



Nastja Mulej, trenerka metod kreativnega razmišljanja

# Užitek je skuhati juho iz svoje zelenjave

BESEDILO IN FOTOGRAFIJI

Mankica Kranjec

V prvem nadstropju stanovanjskega bloka v ljubljanskem Savskem naselju me v svoj dom prijazno sprejme specialistka za uspešno reševanje težav, ustvarjalno spopadanje z izzivi, učinkovito vodenje ljudi, sestankov in projektov ter timsko sodelovanje. Nastja Mulej je sogovornica, ki svoje znanje rada deli in od katere se med prijetnim klepetom ob limonadi mimogrede naučiš veliko zanimivega.

Pravi, da je dom zatočišče, kamor se rada vrača. Zelo rada tudi potuje, videla je velik del sveta. »Vedno sem bila zelo aktivna, samostojna in neodvisna. Zakaj bi bil človek samo doma, ko pa ima toliko drugih, še neraziskanih možnosti?« Zelo rada ima obiske in pri Mulejevih doma so pogosti. »Na žalost v naši soseški ni otroških igrišč, tudi medblokofske otroške družabnosti, kot smo jo poznali v otroštvu mi, ni več. Zato pa veliko prijateljev mojih dveh otrok pride k nam. Tukaj se radi igrajo. Imamo piknike, na balkonu smo drsali, igrali nogomet, po hodniku tekli, se igrali, nedavno pa sta si Timon in Eva postavila tudi šotor, v katerem poleti rada spita ...« o svojem domu z veseljem govori Nastja.

Prostorno in svetlo stanovanje bo v prihodnjem letu doživelo nekaj sprememb, gotovo pa bo v njem ostal prostor za modro mizo za namizni tenis. »Čez teden je ta miza enkratna odlagalna površina za oprano in posušena oblačila, ki jih na njej zlagamo. Sicer pa je super pripomoček, na katerem s športom ubijamo dolgčas. Včasih je tudi odlična medij, prek katerega se lahko povsem spontano spoznajo ljudje, ki so pri nas na obisku in so se tukaj prvič srečali,« nekaj utrinkov iz

vsakodnevnega življenja naniza gostiteljica, ki pravi, da je bil namizni tenis njena velika ljubezen.

Pred dvema letoma pa je doma našla še en kotiček, ki je hitro postal njen najljubši. Na balkonu si je uredila vrtiček: »Odraščala sem v mestu in nikoli nisem delala na vrtu. Kdor me pozna, mi ne bi verjel, toda pred dvema letoma sem začutila, da potrebujem stik z zem-

## V Sloveniji se trudi uvesti pozitivno revolucijo.

ljo in da pogrešam naravo. Resda o sajenju in obdelovanju ne vem veliko, toda imam veliko željo in predvsem sem se pripravljena učiti. Tukaj resnično uživam.« Ob jutrih in večerih na leseni klopici med srkanjem zelenega čaja opazuje, kako rastline napredujejo. »No, saj veste, ali pa odmirajo. Uši so nam požrle vse redkvice, gosenice pa cvetačo. Toda lani smo imeli vse poletje svoje kumare in papriko. Do božiča pa celo motovilec! Letos dobro rastejo fižol,

koleraba in solata, imamo tudi nekaj jagod in malin. Nekaj najlepšega je iz svoje zelenjave pripraviti juho,« ponosno pove.

### Proizvodnja idej

Magistra komunikologije, univerzitetna diplomirana ekonomistka in sociologinja je službo v marketinški agenciji in posel v društvu za marketing zamenjala za delo, ki jo izpolnjuje. Postala je edina licencirana trenerka metod kreativnega razmišljanja in delovanja po dr. Edwardu de Bonu. »Metode so primerne za vse, pa naj bo to predsednik uprave, ravnatelj šole, učitelj, mlada mamica ali desetletni otrok. Bistvo je, da ima človek urejene in strukturirane misli in da vedno išče nove možnosti,« na kratko razloži. V Sloveniji se trudi uvesti pozitivno revolucijo. Prepričana je, da je vsak posameznik pomemben del širših sprememb. »Veliko ljudi si jih želi, a ne vedo, kako jih doseči. Pravzaprav gre za majhne cilje, ki jih ponazarjamo z razprto dlanjo s petimi prsti. Ti predstavljajo pet načel – palec za učinkovitost, kazalec za konstruktivnost, sredinec za spoštovanje, prstanec za samoizpolnjevanje in meziniec, ki simbolizira velik učinek majhnih osebnih

dejanj. Če bi tem načelom sledil vsak od nas, bi lahko vsi živeli v boljšem svetu,« meni sogovornica, prepričana, da je vsak posameznik z dobrimi dejanji, ki jih nadzoruje z mislimi, lahko enkratnega zgled za druge. Njene ideje najpogosteje nastajajo v odnosu z drugimi. V Cankarjevem domu bo 24. septembra s strokovnjakinjama Blanko Tacer in Urško Černigoj izpeljala Maraton pozitivne psihologije. »Gostili bomo odlične predavatelje. Dogodek, ki ga pripravljamo, zajema celovito razmišljanje, projektno delo in pripravo vnaprej. Vsaka od nas ima posebno znanje in mislim, da smo tudi me primer dobre prakse, kako bi ljudje morali delovati – se poslušati in drug drugemu dopustiti drugačne ideje.« Pravi, da s tem, ko uči druge, uči tudi sebe: »In to me neizmerno veseli. Rada imam raziskovanje in vsako leto se lotim novih tematik.« Organizira dogodke za podjetja, šole in motivirane posameznike, metode pa trenira in poučuje na delavnicah po vsej Sloveniji. »Ko se vozim, imam ves čas slabo vest. Imeti avto se mi zdi zelo egoistično. Rada imam kolo, in če bi lahko, bi šla z njim vsepovsod,« pove in doda, da je poleg skrbi za telo pomembna tudi skrb za možgane. »V šolah so nas od prvega dne učili logičnega razmišljanja, pri čemer smo vrednotili ideje. Na koncu je bila vedno pravilna le ena rešitev. Toda človek z leti ugotovi, da obstajajo tudi drugačni pogledi. Denimo lateralno razmišljanje, ki omogoča iskanje možnosti in porajanje drugačnih in raznolikih idej.« Kreativno razmišljanje ni odločanje in se ga je prav tako treba naučiti: »Lahko bi ga primerjala z raziskovanjem neznanega otoka. Najprej moraš otok na maksimalno usmerjen in časovno učinkovit način raziskati, na koncu pa se odločiti, ali boš tam živel ali ne.«



Miza za namizni tenis je pomemben del Nastjinega doma.