

Myndræn frásögn: Sögur um tengsl við náttúruna

Ásthildur Jónsdóttir astajons@gmail.com

Ellen Gunnarsdóttir ellen@simnet.is

Verkefni sem byggja á vinnusmiðju sem haldin var í Norrænahúsinu Reykjavík

18. – 22. mars 2026



Anykščių
L. ir S. Didžiulių
viešoji biblioteka



The Nordic House



Funded by
the European Union

Myndræn frásögn: Sögur um tengsl við náttúruna

© 2026 Ásthildur Jónsdóttir, Ellen Gunnarsdóttir / Nordic House

Þetta kennsluefni er þróað með styrk frá Erasmus+ project “2025-1-LT01-KA210-ADU-000353280 *Sögur um tengsl við náttúruna* og er gefið út á vegum Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 (CC BY-NC 4.0).

Efnið má nota í óhagnaðarskyni, að því gefnu að höfundum sé gerð viðeigandi grein fyrir því.



Anykščiu
L. ir S. Didžiulių
viešoji biblioteka



The Nordic House



Funded by
the European Union

Námsferill fullorðinna: Reynsla → Ígrundun → Samþætting → Beiting

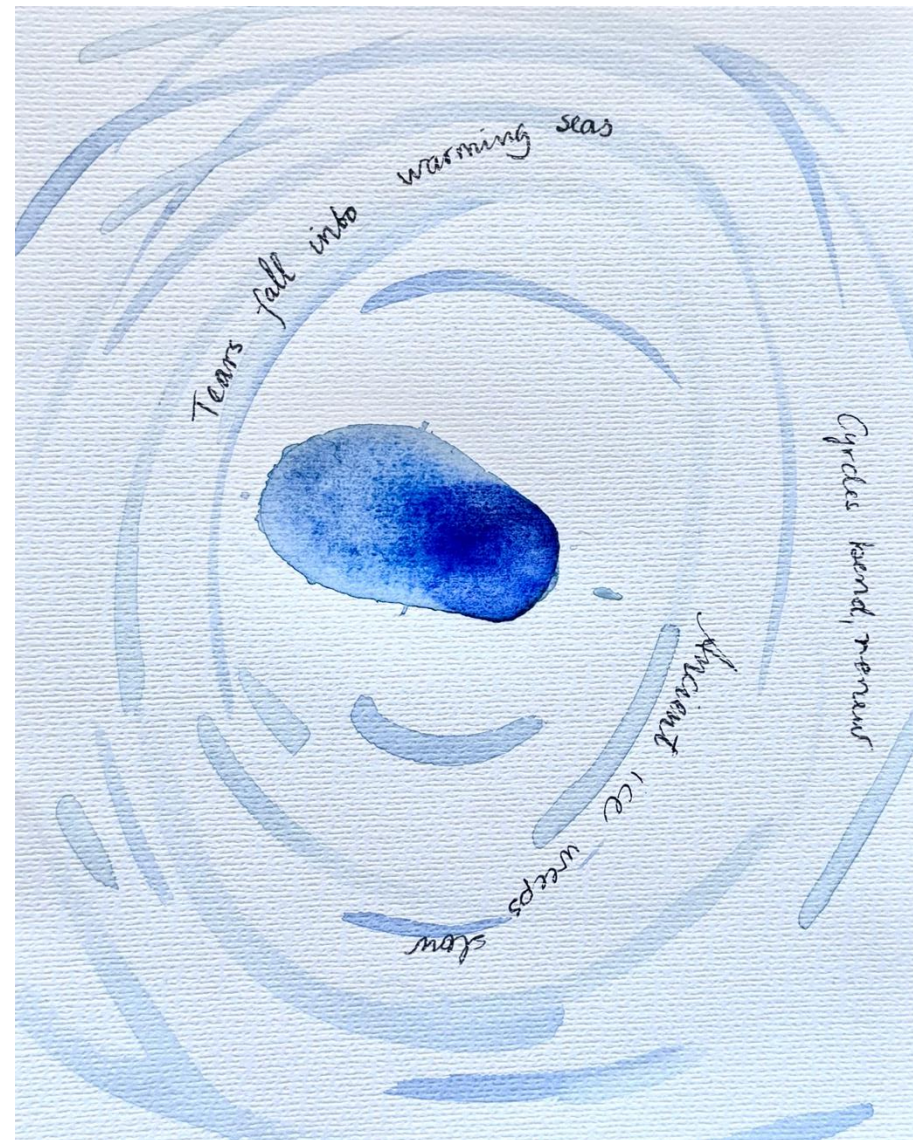
Hugmyndarammi vinnusmiðju: Staðbundið nám fyrir fullorðna

Frásagnarlist sem tengir persónulega og vistræðilega meðvitund

- Fullorðnir læra best þegar þeir tengja við ígrundun á eigin reynslu fremur en eingöngu með kennslu.
- Tengt er við náttúruna út frá tengslum en ekki út frá auðlyndar hugsun.
- Skapandi tjáning styður tilfinningalega þátttöku, minningar og merkingarsköpun.

SEE nám (félagslegt, tilfinningalegt og siðferðilegt nám) er kennslufræði þróuð við Emory-háskóla sem víkkar út hefðbundið félags- og tilfinninganám með því að samþætta siðferðilega meðvitund, kerfishugsun og alþjóðlega ábyrgð. Nálgunin byggir á því að rækta þrjár kjarnahæfni—meðvitund (um sjálfið og aðra), samkennd (sem hæfni sem hægt er að þjálfra) og þátttöku (að bregðast vandamálum með upplýstri nálgun)—þvert á persónuleg, félagsleg og kerfislæg svið

SEE nám leggur áherslu á reynslumiðaðar aðferðir eins og ígrundun, samræður og athyglisþjálfun og hjálpar nemendum að skilja hvernig tilfinningar þeirra, tengsl og athafnir eru samtengdar innan víðara félagslegs og vistræðilegs samhengis. Í stað þess að fyrirskipa gildi styður nálgunin nemendur í að þróa færni til að taka upplýstar og ábyrgar ákvarðanir sem byggja á samkennd. Það er sú nálgun sem gerir hana sérstaklega mikilvæga í menntun um sjálfbærni og hnattræna borgaravitund.



Bráðnandi augnablik: Myndræn frásögn af bráðnandi ís

Jöklar geta gefið okkur mikilvægar upplýsingar um loftslagsbreytingar vegna þess að þeir bregðast beint við breytingum á hitastigi og úrkomu. Þegar hitastig hækkar tapa jöklar meiri ís vegna bráðnunar en þeir fá til baka með snjókomu, sem veldur því að þeir hopa. Þetta gerir þá að sýnilegu og mælanlegu merki um hlýnandi þróun yfir tíma. Með því að fylgjast með breytingum á lengd, þykkt og massa jökla geta vísindamenn fylgst með því hvernig loftslagsskilyrði hafa þróast, oft yfir áratugi eða jafnvel aldir.

Auk þessara eðlisfræðilegu breytinga varðveita jöklar einnig dýrmæt söguleg gögn um loftslag jarðar. Ís safnast upp lag fyrir lag ár eftir ár og lokar inni loftbólur, ryk og aðrar agnir. Með því að bora ískjarna úr jöklu geta rannsakendur greint fyrri lofthjúpsaðstæður, þar á meðal styrk gróðurhúsalofttegunda og hitamynstur. Þessar upplýsingar veita langtímasamhengi sem hjálpar vísindamönnum að skilja hvernig núverandi loftslagsbreytingar bera saman við náttúrulegar sveiflur í fortíðinni.

Að lokum hafa jöklar áhrif á og endurspeglar víðtækari umhverfikerfi, sem gerir breytingar þeirra sérstaklega mikilvægar. Þegar jöklar bráðna stuðla þeir að hækkun sjávarborðs og hafa áhrif á aðgengi að ferskvatni fyrir vistkerfi og mannfolk. Breytingar á hegðun jökla geta einnig haft áhrif á veðurmynstur og svæðisbundið loftslag. Með því að rannsaka jökla fá vísindamenn innsýn ekki aðeins í staðbundnar breytingar heldur einnig í hnattræna loftslagsferla og víðtækar afleiðingar hlýnandi jarðar.



Markmið þessa verkefnis er að tengja líkamlega upplifun við umhverfisvitund og gerir verkefnið bæði ígrundandi og merkingarbært.

1. Byrjið á athugun og innblæstri

Byrjið á því að skoða verk eftir Þorvarð Árnason og veitið því sérstaklega athygli hvernig hann fangar ljós og fíngerðar litabreytingar í ísnum. Þorvarður, sem stýrir Háskólasetri Háskóla Íslands um jöklarannsóknir á Höfn, lítur á jöklana sem vini sína. Ræðið hvers vegna það er mikilvægt að vera vinir náttúru sem er ekki mannleg.

Takið eftir bláum tónum í jökulísnum. Þessi blái litur verður til vegna þess að ís gleypir lengri bylgjulengdir ljóss (rauða og gula liti) meira en styttri bylgjulengdir. Uppbygging frosins vatns, sérstaklega súrefnisatómin í H₂O, hefur áhrif á hvernig ljós dreifist og gleypist, sem gerir það að verkum að bláar bylgjulengdir endurkastast til augna okkar. Þess vegna getur þéttur og samþjappaður ís birst skærblár.

Ljósmyndirnar hans af jöklu er að finna hér:

<https://www.cryophilia.is>

Bráðnandi augnablik: Myndræn frásögn af bráðnandi ís



Ljósmyndaserían af Hoffellsjökli eftir Þorvarður Árnason var tekið yfir átta ára tímabil frá 2008 til 2015, þar sem myndunum er raðað þannig að efsta röðin sýnir árið 2008 og neðsta röðin árið 2015, og mánuðirnir hver af öðrum janúar vinstra megin til desember hægra megin. Í gegnum myndaröðina má sjá að á eldri myndunum eru ljósmyndirnar teknar nálægt jöklinum, en á þeim síðari hefur jökullinn hopað og jökullón myndast í hans stað.

Bráðnandi augnablik: Myndræn frásögn af bráðnandi ís



2. Bein skynjun og ígrundun

Allir þátttakendur fá ísmola til að halda á. Eða nota einn sem þeir senda á milli sín. Þátttakendur eru beðnir um að velda fyrir sér hitastigi íssins, áferð og þyngd. Þegar ísinn bráðnar í hendinni eru þeir beðnir um að líta á það augnablik sem myndlíkingu. Líkamshitinn okkar flýtir fyrir bráðnuninni, rétt eins og mannleg starfsemi stuðlar að hlýnun jarðar og bráðnun jökla.

Ræðið þessa tengingu: hvernig er tilfinningin að halda á einhverju sem er að hverfa vegna eigin hita? Þessi litla, reynsla getur opnað rými til að hugsa um víðtækari og minna sýnileg áhrif sem menn hafa á jöklakerfi og loftslagskerfi.

3. Málað á ísinn

Notið vatnsliti eða þynnt blek og málið litina sem þið sáuð í verkum Þorvarðar beint á yfirborð íssins. Reynið að endurskapa þá liti sem koma upp í hugann þegar þið minnst jökla, sérstaklega mjúku bláu tónana, en gráa, hvíta eða þá fjölbreyttu sem koma fram í endurskini á jökulinn. Leyfðu málningunni að samlagast köldu og blautu yfirborðinu og taktu eftir því hvernig hún hegðar sér öðruvísi en á pappír.



Bráðnandi augnablik: Myndræn frásögn af bráðnandi ís

4. Láttu ísmolann bráðna á pappír

Settu málaða ísmolann á vatnslitapappír og leyfðu honum að bráðna náttúrulega. Þegar hann bráðnar mun litarefnið færast yfir og dreifast á ófyrirsjáanlegan hátt og þorna á yfirborði pappírsins. Það getur verið áhugavert að fylgjast með bráðnunarferlinu—mjúkar brúnir, rennsli og slóðir sem endurspegla bæði hreyfingu og tíma.

5. Ígrundun á förunum

Þegar pappírinn hefur þornað skaltu gefa þér tíma til að skoða myndina sem hefur myndast á pappírnum. Taktu eftir breytileika í litstyrk, formi og áferð. Hver mynd verður einstök, mótuð af bráðnunarferlinu.

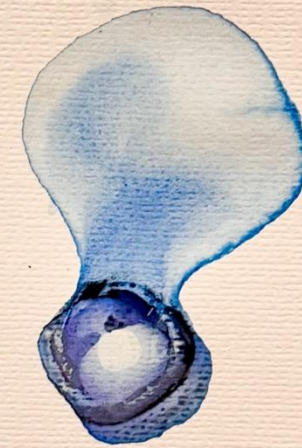
6. Skapandi viðbragð

Að lokum skaltu bregðast skapandi við verkinu þínu á einn af eftirfarandi háttum:

- Skrifðu eina setningu sem fangar upplifun þína.
- Semdu stutt haikú ljóð innblásið af bráðnuðum ísnum.
- Eða einfaldlega sestu með verkinu og njóttu án þess að bæta við orðum.

Efni: ísmolar, vatnslitir/ blek,

þykkur vatnslitapappír og penslar



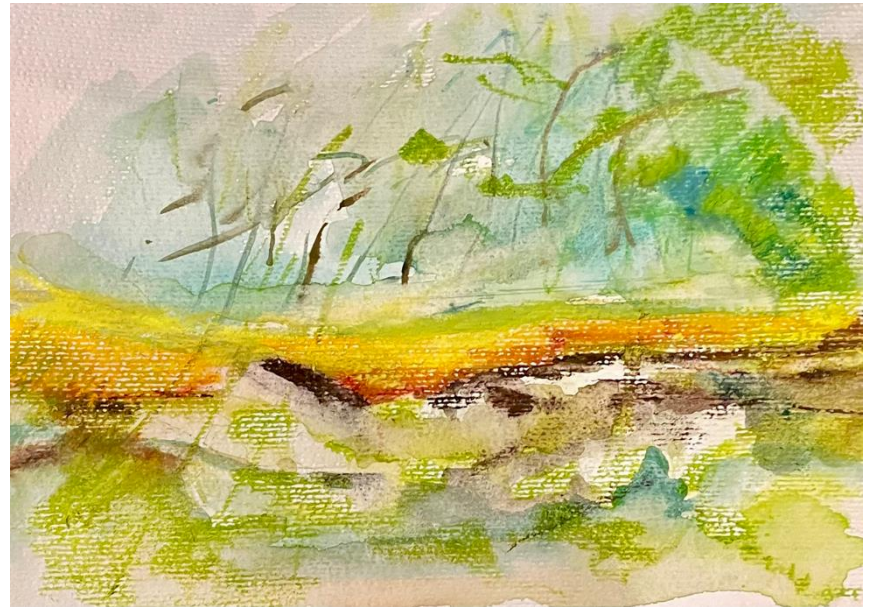
A tear drops from the glacier

Andinn í línunni: Myndræn frásögn af griðarstöðum

Staðbundið nám er nálgun sem tengir menntun við nærumhverfi og hvetur þátttakendur til að taka beinan þátt í þeim samfélögum sem þeir búa á. Í stað þess að líta á þekkingu sem eitthvað óhlutbundið býður það nemendum að kanna tengsl milli fólks, lands, menningar og vistkerfa í gegnum reynslu og minningar þátttakenda. Með því að veita athygli ákveðnum stöðum eða landslagi, sögu þeirra, hljóðum, áferð og hrynjandi þróa þátttakendurendur dýpri meðvitund um umhverfi sitt. Slík nálgun eflir umhyggju, samkennd, ábyrgð og tilfinningu fyrir að tilheyra, þar sem þátttakendurnir fara að skilja sig sem hluta af stærra vistfræðilegu og menningarlegu samhengi.

Heimspeki Arne Naess, sem er þekktur fyrir djúpsæja umhverfishyggjur (e. deep ecology), veitir mikilvægan ramma fyrir staðbundið nám. Naess hélt því fram að allar lífverur hefðu innra gildi, óháð nytsemi þeirra fyrir manninn, og að menn væru ekki aðskildir frá náttúrunni heldur samtengdir henni á djúpan hátt. Djúpsæ umhverfishyggja hvetur til þess að færa sjónarhornið frá mannhverfri heimsmynd yfir í vistfræðilega, þar sem velferð heildarkerfisins er í forgrunni. Út frá þessu sjónarhorni verður þátttaka á tilteknum stað ekki aðeins fræðsluleg athöfn heldur einnig siðferðileg iðkun sem rættar virðingu, auðmýkt og skilning á flóknum gagnkvæmum tengslum lífríkisins.

Bæði í staðbundnu námi og djúpsæ umhverfishyggja gegnir hugmyndin um griðarstaði mikilvægu hlutverki. Griðarstaður er það staður þar sem einstaklingur upplifir sterk tengsl, merkingu eða nærveru. Staður sem veitir bæði skjól og næringu fyrir sál og líkama, þar sem einstaklingurinn fær aukinn styrk, jafnvægi og endurnýjun.



Þessir staðir geta hjálpað einstaklingum að upplifa samhljóm náttúrunnar á beinan og persónulegan hátt. Með því að snúa aftur til slíkra staða og ígrunda þá geta menn ræktað dýpri tilfinninga- og skynjunartengsl við náttúruna. Þessi tenging getur vakið umhyggju og ábyrgð og stutt við sjálfbærari lífnaðarhætt sem einkennast af sterkum samhljóm við umhverfið.

Andinn í línunni: Myndræn frásögn af griðarstöðum

1. Að skrifa persónulega minningu

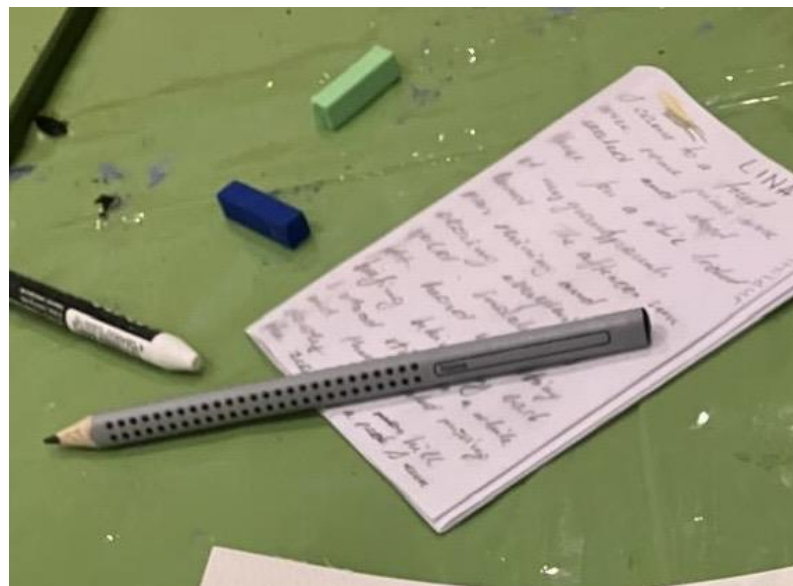
Þátttakendur byrja á að skrifa niður persónulega minningu frá stað í náttúruni sem hefur merkingu fyrir þá. Þetta gæti verið landslag, augnablik eða umhverfi sem hefur fylgt þeim í gegnum tíðina. Staðir sem veita vellíðan– griðarstaðir. Þátttakendur eru hvattir til að einbeita sér að því að fanga tilfinninguna, andrúmsloftið og myndrænu smáatriðin í upplifuninni.

Þetta verkefni býður þátttakendum að tengjast við valda staði í náttúrunni sem hafa persónulega merkingu fyrir þá. Gefur þeim tækifæri til að minnast þeirra og kanna í gegnum frásögn, hlustun og myndræna tjáningu. Það getur verið gott að hverja þátttakendur til að loka augunum og ferðast á staðinn í huganum áður en þeir byrja að skrifa. Það getur hjálpað til við að rifja upp eiginleika staðarins, hvað það er sem gerir hann sérstakan.

2. Að lýsa staðnum í gegnum skynjun

Í þörum lýsa þátttakendur griðarstöðunum án þess að nefna hann beint. Þess í stað vekja þeir hann til lífs með því að lýsa myndrænum smáatriðum eins og hljóðum, lykt, áferðum, ljósi og andrúmslofti. Hver einstaklingur hefur fimm mínútur til að lýsa sínum stað, á meðan samstarfsaðilinn hlustar af athygli.

Að gefa sér tíma til að lýsa stað hægt og ítarlega gerir minningunni kleift að þróast dýpra. Þegar við flýtum okkur höfum við tilhneigingu til að vera á yfirborðinu og nefna almenn einkenni frekar en að leggja áherslu á það sem gerir staðinn persónulega merkingarbæran. Lengri ígrundun býður upp á dýpri tengingu, þar sem smáatriði sem oft fara fram hjá okkur koma fram. Það getur t.d. verið smáatriði eins og hvernig ljósið breytist, hrynjandi hljóða eða tilfinningin við að vera á staðnum. Þessi aukna athygli styrkir tengslin milli einstaklingsins og staðarins og gerir upplifunina ríkari og jarðtengdari.



Lykt, hljóð, áferð, hitastig og hreyfing eru öflugar kveikjur fyrir endurminningar. Sérstök lykt eða hljóð getur kallað fram augnablik mun skýrar en mynd ein og sér. Með því að leita í gegnum öll skilningarvitin fá þátttakendur aðgang að lögum minninga sem annars gætu verið faldar. Þegar endurminningar sem tengjast öllum skynfærum er lýst myndast gjarnan tækifæri fyrir blæbrigðaríkari og tilfinningalegri og áhrifaríkari lýsingar.

Slík myndræn nálgun dýpkar einnig vitund okkar um sambandið við umhverfið. Þegar við rifjum upp stað í gegnum líkamann og skilningarvitin förum við að skilja hann ekki aðeins sem staðsetningu, heldur sem upplifaða reynslu. Þetta getur ýtt undir sterkari tengsl, umhyggju og ábyrgð gagnvart umhverfinu.

Andinn í línunni: Myndræn frásögn af griðarstöðum



3. Ósjálfráð teiknað á meðan hlustað er

Á meðan hlustað er teiknar hlustandinn ósjálfráða, samfellda línu með vatnsleysanlegum lituðum blýanti sem sögumaðurinn velur. Þessi lína á ekki að endurspeglar staðinn beint, heldur bregðast ómeðvitað við hrynjandi, tilfinningu og myndmáli sögunnar. Hlustandinn getur stutt sögumanninn með því að spyrja opinna spurninga sem dýpka lýsinguna.

4. Að deila og skiptast á túlkunum

Hópurinn sest í hring og segir frá frásögnum hvors annars og skiptast á teikningum. Þeir reyna að lýsa stöðum hvors annars, sem afhjúpar hvað þeir skildu og ímynduðu sér. Það er algengt aðupplifanir á frásögnum tengist eigin minningum af svipuðum stað.

5. Dýpkun persónulegu sögunnar

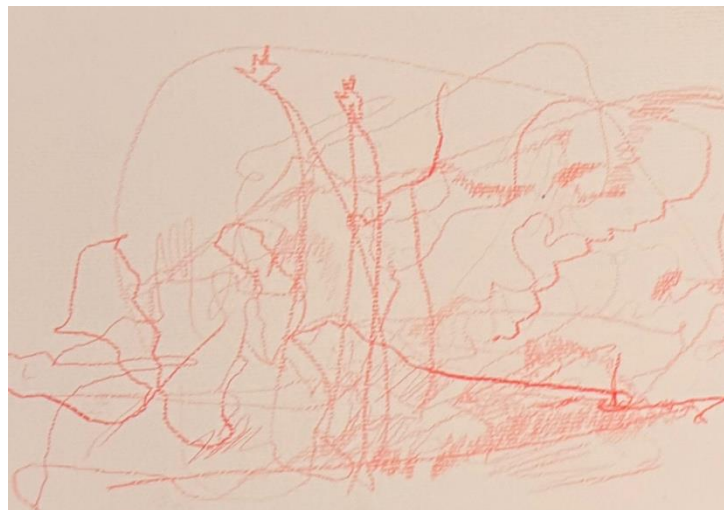
Í næsta skrefi vinna þátttakendur með teikninguna sem þeir fengu afhenta og segja frá persónulegri sögu sem tengist staðnum. Þetta hjálpar til við að byggja ofan á minningar og ígrundun.

6. Að finna og tjá anda staðarins

Út frá þessari dýpri ígrundun byrja þátttakendur að leita að „anda“ staðarins eða kjarnanum, stemningunni og upplifuninni sem þeir finna í minningunni af því að vera á staðnum. Þessi andi er síðan tjáður myndrænt með því að mála eða teikna ofaní línuteikninguna. Viðbragðið getur verið abstrakt eða figúratíft, innsæiskennt eða nákvæmt.

7. Að deila griðarstöðum

Verkefninu lýkur með því að þátttakendur setjast í hring og deila myndunum. Saman mynda verkin safn griðarstaða. Verkin byggja á minningum, ímyndun og samvinnu, þar sem hlustun og frásögn fléttast saman.



Efni
Litblýantar
Penslar
Þurrpastel
Vatnslitir
Vatnslitapappír

Andinn í línunni: Myndræn frásögn af griðarstöðum



Að sitja í hring á þegar niðurstöður verkefnisins eru ræddar, skapar sameiginlegt og inngildandi rými þar sem allir eru jafn sýnilegir og til staðar. Enginn hefur „framhlið“ eða „bakhlið“, og enginn situr valdastöðu. Þetta hjálpar til við að leysa upp stigveldi og hvetur til hreinskilni. Í svona fyrirkomulagi eru raddir allra jafn mikilvægar og þátttakendur eru líklegri til að hlusta af athygli og tjá sig af öryggi. Hringurinn styður við traust og sameiginlega þátttöku, sem er sérstaklega mikilvægt þegar persónulegar minningar og upplifanir eru ræddar.

Hringurinn ber einnig táknræna merkingu í tengslum við mynstur sem finnast í náttúrunni. Hringir birtast í hringrásum, árstíðum, bylgjum í vatni, áhringjum trjáa og hreyfingum hnatta. Hér er tilvalið að vísa í form sem tákna samfellu, jafnvægi og samtengingu. Með því að sitja í hring endurskapa þátttakendur þessi náttúrulegu mynstur og styrkja þannig hugmyndina um að þeir séu hluti af stærra vistfræðilegu tengslaneti. Þetta getur dýpkað meðvitund um hvernig sögur þátttakendanna tengjast víðari hrynjandi lífs og umhverfis.

Að lokum undirstrikar hringurinn jafnrétti og tilfinningu fyrir því að tilheyra. Allir sitja í sömu stöðu og snúa hver að öðrum, sem getur skapað sterkari tilfinningu fyrir samfélagi og gagnkvæmri virðingu. Í samhengi frásagnar og skapandi vinnu hjálpar þetta við að skapa sameiginlegt rými fyrir þátttakendurna svo að þeir upplifai að það sé tekið eftir þeim. Þetta minnir einnig á að reynsla þeirra er hluti af heild. Hringurinn verður þannig ekki aðeins skipulag fyrir niðurröðun í rými heldur merkingarbær umgjörð sem styður tengsl milli fólks, sagna og náttúrufyrirbæra.

Veðurfréttir: Sögur af veðrinu



1. Þátttakendum eru sýnd verk [Josefina Nelimarkka's](#) um veðurkerfi og loftslagsbreytingar. Hún vinnur verk sín gjarnan í gegnum upplifunar- og oft óhlutbundin sjónræn form sem umbreyta vísindalegum upplýsingum í skynræna upplifun. Með því að nýta gögn eins og upplýsingar um vind, hitabreytingar og flæði í umhverfinu skapar hún innsetningar, hreyfimyndir og prent á yfirborð efnis sem kalla fram síbreytileika andrúmsloftsins. Verk hennar varpa ljósi á það hvernig loftslagskerfi eru ósýnileg en samt alls staðar. Hún býður áhorfendum að finna hvernig manneskjan er fléttuð inn í þessi öfl. Með því að gera loftslagsferla skynjanlega og upplifanlega hvetur Josefina Nelimarkka til dýpri vitundar um innbyrðis tengsl, berskjöldun og ábyrgð gagnvart loftslagsbreytingum.

2. Þrír þátttakendur eru hópaðir saman við hvert borð. Hver þátttakandi segir frá minningu um að hafa upplifað öfgakennt veður, hvort sem það var mikill hiti, kuldi eða vindur. Einn þátttakandi dregur söguna saman á pappír á meðan annar iðkar djúpa hlustun. Djúp hlustun er sú iðkun að hlusta með fullri nærveru, opnum huga og vilja til að hreyfast með frásögninni. Í menntunar- og samfélagslegu samhengi eykur slík hlustun traust, samkennd og dýpri tengsl og skapar rými þar sem fólk upplifir sig raunverulega heyrð - þar sem ný sameiginleg skilningur getur orðið til.

Hugmyndin um sameiginlega getu (collective efficacy) í sjálfbærnimenntun leggur áherslu á þau tækifæri sem myndast þegar hópur fólks vinnur saman að sameiginlegum umhverfismarkmiðum og byggir upp trú á að sameiginlegar aðgerðir geti skapað raunverulegar breytingar. Með því að efla samvinnu, sameiginlega ábyrgð og gagnkvæman stuðning hjálpar sameiginleg trú fólks á eigin getu því að þróa færni og hugarfar sem þarf til að takast á við flóknar áskoranir sjálfbærni.

Horfðu á [Josefina Nelimarkka](#) ræða verkin sín

Veðurfréttir: Sögur af veðrinu

Loftslagsmál



Meðalhiti í Evrópu hefur hækkað tvöfalt meira en annars staðar

Íbúar Evrópu ættu að undirbúa sig undir fleiri banvænar hitabylgjur af völdum loftslagsbreytinga. Þetta kemur fram í nýrri loftslagsskýrslu. Meðalhiti hefur hækkað hvað hraðast í álfunni, síðasta sumar var hann 2,3 gráðum hærri en fyrir iðnbyltingu.

Karitas Mörtudóttir Bjarkadóttir
19. júní 2023 kl. 17:15 GMT,
uppfært kl. 17:55



⚠ Þessi færsla er meira en 2 ára gömul



Skýrslan sýnir fram á miklar loftslagsbreytingar.
AAP - EPA

Ítrekuð hitamet féllu í Evrópu síðasta sumar og hlýninin hefur aldrei verið meiri. Íbúar álfunnar ættu að búa sig undir fleiri banvænar hitabylgjur af völdum loftslagsbreytinga. Þetta kemur fram í nýrri loftslagsskýrslu Alþjóðaveðurfræðistofnunarinnar og Loftlagsdeildar Kópernikusarverkefnis Evrópusambandsins.

Sjónvarp ▾ Meira ▾ (🔊)

Reykjavík 🌧️ 3° RÚV English

Hitamet þessarar aldar slegið

Hitamet þessarar aldar var slegið þegar hiti náði 29,8 stigum á Egilsstaðaflugvelli. Óvenjuhlyr loftmassi fór yfir landið með hvelli í gær, hita á Austurlandi en þrumuveðri á Suðvesturlandi.

Þorgerður Anna Gunnarsdóttir
16. ágúst 2025 kl. 16:50

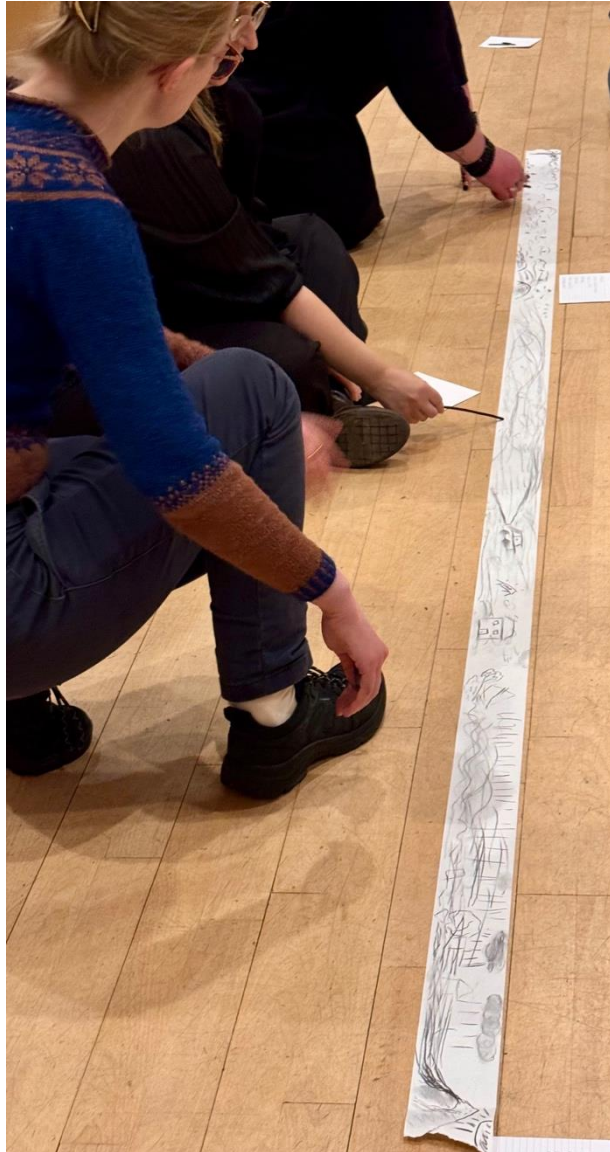


⚠ Þessi færsla er meira en 7 mánaða gömul



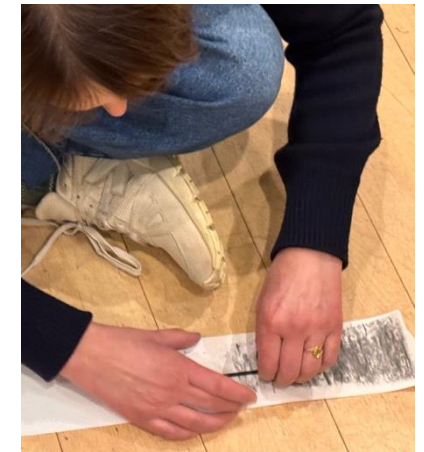
Finnið veðurfréttir frá Íslandi sem sýna umfjöllun um veðurbreytingar. Það gæti líka verið gott að hvetja þátttakendur til að leita sjálfa af fréttum í fjölmiðlum.

Veðurfréttir: Sögur af veðrinu



3. Hver hópur þátttakenda fær langa og mjóa pappírskrúllu sem þeir geta lagt á borð eða á gólf á meðan þeir vinna. Þau eru beðin um að tjá veðurminningu sína myndrænt með því að nota kol. Þetta verður þeirra veðurfræðilega skýrsla um síbreytilegt veðurfar Íslands.

Hver þátttakandi ákveður hvernig hann tákna minninguna sína af veðrinu. Í sameiningu ákveða þátttakendur hvernig veðurminningar þeirra mætast og tengjast.



Veðurfréttir: Sögur af veðrinu

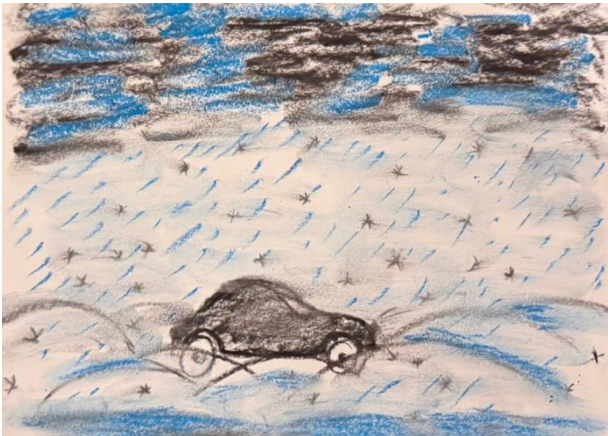
4. Þegar þátttakendur hafa lokið við myndskreytingarnar sínar eru pappísrúllurnar lagðar á gólfið hlið við hlið og þátttakendur segja sögurnar sem tengjast þeim og hvernig þær tengjast.

5. Hver þátttakandi býr til mynd af veðurminningu með kolum. Það getur verið gott að leyfa þeim að velja einn þurrpastel lit til að gefa veðurminningunni dýpri tjáningu.

6. Þátttakendur ræða verk hvers annars og veðurminningar.

Það getur verið mjög áhrifaríkt að nota kol til að túlka veður vegna þess að þau gefa ríka og djúpa tóna sem geta fangað dramatík dimmra skýja, storma eða þoku. Kolin gerir einnig þátttakendum kleift að vinna með fjölbreytt tjáningarform allt frá mjúkum, fingerðum stökum til sterkra og kröftugra lína. Þessi sveigjanleiki er því tilvalin til að tákna síbreytilegar og oft ófyrirsjáanlega eiginleika veðurs, svo sem breytilegan vind, rigningu eða þoku.

Kol bregðast einnig beint við snertingu og þrýstingi, sem gerir notendum kleift að yfirfæra skynræna upplifun sína af veðri yfir í myndrænt form. Með því að breyta því hversu fast eða létt er þrýst, eða með því að blanda og stroka út, geta þátttakendur kallað fram áferð, hreyfingu og stemningu og skapað ápreifanlega tengingu milli teikningarinnar og minningar af upplifun af veðri.



Veðurfréttir: Sögur af veðrinu

Að þýða skynjun yfir í teikningu með kolum

Áður en þátttakendur vinna myndina getur verið gott að skapa sameiginlegan myndrænan veðurorðaforða:

- Vindur →
- Rigning →
- Þoka / mistur →
- Óveður →
- Kuldi →
- Hljá/sól eftir rigningu →

Þú getur líka unnið með mælikvarða og líkamann. Kolteikning býður upp á líkamlega þátttöku.

Prófaðu að hengja upp stóra pappírsörk á vegg. Hvettu þátttakendur til að nota allan líkamann til að gera hreyfingar með öllum útbreiddan arminn til að tákna vind og kraft veðursins. Eða hvetja þau til að nota litla hreyfingar til að tákna hæglátt veður eins og mistur eða snjókomu.

Í stað þess að einblína á eina senu, getur verið gott að bjóða upp á lagskipta tímaskynjun:

Hvað gerðist fyrir storminn?

Hvað sat eftir á þegar hann gekk yfir?

Þátttakendur geta:

- Byggt upp mörg lög og látið eldri lög sjást aðeins að hluta
- Sameinað ólík augnablik á einum fleti
- Leyft andstæðum merkjum að lifa hlið við hlið (kyrrð vs. óreiða)



Veður minning frá smiðjunni í Norrænahúsinu



Sjálfsævisögulegt samklipp: Náttúran sem uppspretta frásagnar

Samklipp er öflug leið til að segja myndræna sögu á sjálfsævisögulegan hátt, sérstaklega þegar innblástur er sóttur í frásagnarhefðir frumbyggja, en slík aðferð gerir kleift að nálgast efnið á ólínulegan og marglaga hátt. Ólíkt stakri mynd eða línulegri frásögn getur samklipp sameinað brot úr minningum, ásamt táknum, áferðum og efnum sem endurspeglar margbreytileika persónulegrar reynslu. Hver þáttur getur táknað nýtt sjónarhorn, augnablik í tíma eða sýn á sjálfsmynd listamannsinn, og tengslin milli hlutanna geta breyst eftir því hvernig áhorfandinn nálgast verkið. Þetta endurspeglar frásagnarhefðir frumbyggja, sem hreyfast oft í frjálsu ferli í gegnum minni, staði og upplifanir frekar en að líða áfram eftir réttri tímaröð, og leyfa þannig sögunni að heiðra innsæi, þekkingu forfeðranna og samtengingu lífsins.

1. Gjörhygli í hægri göngu

Þátttakendur ganga í þögn í 20 mínútur.

Leiðbeiningar: Hreyfið ykkur hægt, takið eftir smáatriðum, fylgið forvitninni, veljið einn „ó-mannlegan kennara“

Dæmi: mosi – vindur – steinn – fugl – vatn – tré í borgarumhverfi



*Nipersuaq – Það eru mikil læti hérna,
2015 (Stafrænt samklipp)*

Þátttakendum eru sýnd verk eftir [Ivínuaq' Stork Høegh](#). Hún notar aðferðir stafræns samklipps til að varpa ljósi á lífið í Grænlandi. Í þessu [myndbandi](#) fjallar hún um eigin verk.

Ræðið heimsmyndir og frásagnarhefðir frumbyggja. Heimsmyndir frumbyggja á norðurslóðum og í frumbyggjamenningu almennt eiga sér djúpar rætur í langvarandi tengslum milli fólks, lands, vatns, dýra og árstíða. Þótt þær séu breytilegar milli menningarheima deila margar þeirra grundvallahugmyndum sem hafa mótast í þúsundir ára í gegnum lífaða reynslu í tilteknum aðstæðum. Í frumbyggjamenningu er ekki litið á manneskjuna sem aðskilda frá náttúrunni heldur sem hluta af henni.

Sjálfsævisögulegt samklipp: Náttúran sem uppspretta frásagna

2. Takið ljósmyndir á símanum ykkar af áferðum, litum og formum í náttúrunni sem þið tengið á einhvern hátt við. Reynið að ná fram nýju sjónarhorni eða nærmynd þannig að efniviðurinn birtist í nýju ljósi, og verði jafnvel óþekktanlegur. Þið getið ímyndað ykkur þessar myndir sem birtingarmyndir ykkar innri persónuleika.

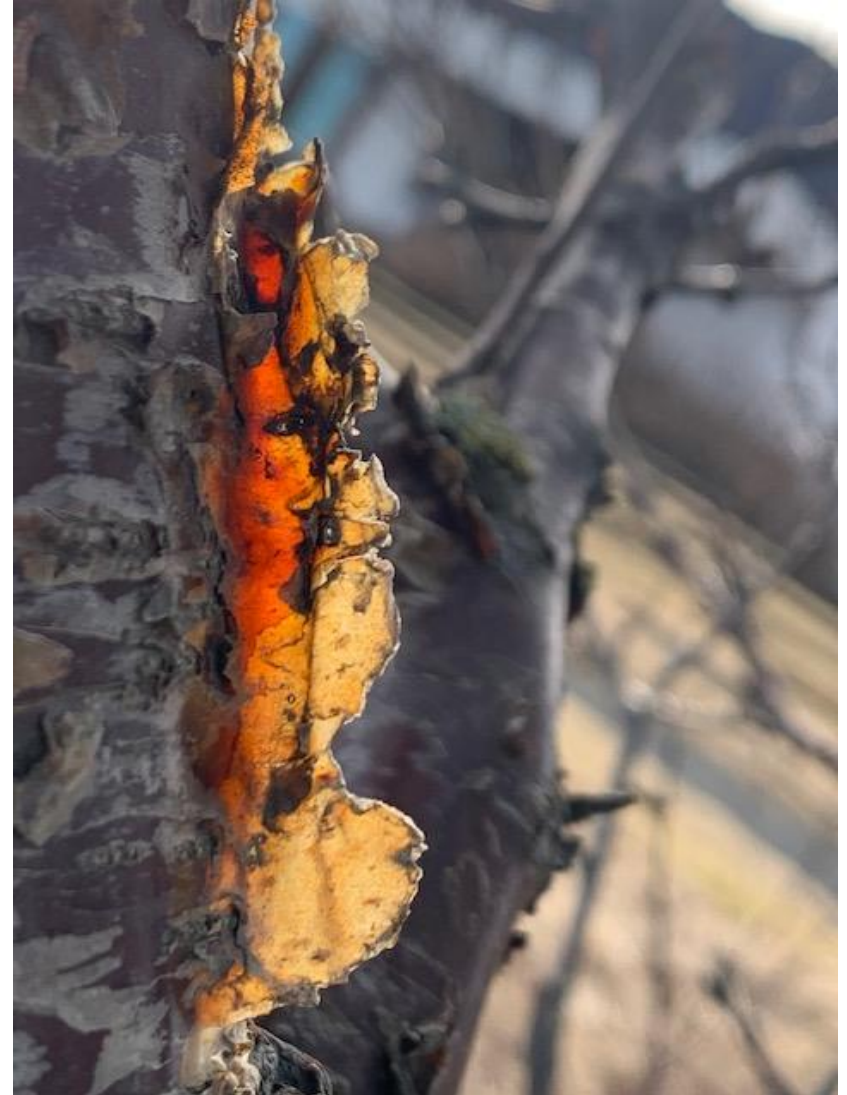
Vettvangsnótur: Þátttakendur skrá: Hverju tók ég eftir? Hvað tók eftir mér? Hvað kom mér á óvart? Hvaða tilfinning birtist?

Saga ljósmyndarinnar: Hver og einn velur eina birtingarmynd náttúrunnar, sýnir ljósmyndina sem þeir tóku og ljúka setningunni: „Ef þessi hlutur í náttúrunni gæti talað, myndi hann segja...“

3. Íhugið tímann sem hringrás og mynstur Veltið fyrir ykkur tímanum sem hringrás frekar en línu. Fylgist með og íhugið árstíðabreytingar, ferðir dýra og endurtekin mynstur í umhverfinu.

Athugið hvernig frumbyggjamenning á norðurslóðum eins og hjá Inúítum og Sömum, byggir á að fylgjast vel með slíkum hringrásum til að lifa af.

Gott er að bera kennsl á að margir frumbyggjahópar byggja þekkingu og athafnir sínar á endurnýjun og hringrás árstíðanna.



Sjálfsævisögulegt samklipp: Náttúran sem uppspretta frásagna

4. **Íhugið tengsl við náttúruna** Veltið fyrir ykkur hvernig við getum litið á umhverfið, dýrin og náttúruöflin sem skyldmennir eða verur með eigin vilja og styrk. Íhugið gildi gagnkvæmni, virðingar og ábyrgðar gagnvart umhverfinu í stað stjórnunar eða nýtingar.

5. **Veljið myndir fyrir samklippið** Veljið ljósmynd af sérstökum stað sem þið þekkið í náttúrunni. Finnið eða klippið út sjö aðrar myndir sem tákna tengsl ykkar við náttúruna og hringrásarmynstur hennar. Hugsið um myndir sem vekja upp minningar, tilfinningar eða persónuleg tengsl.

6. **Búið til samklippið** Raðið ljósmyndinni og sjö völdum myndum saman í eina myndræna heild. Leyfið uppröðuninni að endurspeglar persónulega sögu ykkar og innsæi ásamt ólínulegri, marglaga nálgun frásagnahefðar frumbyggja. Beinið athyglinni að samspili myndanna og hvernig þær miðla hringrásum, tengslum og samhengi.

7. Ræðið og túlkið verk hvers annars

Deilið samlippinu með félagi eða hópi. Ræðið hvernig þið völduð myndirnar svo og tengslin og sögurnar á bak við þær. Íhugið hverju þið takið eftir þegar kemur að tengslum hvers annars við náttúruna og hvernig hringrásarmynstur birtast. Notið umræðuna til að dýpka skilning og virðingu fyrir persónulegum og menningarlegum sjónarhornum.



Efni:

Útprentaðar ljósmyndir, tímarit, límstift,
Stífur pappa bakgrunnur (250 g)



Sjálfsævisögulegt samklipp: Náttúran sem uppspretta frásagna



Að segja sögu saman og sýna umhyggju fyrir umhverfinu í gegnum útsaum

1. Þátttakendur **skoða verk** sænsk-samíska listamannsins Brittu Marakatt-Labba sem snúast um frásagnarútsaum þar sem saga, goðafræði og daglegt líf Sama fléttast saman í flóknar myndrænar frásagnir. Með því að nota fína þræði skapar hún hárfínar myndir af hreindýrabúskap, landslagi norðurslóða og andlegum heimum, og blandar oft saman fortíð og nútíð til að tjá hringrásartilfinningu fyrir tíma og minni. Stórvirki hennar *Historjá* segir sögu Sama í gegnum kynslóðirnar og virkar eins og textílskjalasafn menningar, viðspyrnu og vistfræðilegrar þekkingar.

2. Þrjár til fjórir þátttakendur sitja saman við borð sem er þakið dúk. Þeim er leiðbeint að **hugsa um öfl og staði** í náttúrunni sem þeir vilja vernda. Þeir eru einnig hvattir til að hafa í huga hið hæga, tengslamiðaða frásagnarform sem endurspeglar nálgun frumbyggja á þekkingu og minni.

Þegar einstaklingar sauma út landslag, dýr og árstíðatengd augnablik úr lífinu fléttast sögur þeirra saman og mynda sameiginlegt textílverk sem túlkar samtengingu og samfellu í stað einangraðra frásagna. Hin hringrásarkennda, endurtekna athöfn að sauma endurspeglar hringferli lífsins, endurkomu, breytingu og endurnýjun, á meðan dúkurinn sjálfur verður lifandi skjalasafn sem varðveitir nálgun þáttakenda á umhverfið sem einkennist af umhyggju og virðingu.

Með því að safnast í kringum dúkinn leggja þátttakendur sitt af mörkum, verða vitni að og heimsækja á ný gamlar sögur, en slík athöfn styrkir þá tilfinningu að manneskjan sé hluti af síendurteknum vistfræðilegum hringrásum og að verndun þessara staða sé hluti af varanlegri, sameiginlegri ábyrgð.

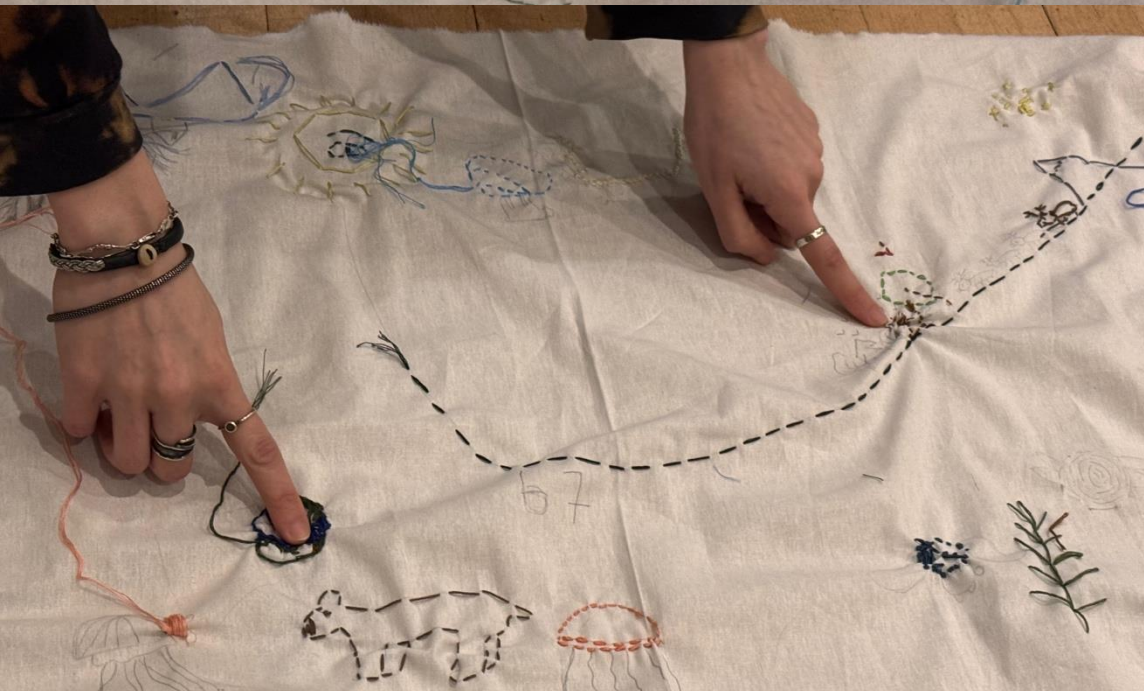


Horfið á þetta myndband sem sýnir hluta af verkefninu [Historjá](#) eftir Britta Marakatt-Labba

Í gegnum hægt og nákvæmt vinnuferli dregur Britta Marakatt-Labba fram þemu eins og tengsl við landið, umhverfisbreytingar og seiglu frumbyggja, sem gerir verk hennar bæði ljóðræn og pólitísk.

Hún notar flókin útsaum til að tala fyrir réttindum Sama, varðveislu menningar og verndun umhverfisins og dregur oft fram djúp tengsl fólks síns við landið. Verk hennar eru eins konar hljóðlát barátta, þar sem hún skráir sögur af viðspyrnu og vekur athygli á áhrifum nýlendustefnu og vistfræðilegra raskana á samfélög Sama.

Að segja sögu saman og sýna umhyggju fyrir umhverfinu í gegnum útsaum



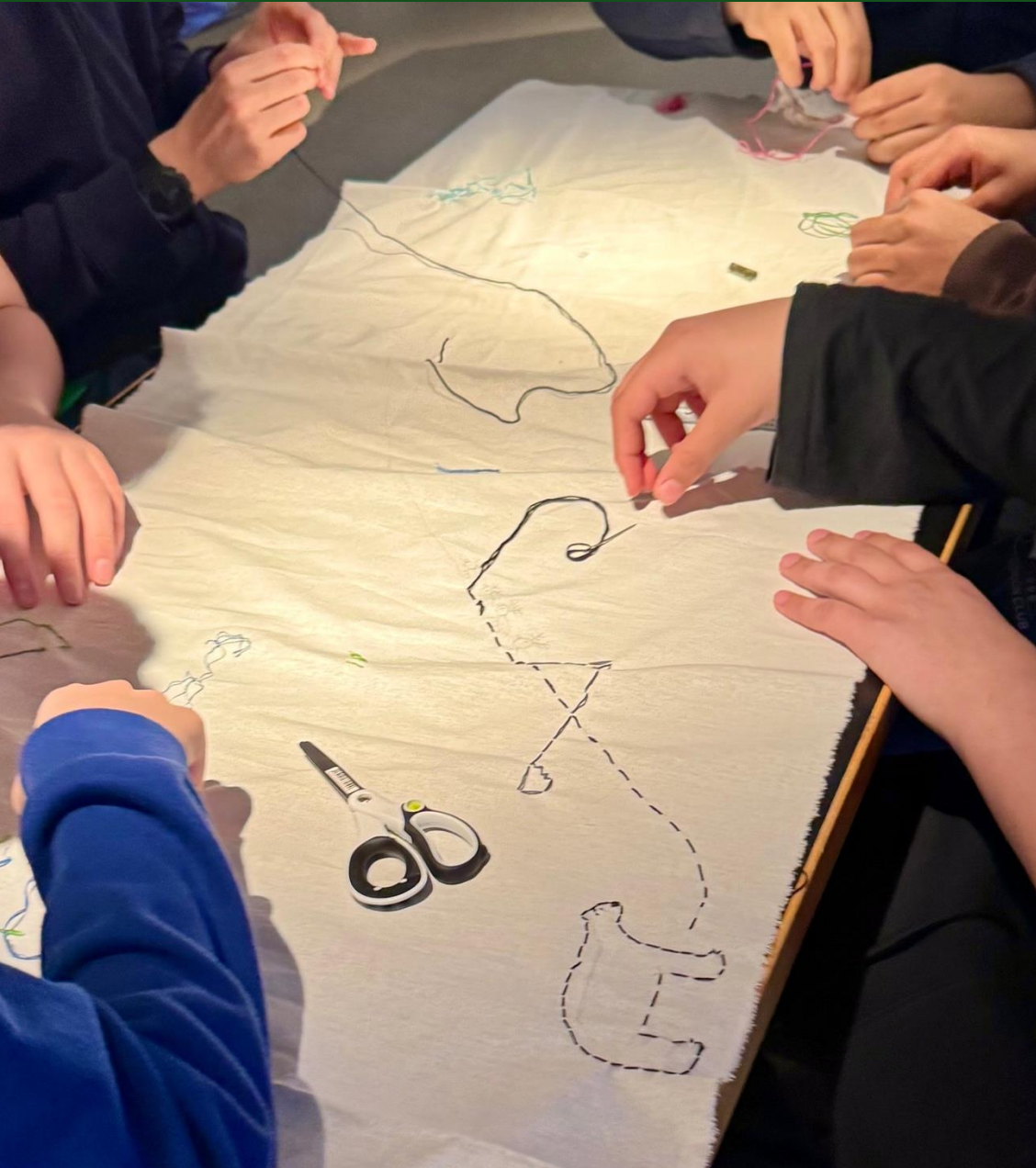
3. Þátttakendur fá blýanta, litaða tvinna og nálar. Þeir teikna fyrst og sauma síðan út sinn sérstaka stað, jafnvel með því að sauma í átt að stöðum annarra svo að tengsl geti myndast og þeir geti stutt hver annan. Á meðan þeir sauma ræða þátttakendur og lýsa stöðum sínum og minningunum sem þeim tengjast og íhuga hvar gætu fundist tengingar og líkindi þeirra á milli.

4. Þegar verkin eru tilbúin safnast þátttakendur saman í kringum dúkana til að deila útsaumum sögum og finna þræði sem tengja þá saman í ást og umhyggju fyrir umhverfinu.

Efni:

Textíll, nálar, þráður, blýantar

Að segja sögu saman og sýna umhyggju fyrir umhverfinu í gegnum útsaum



Að deila sögum við útsaum dúksins skapar rými þar sem einstaklingsbundin reynsla öðlast sameiginlega merkingu en styrkir um leið gagnkvæmt traust og þá tilfinningu að tilheyrja og eiga tilgang með öðrum. Þegar þátttakendur sauma og ræða saman kynnast þeir gildum hvors annars og eins þeim áhyggjum sem hver og einn býr yfir gagnvart umhverfinu og byggja þannig smám saman upp tilfinningu fyrir því að „við getum unnið saman“, sem er grundvöllur sameiginlegrar getu til að aðgerða.

Þræðir útsaumsins skapa heildarmynd sagna sem undirstrikar að lítil framlög skipta máli og að hægt sé að flétta þau saman í eitthvað stærra, en slík hugsun endurspeglar hvernig sjálfbærir lífshættir byggja á samstilltu, samfélagsmiðuðu átaki. Hið listræna ferli umbreytir sjálfbærni úr því að vera abstrakt markmið yfir í sameiginlega, lifaða skuldbindingu sem byggir á tengslum, gagnkvæmum stuðningi og vaxandi trú á sameiginlegum styrk.

Kortlagning samfélaga: Myndræn frásögn með leir

Listrænar aðferðir eins og myndræn frásögn með leir og hugarkortlagning í skúlptúrformi bjóða upp á öflugra leið til að innleiða megin áherslur SEE náms. Með því að gera óhlutbundin hugtök ápreifanleg, líkamleg og tengslamiðuð eru áherslum nálgunarinnar náð.

Þegar nemendur móta leir til að tákna reynslu, tilfinningar eða tengsl (t.d. milli sjálfs, annarra og náttúrunnar) taka þeir þátt í djúpri meðvitund í gegnum skynjun og ígrundun. Að vinna með leir út frá sameiginlegu hugarkort tengja þátttakendur saman hugmyndir, tilfinningar og kerfi sem styður við kerfishugsun. Það gefur þátttakendum tækifæri til að finna innbyrðis tengsl í stað einangraðra eininga.

Skapandi ferli ýtir einnig undir samkennd og hjálpar þátttakendum að skilja að hver staður á sér mörg sjónarhorn. Þegar þátttakendur segja frá og túlka myndrænar frásagnir hvers annars, skapast siðferðileg þátttaka í gegnum samtál um merkingu, áhrif og ábyrgð. Þessi praktíska og óyrta aðferð hentar sérstaklega vel fullorðnum nemendum þar sem hún gerir þeim kleift að tjá sig án orða, ýtir undir forvitni og skapar sameiginlegt rými til að kanna flókin tilfinningaleg og vistfræðileg þemu.



1. Þátttakendur ganga í þörum í náttúrulegu umhverfi, í tuttugu mínútur. Þeir ræða sjö þætti sem þeir telja vera lífsnauðsynlega fyrir velferð samfélaga. Þessir þættir geta verið bæði fagurfræðilegir og hagnýtir eiginleikar sem næra og styðja samfélög. Það getur verið gott að taka ljósmyndir til að auðvelda frásögnina að göngu lokinni.

2. Hugarkort: Þátttakendur safnast saman kringum borð sem er þakið langri pappírurúllu. Þeir skiptast á að ræða hvað þeir telja vera grunnþarfir samfélaga. Eftir að þættirnir hafa verið skráðir nota þeir mismunandi liti til að útbúa hugarkort með niðurstöðunum. Flokkarnir geta meðal annars falið í sér hagnýta þætti eins og skóla, sjúkrahús og almenningssamgöngur, fagurfræðilega þætti eins og opinbera list og grasagarða, náttúrulega þætti eins og vötn og ár, auk velferðarþátta eins og sundlauga, menningarmiðstöðva o.s.frv.

Kortlagning samfélaga: Myndræn frásögn með leir



3. Þátttakendur sitja í kringum borð sem er þakið pappír. Hver þátttakandi fær klump af náttúrulegum leir eða jarðvegi. Þeim er falið að skapa úr leir einn eða fleiri staði og þætti sem settir voru niður á hugkortinu.

4. Þegar allir þátttakendur hafa lokið við að móta sína staði ræða þeir hvernig hægt er að tengja þá saman í virkt samfélag. Þeir finna tengsl milli sköpunarverka sinna og smám saman myndast samfélag sem samanstendur af öllum þeim þáttum sem þarf til að stuðla að vellíðan og jafnvægi við náttúruna. Þeir nota þurrpastelli eða litkrít til að bæta lit og fleiri náttúrulegum þáttum við samfélagskortinu.

Efni:

Pappírsrúlla

Leir eða jarðvegur

Þurrpastel eða vaxlitir

Kortlagning samfélaga: Myndræn frásögn með leir



5. Þátttakendur standa í kringum borðið og skoða samfélagið sem þau hafa skapað. Hver þátttakandi segir sögu um fólkið sem býr í samfélaginu og hvernig það er tengt hvert öðru og við náttúruna.

5. Þátttakendur taka ljósmynd af sögunni frá sínu valda sjónarhorni á kortið. Gott er að minna á að hver staður hefur margar sögur og sjónarhorn. Gott er að hvetja þátttakendur til að taka eftir því hvernig þeirra sjónarhorn fellur inn í samfélagið sem heild.

6. Lokaskrefið er sameiginlegt viskuvetur. Þátttakendur ígrunda það sem þau hafa lært í gegnum myndrænu frásagnirnar. Þau tengja saman hugmyndir, innsæi og tengsl sem hafa komið fram í gegnum sögur, athuganir og samvinnu.

