauch entdeckt. Bitte begleite meine Familie und mich dorthin.“ „Euch begleiten?“, fragt Carla Chamäleon. „Ja, wir machen unsere Ausflüge immer gemeinsam“, erklärt Emil Erdmännchen. „Familie?“, wundert sich Carla Chamäleon. „Die braucht doch keiner. Sei froh, dass du alleine die Sonne genießen kannst und dir niemand dein Futter wegschnappt!“

Emil Erdmännchen ist verwundert. Wie kann man alleine froh sein? „Wir brauchen doch einander, um uns zu schützen!“, sagt er. „Schützen?“, fragt Carla Chamäleon. „Wirklich vertrauen kann man nur sich selbst. Und warum macht gemeinsam Essen Spaß?“

Гарний теплий осінній день. Сурикат Еміль, наймолодший із родини сурикатів, виявляє за пагорбом кущ із дивовижно пахучими ягодами. Він хоче спробувати їх зі своєю родиною. І хамелеон Карла, його найкраща подруга, теж має поласувати цими ягодами.

Він підбігає до каменю, де вона ховається, і кличе: «Гей, Карла, виходь! Я знайшов ягідний кущ. Ходімо туди зі мною та моєю сім'єю». «Йти разом?» — запитує хамелеон Карла. «Так, ми завжди ходимо разом на прогулянки,» — пояснює сурикат Еміль. «Сім'я?» — дивується хамелеон Карла. «Вона нікому не потрібна. Радій тому, що ти можеш насолоджуватися сонцем наодинці, і ніхто не краде твою їжу!»

Сурикат Еміль здивувався. Як можна бути щасливим на самоті? «Ми потребуємо один одного, щоб захищати себе!», — каже він. «Захищати?» — запитує хамелеон Карла. «Ти можеш по-справжньому довіряти лише собі. І чому їсти разом веселіше?»



Gino Giraffe kommt dazu und sagt:

„Ich sehe, da gibt es zwei verschiedene Bedürfnisse. Emil, dein Bedürfnis ist es, Carla zu deinem Beerenstrauch mitzunehmen und gleichzeitig bei deiner Familie zu sein, da fühlst du dich sicher. Carla, dein Bedürfnis ist es, alleine zu sein, da fühlst du dich wohl. In der großen Gruppe etwas zu machen, kommt dir eigenartig vor. Was könnt ihr jetzt machen, damit Emil in Gemeinschaft sein kann und Carla ihr Bedürfnis, für sich zu sein, auch erfüllt bekommt?“

Wie Emil Erdmännchen und Carla Chamäleon ihren Konflikt lösen können, erfährst du auf Seite [→](#).

Заходить Жираф Джино й каже:

«Я бачу, що є дві різні потреби. Еміле, твоя потреба — відвести Карлу до свого ягідного куща і водночас бути зі своєю сім'єю, так ти почувашся в безпеці. Карла, твоя потреба — побути на самоті, тобі так добре. Робити щось у великій групі здається тобі дивним. Що ви можете зробити зараз, щоб Еміль міг бути в колективі, а Карла задовольнила свою потребу бути на самоті?»

На сторінці → ви можете дізнатися, як сурикат Еміль і хамелеон Карла можуть вирішити свій конфлікт.