

# Lepota sobivanja

DR. PETRA DRAŠKOVIČ PELC

V LJUBLJANI, 22.3.2019



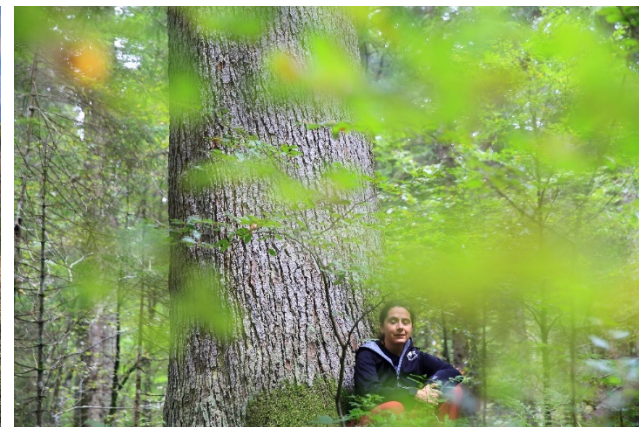
# P E T R A: Fotografinja. Vodnica. Popotnica Doktorica znanosti s področja biomedicine.



**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!**



© Petra Draškovič Pelc  
www.petradraskovic.com

Občudujemo.


**Nikoli ni prepozno za učenje o drevesih in gozdovih. Pa tudi nikoli prezgodaj.**  
Sama dodajam le: spoštujte in občudujte gozd, saj je to mnogim vrstam, dom.  
Nekatere vidimo, druge šele pod mikroskopom. A s spoštljivim odnosom bomo lahko ohranili te pomembne ekosisteme, od katerih smo odvisni bolj, kot se morebiti celo zavedamo.

A dark blue, low-key photograph of a forest. The trees are mostly bare, with their intricate branches silhouetted against a slightly lighter blue sky. In the lower right foreground, two people are silhouetted against the trees, standing on a slight rise and holding hands with their arms raised in a celebratory gesture. The overall mood is serene and contemplative.

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



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.

# NARAVA - inspiracija

Sprošča, pomirja, navdihuje.

Zakaj?

Harmonija.

V svoji nepopolnosti je popolna.

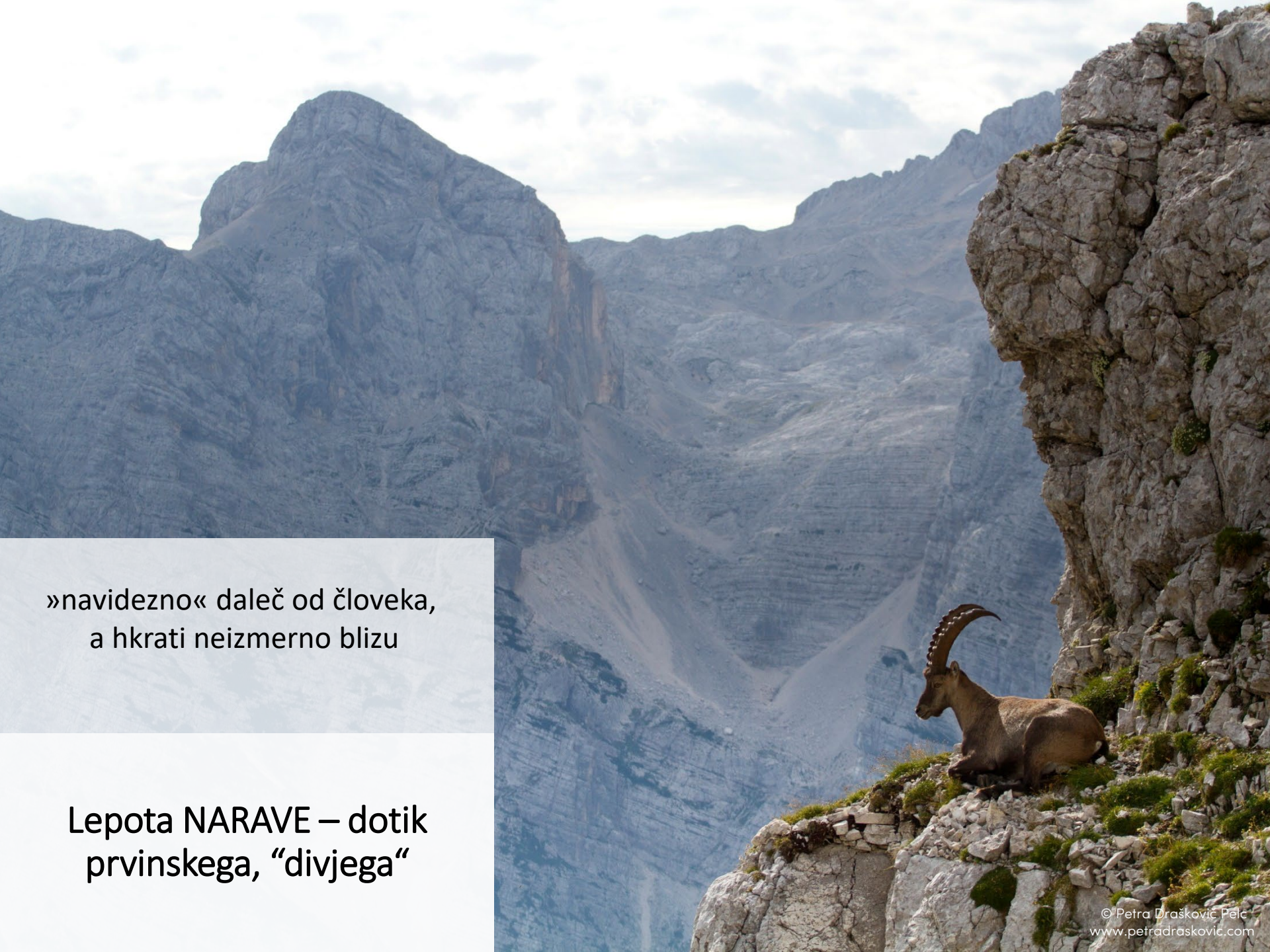
Od narave se lahko ogromno naučimo.

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



© Petra Draškovič Pelc  
www.petradraskovic.com

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

A mountain goat with curved horns is resting on a rocky ledge on the right side of the image. The background shows a vast, rugged mountain range with a prominent peak on the left and a deep valley in the center. The sky is overcast with light clouds.

»navidezno« daleč od človeka,  
a hkrati neizmerno blizu

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.

**SHINRIN YOKU**









VZBUDITI  
NAVDUŠENJE

A photograph of a person standing in a misty forest, holding a camera on a tripod. The scene is dimly lit, with a bright light source in the background creating a strong glow and silhouettes of trees. The overall mood is serene and contemplative.

## FOKUSIRATI NAMEN


PONUDITI  
DIREKTNO  
IZSKUŠNJO

A photograph of two children, a girl and a boy, peeking through a hole in a tree trunk. They are both smiling and looking towards the camera. The girl is on the left, and the boy is on the right. They have natural, earthy-looking hair accessories made of twigs and leaves. The background is a lush, green forest with sunlight filtering through the trees.

DELITI  
INSPIRACIJO

# USTVARJATI ZGODBE



A vibrant blue frog is the central focus, sitting in a pond. The water is a deep, rich blue, and the lily pads are a lighter, yellowish-green. The frog's reflection is clearly visible in the water. The overall scene is serene and beautiful.

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

**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).**

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-socialno vedenje, nasilje, vanadlizem, izsiljevanje (Coffey 2001, Malone in Tranter 2003, Moore in Cosco 2000).

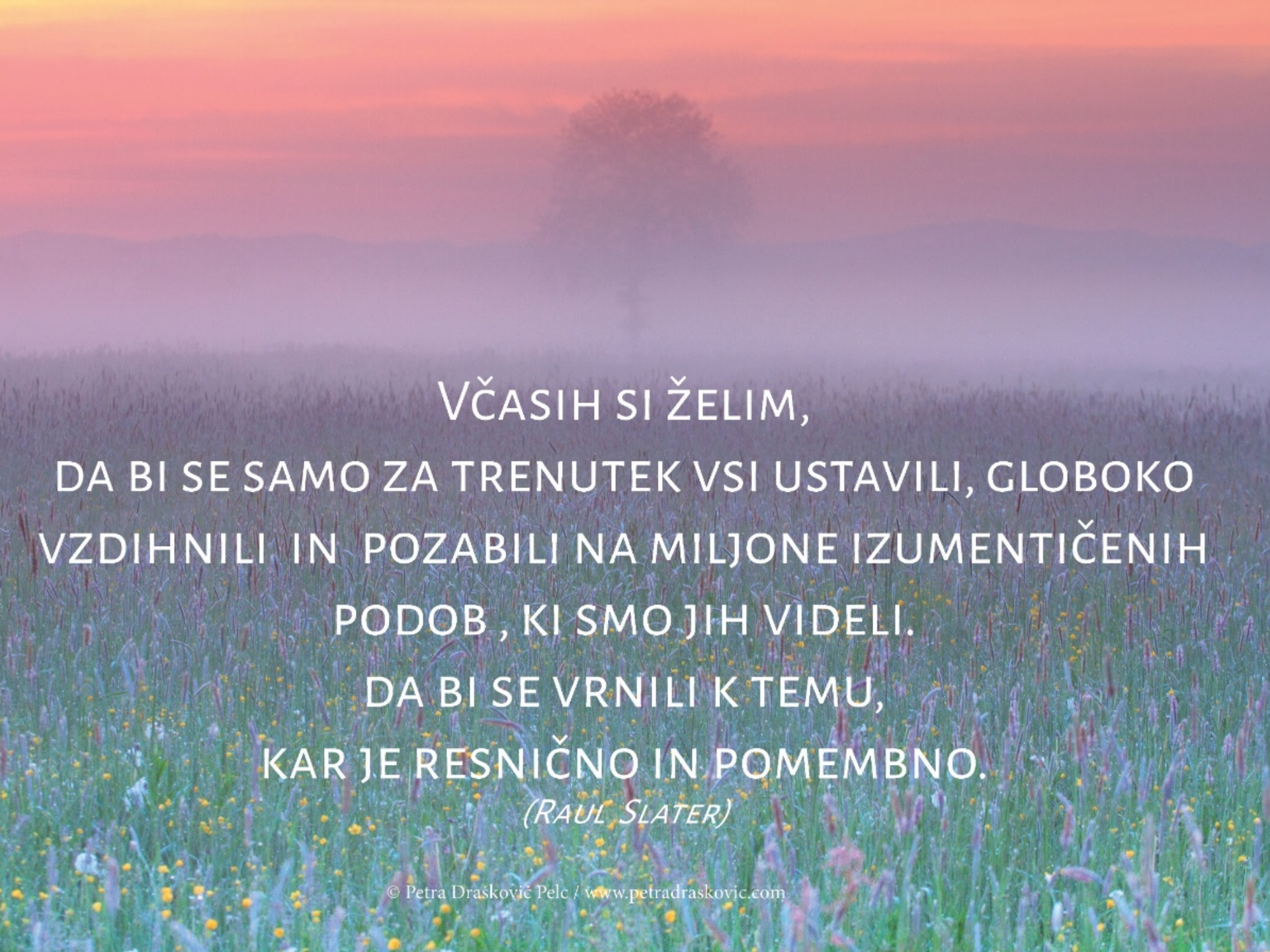
Zgodnje izkušnje v naravi in z naravo pozitivno vplivajo na razvoj domišljije in čudenje (Cobb 1977, Louv 1991).

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

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



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)*



## Volčje modrosti:

- Ljubi svojo družino
- Skrbi za tiste, ki so ti zaupani
- Nikdar ne obupaj
- Nikoli se ne nehaj igrati



# 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...

# Samoizražanje

Pogum ?

Kdo smo mi?

Preplet naših misli,  
želja, občutenj?

Kaj želimo s svojim  
izražanjem povedati,  
pokazati svetu:

- jezni na ves svet?
- imamo ljudi radi?
- mar nam je za okolje,  
naravo, soljudi?...





• Strahovi - Varnost – Pogovor

(list papirja – refleksije)

Prepustiti se

Kdo sem – **verjeti vase**  
v svoje sanje - to uresničiti

## 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,
- Kako dojemam njihove navade?
- Znam sprejeti drugačnost?

**NE OCENJUJEM, le opazujem!**



© Petra Draškovič Pelc  
www.petradraskovic.com

**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...



- **Kdo sem?**

Izoblikovan, stabilen,  
dojemljiv,  
čuteč, znam prisluhnuti..

- **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

**TUKAJ NASTOPIMO MI VSI!**





PELJITE JIH  
V NARAVO



[www.petradraskovic.com](http://www.petradraskovic.com)

**PUSTITE SLED  
v njihovih srcih!**

**Petra Draškovič Pelc**

[info@petradraskovic.com](mailto:info@petradraskovic.com)

[www.petradraskovic.com](http://www.petradraskovic.com)



© Petra Draškovič Pelc, [www.petradraskovic.com](http://www.petradraskovic.com)