

# Manifest

## nenasilne komunikacije

- 1. Virtualno je realno**

Na internetu kažem ili zapišem samo ono što bih se usudio/la reći i uživo.
- 2. Ono smo, što objavimo**

Riječi koje izabirem, govore o tome tko sam: predstavljaju mene.
- 3. Riječi oblikuju misli**

Uzimam si dovoljno vremena da čim bolje izrazim što želim reći.
- 4. Prije nego progovorim, pokušavam slušati**

Nitko nije uvijek u pravu, pa ni ja.  
Slušam, pri tome sam otvoren/a i iskren/a.
- 5. Riječi su most**

Riječi izabirem s ciljem da razumijem, da drugi razumiju mene, da se približim drugima.
- 6. Riječi imaju posljedice**

Znam da svaka moja riječ ima posljedice, male ili velike.
- 7. Dijeljenje sadržaja znači odgovornost**

Tekstove ili slike dijelim samo nakon što sam ih pročitao/la, procijenio/la i razumio/jela.
- 8. O idejama možemo raspravljati. Osobe je potrebno poštivati**

Osobe koje brane stajališta sa kojima se ne slažem ne pretvaram u neprijatelje koje je potrebno uništiti.
- 9. Uvrede nisu argumenti**

Ne prihvaćam uvrede ni napade, čak ni ako podupiru moje stajalište.
- 10. Čak i tišina nešto govori**

Kada je najbolji izbor tišina, šutim.