



březen 2019  
**Prevence**<sup>®</sup>

ročník 16, číslo 3

**Novelizovaná příloha**  
*Alkohol*

**Závislost na hraní**  
*digitálních her*

**Domácí počítačové sítě**  
*a jejich bezpečnost*

**Zastavit se**  
*a nadechnout*

**Sebevýchova**  
*pro samouky*

**Obsedantně-kompulzivní porucha**  
*u dětí*



**PaedDr. Aranka Řezníčková**

Pedagogická fakulta UJEP  
Brno (v současnosti MU,  
Brno).

Metodik prevence  
Arcibiskupského gymnázia  
v Kroměříži.

## Zastavit se a nadechnout. Ve škole?

**Duchovní obnova jako možnost prohloubení spolupráce školy s rodiči**

*Duchovní obnova (rekolekce, exercicie, duchovní cvičení) je čas, kdy věřící člověk může obnovit svůj vztah s Bohem, čas ke ztišení, k zamyšlení nad vlastním životem a vztahy. Obvykle jde o víkendový (ale může být i delší) pobyt na klidném místě naplněný poslechem přednášek, rozjímáním, svátostí smíření apod.*

Arcibiskupské gymnázium v Kroměříži je církevní škola, jejímž zřizovatelem je Arcibiskupství olomoucké. Jedná se o šestileté a čtyřleté gymnázium s kapacitou kolem 500 žáků. Škola disponuje historickou budovou (založena roku 1854), která se v současnosti renovuje. Součástí školy je domov mládeže, ve kterém žije přibližně 250 žáků. Žáci ubytovaní v domově mládeže jsou z větší části z praktikujících katolických rodin, často poměrně početných, mezi dojíždějícími a místními to není pravidlem. Tito žáci se sjíždějí i z poměrně vzdálených míst. Pro řadu žáků, zvláště mladších, je velmi těžké odloučení od rodičů. Nese to s sebou celou řadu rizik: stres z odloučení, ztrátu kontroly ze strany rodičů. Na práci vychovatelů to samozřejmě klade značné nároky. Na druhé straně pobyt žáků v domově mládeže má i svá pozitiva – vzájemným poznáním vznikají pevná přátelství, řada akcí se může konat i ve večerních hodinách (to je ale zase nevýhodou pro místní a dojíždějící studenty, kteří tím jsou z některých aktivit vyloučeni). Vzdálenost bydliště žáků ovšem přináší ještě jeden aspekt: ztižený osobní kontakt s rodiči, kteří na třídní schůzku přijíždějí třeba i z 200km vzdálenosti, takže škola hledala možnosti, jak nabídnout rodičům něco přitažlivého, co by je do školy přivedlo.

Specifikem Arcibiskupského gymnázia je vyučovací předmět náboženská výchova, kterému se vyučuje ve všech ročnících po dvou hodinách týdně. Součástí působení je i bohatý duchovní program, který je až na výjimky (několik společně navštívených mší za celý rok) dobrovolný: patří do něho např. ročníkové mše, adorace, společné desátky apod.; část tohoto programu se odehrává ve dvou školních kaplích. Žákům je prakticky ustavičně k dispozici školní kaplan a jáhen, kteří s nimi prožívají žákovské radosti i starosti, učí náboženskou výchovu, organizují dobrovolnické a volnočasové aktivity. Kaplan ještě navíc nabízí žákům možnost přistoupit ke svátosti smíření. Prevenci ve škole zajišťuje tým složený z ředitele školy, učitelů, vedoucího vychovatele, pedagoga volnočasových aktivit a duchovních (kněz a jáhen). Tým se schází jedenkrát měsíčně a spolupracuje při sestavování preventivního programu, který se zaměřuje především na klima školy a zdravý životní styl. Velmi osvědčenou aktivitou jsou duchovní obnovy, z nichž některé jsou určeny pouze žákům, jiné absolventům; jedenkrát ročně se na duchovní obnově scházejí učitelé a ostatní zaměstnanci školy, další duchovní obnovy se otvírají veřejnosti. Některé obnovy (zvláště ty, které vede nějaká známá osobnost, natolik popu-

lární, že je přijímána širokou veřejností) jsou připraveny tak, že umožňují kombinace: např. přednáška, která je součástí obnovy, je určena pro veřejnost, pak rekolekce pokračuje programem pro mládež, do kterého už veřejnost přístup nemá. V některých případech nejde o duchovní obnovu v užším slova smyslu, ale spíše o inspirující prezentace, zaměřené například na vztahy v rodině, výchovu či osobnostní růst.

*Na co tým prevence nezapomíná, je skutečnost, že žáci mají základ v rodině* – a tým prevence tedy nesmí zapomenout na rodiče. Na listopadové třídní schůzce se vždy koná společné setkání rodičů, na němž se představí metodik prevence, který zároveň rodiče seznámí s koncepcí prevence rizikového chování mládeže. Rodiče žáků prvního ročníku dále obdrží listy s informacemi a s nabídkou kontaktů na metodika prevence a na ostatní členy týmu. Zároveň je zřejmé, že je třeba působit pastoračně i na rodiče, aby jejich výchovné působení a působení školy bylo ve shodě, aby pedagogové a rodiče táhli za jeden provaz. Proto je jedna z rekolekcí zaměřena na rodiče. S organizováním má škola bohaté zkušenosti a dá se říci, že slaví s touto aktivitou pro rodiče dlouhodobě značný úspěch.

*Obnova pro rodiče* se koná jedenkrát ročně, vždy v listopadu, tedy před adventem, což je výborná příležitost se ztišit, usebrat (a možná i odpočinout si a nabrat sil). Zúčastňuje se obvykle 50–70 rodičů; v případě, že se podaří zajistit vystoupení široce přijímané osobnosti (jako to bylo například v případě přednášky Maxe Kašparů, jenž dokáže oslovit – i díky své publikační činnosti – nejen věřící zájemce), účastnilo se až 150 rodičů. Pro vedení duchovní obnovy organizátoři vybírají osobnosti, které dokážou oslovit i lidi, kteří nemají dar víry. Velký úspěch měly duchovní obnovy s Maxem Kašparů či s Marií Svatošovou nebo přednášky Eliase Velly. Ze zpětných vazeb je zřejmé, že rodiče jsou natolik spokojeni, že dokonce někteří projeví zájem o to, aby takové obnovy probíhaly i dvakrát ročně.

Velmi podstatné je, že rekolekce nejsou určeny jen pro věřící rodiče, ale jsou nabízeny každému, kdo projeví zájem. Organizátoři tedy vítají i rodiče, kteří nejsou tak aktivní v prožívání víry, i rodiče nevěřící. Navíc se rodiče mohou přihlásit nejen k účasti na celém programu, ale pokud je pro ně časově či duchovně příliš náročný, mohou si vybrat program zkrácený a zúčastnit se například pouze sobotních přednášek.



## Smysl duchovních obnov pro rodiče

Náplní duchovní obnovy je společná i soukromá modlitba, slavení mše svaté, promluvy (přednášky), příležitost ke svátosti smíření či k duchovnímu rozhovoru. K čemu pak duchovní obnovy slouží? Především jsou příležitostí zastavit se a nadechnout se v překotném shonu, ztišit se. Umožňují duchovní růst, setkání s Bohem. Kněží někdy přirovnávají účast na duchovní obnově k výstupu na horu. Jako když staneme na vrcholu hory a svět se nám zdá maličký, duchovní obnova umožní podívat se na náš život shora, zjistit, co je v něm dobře, co špatně. Duchovní obnova je čas, kdy můžeme „obnovit“ svůj vztah s Bohem. Je to čas, kdy si člověk může před Bohem srovnat svůj život, vyříkat si s ním to, co prožívá, svoje pochybnosti, svoje touhy, svoje plány. „Je to čas, kdy by člověk neměl mít nic jiného na starosti než prožívání vztahu Já-Bůh a nasměrování svého života,” tak charakterizuje duchovní obnovu jeden ze zakladatelů tradice rekolekcí na Arcibiskupském gymnáziu P. Antonín Hráček. Skvělé je, že duchovní obnova je také prostorem, v němž rodičovské páry, které v každodenním shonu často nemají příležitost trávit čas společně, jeden pro druhého a s druhým, mohou pobýt v klidu, mají chvíli na společnou modlitbu. (Ale samozřejmě může přijet i jeden rodič, účast manželského páru není podmínkou.)



spravedlnost). Rodiče obvykle odjíždějí nabiti novou energií a odhodláním korigovat své chování k dětem. „Už takové akce nedělejte, rodiče přijeli nadšení a pořád si chtěli se mnou povídat,” s úsměvem líčí kněz Martin Sekanina reakci žáků, kteří jsou občas překvapeni tím, co takový pobyt s jejich rodiči udělal.

Bonusem je pak skutečnost, že rodiče mohou poznat prostředí, ve kterém studují a žijí jejich děti; škola tak najednou není bájným prostorem, o kterém doma referuje pouze dítě, a rodič do něho, patřičně stísněn, přichází pouze na třídní schůzku. Dokonce se rodiče mohou ubytovat ve stejném pokoji, v němž tráví školní rok jejich dítě; pro rodiče je to docela zvláštní zážitek. „Zažijí si prostředí svých dětí, jejich rána, snídaně. Rozumějí pak lépe svým dětem, když jim ony popisují, co se děje v domově mládeže. Podle zpětných informací od rodičů pak tyto dny významně přispívají k prohloubení rodinných vztahů. Samotnou školu i díky tomuto krátkému času strávenému zde berou více za svou, je domovem jejich dětí a oni to mnohem lépe chápou,” vysvětluje ředitel školy Jan Košárek.

Co rodiče obzvláště oceňují, jsou rozhovory s ostatními rodiči. Jednak je to příležitost ke sdílení zkušeností (mají děti na stejné škole, slyší od svých dětí o spolužácích, nyní dostali možnost poznat rodiče těchto spolužáků: na duchovních obnovách dokonce



Dále je rekolekce možností seznámit se s knězem, který pečuje o žáky na AG po duchovní stránce (obnovu může vést školní kaplan sám – to se děje zvláště tehdy, když do školy nastoupí nový kněz; obvykle ji ale vede lektor, přicházející „zvenčí”, a školní kaplan se podílí na organizaci celé akce). Rodiče s knězem, který jejich děti dobře zná (je žákům k dispozici prakticky 24 hodin denně, je s nimi v kontaktu nejen jako učitel náboženské výchovy a vedoucí volnočasových aktivit, ale prožívá s nimi často i jejich těžké situace spojené jak se školním neúspěchem, tak s bolestmi dospívání), mohou konzultovat případné výchovné problémy, uvidět své dítě i jeho očima. Pokojem ohledně případných starostí o dítě je často naplní i společná modlitba s knězem. Může se ovšem stát, že po takovém rozhovoru kněz rodiče vyzve k tomu, aby vyhledali pro dítě odbornou pomoc; pomůže jim tedy rozkrýt, že problém už přerostl do podoby, kdy je třeba terapie či návštěva psychiatra.

Obnova je také příležitostí otevřít téma významu funkční rodiny pro zdravý vývoj dětí; témata rekolekcí jsou nastavena tak, aby vedla účastníky k reflexi sama sebe jako rodičů, aby se zamýšleli nad tím, co by mohli udělat pro zlepšení rodinných vztahů. Často se v průběhu takového setkání hovoří o hodnotách (láska, odpuštění,

vznikla přátelství, která přesahují časový horizont návštěvy čtyřletého gymnázia). Zároveň to dává i příležitost mluvit s ostatními rodiči o nejrůznějších těžkostech, obtížích dětí při studiu, o tom, že si někdy nevědí rady s výchovou; často si také uvědomí, že podobný problém mají i jiní rodiče, což pomáhá se s takovým faktem vyrovnat a nahlédnout ho z jiného úhlu pohledu.

## Aby všechno klapalo

Má-li duchovní obnova proběhnout opravdu tak, aby se účastníci cítili příjemně, musí být tým organizátorů dobře připravený a sehraný: na Arcibiskupském gymnáziu se o zdárný průběh rekolekce stará školní kaplan, jáhen, tři pracovníci pastoračního centra a někteří z vychovatelů. Samozřejmostí je, že celou akci podporuje vedení školy – ředitel se zúčastňuje a přispívá k celkové pohodě a optimální atmosféře.

Práce začíná distribucí pozvánek. Obvykle jsou součástí pozvánky na třídní schůzky, protože obnova začíná v den třídních schůzek. Na pozvánce jsou uvedeny základní informace a téma setkání. Přihlásit se lze prostřednictvím google formuláře, ev. telefonicky či mailem. Několik dní před duchovní obnovou přihlášeným přijde

připomínací mail s upřesňujícími informacemi. Důležitou součástí duchovní obnovy je pocit péče, který tým spolupracovníků rodičům poskytuje, pohodlí a příjemné zázemí. K tomu patří laskavý přístup, struktura (všichni účastníci jsou dobře informováni, kdy a co se bude dít), ale třeba i kávové přestávky (rodiče přivázejí domácí zákusky, které pak sdílejí; výměna receptů je součástí přátelské atmosféry). Silným zážitkem je pobývání v prostorách obou školních kaplí. Rodiče jsou navíc obklopeni různými artefakty, které jsou běžnou součástí každodenního života jejich dětí, a mimořádně vstřícným prostředím. Po celou dobu je otevřen studentský klub, místo, kde jejich děti tráví spoustu volného času, a tedy další místo, které je dobré zažít na vlastní kůži.

Důležité je, že do přípravy jsou zapojeni i žáci. Pomáhají s přípravou programu, zpívají a hrají o přestávkách, při mších a dalším duchovním programu, starají se o technické zázemí.

### Jak vypadá program rekolekce

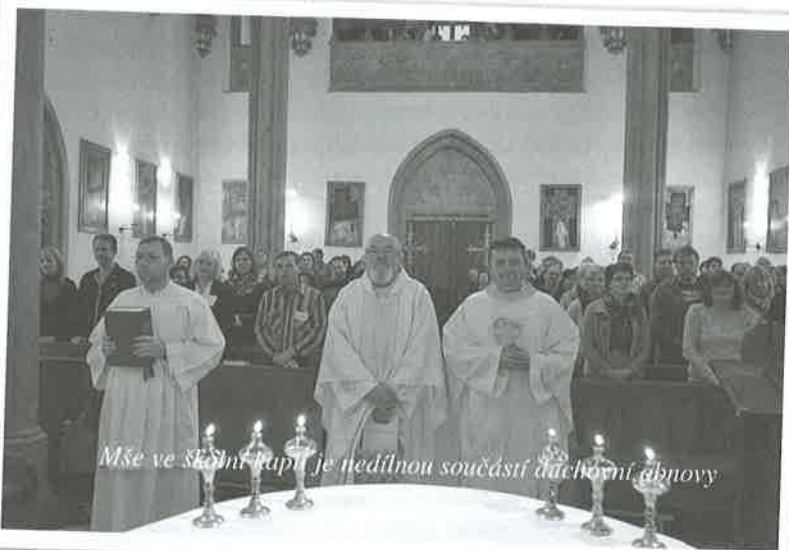
Obvykle začíná v pátek (po skončení třídních schůzek) v 18.00 mší svatou, po mši se účastníci ubytují a společně povečeří. Následuje první setkání, během něhož se rodiče seznamují. Tady probíhají různé seznamovací aktivity, například v místnosti jsou připravena stanoviště,

náškami) na dané téma, obvykle jsou uspořádány do dvou devadesátiminutových nebo čtyř pětáctýřicetiminutových bloků; mezitím se pamatuje na čas vyhrazený pro svátost smíření (kromě školního kaplana jsou přizváni místní kněží, aby bylo možno vyhovět všem zájemcům). Během oběda a dalších kávových přestávek jsou příležitosti k rozjímání, tichému posezení v kaplích, k rozhovorům s ostatními rodiči, k procházkám školou (na mnoha místech jsou nástěnky s pracemi žáků, fotografiemi a dalšími svědectvími o každodenním životě školy). Program pravidelně končí besedou s lektorem, zpětnou vazbou pro organizátory, sdílením zkušeností – a samozřejmě požeňáním.

Duchovní obnovy rodičů na Arcibiskupském gymnáziu v Kroměříži mají mnohaletou tradici. V oblasti školství se mnohé mění, ale práce s rodiči a nabídka duchovního růstu je něco, v čem gymnáziu rozhodně hodlá pokračovat. O významu svědčí i ohlasy rodičů: „Tyto rozhovory v rámci rekolekcí mne vždy osvěží, dají novou radost a naději.“

„Lektor nám předal, a myslím, že mohu mluvit za všechny, materiál k rozjímání a k práci na sobě na dlouhou dobu.“

„Duchovní obnovy rodičů na Arcibiskupském gymnáziu se účastníme již několik let a vždy se opět těšíme na tu další.“



Mše ve školní kapli je nedílnou součástí duchovní obnovy



Seznamovací aktivity pomáhají nastolit příjemnou atmosféru

na kterých se setkávají účastníci ve dvojicích, aby spolu vedli rozhovory na nekontroverzní témata (např. oblíbené jídlo, kam jezdíte na dovolenou apod.). Jinou možností je sednout si v kruhu, představit se a hovořit o tom, co komu v poslední době udělalo radost. Teprve pak přichází na řadu úvodní slovo a doplňující informace o dalším průběhu setkání.

Druhý den ráno se začíná mší svatou, následuje snídaně v jídelně a káva ve studentském baru. Program pokračuje promluvami (před-

„Pro nás to je nejen příležitost pro načerpání zajímavých duchovních informací, ale i příležitost pro setkání se „starými“ známými.“

Článek vznikl na základě příspěvků bývalých i současných duchovních Arcibiskupského gymnázia v Kroměříži A. Hráčka, P. Káni a M. Sekaniny, kteří duchovní obnovy rodičů v této škole organizovali a organizují.

AGK M

# ARCIBISKUPSKÉ GYMNÁZIUM V KROMĚŘÍŽI