„LJUDI SU POPUT DRVEĆA – PROLISTAJ”
METAFORAMA DO MENTALNOG ZDRAVLJA

Katarina Čolak Jurić, prof. psihologije

NZJZ SDŽ Služba za mentalno zdravlje

Impressum:
Publikacija: Ljudi su poput drveća - Prolistaj
Metaforama do mentalnog zdravlja
Izdavač:
Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije
Služba za mentalno zdravlje
Za izdavača:
Prim. dr. sc. Željka Karin, dr. med., ravnateljica Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije
dr. sc. Željko Ključević, dr. med., specijalist psihijatrije, voditelj Službe za mentalno zdravlje

Urednik: dr. sc. Željko Ključević, dr. med., specijalist psihijatrije

Autorica teksta i fotografija: Katarina Čolak Jurić, profesor psiholog, stručna suradnica
Lektorica: Katja Matešan, prof. engleskog i talijanskog jezika

Crteži i komentari nastali su kroz suradnju s profesoricom Vanjom Rogošić Ojdenić i učenicama 3. razreda škole likovnih umjetnosti .

Materijal "Ljudi su poput drveća" nastao je u okviru projekta "Metaforama do mentalnog zdravlja."
On daje prikaze različitih načina povezivanja ljudi s prirodom putem metafora. Ishodi su vidljivi u likovnim i pisanim materijalima te fotografijama.
ISBN: 978-953-8171-08-6
Split, listopad 2020.

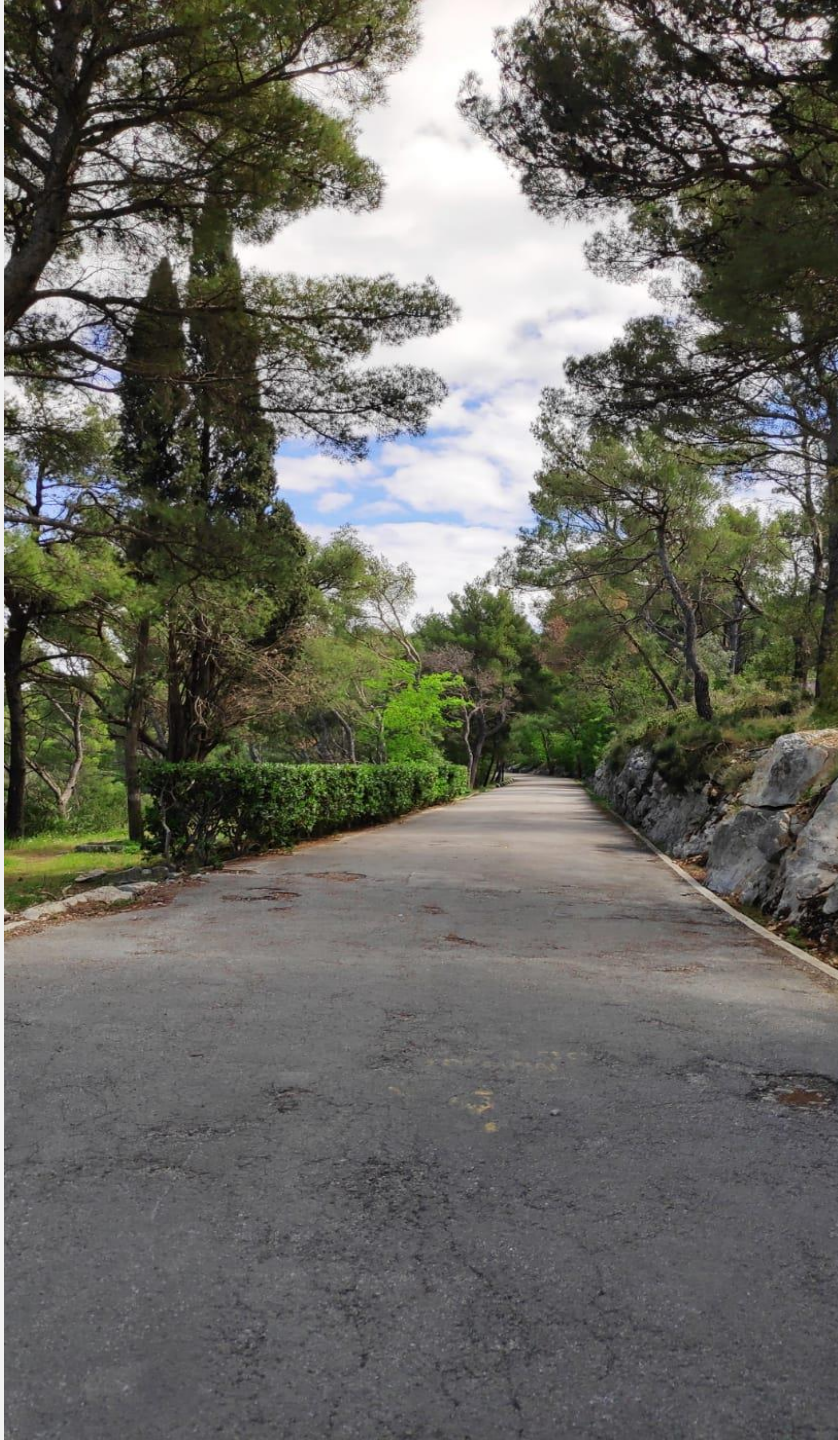
Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije
Služba za mentalno zdravlje
www.nzjz-split.hr
NE ovisni ĐIR
zdrave_ideje2020

HAW
HRVATSKI ARHIV WEBA
CROATIAN WEB ARCHIVE

E-publikacija
Sva prava pridržana. Nijedan dio ove publikacije ne može biti objavljen ili umnožen u bilo kojem obliku na bilo koji način.
Elektronički ili mehanički bez prethodne suglasnosti izdavača ili vlasnika prava.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Zakorijene se i rastu. Dužeg su ili kraćeg životnog vijeka.



LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Zakorijene se i rastu. Dužeg su ili kraćeg životnog vijeka.

„Iskoristila sam krvne žile i napravila da izrastu u korijenje. Zašto? Zato što predstavljaju životni vijek čovjeka i stabla. Ovisimo jedni o drugima.“

Crtež: Katarina Čipčić, učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

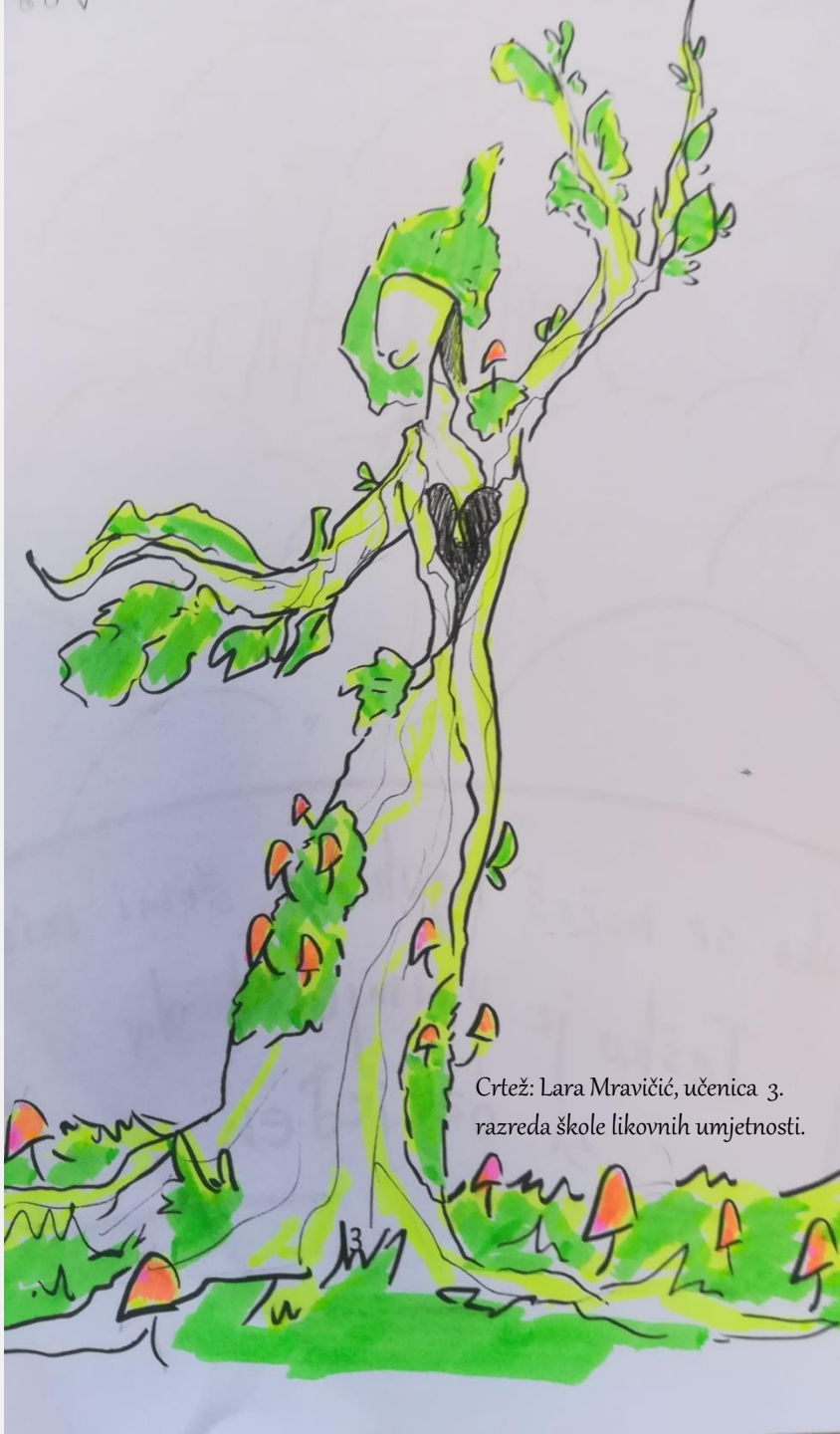
LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Nacrtaj sebe kao stablo.

"Svi započinjemo kao malo sjeme i narastemo kao stablo. Neki ne dobiju šansu narasti, a neki prežive svoje unuke. Kao i ljudi, svako stablo ima svoju priču."

"Začudo lagano i teško istovremeno. Lagano, jer sam nacrtala mnoga drveća u svom životu, a teško jer sebe moram prikazati u tom obliku."

"Uzela sam neke stvari koje me zanimaju i stavila ih u stablo."



Crtež: Lara Mravičić, učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Neka rastu na osami, a neka u šumama.

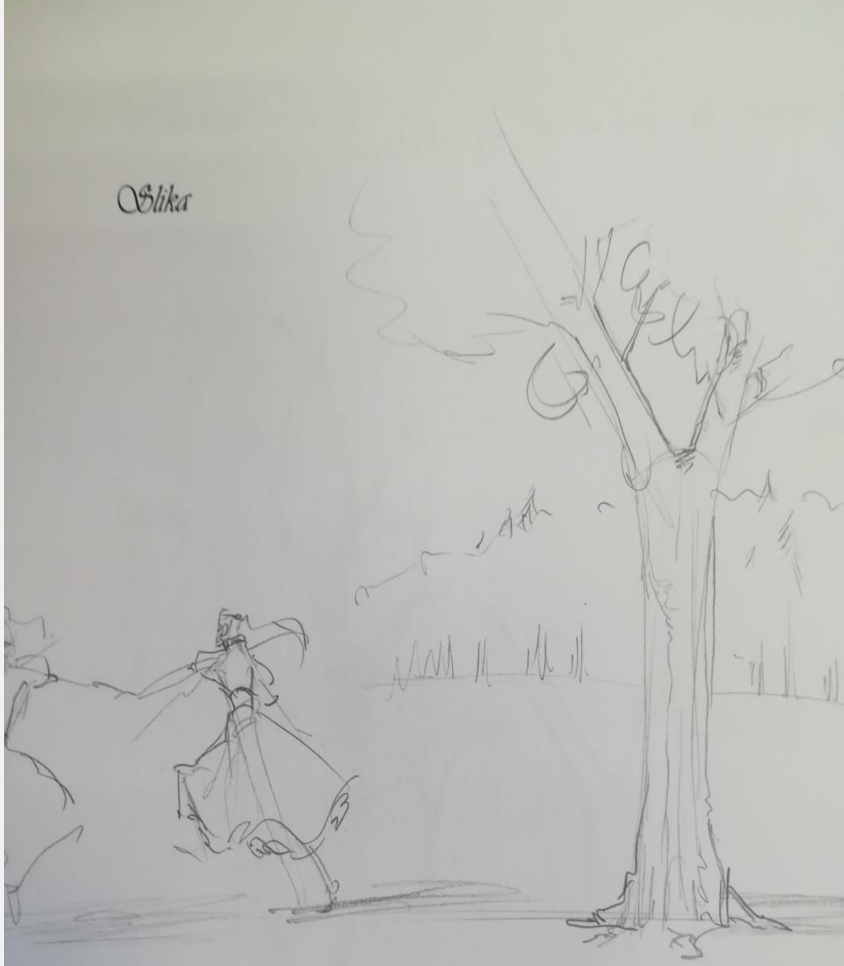
LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Gdje raste tvoje stablo?

“U srednje gustoj šumi.“

“Pokraj jezera/močvara. Mislim da je to dobro mjesto jer su zrak i voda opuštajući. Svježe je, a tijekom godine flora se dosta mijenja pa je okoliš drugačiji.“

“Negdje uz mirnu vodu, duboko u šumi i daleko od civilizacije, ali istovremeno nekoliko metara dalje od drugih kuća.“



Crtež: Ana L., učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Neka deblom, granama, krošnjom i visinom pokazuju snagu i moć, druga krhkost.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Kakvu poruku šalje tvoje stablo?

“Lišće će ponovno rasti. Bit ćeš u redu.“

“Rasti.“

“Ne znam, nisam sigurna.“

“Uživati u samoći i malim stvarima.”

Crtež: učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Neka duboko isprepletenim korijenjem stvaraju mogućnost za stabilan rast i razvoj, druga plitkim i slabim korijenjem jedva odolijevaju naletima vjetra.

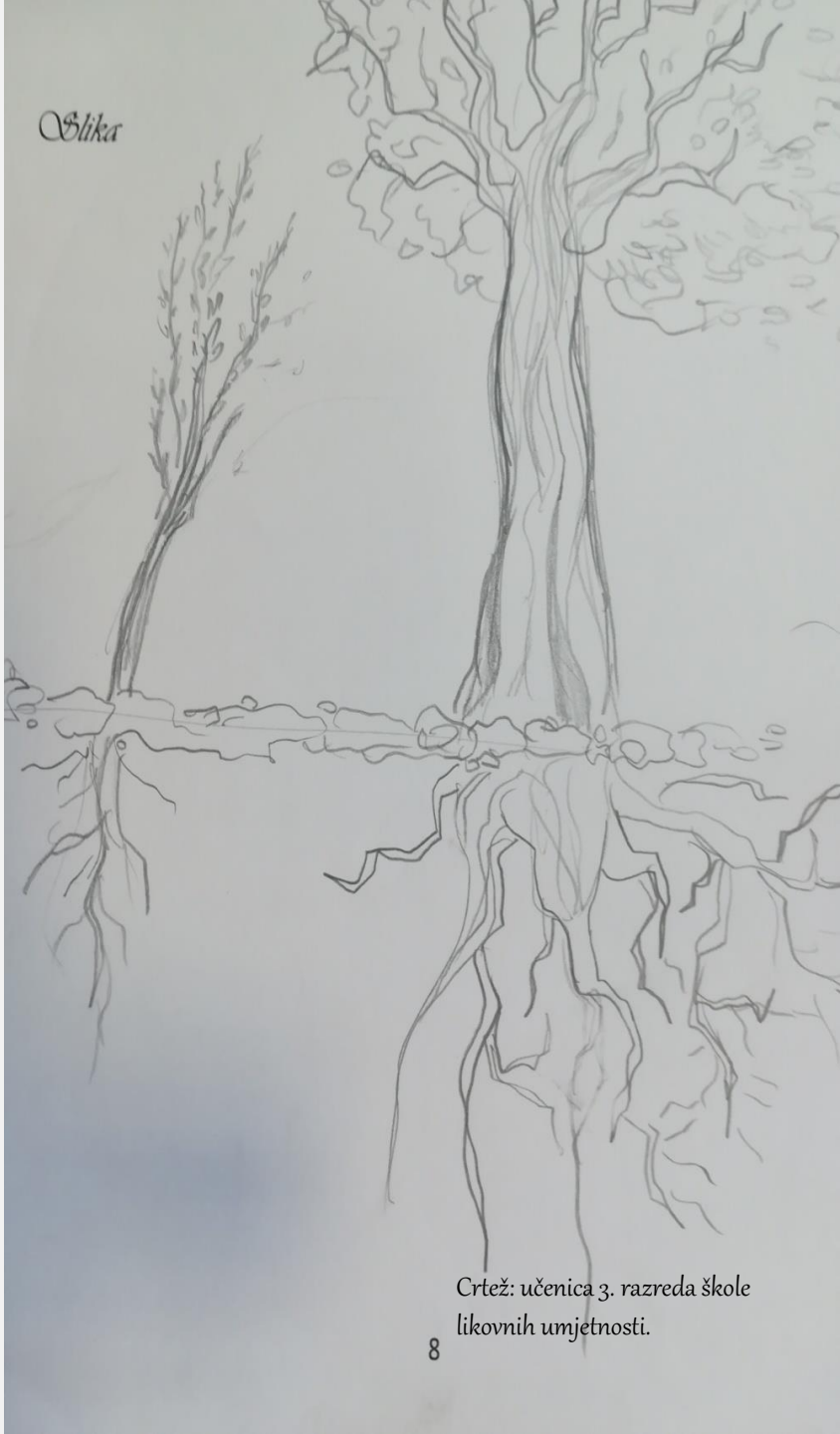
LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Kakvo je korijenje tvoga stabla?

“Neka stabla imaju više mjesta za rast korijenja i zato imaju više korijenja. Neko tlo ima malo minerala u sebi.“

“Korijenje mog stabla je ponekad slabo, a ponekad jako.“

“Nalazi se ispod tla i grana se. Putuje duboko u zemlju, vertikalno.“



Crtež: učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Kad im se grane polome, ona ponovno prolistaju i daju plod.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Lista li tvoje stablo nakon loma grane, daje li plod?

“Kako kada, kako koja grana.“
“Ne može se svaka pogreška popraviti pa ako te ista greška povrijedi moraš naučiti s tim živjeti. Nauči se prilagoditi situaciji. Oni koji te ozljeđuju repetitivno, neće se promijeniti. Postani jači postani pametniji, nitko te neće zaštiti. Nauči se boriti sam za sebe.“
“Grane su jako savitljive pa se ne lome lako. Ako neke i nisu i one mogu opet listati, ovisi o lomu. Nekada i ne mogu.“
“Daleko od civilizacije gdje ima ljudi koji vrijeđaju stabla, moje granje i krošnja rastu sve više, bez kontrole.”

Crtež: učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Neka svoje grane usmjeravaju prema drugim stablima kako bi se s njima povezala, druga ih usmjeravaju prema nebeskim visinama.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Gdje su usmjerene grane tvoga stabla?

“Grane moga stabla idu gdje žele ići.“

“Prema boljem. Prema suncu. Ako želiš preživjeti moraš se razviti kao osoba. Moraš narasti i truditi se stići do sunca. Ako to ne napraviš zauvijek ćeš ostati u sjeni.“

“Prema podu ili prema nebu.“

Crtež: Ana L., učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

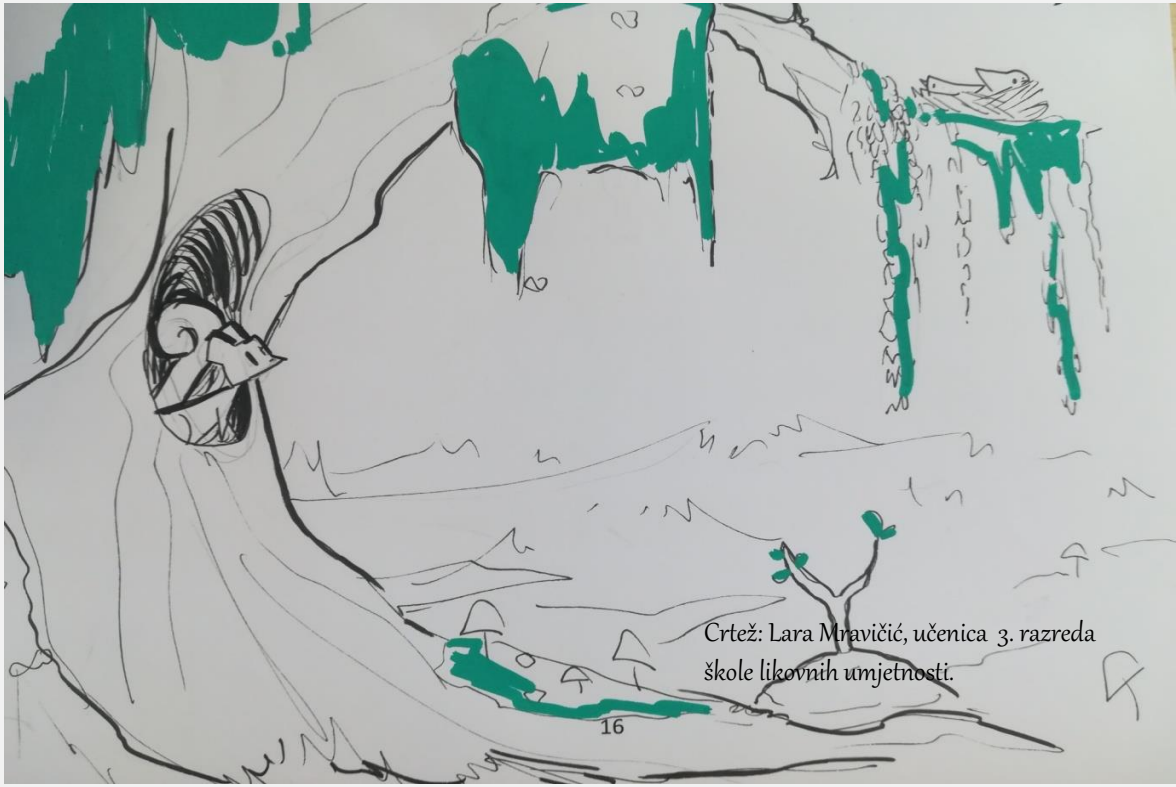
LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Ima ih puno vrsta, a svako stablo ima svoju svrhu.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Koja je svrha tvoga stabla?

“AAAA nemam dobru ideju za ovo.“
“Nema ga.“
“Da bude najbolje. Mora se drugima dokazati.“
“Svrha mu je da postoji. Nakon toga da raste i stvara plodove. Mislim da mu je i estetika važna da pomaže nekim životinjama u smislu da se ispod njega mogu sakriti ako je oluja ili nešto drugo.”



Crtež: Lara Mravičić, učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Neka imaju bogato razgranatu krošnju, neka tek koju granu.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Kakva je krošnja tvoga stabla?

“Krošnja mog stabla je jako velika i prazna sa samo par listova.“

“Obična.“

“Dosta pitanja je slično pa mi je ovo pitanje nepotrebno.“

“Ima dosta dugih grana koje padaju na pod. Dosta je gusta i pada u vodu. “

Crtež: Katarina Čipčić, učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Neka nas obilno nagrađuju svojim plodovima, neka pružaju hlad i spokoj, neka nas zadivljuju svojom ljepotom, neka su utočište drugim živim bićima, a neka nas svojim opstankom u surovim uvjetima života hrabre i jačaju.

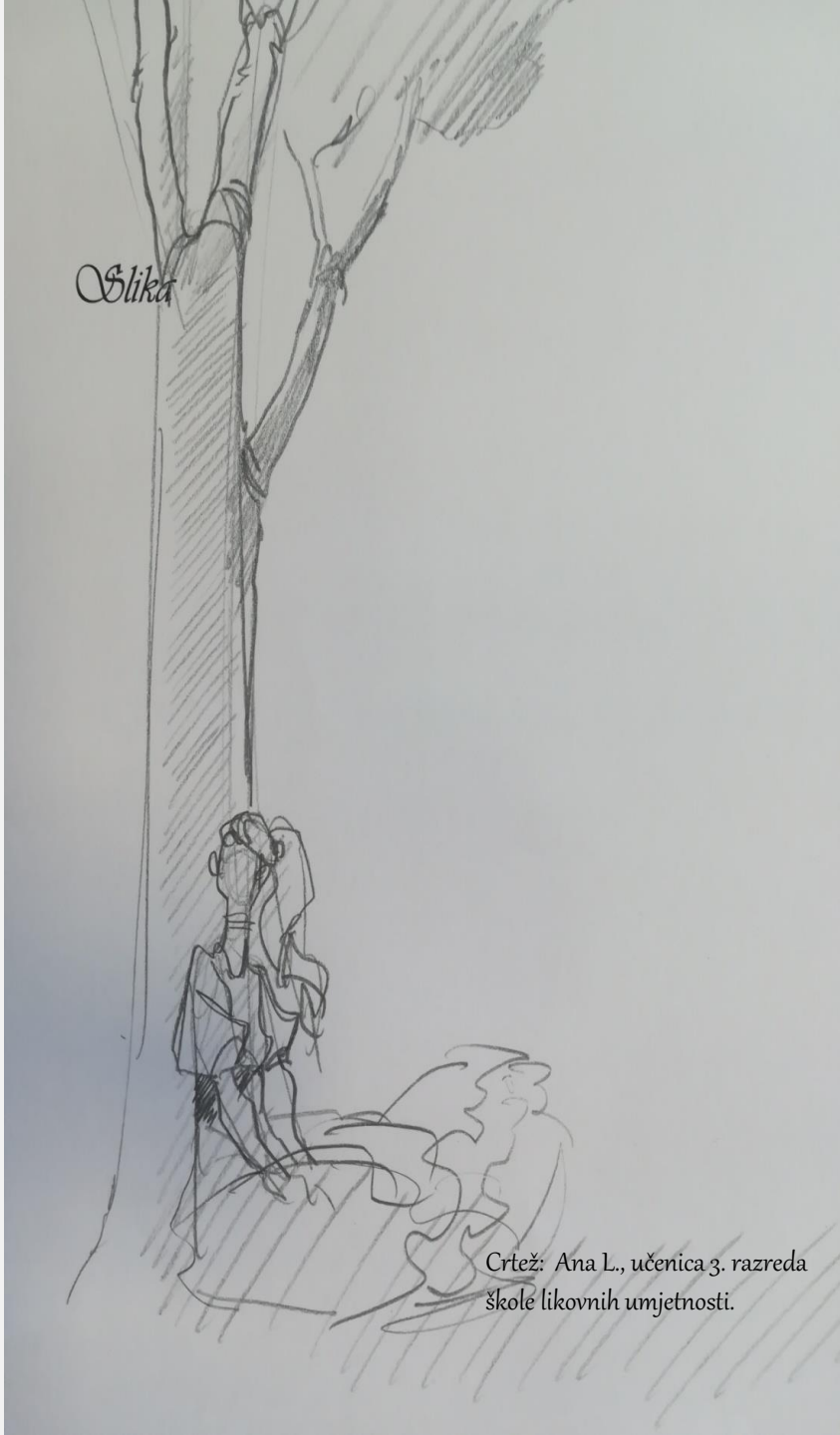
LJUDI SU POPUT DRVEĆA

Koje darove pruža tvoje stablo?

“Moje stablo pruža sreću svijetu.“

“Pruža mjesto za razmišljanje i opuštanje.”

“Pruža plodove.”



Crtež: Ana L., učenica 3. razreda škole likovnih umjetnosti.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

JAČAJ SVOJE KORIJENJE.

OBOGAĆUJ SVOJU KROŠNJU.

POVEZUJ SE S DRUGIMA.

ZADRŽI SVOJU SAMOSTALNOST.

ODOLIJEVAJ NALETIMA VJETRA.

PRONAĐI SVOJU SVRHU.

DARIVAJ DRUGE SVOJIM PLODOVIMA.

LJUDI SU POPUT DRVEĆA

PROLISTAJ!