



Lepota sobivanja

DR. PETRA DRAŠKOVIČ PELC

V LJUBLJANI, 23.3.2018

PETRA DRAŠKOVIČ PELC

FOTOGRAFINJA. VODNICA. POPOTNICA DOKTORICA ZNANOSTI S PODROČJA BIOMEDICINE

INFO@PETRADRASKOVIC.COM





RADOVEDNA,
DA RAZIŠČEM NOVA OBZORJA



POSLUŠAM IN SLEDIM
UTRIPU LASTNEGA SRCA



SKUŠAM NAVDUŠITI DRUGE,
DA VIDIJO ČAROBNOST



OBČUDUJEM
SKORAJ NEVIDNO




RADA SEM KREATIVNA
IN IZVIRNA



SREČNA, KO SE
LAHKO POTEPAM PO SEVERU



VELIKE SLIKE NARAVE NAS SPOMNIJO,
DA JE SVET, KATEREGA SMO DEL TUDI MI,
VIR NAJGLOBLJEGA ČUDENJA,
RADOSTI IN LEPOTE.



VČASIH JE MEŠANICA
ČUTNIH VTISOV TISTA,
KI SE NAM
VTISNE V SPOMIN,
NAJVEČKRAT PA
NAŠE VIDENJE.

21.3. - SVETOVNI DAN GOZDA

TO NI LE PROSTOR, KJER LAHKO USTVARJAM,
JE TUDI PROSTOR,
KJER SE SREČUJEM S PRIJATELJI,
IŠČEM MIR, SE UČIM,
SPOZNAVAM NAJLEPŠE TRENUTKE V NARAVI
IN KDAJ SEM DELEŽNA TUDI VELIKIH TRENUTKOV NARAVE.
HVALEŽNA.

DA BI ZNALI SPOŠTOVATI IN OHRANITI TO, KAR JE RESNIČNO
VELIČASTNO!

A dark, atmospheric photograph of a forest at dusk or dawn. The sky is a deep, dark blue. The silhouettes of many trees are visible against the sky. In the lower right foreground, two people are silhouetted against the trees, holding hands and standing on a slight rise. The overall mood is serene and contemplative.

THERE IS
NO WI-FI
IN THE FOREST,
BUT YOU WILL FIND MUCH
BETTER CONNECTION.

NARAVA - inspiracija

Sprošča, pomirja, navdihuje.

Zakaj?

Harmonija.

V svoji nepopolnosti je popolna.

Od narave se lahko ogromno naučimo.

- stopiti korak nazaj in razmisliti
- ustaviti
- najgloblji vir lepote in čudenja
- NAŠE VIDENJE



Kdor pozorno opazuje naravo, vidi, da narava ni samo tekmovanje, preživetje ali smrt, je tudi SODELOVANJE, SOŽITJE – SOBIVANJE.

Lepota NARAVE – dotik prvinskega, “divjega”



„nedotaknjeno“

„neokrnjeno“

„odmaknjeno“

...

»navidezno« daleč od človeka,
a hkrati neizmerno blizu

Tišina je lahko zgovorna.


Opazuješ.

Poslušáš. Iščeš.

Zunaj sebe in v sebi.

A photograph of a blue frog sitting in a pond. The water is dark, and there are many blue water lilies floating around. The frog is in the lower left quadrant, looking towards the right. The text is centered in the upper half of the image.

KO GLEDAŠ Z ODPRTIM SRCEM IN
RADOVEDNIMI OČMI,
JE VSE ČUDEŽ.



Nepričakovano bližnje in intimno
srečanje z volkom
ali medvedom je to,
čemur pravim dober dan.

Močan spomin na tak trenutek
se mi bo vtisnil v dušo in
če bom dobro pripravljen -
mi bo tudi uspelo posneti
dostojanstvenost in skrivnostnost,
ki obdajata žival,
lahko bi rekli,
da gre za neke vrste molitev.

JIM BRANDEBURG

A photograph of a dense forest with many thin, vertical tree trunks. The ground is covered in brown pine needles and some green moss. A person wearing a blue jacket and red pants is visible in the distance, walking through the forest. The lighting is soft and natural, suggesting a shaded forest environment.

Človek je tukaj majhen.
Ponižen in spoštljiv

V NARAVI SKUŠAJTE
VZBUDITI NAVDUŠENJE



A photograph of a person standing in a forest, silhouetted against a bright light source. The person is holding a camera on a tripod. The scene is misty and atmospheric, with trees and branches visible in the foreground and background. The light source is positioned in the upper center, creating a strong glow and lens flare effects. The overall mood is serene and contemplative.

FOKUSIRATI NAMEN

© Petra Draškovič Pelc
www.petradraskovic.com

PONUDITI
DIREKTNO
IZSKUŠNJO

DELITI
INSPIRACIJO



USTVARJATI ZGODBE



Otroci, ki se igrajo v naravi so manj bolni in imajo boljše razvite motorične veščine (koordinacija, ravnotežje, gibljivost) (Grahn in sod. 1997, Fjortoft in Sageie 2001).

Če se otroci igrajo v naravi je njihova igra bolj domišljajska in raznovrstna ter podpira razvoj jezika in socialnih veščin (Moore in Wong 1997, Taylor in sod. 1998, Fjortoft 2000).

Bivanje (preživljanje časa) v naravnem okolju podpira otrokov kognitivni razvoj s tem da se izboljšuje zavedanje, razmišljanje in opazovalne sposobnosti (Pyle 2002).

Naklonjenost do narave, pozitiven odnos do okoljske etike je tesno povezan z otrokovimi rednimi kontaktom z naravo in igro v naravi (Chawla 1998, Sobel 1996, 2002, 2004, Wilson 1997, Kals in sod. 1999, 2003)

Otroci, ki se igrajo v naravi imajo bolj pozitivne medsebojne odnose (Moore 1986).

Narava je za vsakodnevni stres „blažilna zona“, „mehka krpica, medvedek“ in otrokom pomaga pri blaženju čustvenih pretresov. Več so v naravi večja je korist (Wells in Evans 2003).

Več so v naravi, manj je kratkovidnosti (Nowak 2004).

Zmanjša se anti-socilano vedenje, nasilje, vanadlizem, izsiljevanje (Coffey 2001, Malone in Tranter 2003, Moore in Cosco 2000).

Zgodnje izkušnje v naravi in z naravo pozitivno vplivajo na razvoj domišljije in čudenje (Cobb 1977, Louv 1991).

Čudenje je pomemben motivator za vseživljenjsko učenje (Wilson 1997).


Naravno okolje stimulira socialne povezave med otroci (Moore 1986, Bixler in sod. 2002).



Vpliv narave na posamezna področja otrokovega razvoja

Kognitivno	opazovanje, pozornost, koncentracija, zapomnitev, predstave, spomin, mišljenje, učenje, znanje, dožemanje, reševanje problemov
Motorično	razvoj motoričnih sposobnosti
Senzorično	uporaba vseh čutil, občutenje, zaznavanje
Čutno-gibalno	zaznava in občutenje ter prenos v gibalno dejanje
Psiho-socialno	učenje socialnih veščin in spretnosti
Emocionalno	motivacija, pozitivna in negativna čustva
Komunikacijsko	razvoj govora, sporočanje, navezovanje stikov z drugimi
Spoznavno in osebno	pozitivna samopodoba, občutek pripadnosti skupini, pozitivna samopodoba, samozavest

**OTROCI, KI ŽIVIJO V STIKU Z NARAVO
IN PRIDOBIVAJO DIREKTNE IZKUŠNJE
SKOZI IN Z NARAVO
SO BOLJ SREČNI,
BOLJ INTELEKTUALNO SPOSOBNI,
ČUSTVENO STABILNI
IN IMAJO BOLJŠE RAZVIT SISTEM VREDNOT
(KELLERT, 2002).**



VČASIH SI ŽELIM,
DA BI SE SAMO ZA TRENUTEK VSI USTAVILI, GLOBOKO
VZDIHNILI IN POZABILI NA MILJONE IZUMENTIČENIH
PODOB, KI SMO JIH VIDELI.
DA BI SE VRNILI K TEMU,
KAR JE RESNIČNO IN POMEMBNO.

(RAUL SLATER)

Lepota sobivanja ljudi - najlepša

Največ daje

Omogoča rast, razvoj, brušenje „diamantov“

Plemenitenje idej, občutkov

Radost je večja, ko se deli

Žalost manj bridka

...

Včasih tudi komplicirana?

NI NUJNO!



Spoštovanje – strpnost - sodelovanje

Hvaležnost

Včasih napisala 3 stvari v zvezek – ozavestiš

Povem, pokažem...

Tudi neznancu, ko kaj lepega vidim, preberem...

In ko začutim impulz

Mirno srce, ki **sprejema** (drugačnost),
dopušča (lepoto drugega bitja, razlike, različna mnenja...)
ki preprosto je...



projekt – „Acroyoga“

Petra in Tanja – sicer sestri, a med nima vlada popolno zaupanje, popolna predanost



Pot do sobivanja

Družina

- osnovna celica, iz katere vse izhaja
- tem(p)elj
- gradijo se odnosi – „medgeneracijski“
- spoštovanje, zaupanje, ljubezen, dajanja

Lastna dovzetnost

- „situacije“, ki ti jih ponudi življenje
- odprtost našega značaja,
- prilagodljivost...



Pot do sobivanja

Samoizražanje

- Pogum ?
- To smo mi, preplet naših misli, želja, občutenj, kaj želimo povedati, pokazati svetu:
 - Jezni na ves svet?
 - Da imamo ljudi radi?
 - Da nam je mar za okolje, naravo, soljudi?...
- Strahovi - Varnost – Pogovor (list papirja – refleksije)
- Prepustiti se
- Kdo sem – **verjeti vase** – v sanje - to uresničiti



Pot do sobivanja

Okolica – svet, kam grem...

- Kdo sem? / Kaj me zanima?
- Kaj me moti? / Česa me je strah?
- Kako odreagiram na novosti?
- Nepredvidljive stvari?
- Kje in kaj je moj dom?
- Zakaj potujem?
- Koga srečujem? Kakšne so njihove želje?
- Zakaj srečujem ljudi, ki jih?
- Kaj jim lahko podarim?
- Kakšen je moj odnos do njih, njihovih navad?
- Znam sprejeti drugačnost?
- NE OCENJUJEM, le opazujem!



In doma:

obdržati občutke, ki so se prebudili v nas,
pozitivne prebliske, dogodke, utrinke, s potovanj
udejaniti v vsakdanjem življenju

Pot do „spoznanj“

Šola - profesorji

- podajajo učne vsebine
- so vzgled s svojim delovanjem
- usmerjajo mlade, spodbujajo,
- podpirajo, odkrivajo talente...

POTOVANJA, FOTOGRAFIJA, KEMIJA...



Tukaj nastopimo mi vsi!

- **Kdo sem?**

Izoblikovan, stabilen, dojemljiv,
čuteč, znam prisluhnut..

- **Kaj znam?**

geografijo, fiziko, risat, gnest glino,
pesniti...

- **Kako prebujam zanimanje?**

- **Kako dojemam učence?**

- **Kako me dojemajo?**

„Veste, jaz nisem noben bau-bau!“

- **Vzajemno učenje? MIKADO**





**PELJITE OTROKE
V NARAVO**



**PUSTITE SLED
v njihovem srcu!**



HVALA ZA POZORNOST

Petra