

**MEDIACIJA IN RAZISKOVANJE ČUSTEV S POMOČJO GLEDALIŠČA** / Snežana Tešić, dipl. vzgojiteljica

predšolskih otrok, druga učiteljica v prvem razredu/ OŠ Ketteja in Murna

**Pravzaprav je pravi čudež, da sodobne učne metode še niso povsem zatrlle posvečene radovednosti raziskovanja. Kajti ta občutljiva rastlinica potrebuje poleg spodbude predvsem svobodo. Brez nje je brez izjeme uničena in razdejana.**

Albert Einstein

**UVOD**

Članek govori osklopu aktivnosti s področja mediacije v prvem razredu osnovne šole, pri katerem se otroci s pomočjo gledaliških aktivnosti učijo prepoznavati čustva in na konstruktiven način reševati konflikte. Namen aktivnosti je motivirati otroke za raziskovanje lastnih čustev in vživljanje v čustva svojih sošolcev in s tem vplivati na oblikovanje prijetnejše, pozitivnejše socialne klime in konstruktivno razreševanje konfliktov.

**MOTIVACIJA**

Z besedo motivacija pomenujemo posameznikovo zavzetost, interes, voljo za doseg nekega cilja. Je bistvo, ki nas vodi do uspehu in opredeli našo vztrajnost, odgovornost in uspešnost. Vrsta in stopnja motivacije določata, kako poglobljeno se bomo učili, aktivirali, sodelovali in kakšna bo kakovost dosežkov.

Kognitivistična opredelitev posebej poudarja, da je to stanje spoznavnega in čustvenega vzburljenja, ki vodi do zavestne odločitve za ravnanje (učenje) in sproži obdobje vztrajnega intelektualnega in fizičnega napora, da bi dosegli zastavljene cilje (Marentič Požarnik 2000, 184).

Izkustveno učenje omogoča kreiranje situacij, v katerih otrok doživlja določene situacije po principu »lastne kože«. Usmerjeno je na proces in ne na rezultate, na osebno kreiranje in ne sprejeto znanje ter na učenje na uspehu in ne neuspehu (Bognar in drugi 1994).

**USTVARJALNOST**

Ustvarjalnost je lastna vsem nam. Izraža se različno v odvisnosti od posameznika. Najdemo jo na različnih



področjih življenja, tako v umetnosti kot v kulinariki, gospodarstvu, politiki, športu in še kje.

Ustvarjalnost prispeva nove, originalne in po možnosti tudi širše družbeno pomembne izdelke, dosežke, ideje, iznajdbe, patente... Sklop osebnostnih potez in ugodne okoliščine omogočajo tako delovanje osebe (Marentič Požarnik 2000, 90).

Tipične osebnostne lastnosti ustvarjalnih oseb: med spoznavne (kognitivne) sodijo miselna neodvisnost, odprtost za nove izkušnje, težnja za neredom, prednost dajejo neurejenosti, zapletenim vzorcem, raje imajo kompleksne kot preproste situacije, paradokse, humor in duhovitost (Marentič Požarnik 2000, 91).

**SVOBODA**

*Svoboda je v tem, da smo sposobni prevzeti odgovornost za lastna dejanja.*

*To spoznanje nam pomaga pri preseganju lastnih omejitev, strahov, tesnobe. Dobimo moč, da se soočimo z lastnim položajem. Skozi spremembo odnosa do vsega obstoječega, prevzemanje pobude in odgovornosti dosežemo spremembo sebe, posledično pa tudi spremembo okolja. Tako imamo možnost spoznati in izraziti lastne, do tedaj skrite potenciale.*  
Marjan Ogorevc, Iskanja

Svoboda je vrednota, ki nas v vsakdanjem življenju opredeljuje skozi čustveno-socialno-kulturološko prizmo razumevanja življenja. V ustvarjalnosti pa svoboda izražanja in pravica izbire pomenita tisti element, ki nas loči od vseh preostalih in prinaša raznolikost, barvitost, novosti in rešitve, ki jih nismo še nikoli videli ali doživeli. Svoboda izraziti sebe, svoja čustva, doživetja, opažanja, kritično mišljenje pomeni temeljno razumeti svobodo kot koncept ustvarjalnosti.

## ČUSTVA

Ko otrok postane sposoben, da v odsotnosti nekega predmeta, do katerega je pokazal znake simpatije, pokaže znake nezadovoljstva, je postal sposoben za čustvo želje (Milivojevič 2002, 35).

Široka in raznolika paleta čustev, ki je prisotna v nas in nas spremlja in vodi skozi življenje, je tisto gibalno, ki nas uči in prinaša izkušnje.

Ko je otrok majhen, se prvih čustev uči od svojih staršev. Prepoznavanje in nadzorovanje čustev je za konstruktivno in uspešno reševanje konfliktov prvotnega pomena.

Empatija je sposobnost oziroma zmožnost vživljanja v občutke drugega. Pomaga nam predvideti, kaj bo storil nasprotnik, in se tako pripraviti na ustrezen odgovor. Razvoj empatije omogoča izražanje svojih občutij, iskanje vzrokov za taka občutja, izražanje idej o rešitvi in poskusu realizacije ter komunikacijo odprtega tipa (razmišljanje o problemu in iskanje mogočih rešitev) (Kroflič in Gobec 1992, 31–37).

Empatija je sposobnost, ki se je lahko naučimo. Da posameznik to zna, mora najprej znati prepoznati lastna čustva.

## MEDIACIJA

Mediacija je alternativna oblika reševanja sporov. Njene bistvene prednosti so:

- da odnos med vpletenimi ni tekmovalen;
- odgovornost za rešitve nosijo sami, ravno tako za izbrane načine;
- mediator skrbi za uravnoteženo razmerje moči;
- proces je usmerjen v prihodnost in rešitve;
- udeleženci imajo veliko svobodo izbire (Prgič 2011).

Temeljna pravila mediacije so:

- kadar eden govori, drugi poslušajo;
- brez nasilja, groženj, žalitev;
- spoštljivost;
- zaveza h govorenju resnice;
- zaupnost.



## OPIS AKTIVNOSTI

Že na začetku šolskega leta so otroci imeli veliko težav v medsebojnem komuniciranju. Težave so reševali s pretepanjem, zbadanjem ali nameranim nagajanjem.

Ker se otroci zelo radi vživljajo in igrajo gledališče, se odločim za poskus vplivanja na izboljšanje komunikacije in reševanja konfliktov z mediacijo. Ena najpomembnejših komunikacijskih veščin je poslušanje, zato otroke motiviram za poslušanje zgodbe o Veveričku Viktorju, ki vedno misli samo nase, zato izgubi vse prijatelje. Miška Minka je tista, ki ga usmeri k poslušanju lastnih čustev in prepoznavanju čustev drugih.

## GLEDALIŠKE DEJAVNOSTI

*Gledališka dejavnost – HIŠICE POČUTJA*  
Iz tršega kartona izdelajo štiri hišice počutja. V vsaki je doma eno čustvo:

jeza, zaskrbljenost, žalost, veselje. Vsak izdelava tudi svojo papirnato figurico in jo razporedi v ustrezno hišico glede na svoje počutje. Učenci večkrat na dan oziroma po potrebi premikajo figurice. Uporabljajo jih tudi za uprizarjanje prizorčkov, v katerih predelujejo svoja občutja. Zaigrane prizorčke lahko, če želijo, predstavijo celemu razredu.

Hišice počutja uporabimo tudi za socialno igro, ko en otrok kaže s svojim obrazom počutje, ki domuje v izbrani hišici, drugi pa z opazovanjem obraza poskuša ugotoviti, katero čustvo je to. Namen igre je, da prepoznajo različna čustva, tako da so pozorni na neverbalno komunikacijo. Ob tem spoznavajo, da lahko čustva izražamo na različne načine. V začetku se omejimo na štiri osnovna čustva, na željo otrok dodajamo tudi druga.

**Gledališka dejavnost – ROČNE LUTKE**

Učenci si izdelajo ročni lutki veвериčka Viktorja in miške Minke. Z njima zaigrajo prizorček, ko miška Minka nauči veвериčka Viktorja, kako najti svoja čustva in kako ta čustva uporabiti, da si spet pridobi prijatelje. Poudarek je na komunikaciji in dialogu ter usvajanju sporočila, da sogovornika gledaš v oči (lutki se gledata), poslušaj, kaj govori, in tako ugotoviš, kako se počuti. Spoznavajo tudi, da lahko čustva prepoznaš tudi iz načina govora, tona in glasnosti besed, ki jih sogovornik izreče.

**Gledališka dejavnost – DRAMATIZACIJA**

V začetni fazi otroke seznanim z zgodbico Veвериček Viktor. Po prvem poslušanju se pogovorimo o vsebini, tako da zastavljam vsebinska vprašanja o zgodbi. Zgodbo povem še enkrat, nato otroci narišejo prizorček iz zgodbice, ki jim je bil najbolj všeč.

Ob ponovnem branju učenci ugotavljajo, kako so se junaki v zgodbi počutili, nato pa se pogovarjamo, kako lahko ugotovimo, kako se nekdo počuti. Učenci, ki to želijo, si oblečejo kostume veвериčka Viktorja in miške Minke in improvizirajo njun pogovor. Prizorček se vedno zaključi tako, da veвериček pove, kaj se je naučil in kako bo sedaj spet pridobil prijatelje.

**Gledališka dejavnost – IGRA VLOG**

Učenci se razdelijo v skupine po štiri. Razdelijo si vloge zajčka, polha, rakuna in veвериčka. V začetni fazi raziskujejo značilno gibanje živali, nato se vživljajo v njihove občutke in na koncu zaigrajo celo zgodbico. Skupinice, ki to želijo, na koncu svojo predstavo prikažejo pred celim razredom.

**ZAKLJUČEK**

S pomočjo gledaliških dejavnosti in mediacije sem v razredu dosegla izboljšanje medsebojnih odnosov in zmanjšanje medsebojnih sporov. Komunikacija je postala boljše, pozitivnejša, učenci so postali med seboj spoštljivejši, v sporu se trudijo prisluhniti drug drugemu, so pravičnejši in sami iščejo rešitve za nastale težave. Skozi gledališke dejavnosti učenci tudi učinkovito sproščajo notranje napetosti



in s tem prispevajo k bolj umirjeni razredni klimi. Krepijo se tudi komunikacijske veščine. Ker znajo bolje prepoznati lastna čustva, jih znajo tudi bolje obvladovati in s tem zmanjševati konflikte.

Zaradi ugotovljenih pozitivnih učinkov bodo opisane gledališke dejavnosti otrokom na voljo celo šolsko leto. Samo aktivnost pa bom glede na interes nadgradila tudi s kakšno novo poučno zgodbo.

**Literatura**

- Dennison Paul E. (2007) *Telovadba za možgane: 26 vaj za boljši učni uspeh*. Ljubljana: Rokus Klett.
- Bognar L., Uzelac M. in Bagić A. (1994) *Budimo prijatelji*. Zagreb: Slon.
- Kroflič B. in Gobec D. (1992) *Ustvarjalni gib in plesna vzgoja za najmlajše*. Novo mesto: Pedagoška obzorja.

Shapiro Lawrence (1999) *Čustvena inteligenca otrok*. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Pergič Jani (2011) *Meditacija za otroke*. Griže: Svetovalno-izobraževalni center MI.

Marentič Požarnik B. (2000) *Psihologija učenja in pouka*. Ljubljana: DZS.

