

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE**

Katolická teologická fakulta

Katedra pastorálních oborů a právních věd

**Marie Mládková**

**DŮVĚRA:**

**PŘEDPOKLAD PRO LIDSKÝ A NÁBOŽENSKÝ RŮST**

**Diplomová práce**

**Vedoucí diplomové práce: Dr. Vojtěch Eliáš**

**PRAHA 2007**

Moje poděkování patří Dr. Vojtěchu Eliášovi, vedoucímu diplomové práce za odbornou pomoc a laskavý přístup.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a v seznamu pramenů a literatury jsem uvedla veškeré informační zdroje, které jsem použila.

V Praze dne 21. září 2007

.....

## OBSAH

1. ÚVOD.....	5
2. DŮVĚRA V POHLEDU PSYCHOLOGIE .....	6
2. 1 Základní důvěra .....	7
2. 2 Základní lidské potřeby .....	9
2. 3 Emoce a důvěra.....	10
2. 4 Sebedůvěra.....	12
3. DŮVĚRA V POHLEDU PEDAGOGIKY .....	14
3. 1 Vzdělávání a výchova.....	14
3. 2 Vzdělávání založené na důvěře .....	15
3. 3 Úcta a respekt .....	16
3. 4 Komunikace.....	17
3. 4. 1 Neverbální komunikace.....	18
3. 4. 2 Verbální komunikace.....	18
3. 4. 3 Komunikační způsoby .....	19
3. 4. 4 Empatie.....	20
3. 4. 5 Naslouchání .....	21
3. 5 Komunikace ve skupině.....	22
4. DŮVĚRA V POHLEDU TEOLOGIE .....	23
4. 1 Důvěra a Víra.....	23
4. 1. 1 Důvěra ve Starém Zákoně .....	24
4. 1. 2 Důvěra v Novém Zákoně.....	25
4. 2 Důvěra a Láska .....	27
4. 3 Důvěra a Naděje .....	29
4. 4 Důvěra ve vztahu k Bohu .....	30
4. 5 Důvěra v modlitbě .....	30
4. 6 Důvěra v utrpení .....	32
4. 7 Důvěra a radost.....	34
5. DŮVĚRA V ETAPÁCH LIDSKÉHO A NÁBOŽENSKÉHO RŮSTU .....	36
5. 1 Důvěra v kojeneckém věku .....	37
5. 2 Důvěra v ranném dětství.....	39
5. 3 Důvěra v předškolním věku.....	40
5. 4 Důvěra ve školním věku .....	43

5. 4. 1 Rodina.....	43
5. 4. 2 Škola .....	45
5. 4. 3 Farnost .....	46
5. 5 Důvěra v době dospívání .....	47
5. 6 Důvěra v mladém dospělosti .....	51
5. 6. 1 Manželství .....	52
5. 6. 2 Kněžství a řeholní život.....	53
5. 7 Důvěra v dospělosti .....	53
5. 8 Důvěra ve stáří.....	54
6. DŮVĚRA U DĚTÍ - VÝZKUM.....	56
6. 1 Základní církevní škola svaté Voršily .....	57
6. 2 Hypotéza a metoda 1 .....	58
6. 3 Hypotéza a metoda 2 .....	64
7. ZÁVĚR.....	70
8. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....	72
8. 1 Prameny .....	72
8. 2 Literatura.....	72
8. 3 Církevní dokumenty .....	74
9. ABSTRACT .....	75
10. PŘÍLOHY:.....	76

# 1. ÚVOD

Každý člověk je stvořen jedinečným způsobem a má nekonečnou cenu v Božích očích. Je obdařen velkou hodnotou a důstojností. Přichází na svět, kde se setkává s ostatními lidmi – známými i neznámými. Komunikuje s nimi, navazuje vztahy, učí se být důvěřivý nebo nedůvěřivý na základě opakovaných zklamání či nenaplněných očekávání. Postupně objevuje i svůj vnitřní svět, touhu po lásce, po věčnosti, po Bohu.

Cílem této práce je ukázat význam důvěry v životě člověka a její praktické prověření během školní docházky na prvním stupni základní školy. Hned v úvodu si položíme otázku: „Co je to vlastně důvěra a jakou roli hraje v životě člověka?“ Odpovědí na tuto otázku se zabývá první a druhá část této práce. Tři kapitoly rozebírají pojem důvěra z psychologického, pedagogického a teologického pohledu. Pátá kapitola pojednává o významu důvěry v jednotlivých etapách lidského a náboženského růstu. Mluví-li se v této práci o důvěře či sebedůvěře, je tím míněna zdravá důvěra, potřebná k budování dobrých mezilidských vztahů i vztahu k sobě. Pro ucelenější pohled na tematiku, práce sleduje význam důvěry od narození až po stáří. Úmyslem není podat vyčerpávající výklad o jednotlivých oblastech lidského života, nýbrž ukázat důležitost důvěry na životní cestě člověka. Kapitoly jsou zaměřeny na význam a růst důvěry i případných možných rizik. Šestá kapitola je praktickou částí, která zkoumá důvěru u dětí prvního stupně na základní škole. Tato věková skupina byla vybrána na základě dlouhodobé praxe právě s těmito dětmi. Tématem zkoumání je sebedůvěra a důvěra v Boha.

Na důvěře závisí vztah k Bohu, který pak nese všechny ostatní vztahy. Kdo žije s Bohem, má naplněný život; nemusí se ničeho obávat. Víra v Boha ozařuje a usměrňuje život. Obsahem křesťanského života je následování Krista. Být křesťanem znamená žít a měnit vlastní život ve světle evangelia, svědčit o Kristu v prostředí, v němž žijeme. Je třeba činit to, co činil Ježíš – naslouchat druhým, nabízet přátelství, pomoc, vidět v druhých dobro, přijímat je jako dar. Připravenost k dialogu vyžaduje zájem o člověka, odstranění nedůvěry, pokoru, lásku, odpuštění. Jedině tak se buduje civilizace lásky.

## 2. DŮVĚRA V POHLEDU PSYCHOLOGIE

V této práci budou použity poznatky z psychologie obecné a speciální, zvláště vývojové, zabývající se dětstvím a dospíváním, a sociální – pedagogické, která je zaměřená na učení, vztahy, osobnost žáka a učitele, na výchovu, apod.

V první podkapitole pojednáme o základní důvěře podle Eriksona, která se získává v kojeneckém věku (kap.2.1). Získání této důvěry závisí na naplňování potřeb dítěte. Proto v další podkapitole uvedeme přehled základních lidských potřeb podle Maslowa (kap.2.2). Jelikož uspokojování základních potřeb souvisí s emocionální stránkou člověka, třetí podkapitola se zabývá emocemi s dopadem na základní důvěru či nedůvěru (kap.2.3). Poslední podkapitola tohoto oddílu pojednává o sebedůvěře (kap.2.4).

Nejprve se seznámíme s několika psychologickými pojmy. „Psychologie je věda o psychice,...“<sup>1</sup> Jako každá věda, má i psychologie svůj materiální předmět, kterým je osobnost člověka, formálním předmětem jsou jeho duševní projevy (prožívání a chování). Úkolem psychologie je poznání člověka po duševní stránce.

Na psychiku člověka má vliv například dědičnost, stavba a činnost nervové soustavy, paměť, učení, výchova, kultura. Psychologie rozlišuje tři kategorie psychiky.

**Psychické procesy** jsou psychické jevy probíhající v čase, týkají se poznávání, citového prožívání a motivace. Jsou to změny vztahů a stavů vnitřního světa vzhledem k vlastnímu organismu i okolnímu prostředí. „Existují ve formě vnímání, myšlení, citů, atd.“<sup>2</sup>

**Psychické stavy** ovlivňují psychické procesy, mohou být krátkodobé (nálady – radost, hněv, apod.), dlouhodobé (konflikt, stres) nebo celkové (únava, vzrušení).

**Psychické dispozice** jsou vnitřní předpoklady k psychickým reakcím, které „vstupují do vztahu mezi situací a reakcí, jsou činitelem psychické konkretizace tohoto vztahu a jako takové vytvářejí systém, který se označuje termínem osobnost.“<sup>3</sup> Mezi psychické dispozice patří např. temperament, schopnosti, postoje, volní vlastnosti (odvaha, vytrvalost, apod.). Východiskem pro duševní vztah člověka ke světu, k životu i k sobě samému jsou každodenní životní události.

---

<sup>1</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 11.

<sup>2</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 38.

<sup>3</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 39.

## 2. 1 Základní důvěra

V poslední době se největší důraz klade na první rok života a zdůrazňuje se, jak je důležité, aby dítě v tomto období získalo základní důvěru ke světu. Tu získá tím, že má u sebe stabilní osobu, nejlépe matku, nebo někoho, kdo trvale reaguje na potřeby dítěte. Chování této osoby k dítěti mu podává informaci o jeho hodnotě a významu. Jsou známy různé studie, které potvrdily, že jestliže se toto první období života nějakým způsobem zkomplikuje, člověk potom může mít problémy s důvěrou ke světu, zda je přijímá optimisticky nebo naopak. Může dojít k dělení na černou a bílou - svět je buď černý nebo bílý. Člověk se pak pohybuje v černobílém světě. Události, jiné lidi, i sám sebe vnímá velmi kontrastně (buď jsem krásný, nebo nejsem nic). M. Nakonečný mluví o vytvoření vzájemné vazby, závislosti a náležení. „Nedostatek této vazby vede u dítěte k vytvoření separační či bazální úzkosti, která může poznamenávat celý jeho další život nedůvěrou k jeho sociálnímu okolí. Je také prokázáno, že vysoká míra sociální izolovanosti dítěte a jeho emoční deprivace (strádání z nedostatku projevů mateřské lásky) vedou k vytvoření emocionálně labilní a agresivní osobnosti.“<sup>4</sup> M. Nakonečný, i jiní autoři (P. Říčan 2002, R. Smahel 1997) se ve svých pracích odvolávají na dílo Eriksonovo.

E. H. Erikson vypracoval teorii o prvotní důvěře v kojeneckém věku, kterou dále rozpracovává i v dalších obdobích života. Ve své knize *Dětství a společnost* nazývá stadia vývoje osobnosti Osm věků člověka. Zde se o jednotlivých stádiích zmíníme jen krátce, podrobněji budou probrána v páté kapitole.

**V kojeneckém věku** staví základní důvěru proti základní nedůvěře. Dítě potřebuje bezpodmínečnou lásku, přijetí, uspokojení svých potřeb, pocit bezpečí, jistoty, harmonické rodinné ovzduší, aby se cítilo na světě dobře. Lásku přijímá všemi smysly – matčin příjemný hlas, vůni, doteky, pohled. Dítě může prožívat i zklamání – matka hned nepřijde nebo neporozumí jeho potřebě, vnímá i nepříjemné pocity a bolest. To vše patří k životu. Jde o to, aby přes napětí mezi důvěrou a nedůvěrou převládla životní důvěra ke světu, který je dobrý a bezpečný. „Prvním projevem sociální důvěry dítěte je to, jak snadno se krmí, jak dobře spí a jak vyprazdňuje střeva. Zkušenost vzájemné regulace rostoucích receptivních schopností dítěte spolu s mateřskými postupy jeho zaopatřování mu postupně pomáhají překonávat onu nepohodu vyplývající z nezralosti homeostázy, s níž se narodilo.“<sup>5</sup> Pokud převáží pocity nedůvěry, dítě se bojí změn, uzavírá se do sebe, trpí úzkostmi. Tento stav není příznivý pro

---

<sup>4</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 199.

<sup>5</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětství a společnost, Praha: ARGO, 2002, s. 225.

další vývoj dítěte ani pro jeho budoucnost. Může mít sklon ke smutku, k depresím, k duševním poruchám.

**Ranému dětství** mezi jedním a třemi roky se říká období batolecí, je obdobím rodící se autonomie.

**Předškolní věk** neboli věk hry – tři až šest let - vyniká iniciativou. Dítě využívá svou pohyblivost, obratnost, šikovnost. Více si uvědomuje: já a okolí, já a svět.

**Školní věk** se vyznačuje snaživostí a pracovitostí. Děti potřebují pozitivní hodnocení. U dětí s horšími školními výsledky a s následným srovnáváním se s ostatními může vést k pocitům nedostatečnosti a méněcennosti.

**Adolescence.** Asi od jedenácti let začíná mládí, končí dětství. Dospívající prožívá velké psychofyzilogické změny v důsledku dozrávání pohlavních orgánů. Erikson v tomto období staví identitu proti konfuzi rolí. „Pocit ego identity pak tvoří akumulovaná důvěra v to, že vnitřní neměnnost a kontinuita vybudovaná v minulosti bude odpovídat neměnnosti a kontinuitě jedincova významu pro jiné lidi, jak dokládá konkrétní příslib jeho kariéry...ve většině případů vyvede mladé lidi z rovnováhy neschopnost usadit se v profesní identitě. Ve snaze udržet svou integritu se někdy nadměrně identifikují s hrdiny různých part a skupin, a to do té míry, že úplně ztrácejí svou identitu.“<sup>6</sup>

**V období mladé dospělosti** – dvacet pět až třicet pět let - člověk prochází stadiem intimity. „K tomu patří sebeotevření, přání dát se poznat ve svých silných i slabých stránkách, bezvýhradná důvěra, vzájemný respekt k osobnosti a svobodě druhého, pravdivé poznání partnera i vlastních citů k němu, sdílená budoucnost a také výlučnost a z ní samozřejmě plynoucí věrnost.“<sup>7</sup>

**Dospělost** ve věku třicet pět až padesát pět let je obdobím generativity. V tomto věku se prověří, zda má v sobě dostatek víry, důvěry v život, ve svět, kterou měl získat na začátku svého života jako tzv. bazální důvěru. A zda v sobě dokáže obnovit své síly, najít motivaci a tvořivě pracovat. Jinak je tu nebezpečí stagnace, ztráta smyslu života. „Generativita je tudíž základním stadiem v psychosexuálním i psychosociálním rozvrhu. Tam, kde snahy o takové obohacení naprosto selhávají, dochází k regresi, k obsesivní potřebě pseudointimity, často s převládajícím pocitem stagnace a osobního ochuzení. Jedinci si pak začínají libovat v chování, jako kdyby byli svým vlastním jediným dítětem nebo – v páru – navzájem dítětem

---

<sup>6</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětství a společnost, Praha: ARGO, 2002, s. 238.

<sup>7</sup> ŘÍČAN, Pavel: Psychologie náboženství, Praha: PORTÁL, 2002, s. 295.



jeden druhého. Tam, kde existují vhodné podmínky, se nástrojem sebezájmu stává raná invalidita, fyzická či duševní.“<sup>8</sup>

**Stáří** a integrita. V této fázi života je důvěra „definována jako zajištěné spoléhání se na integritu jiné osoby...Zdá se, že lze i nadále parafrázovat vztah dospělé integrity a infantilní důvěry a říci, že zdravé děti se nebudou bát života, pokud budou mít jejich rodiče dostatečnou integritu, aby se nebáli smrti.“<sup>9</sup>

Každé věkové období nabízí člověku možnost růstu, obohacení života, rozvíjení svého lidství. Zároveň s sebou nese také určitá rizika, o nichž je dobré vědět. „Od počátku jsme požehnáni základní důvěrou. Bez ní není život možný a s ní jsme vydrželi. Jako posilující ctnost nás doprovázela a posilovala naděje. I když zdroje naší základní důvěry mohly být nebo byly jakkoliv zvláštní a bez ohledu na to, jak mnoho byla naděje napadána, nikdy nás neopustila úplně. Život bez ní je prostě nemyslitelný. Pokud jsi stále naplněn silou bytí a máš naději na něco, co může dát ještě trochu milosti a osvícení, pak máš důvod žít.“<sup>10</sup>

## **2. 2 Základní lidské potřeby**

Ke zdravému vývoji člověka patří naplňování jeho potřeb, které v dětství do značné míry ovlivní jeho důvěru ke světu. Abraham Maslow vypracoval teorii přirozených lidských potřeb. Uspořádal je do skupin, které jsou vzájemně podmíněny. Můžeme si je představit na stupňovité pyramidě.

„Vyšší potřeby

Potřeby seberealizace

Potřeby sebeúcty a uznání

Potřeby sounáležitosti a lásky

Potřeby bezpečí

Fyziologické potřeby“<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětsví a společnost, Praha: ARGO,2002, s. 243.

<sup>9</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětsví a společnost, Praha: ARGO,2002, s. 245.

<sup>10</sup> ERIKSON, Erik H.: Životní cyklus rozšířený a dokončený, Praha: NAKLADATELSTVÍ LIDOVÉ NOVINY, 1999, s. 108.

<sup>11</sup> KOPŘIVA, Pavel, et al.: Respektovat a být respektován, Kroměříž: SPIRÁLA, 2006, s. 189.

Nejprve se ozývají potřeby umístěné nejnižše, a teprve když jsou uspokojeny, uplatňují se potřeby vyšší. Míra naplňování těchto základních potřeb se promítá do prožívání a chování lidí.

**Fyziologické potřeby** se nazývají také primární, neboť zajišťují přežití člověka. Týkají se jeho nejzákladnějších potřeb, aby organismus dobře fungoval a správně se vyvíjel. Patří sem potřeba potravy, spánku, dýchání, vylučování, rozmnožování, pohybu, odpočinku, tepla, apod.

**Potřeba bezpečí** zahrnuje pocit jistoty, pevnosti, stálosti. Potřeba někam patřit, mít místo, kde se člověk cítí dobře, obrana nebo úkryt před ohrožením, potřeba důvěry ve vztazích. Potřeba řádu a pořádku, určité pravidelnosti, u dětí jsou nutné hranice a pravidla.

**Potřeba sounáležitosti a lásky.** Už v názvu je obsažena potřeba být přijímán, milován a někam patřit. Každý člověk touží po tom, aby byl milován takový, jaký je, tedy nepodmíněnou láskou. Potřebu někam a někomu patřit, jakož i jiné potřeby, nejlépe naplňuje funkční rodina.

**Potřeba sebeúcty a uznání** obsahuje potřebu vážit si sebe sama, pozitivního hodnocení, respektu, ocenění, úspěchu a uznání.

**Potřeba seberealizace** vyjadřuje objevování světa v nás i kolem nás. Poznávání a rozvíjení schopností, potřeba učit se, tvořit, něco umět, něco dokázat je základ pro budování identity.

**Vyšší potřeby** naplňují lidství. „Jsou to potřeby estetické (potřeba krásy, souměrnosti, harmonie), etické (potřeba pravdy, spravedlnosti, mravnosti), potřeby duchovní (věřit v něco, co nás přesahuje, což se může promítnout do náboženské víry nebo jen do velké pokory před přírodou a vesmírem, do hledání smyslu života).“<sup>12</sup>

Potřeba duchovních hodnot je se ozývá v každém člověku. Už jen jeho hluboká touha po lásce a neschopnost ji trvale uspokojit, v něm vyvolává nepokoj a vnitřní rozdělení. Ten, kdo najde vztah k sobě, k druhým i k Bohu, má všechny předpoklady pro to, aby mohl krok za krokem dorůst k plnosti života. V každém člověku je propast, kterou může naplnit jen Bůh.

## **2. 3 Emoce a důvěra**

Emoce jsou součástí osobnosti každého člověka a podstatně ovlivňují vnímání i myšlení. Prožívané emoce se promítají do chování lidí a bývají „nakažlivé“. Potlačované

---

<sup>12</sup> KOPŘIVA, Pavel, et al.: Respektovat a být respektován, Kroměříž: SPIRÁLA, 2006, s. 203.

emoce vedou k nemoci. M. Nakonečný uvádí „čtyři základní existenciální situace, jimž odpovídají čtyři základní emoce, které mají patrně vrozený základ a které se vývojem obsahově dále diferencují na základě interpretace situace, jež emoci vyvolává, nebo objektu, k němuž se emoce vztahuje.“<sup>13</sup> Situaci, přinášející zisk, odpovídá radost. Při ztrátě se prožívá smutek, kde něco hrozí, objeví se strach a v případě překážky je to hněv nebo zlost. Emoce lze vnímat v dimenzi příjemné-nepříjemné, zvláště v souvislosti s uspokojováním základních potřeb. Mezi příjemné emoce se řadí například láska, radost, nadšení. Nepříjemné emoce jsou hněv, vztek, zlost, lítost, zklamání, rozmrzelost, nelibost, zahanbení, apod. Další dimenze jsou napětí-uvolnění a vzrušení-uklidnění. Emoce člověka informují (když se něco podaří, dostaví se radost); motivují (pocit hladu vybízí k jídlu) a také chrání (stud, strach). Vnímání-emoce-motivace „tvoří funkční jednotu, v níž emoce hrají ústřední úlohu: determinují vnímání a integrují je s motivací.“<sup>14</sup> S emocemi souvisí naplňování základních potřeb, uvedených výše a také důvěra. Už dítě v kojeneckém věku cítí, když mu něco chybí nebo má hlad. I když své potřeby ještě nedokáže rozpoznat ani pojmenovat, dožaduje se jejich naplnění křikem (pláčem). Velmi dobře totiž vnímá příjemné a nepříjemné pocity. Pokud jsou potřeby dítěte přiměřeně uspokojovány vedou k pocitům spokojenosti a radosti. U dítěte raného věku jsou emoce rozhodujícím faktorem učení. Nedostatek projevů lásky (objímání, hlazení) působí citovou deprivaci. Sociální izolace vyvolává strach z osamělosti a úzkost. Citové zážitky z raného dětství mají vliv na utváření osobnosti člověka, na jeho duševní vývoj. Jednak je to získání základní důvěry, jak bylo pojednáno výše a další věcí, která nesmírně ovlivní kvalitu života je citová zralost. Projevuje se rozvahou a rozumovou kontrolou emocionálního chování; nežádoucí impulzy jsou tlumeny. Znakem citové zralosti je například sebeovládání, zdravé sebevědomí, důvěra v sebe, ovládnutí hněvu a agresivity, soulad mezi rozumem a citem, umění své pocity vyjádřit a respektování pocitů druhých, přiměřené prožívání situací. City se vyvíjejí od dětství přes dospívání a dospělost až ke stáří. D. Goleman užívá pro citovou zralost termín emoční inteligence (D. Goleman 1997). Emoční nezralost u dospělého člověka ztěžuje komunikaci, o níž bude řeč dále a v důsledku toho i mezilidské vztahy. Emoční stavy mají dopad také na organismus. Jsou doprovázeny fyziologickými změnami (zvýšení krevního tlaku, zrychlení krevního tlaku a dechu, atd.), projeví se ve výrazu tváře (mimika), v držení těla a v celkovém chování. Emoce rozhodují o motivaci, o cílech lidského života a mají hodnotící funkci. Co zhodnotí jako významné, zůstává v paměti.

---

<sup>13</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 430.

<sup>14</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 450.

**Úzkost** byla již zmíněna výše u Eriksona v souvislosti s nedůvěrou. V dětství se vyvíjí jako stav nejistoty. Úzkost člověka provází ve větší či menší míře po celý život. Projevuje se ve formě různých strachů, fobií, nebo je to úzkost neurčitá (člověk má strach a neví z čeho). M. Nakonečný uvádí podle různých autorů situace vyvolávající úzkost: nemoc a fyzické ohrožení, školní práce a zkoušky, problémy a konflikty v rodinných vztazích, snižování a ztráta prestiže, ohrožení osobní autonomie, finanční těžkosti, apod. Za zdroj úzkosti jsou považovány pocity méněcennosti, viny a nejistoty.<sup>15</sup> Úzkost je emocionální pojem pro nebezpečí. Může mít motivující i tlumivý vliv. Úzkostní lidé bývají stísnění a ochromeni. „Bez radosti, nesamostatní, chytají se druhých, bojí se všeho nového, váhají před každým úkolem, stále v úzkostném napětí trpí tito lidé životem samým; odmalička je jejich život zastíněn neurčitou úzkostí, jejíž příčinu sami ještě neznají...Neumějí nikomu důvěřovat, ale cítí se ohroženi nároky všedního života a nejrady by stále uhýbali. Vlastní utrpení je pro ně v tom, že se nemohou skutečnosti uzavřít a jsou nuceni žít a jednat.“<sup>16</sup> Prostředkem proti úzkosti je důvěra a spolehnutí. Úzkost sice nezmizí, ale dá se lépe snést, nemá už nad člověkem vládu. Důvěra dává jistotu, nedůvěra je spojena se strachem a úzkostí. Dětské úzkosti pramení ze strachu z odloučení a ze ztráty lásky. „Člověk žije v napětí mezi jistotou a růstem, závislostí a nezávislostí, zralostí a nezralostí, aby mohl růst, tj. uskutečňovat se, musí se zbavit úzkosti ze ztráty jistoty, neboť růst vyžaduje riziko.“<sup>17</sup>

## **2. 4 Sebedůvěra**

Sebedůvěra je důvěra v sebe, odvaha, nebát se riskovat, věřit si, že mám dost sil ke zvládnutí úkolu i obtíží. „Sebedůvěra je schopnost vidět sebe sama jako schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.“<sup>18</sup> Sebedůvěra v sobě zahrnuje sebevědomí a sebepojetí.

**Sebevědomí** je stav vědomí si sebe sama, své existence, na rozdíl od stavu bezvědomí, kdy o sobě člověk neví. Někdy je výraz sebevědomí pojímán jako vědomí vlastní hodnoty, které je spojeno s úctou.

---

<sup>15</sup> srov. NAKONEČNÝ, Milan: Lidské emoce, Praha: ACADEMIA, 2000, s. 243-244.

<sup>16</sup> ABELN, Reinhard, KNER, Anton: Neboj se, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 1993, s. 17.

<sup>17</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 555.

<sup>18</sup> BERNEOVÁ, H. Patricia, SAVARÝ, M. Louis: Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti, Praha: PORTÁL, 1998, s. 11.

**Sebepojetí** je souhrnem představ a úsudků, které má člověk o sobě, jak sám sebe vidí. Tento vlastní pohled na sebe sama má vliv na identitu. Utváří se během celého života „postupným narůstáním informací o sobě, ať už na základě zpětných informací z prostředí, nebo na základě vlastního úsudku v průběhu pozorování vlastní činnosti a duševních procesů a stavů...“<sup>19</sup> V dětství je ovlivňováno rodiči, jejich výchovným působením, výroky o dítěti. Ve školním věku dítě získává informace o sobě zpětnou vazbou na své chování od učitelů, spolužáků, a jiných lidí, kteří zastávají výchovné funkce. V dospívání a v dospělosti hraje významnou roli sebereflexe a také to, jak člověk naplňuje očekávání druhých. Co se od něho očekává v zaměstnání, v rodině, co by měl zvládnout jako lékař, učitelka, atd. Informace o sobě a svém chování člověk zpracovává na základě sebereflexe a vytváří si o sobě hodnotící soudy – sebehodnocení. Existují situace, které sebehodnocení posilují nebo zeslabují a tím i zvyšují nebo snižují sebedůvěru. Zpravidla jde o situace, které „signalizují možnost úspěchu či neúspěchu, zisku či ztráty uznání.“<sup>20</sup> Vytváření obrazu o sobě má kromě kognitivní složky, týkající se vědění o svých vlastnostech a schopnostech, také složku emotivní, vyplývající z pocitů vůči sobě samému. Sebepojetí má vliv na sebeúctu, na vytváření postoje důvěry či nedůvěry, na vztah k sobě samému. „Důležitým aspektem sebepojetí je ideální ego (ideál vlastní osoby), představa jedince o tom, jaký by měl, resp. chtěl být: existuje-li velký rozdíl mezi tím, za koho se jedinec považuje, a tím, kým by chtěl být, jeho úroveň sebeoceňování je nízká, je nespokojen sám se sebou...“<sup>21</sup> Podle toho, jak se člověk oceňuje, tak se i přijímá či odmítá. Odmítání je projev nespokojenosti se sebou samým, člověk prožívá pocity viny. Sebeakceptace vede k sebedůvěře.

J. Dobson ve své knize *Být sám sebou* píše o negativních jevech ve společnosti zapříčiněných pochybnostmi o vlastní hodnotě. Rozšíří se „duševní nemoci, zvýší se počet neurotiků, alkoholiků a narkomanů, vzroste násilí a naruší se řád ve společnosti. Vědomí vlastní hodnoty ...musíme mít, a pokud je pro někoho nedosažitelné, trpí tím všichni.“<sup>22</sup> Mnohé sociální problémy jsou neúspěšnými pokusy vyrovnat se s pocity méněcennosti. Každý člověk má v sobě touhu žít jako bytost uznávaná a milovaná, která má hodnotu pro své okolí i pro sebe sama.

---

<sup>19</sup> BLATNÝ, Marek, PLHÁKOVÁ, Alena: *Temperament, inteligence, sebepojetí*, Tišnov: SDRUŽENÍ SCAN, 2003, s. 105.

<sup>20</sup> NAKONEČNÝ, Milan: *Lidské emoce*, Praha: ACADEMIA, 2000, s. 108.

<sup>21</sup> NAKONEČNÝ, Milan: *Základy psychologie*, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 510.

<sup>22</sup> DOBSON, James: *Být sám sebou*, Praha: NÁVRAT DOMŮ, 1994, s. 149.

### 3. DŮVĚRA V POHLEDU PEDAGOGIKY

Pedagogika je věda o výchově a vzdělávání („z řec. paidagogos, tj. tu paidos agogos – průvodce hochů, vychovatel“<sup>23</sup>). Předmětem zkoumání je výchova, objektem je člověk, dítě. Výchovu můžeme definovat jako dlouhodobé, záměrné a cílevědomé působení na dítě, nebo jako doprovázení dítěte na jeho cestě od narození do dospělosti. Vzdělávání je procesem, jehož základní formou je vyučování. Vzděláváním žáci (studenti) dosahují určité úrovně vzdělání (základní, středoškolské, vysokoškolské, atd.)

Vzdělávání člověka zahrnuje nejen oblast rozumovou, nýbrž i citovou a duchovní. Všechny tyto složky spolu souvisí a navzájem se ovlivňují. Aby učitel mohl začít učit, musí si získat pozornost žáků a navázat s nimi vztah. Vychovávat tedy znamená budovat vztahy k okolnímu světu a k druhým lidem, k sobě a k Bohu. Základem vztahu je důvěra, a to oboustranná. Děti potřebují učitele, kterým důvěřují, a kteří důvěřují dětem. Vztah se buduje na základě komunikace.

Tuto kapitolu začneme pohledem na současný rámcově vzdělávací program (kap. 3.1). Dále představíme koncepci vzdělávání podle Rogerse (kap. 3.2). V jeho pojetí hraje velkou roli důvěra, jejíž praktickým vyjádřením je úcta a respekt (kap. 3.3). Pedagogická činnost je neodmyslitelně spjata s komunikací, kterou si následně rozebereme (viz. kap. 3.4-3.5).

#### 3. 1 Vzdělávání a výchova

Od 1. ledna 2005 přijal školský zákon jako svůj závazný dokument Rámcový vzdělávací program. Učivo jako souhrn vědomostí už není cílem ale pouze prostředkem k rozvíjení dalších tzv. klíčových kompetencí. Je jich šest a mají podstatný vliv na lidskou činnost i mezilidské vztahy. V každé kompetenci je obsažena důvěra. Kompetence učení zahrnuje znalost smyslu učení a vědomosti, kde hledat informace. Kompetence komunikativní je důležitá pro navazování vztahů. Děti by se měly naučit spolu vycházet, domluvit se, umět naslouchat, mluvit slušně, vcítit se do druhého (empatie), apod. Kompetence řešení problémů obsahuje formulaci problému, nacházet optimální řešení a umět ho vysvětlit, poučit se z nezdaru. Kompetence sociální a personální se týká spolupráce, dodržování pravidel,

---

<sup>23</sup> TOMÁŠEK, František: Pedagogika, Brno: NIBOWAKA, 1992, s. 18.

pravidel společenského chování, všímavosti k potřebným, nabídnutí pomoci. Šestá kompetence - občanská je zaměřena na úctu k životu. Patří sem respektování druhých lidí, jejich odlišností, a také např. poskytnutí první pomoci. Kompetence mají své dílčí složky, kterými jsou znalosti, schopnosti, dovednosti a postoje. Od vzdělávání nelze oddělovat výchovné působení. „Jako vychovatelé musíme děti vést k tomu, aby úsilí naučit se něčemu novému přijaly za svůj životní styl. Aby byly na budoucnost opravdu dobře připravené, musí se učení stát součástí jejich životního postoje...“<sup>24</sup> Náplň práce učitele je nejen naučit předmět, ale i umět vytvořit bezpečné klima. Pocit bezpečí a smysluplnost jsou nezbytné pro kvalitní učení.

### **3. 2 Vzdělávání založené na důvěře**

Představitel světové psychologie a pedagogiky 20. století Carl R. Rogers ve svém díle propagoval učení zaměřené na žáka, podpořením jeho tvořivosti a svobody. Učení vychází ze zájmu a aktivity dítěte. Tato koncepce vzdělávání by nebyla možná bez důvěry.

Životní princip Rogerse je vyjádřen v knize *Sloboda učiť sa* tímto citátem: „ Věštcí jednotlivci mají v sebe schopnost řídit svůj vlastní život způsobem, který je jednak osobně uspokojující a zároveň společensky konstruktivní. V konkrétním typu nápomocného vztahu dávame jednotlivcovi slobodu...nájst' si svoju vnútornú múdrosť a dôveru, a on sa bude rozhodovať zdravšie a konštruktívnejšie.“<sup>25</sup>

Proti tradičním konzervativním školám staví školy alternativní, které by lépe naplňovaly potřeby společnosti. Zdůrazňuje ovzduší důvěry, kde by děti mohly svobodně vyjadřovat své postoje a pocity, kde by byla podporována přirozená dětská touha po poznání. Učitel zaujímá roli facilitátora, což se může přeložit jako ulehčovatel učebního procesu. Jeho úkolem je zabezpečit zdroje učení – knihy, nahrávky, obrazový materiál, počítačové programy,...; podporuje žáky, aby se naučili všechno, co mají umět ; dělí se o zodpovědnost za učební proces s ostatními – s žáky, s rodiči,...Facilitátor je člověk, který je vnímaný jako autorita a je si natolik jistý sám sebou a svými vztahy s jinými, že pociťuje zásadní důvěru ve schopnosti jiných lidí přemýšlet a učit se pro sebe. Lidské bytosti považuje za hodné důvěry. Vzdává se moci nad žáky a nechává si jen kontrolu sama nad sebou. Dalo by se říci, že zastává roli

---

<sup>24</sup> KARNISOVÁ, Michelle: Jak budovat dobrý vztah mezi učitelem a žákem, Praha: PORTAL, 1995, s. 68.

<sup>25</sup> ROGERS, Carl R.: *Sloboda učiť sa*, Modra: PERSONA, 1998, s. 19.

průvodce na cestě vzdělávání. Žáci si vypracovávají vlastní programy učení sami nebo s pomocí jiných. Zkoumají svoje zájmy, učí se od druhých, diskutují o problémech, nesou odpovědnost za svá rozhodnutí, za své chování, sami si hodnotí, co se naučili.<sup>26</sup> Při facilitování učení se klade velký důraz na mezilidské vztahy. Mezi základní postoje učitele patří pravdivost. Vystupovat před dětmi bez přetvářky, masky nebo fasády, být skutečným člověkem. Vnímat své vlastní pocity a umět je přiměřeně vyjádřit – nadšení, hněv, únavu, atd. Dalším postojem je úcta a respekt vůči žákům, vůči jejich osobnosti, názorům, pocitům. Úcta nebo akceptování je praktické vyjádření základní důvěry ve schopnosti lidského organismu rozvíjet svůj potenciál. Učitel může dát žákovi mnoho příležitostí a dovolit mu, aby si zvolil svoji cestu a svůj vlastní směr v učení.<sup>27</sup> Spoléhá na jeho touhu učit se, objevovat a růst, snahu, tvořivost, sebedisciplínu.

### **3. 3 Úcta a respekt**

Každý člověk je jedinečný a neopakovatelný. S každým dítětem má Bůh své plány. Povolal je k životu podle svého obrazu. Učitel, vychovatel spoluutváří dítě – podílí se na jeho výchově. Respektovat děti znamená „chovat se k nim tak, aby to nezraňovalo jejich lidskou důstojnost.“<sup>28</sup> Dítě se nejvíce učí tím, co zakouší. Schopnost ‚mít rád‘ dítě zažívá tím, že ho někdo bezpodmínečně miluje. Pokud zažije úctu a respekt, učí se tím úctě a respektu k druhým. Když dá vychovatel dítěti najevo, že si ho váží, posiluje tím jeho sebedůvěru. Nároky na dítě musí být v souladu s jeho možnostmi. Učitel má zprostředkovat dítěti situace, ve kterých by obstálo. Dítě by mělo cítit, zažít, že je důležité a prospěšné.

Respektovat druhé a jejich odlišnosti se dítě musí postupně naučit. Když je někdo jiný, neznamená to, že je horší nebo lepší; má jen jiný vkus, jiné názory, jiné nadání, jiné náboženství, atd. Děti tráví nejvíce času v rodině a ve škole. To jsou místa, kde poznává různé názory, učí se dohodám, přijatelným kompromisům, usmíření po neshodách, apod. Přesto, že jsou lidé jiní, mají tytéž základní lidské potřeby, mezi které patří úcta a respekt. A také, jak bylo uvedeno výše, úcta a respekt jsou praktickým vyjádřením důvěry.

---

<sup>26</sup> srov. ROGERS, Carl R.: Sloboda učit' sa, Modra: PERSONA, 1998, s. 239-241.

<sup>27</sup> srov. ROGERS, Carl R.: Sloboda učit' sa, Modra: PERSONA, 1998, s. 187.

<sup>28</sup> KOPŘIVA, Pavel, et al.: Respektovat a být respektován, Kroměříž: SPIRÁLA, 2006, s. 14.



### 3. 4 Komunikace

Komunikace je nejzákladnějším prostředkem ve styku s ostatními lidmi. Umožňuje sdílení, porozumění, spolupráci, sdělování informací, učení, atd. Také základní lidské potřeby mohou být uspokojovány jen v interakci s jinými lidmi a to už od samého počátku života. Sociální komunikace je proces „vzájemného dorozumívání, jímž jsou mezi partnery interakce, zpravidla téhož druhu, sdělovány, resp. vyměňovány konvencionální znaky, platné v určitém referenčním systému (repertoáru) významů, reprezentující intendované významy (B. Geist 1972). Není pouhým přenosem informací, neboť intenduje porozumění. Je jednou z podstatných složek sociálního života, v němž má nezastupitelné místo.“<sup>29</sup> Komunikovat lze způsoby, které se navzájem prolínají a tvoří nedílný celek: verbálně – slovně, neverbálně – mimoslovně, činy a skutky, chováním, jednáním. Ke sdělování dochází všude, kde se lidé setkají. Každá komunikace je obousměrným procesem. Během komunikace se lidé nejen dozvídají nové informace, ale dochází též k utváření a rozvíjení vzájemných vztahů. C. R. Rogers v knize *Ako byť sám sebou* užívá termín ‚kongruencia‘ pro označení skupiny jevů, které jsou důležité pro mezilidskou interakci. Přesněji řečeno jde o soulad mezi prožíváním, uvědomováním si a komunikací. Za příklad dává dítě, které je ve svých potřebách pravdivé a integrované (ať vyjadřuje lásku nebo hněv, spokojenost nebo strach, dítě to skutečně prožívá; ono je tím prožíváním).<sup>30</sup>

Zde se zaměříme na komunikaci mezi pedagogy a žáky a mezi dětmi navzájem. Do pedagogického působení učitelů se promítá jejich osobní zkušenost, kterou tvoří rodinná výchova, studium a příprava na učitelské povolání, praxe. „V interakci učitel-žák uplatňují učitelé své vzorce chování, které si osvojili jako děti, a které jsou nyní součástí jejich osobnosti. Způsob, jímž bylo s učiteli zacházeno v dětství, nezřídka ovlivňuje způsob, jímž sami zacházejí se svými žáky,…”<sup>31</sup> Zažité chování v rodině člověka ovlivňuje po celý život, zvláště ve chvílích, kdy jedná automaticky, emocionálně nebo při únavě. I děti přicházejí do škol z rodin, odkud si přinášejí osobně zažité způsoby komunikace. Je-li rodinné „prostředí vřelé, přátelské a láskyplné, setkává se dítě s lidmi s důvěrou a otevřeností; je-li atmosféra chladná, věcná a distancovaná, nebo dokonce odmítavá, zůstává dítě egocentrické a nedůvěřivé.“<sup>32</sup> Kromě rodinného prostředí formuje dětskou důvěru a sebedůvěru výchova, zvláště bezpodmínečné přijetí dítěte.

<sup>29</sup> GEIST, Bohumil: Psychologický slovník, Praha: VODNÁŘ, 2000, s.125.

<sup>30</sup> srov. ROGERS, Carl R.: Jako být sám sebou, Bratislava: IRIS, 1995, s. 272.

<sup>31</sup> LANGOVÁ, Marta, VACÍNOVÁ, Marie: Jak se to chováš, Praha: EMPATIE, 1994, s. 41.

<sup>32</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 517.

### 3. 4. 1 Neverbální komunikace

Neverbální komunikace existovala dříve, než se vyvinula komunikace slovní. Je to řeč prostřednictvím těla. Vyjadřuje vnitřní pocity a momentální nálady (překvapení, úžas, strach, radost, sklíčenost, smutek,...); ale také temperament, sebevědomí, některé vlastnosti, věk, atd. Těžko se dá ovládat vůlí. Zkušenému pozorovateli poskytuje mnoho informací o druhém člověku. „Až do věku okolo tří let se děti spoléhají hlavně na mimoverbální komunikaci mezi sebou, takže ji umějí používat a interpretovat...Albert Mehrabian, profesor psychologie na Kalifornské Univerzitě v Los Angeles, vypočítal, že pouze asi 7 procent porozumění je odvozeno z toho, co je skutečně řečeno, 38 procent pochází z tónu hlasu, kterým je to řečeno, a 55 procent ze signálů řeči těla.“<sup>33</sup>

Složky neverbální komunikace jsou: mimika (výraz obličeje, jak se člověk tváří - úsměv, mračení, vrásky); oční kontakt (přímý pohled, sklopené oči - může prozradit míru sebevědomí, strach, lež,...); kinetika (celkový pohyb těla, vzpřímená záda, shrbená postava, typ chůze - prozradí sebevědomí, temperament, stáří,...); gestikulace (pohyby rukama - prudké, mírné); haptika (podávání ruky, dotyky); proxemika (fyzická vzdálenost, komunikace přiblížením a oddálením); paralingvistika (rychlost a plynulost řeči, síla hlasu, intonace). Mezi dalšími znaky je např. písmo, oblečení, atd.

Určitým druhem sdělování jsou i skutky a činy. Svým jednáním druhé ovlivňujeme, ukazujeme, jaký k nim máme postoj. Naše chování a skutky dodávají věrohodnost a váhu našim slovům.

### 3. 4. 2 Verbální komunikace

Verbální komunikace je komunikace slovní - užívá jazyka. „Jazyk jako systém slovních znaků je v podstatě systémem pojmů, které vyjadřují obsah vztahů mezi slovy a objekty, jež jsou těmito slovy označovány.“<sup>34</sup> Je to nejdůležitější forma komunikace z hlediska jejího významu v životě jednotlivce i lidstva. Prostřednictvím slov druhým sdělujeme, své požadavky, názory, postoje. Slovo řečené ve správný okamžik má velkou moc (např. slovo povzbuzení, útěchy, pokárání); slovo může potěšit, ale také zranit. Lidským slovem působíme na děti, na druhé lidi. Proto je nutné zvažovat, která slova zvolíme. Zvláště

<sup>33</sup> LEWIS, David: Tajná řeč těla, Praha: VICTORIA PUBLISHING, 1995, s. 18.

<sup>34</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 342.

v době, kdy jsme zavaleni přemírou informací z různých zdrojů, některá slova ztrácejí svou hodnotu, svůj význam. Jazyk je nástrojem myšlení ve formě mluveného a psaného slova. Slovní zásoba se rozšiřuje rozhovorem a četbou. Malé děti jsou zvědavé, na všechno se ptají. Je třeba s nimi mluvit přiměřeně jejich věku. Školní děti by měly hodně číst. Důležité je naučit děti správnému vyjadřování a chápání smyslu slov. Hlubší formou rozhovoru je dialog, ve kterém se klade důraz na vzájemné vztahy důvěry, otevřenost a na schopnost pozorně naslouchat.

### 3. 4. 3 Komunikační způsoby

Při komunikaci s dětmi se používají oba komunikační způsoby – verbální i neverbální. Pro utváření důvěrného vztahu je důležitý soulad mezi řečí slov a řečí těla. To znamená umět co nejpřesněji a pravdivě vyjádřit obsah sdělení.

Autoři knihy Respektovat a být respektován se zabývají komunikačními způsoby (proč si nerozumíme, když spolu mluvíme) a nabízejí jiné, efektivní dovednosti a postupy. Základem je partnerský přístup k dítěti místo autoritativního a mocenského. Není jedno, jak se co říká. Neefektivní komunikaci jako je poučování, srovnávání, varování, příkazy, zákazy, moralizování, kritika, pokyny, ... používá většina lidí v kontaktu s dětmi. Jednak proto, že sami prošli takovou výchovou, jiné způsoby neznají. Dalším důvodem je emocionální stav dospělých. Stane se, že sami své emoce nezvládnou a jednají třeba pod tlakem hněvu. Mezi příjemné přijatelné způsoby patří: příjemný nebo věcný tón hlasu, oslovení jménem, úsměv, oční kontakt, zdvořilost, požadavek formulovaný jasně, stručně, přímo, na rovinu, vyslovený ve vhodnou dobu, sdělení celého požadavku najednou a včas, zaměření se na věc, ne na osobu, zprostředkování smysluplnosti, poskytnutí možnosti volby, jasně stanovení termínu, respekt, rovnocenný vztah, humor.<sup>35</sup>

Michelle Karnsová radí ve své knize jak navázat s dětmi vztah a komunikovat s nimi tak, aby to mělo na ně vliv:

- získat si pozornost dětí – mluvit srozumitelně, jasně a pravdivě
- kontrolovat své pohnutky, plně se soustředit na dítě
- hovořit s dětmi o věcech, které je zajímají, mluvit o sobě jen tehdy, když je to pro dítě užitečné, konverzace je prospěšná pro pozitivní vztah

---

<sup>35</sup> srov. KOPŘIVA, Pavel, et al.: Respektovat a být respektován, Kroměříž: SPIRÁLA, 2006, s. 27

- vyjadřovat své city umožní navázání kontaktů a důvěrného vztahu, učíme tím děti, jak se mají i ony vyjadřovat
- nesoudit předčasně a ukvapeně - každý člověk má svůj pohled na život, vnímá události skrze své zkušenosti, v téže situaci může každé dítě reagovat jinak
- nemluvit ve zlosti ale vyjádřit, proč se zlobím – oddělit citový stav od jeho obsahu a příčin
- předem si připravit schéma rozhovoru
- využívat účelně čas, neopomínat příležitosti k dialogům, vytvářet okamžiky, na které budou děti vzpomínat celý život.<sup>36</sup>

Z výše řečeného vyplývá, že komunikace je důležitým výchovným prostředkem, který určuje vztah s komunikujícím partnerem, ať už je to dítě nebo dospělý. Poskytnutý vztah pomáhá dětem k růstu i k utváření jejich osobnosti.

### 3. 4. 4 Empatie

Empatie nebo-li soucítění znamená porozumění člověku v emocionální oblasti. Je to vžívání se do situace druhého člověka, do jeho pocitů. „Empatie začíná tam, kde opustíme vlastní myšlenky, city a představy a začneme uvažovat o tom, jak bychom se asi my sami cítili v situaci druhého člověka.“<sup>37</sup> Tuto situaci nemůžeme prožívat stejně, ale můžeme například pochopit, proč se někdo raduje, hněvá, má strach, apod. Záleží na citlivosti, pozornosti, na vůli a ochotě se druhému člověku přiblížit. Empatie je druhem komunikace, která prohlubuje mezilidské vztahy. Vcítění se do druhého umožňuje chápat ho např. jako člověka trpícího a následně reagovat spoluúčastí, lítostí, apod. Emocionálně vyrovnaný člověk schopný empatie, usměvavý a vstřícný, vyvolává sympatie a důvěru.

Společnost pro mozkově kompatibilní vzdělávání pořádá semináře nejen pro pedagogy ale i pro veřejnost. Na těchto setkáváních se učitelé, vychovatelé i rodiče seznamují mimo jiné i s tím, jak činnost mozku ovlivňuje naše psychické i fyzické reakce. „Všechny podněty, signály, informace, které náš mozek přijímá, jsou rozlišovány nejdříve podle toho, zda jsou pro nás ohrožující nebo bezpečné....V situacích ohrožení se aktivují emoční centra mozku, která

<sup>36</sup> srov. KARNSOVÁ, Michelle: Jak budovat dobrý vztah mezi učitelem a žákem, Praha: PORTAL, 1995, s. 38 - 39

<sup>37</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro: Povídej-naslouchám, Praha: NÁVRAT, 1993, s. 64.

reagují rychleji než mozková kůra.<sup>38</sup> To znamená, že člověk v emočním stavu, není schopen logicky uvažovat, dokud emoce neodezní. Zde záleží na intenzitě a typu emoce. Když se dítě (nebo dospělý) dostane do emočního stavu, pak je vhodná empatická reakce. Je možné se jí naučit. Spočívá v pochopení a slovním vyjádření emoce, kterou dítě právě prožívá. Například: ‚Vidím, že se zlobíš...‘ nebo ‚Asi tě to moc bolí‘; ‚To člověka naštvě, když se mu nedaří...‘ apod. U dětí je důležité, naučit je vnímat a důvěřovat svým emocím a vyjadřovat je přiměřeně, přijatelným způsobem. Výchovou tak vedeme děti k emocionální vyrovnanosti.

### 3. 4. 5 Naslouchání

Naslouchat znamená věnovat druhému pozornost, čas, úctu, důvěru. Často se stává, že sice slyšíme, co nám druhý říká, ale myšlenkami jsme úplně jinde. Takže pak ani nevíme, co nám vlastně chtěl hovořící sdělit. A o to tu právě jde. Soustředěně naslouchat a pochopit obsah sdělení. Naslouchání není pasivní záležitost. ‚Nasloucháním dávám druhému najevo určitou míru ochoty pomoci mu nejen tím, že ho vyslechnu, ale případně s ním budu hledat cestu, jak daný problém řešit.‘<sup>39</sup> Děti potřebují, aby jim někdo se zájmem naslouchal, dokázal se k nim sklonit, přijímal je takové, jací jsou. Některé děti vyžadují více pozornosti, jiné potřebují povzbuzení a projevení zájmu. Malé děti k nám hovoří svým chováním i zlobením, na které je třeba přiměřeně reagovat, popřípadě jim pomoci vyjádřit slovy to, co prožívají, co cítí, protože to sami ještě neumí. Také je důležité, všimnout si dětí smutných a osamocených. Patrně je něco trápí, a je možné jim pomoci vyslechnutím, případně radou. Jaro Křivohlavý se ve své knize *Povídej – naslouchám* zmiňuje o třech způsobech naslouchání: naslouchání ušima – slyšení toho, co bylo řečeno slovy, smysl a významy slov; naslouchání očima – při naslouchání je vidět výraz obličeje, který prozrazuje emocionální stav, (pohledy hovořícího, zda se dívá na nás, jinam nebo do země), postoj a gesta, celkový vzhled (upravenost, oblečení); naslouchání srdcem – chápání člověka jako celek, vnímání toho, co není vidět ani slyšet, toho, co je pod povrchem, v hloubce osobnosti. Naslouchání srdcem nám lépe umožní pochopit, co chtěl hovořící sdělit slovy, gesty, co chtěl sdělit o sobě.

---

<sup>38</sup> KOPŘIVA, Pavel, et al.: Respektovat a být respektován, Kroměříž: SPIRÁLA, 2006, s. 28.

<sup>39</sup> KŘIVOHLAVÝ, Jaro: Povídej-naslouchám, Praha: NÁVRAT, 1993, s. 16.

### 3. 5 Komunikace ve skupině

Aby skupina mohla dobře fungovat, musí se mezi jejími členy vybudovat soudržnost a důvěra. Skupinová interakce je proces, který se časem vyvíjí a zdokonaluje.

Úkolem učitele je podporovat vytváření dobrých vztahů, napomáhat k tomu, aby se žáci ve třídě cítili dobře, aby spolu dokázali spolupracovat a mohli tak úspěšně plnit zadané úkoly.

Ke vzájemnému důvěrnému poznávání dochází při společných činnostech a akcích. Příkladem mohou být výlety, školy v přírodě, kde děti spolu tráví mnoho času a spojují je společné zážitky.

Jsou tři oblasti, kterým by se měla věnovat rovnoměrná starost a péče.

1. Plnění cílů – naučit děti návyky a dovednosti potřebné pro život.
2. Rozvoj osobnosti dětí – uspokojování potřeb, sebeúcta, zvnitřnění hodnot a morálních norem.
3. Fungování skupiny – vztahy založené na důvěře a respektu.

Při práci ve skupinách spolu žáci navzájem komunikují, jsou aktivní. Učí se spolupracovat s ostatními, kteří jsou jiní, mají rozdílné povahy, schopnosti, nadání.

**Komunitní kruh** (od slova komunita, lat. *communitas* – společenství, společnost<sup>40</sup>) je stále častěji učiteli využíván pro své přednosti. Vytváří soudržnost třídy, pocit pospolitosti, děti se učí naslouchat, respektovat druhé, formulovat vlastní názor, vystupovat před ostatními.

Děti sedí v kruhu, nejlépe v zadní části třídy na koberci. Učitel položí otázku týkající se chování, postojů, motivů, událostí, zážitků. Pak posílá po kruhu nějaký předmět (kamínek, plyšová hračka, apod.). Mluvit může jen ten, kdo předmět drží v ruce, ostatní poslouchají. Kdo nechce nic říkat, nemusí, předává předmět mlčky svému sousedovi.

Dalším pravidlem je respekt a vzájemná úcta. Nikdo by neměl být souzen, kritizován, odmítnut. Komunitní kruh se tak stává místem, kde děti zažívají pocit bezpečí, důvěry a sounáležitosti.

---

<sup>40</sup> srov. GEIST, Bohumil: Psychologický slovník, Praha: VODNÁŘ, 2000, s. 126.

## 4. DŮVĚRA V POHLEDU TEOLOGIE

Teologie „(řecky: theologieia = řeč o Bohu,...)“<sup>41</sup> je naslouchání věřícího člověka zjevenému Božímu slovu, „vědecká metodická snaha o jeho poznání a reflexivní rozvíjení tohoto předmětu poznání.“<sup>42</sup>

Vzhledem k tomu, že důvěra je základem víry, lásky i naděje, začneme tuto kapitolu božskými ctnostmi, díky nimž mohou žít křesťané v důvěrném vztahu s Trojjediným Bohem. Křesťanům jsou dány v zárodku již při křtu, potřebují se rozvinout (viz. kap. 4.1-4.3). Důvěra se osvědčuje ve vztahu k Bohu (kap. 4.4), při modlitbě (kap. 4.5), prověřuje se v různých životních situacích křesťana; například v utrpení (kap. 4.6). Plodem důvěry je radost (kap. 4.7).

„Víra a důvěra, naděje a láska jsou tedy různé podoby jedné a téže duchovní skutečnosti. V hebrejštině vyjadřují všechny tyto výrazy často slova mající jeden a týž kořen. Naději vyjadřují nejčastěji slova odvozená od kořenů kavah, jahal, batah. Snahy překladatelů vyústili do výrazů řeckých elpizo, elpiz, pepoitha, hypomeno...a latinských spero, spes, confido, sustineo, exspecto... Teprve NZ – pravděpodobně sv. Pavel – (1 Te 1,3; 1 Kor 13,13; Gal 5,5n) stanoví zřetelné spojení mezi proslulou trojicí víra-naděje-láska.“<sup>43</sup>

### 4. 1 Důvěra a Víra

Víra v obecném smyslu „znamená svobodné přijetí výroků určité osoby v důvěře k ní. Tím je již řečeno, že při víře jde vždy o vztah mezi osobami, který stojí či padá hodnověrností toho, komu je uvěřeno. Víra v tomto smyslu se odlišuje od vědění opírajícího se o důkazy i od bezdůvodného paradoxu slepé důvěry.“<sup>44</sup> V teologii se pojem víra užívá analogicky. „Neboť zde je to sám Bůh, ve kterého věříme, kterému věříme a v něhož doufáme, ovšem za předpokladu, že sám sebe zjevuje (zjevení) a že – pokud se tak za normální situace sám nezjevuje přímo jednotlivci – jsou ze své strany hodni víry Bohem určení svědkové. Tyto formální vlastnosti má křesťanská víra společně s obecným pojetím víry. Základní rozdíl mezi oběma však spočívá v tom, že zjevení Boha lidské osobě v křesťanském pojetí víry není

<sup>41</sup> RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst: Teologický slovník, Praha: ZVON, 1996, s. 349.

<sup>42</sup> RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst: Teologický slovník, Praha: ZVON, 1996, s. 349.

<sup>43</sup> LÉON-DUFOUR, Xavier: Slovník biblické teologie, Řím: VELEHRAD – KŘESŤANSKÁ AKADEMIE, 1981, s. 246.

<sup>44</sup> RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst: Teologický slovník, Praha: ZVON, 1996, s. 383.

pouhým sdělením v intelektuální oblasti, při němž by Bůh zůstával pouze vnějším motivem víry, ale že toto zjevení povolává všechny dimenze člověka a disponuje je k Bohu (sebesdílení, milost) a při plné realizaci této zvěsti se stává láskou. Současně se zjevující Bůh sděluje tak, že to, že se člověk dává k dispozici Bohu, je závazkem i pro jeho další život. Bůh se zároveň zjevuje jako milující a projevuje se též jako poslední, nadpřirozený a jediný cíl člověka, který v sobě naplňuje, uzavírá a přesahuje veškerou naději.<sup>45</sup>

Víra tedy obsahuje v sobě nauku (obsah zjevení), život podle Božího slova (etika, morálka) a důvěrný vztah k Bohu. Podle hebrejského slovníku se užívají nejčastěji dva slovní tvary :

„ *aman* je blízký jistotě a pevnosti, *batah* bezpečnosti a důvěře. Řeckých výrazů je mnoho, protože řecké náboženství nepřikládalo víře prakticky žádný význam a tak neměla LXX k dispozici žádné výrazy, odpovídající hebrejskému originálu. Výrazům s kořenem *batah* odpovídají především řecká slova *elpis*, *elpizo*, *pepoitha* (Vulg. *spes*, *sperare*, *confido*); kořenu *aman* odpovídají *pisti*, *pisteuo*, *aletheia* (Vulg. *fides*, *credere*, *veritas*). Posledně uvedená slova se v NZ prosadila. Jsou velmi blízká pojmu poznání. Rozbor slovníku bible dává vyniknout skutečnosti, že biblická víra spočívá na důvěře, která se týká věrného člověka, zaangažovaného nerozděleným srdcem, a na lidském rozumu, kterému slyšené slovo nebo viděná znamení umožňují pochopit nadpřirozené skutečnosti.<sup>46</sup> Důvěra je přijetí daru víry, osobní odevzdání, spolehnutí se. Právě to Bůh od nás žádá a očekává.

#### 4. 1. 1 Důvěra ve Starém Zákoně

„Otázka důvěry vyvstala už na samém počátku a Bůh na ni dává ještě v ráji odpověď: zakazuje člověku plody stromu poznání a tím jej přímo vyzývá, aby při rozlišování mezi dobrem a zlem spoléhal jen na svého Boha (Gn 2,1). Věřit slovům Božím znamená zvolit důvěru v Boha namísto sebedůvěry, znamená to volit mezi dvěma druhy moudrosti.<sup>47</sup>

První hřích je poznamenán nedůvěrou vůči Bohu. V důsledku toho člověk zneužil svobodu tím, že neuposlechl Boží příkaz (Gn 3,1-7). Každý hřích je pak neposlušností vůči Bohu pro nedostatek důvěry.

Víra v Izraeli je postojem jistoty a důvěry v Boha, který svůj lid neopouští ani uprostřed zkoušek a těžkých chvil. Bezvýhradnou důvěrou v Boha se vyznačoval Abrahám.

<sup>45</sup> RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst: Teologický slovník, Praha: ZVON, 1996, s. 384.

<sup>46</sup> LÉON-DUFOUR, Xavier: Slovník biblické teologie, Řím: VELEHRAD – KŘESŤANSKÁ AKADEMIE, 1981, s. 550.

<sup>47</sup> LÉON-DUFOUR, Xavier: Slovník biblické teologie, Řím: VELEHRAD – KŘESŤANSKÁ AKADEMIE, 1981, s. 100.



Na Boží slovo opustil svoji zem a zcela se spolehl na Boha (Gn 12,1-4). Později neodmítl obětovat Bohu svého jediného syna Izáka (Gn 22,1-10), na němž se mělo vyplnit Boží zaslíbení (Gn 15,1-7). I v této lidsky beznadějně situaci Abrahám věřil, že Bůh své slovo uskuteční. Víra dává smysl a naději.

Bůh vysvobozuje svůj lid z egyptského otroctví (Ex 12,31-42), den za dnem vede ho pouští (Ex 13,21-22) pod svou ochranou a přes všechny jeho nevěrnosti vždy jedná v jeho prospěch. Náboženství Izraele je založeno na smlouvě, kterou Bůh uzavřel se svým lidem na Sinaji (Ex 24,1-8). „Tato smlouva je základem židovské víry. Věřit, znamená považovat za pravdivou existenci Boha, který mluvil k Mojžíšovi, a který se zjevil jako stvořitel světa a vůdce lidu; věřit, znamená uznat svrchovanou autoritu jím daného zákona; očekávat s důvěrou naplnění – zaslíbení, která jsou se smlouvou spojena...Znamená to žít v důvěře, že je to tento Bůh, kdo vládne dějinám a kdo řídí svůj lid...“<sup>48</sup> Na rozhodnutí se pro víru v Boha a na věrnosti smlouvě závisel život Izraele. „Předložil jsem ti život i smrt, požehnání i zlořečení; vyvol si tedy život, abys byl živ ty i tvé potomstvo ...“ (Dt 30,19)

V období království vyniká svou oddaností k Bohu David. Důvěra v Boží ochranu a pomoc mu dala odvalu k boji s Goliášem (1 Sam 17, 36-51). Před boji s nepřáteli se dotazoval na Boží vůli (2 Sam 5,19). Ve druhé knize Samuelově je zapsána Davidova píseň vyjadřující důvěru, vděčnost a chválu Hospodinu (2 Sam 22,1-51).

V těžkých dobách mluví Bůh ke svému lidu ústy proroků. Někteří proroci kárali nevěrnosti, poukazovali na hříchy, předpovídali tresty (Amos, Sofoniáš, Nahum), vybízeli k pokání (Joel, Zacharjáš) a nápravě života (Malachiáš). Jiní utěšovali (Jeremiáš 30-31), ohlašovali Boží milosrdenství (Ozeáš), posilovali naději a důvěru (Izajáš 40-66, Ezechiel 40-47).

„Věřit Bohu znamená spolehnout se na to, v co doufáme, a být si jist tím, co nevidíme. K takové víře předků se Bůh přiznal svým svědectvím.“(Žid 11,1-2).

#### **4. 1. 2 Důvěra v Novém Zákoně**

V evangeliích se nevyskytuje přímo slovo důvěra, ovšem význam tohoto slova je zde na mnoha místech jasně zaznamenán.

Dokonalou víru a důvěru měla Maria, která se stala služebnicí Pána. „Ona vyniká mezi pokornými a chudými Páně, kteří od něho s důvěrou očekávají a přijímají spásu.“<sup>49</sup> Maria se

<sup>48</sup> MIŘEJOVSKÝ, Jan: Biblický slovník, KALICH, 1991, s. 301

<sup>49</sup> DRUHÝ Vatikánský koncil: Věřoučná konstituce o církvi *Lumen Gentium*, (ze dne 21. listopadu 1964), in: Dokumenty II. vatikánského koncilu: Praha: ZVON, 1995, čl. 55.

spolehla na to, že u Boha není nic nemožné (Lk 1,37-38). Celý svůj život vkládala do Božích rukou a v hluboké odevzdanosti plnila Boží vůli. Josef, muž spravedlivý, také důvěřoval andělovu poselství ve snu a učinil, co mu řekl (Mt 1,18-25).

Ježíš je věrným obrazem Boha. Boží moc potvrzoval zázraky uzdravení (Mk 2,6-12), nasycení (Mt 14,15-21; 15,32-38), mocnými skutky – utišení bouře (Mt 8,23-27), kráčení po moři (Mt 14,25-28), proměnění na hoře (Mt 17,1-8), vzkříšení syna naimské vdovy (Lk 7,11-17). Víra v něho a v jeho Slovo je podmínkou uzdravení (Mt 9,27-30). Tak to bylo v případě uzdravení setníkova otroka (Lk 7,1-10), sluhy (Mt 8,5-13) či uzdravení syna královského služebníka (Jan 4,46-53) nebo uzdravení slepého Bartimea u Jericha (Mk 10,46-52). Žena, která svou nemocí trpěla dvanáct let, byla přesvědčená, že ji Ježíš uzdraví, dotkne-li se jeho šatu (Mk 5,25-34). Ježíš přijímá důvěru lidí a upevňuje jejich víru. Příkladem může být vzkříšení Jairovy dcery (Mk 5,22-24;35-42), uzdravení ochrnutého (Mk 2,3-12; Lk 5,18-26), rozmluva s Nikodémem (Jan 3,1-21), rozmluva se samařskou ženou (Jan 4,7-29). Apoštol Petr vystoupil z lodi a kráčel po vodě k Ježíši. Mohl to udělat protože důvěřoval. Pak se zvedl vítr, Petr dostal strach, topil se a v úzkosti volal o pomoc. Ježíš ho zachránil a káral jeho malou víru (Mt 14,24-31). Ježíš žádal od Petra neobyčejnou víru a důvěru, která nepochybuje o Boží moci a nemizí za žádných okolností. Nic není nemožné tomu, kdo věří (Mk 9,19-24; Mt 21,21). Ježíš důvěru lidí odměňuje (Mk 7,24-30; Lk 5,4-11).

Pravá víra vychází z osobního vztahu s Bohem. Předává se svědectvím života, které spočívá v následování Krista jako svého vzoru. V novém zákoně je mnoho příkladů lidí, kteří po setkání s Ježíšem jsou zasaženi jeho láskyplným přijetím a s důvěrou ho následují. Například Zacheus mění svůj život (Lk 19,8), celník Levi je připraven následovat Ježíše (Lk 5,27-29) a Marie Magdalská nachází svou skutečnou lásku až v Ježíši (Mk 15,40-41). Učedníci v něho uvěřili, když viděli Ježíšův první zázrak na svatbě v Káně Galilejské (Jan 2,11). Chodili s Ježíšem, naslouchali jeho slovům, protože důvěřovali jemu, jeho osobě. Věřili v jeho zaslíbení i tehdy, kdy ještě plně nechápali, jak se to stane. (Jan 6,60-71). Evangelista Jan přibližuje situaci, kdy po zázračném nasycení pěti tisíců Ježíš mluvil o chlebu života (o eucharistii). Židé se s ním přeli a mnozí od něho odešli. Malověrní lidé ztrácejí důvěru. Farizeové byli také věřící, s přesností dodržovali Zákon, ale Ježíši nedůvěřovali (Jan 7,47-52). Nevěřili v Něho i když viděli jeho zázraky (Jan 9,16-22); nevěřili, že je očekávaným Mesiášem (Jan 10,24-26) a považovali ho za hříšníka (Jan 9,24-28). Mnozí židé si mysleli, že je posedlý zlým duchem (Jan 10,20).

Svatý Pavel nespolehá na vlastní síly, ale na Boha (Flp 4,13). Adresátům svých listů důvěřuje (2 Kor 7,4) a vyzývá je, aby neztráceli důvěru k Bohu (2 Kor 5,6), ke kterému mohou

přístupovat ve svobodě a důvěře skrze Ježíše Krista (Ef 3,11-12). Bůh přece řekl: „Nikdy tě neopustím a nikdy se tě nezřeknu. Proto smíme říkat s důvěrou: Pán při mně stojí, nebudu se bát...“ (Žid 13, 5b- 6a).

„Ježíš přemohl moc zla důvěrou a láskou a od té doby nepřestává k sobě přitahovat lidi (Jan 12,31n; 16,33) a vzbuzovat jejich důvěru a přímo jistotu...Důvěra, která nekolísá ani v nejtěžších chvílích (Gal 5,10), dává apoštolovi neochvějnou jistotu, potřebnou ke svobodnému hlásání (parresia) Slova Božího (1 Te 2,2; Sk 28,31). Už neohroženost prvních učedníků ve vydávání svědectví spočívala na důvěře a z ní plynoucí milosti, které se jim dostalo skrze modlitbu (Sk 4,24-31)...Oporou a potvrzením věrnosti je důvěra. Hlavním prubířským kamenem lásky je věrnost (Jan 15,10), a láska vede důvěru k plnosti.“<sup>50</sup>

## **4. 2 Důvěra a Láska**

Celá Bible hovoří o Boží lásce. Jeho láska zahrnuje veškeré stvoření. Po hříchu prvních lidí, kde byla narušena důvěra, se ukázala Boží zachraňující láska příslibem Vykupitele (Iz 7,10-15; 11,1-5). Boží postoj je vždy láskyplný. Protože je Bůh dokonalý, je dokonalý i v lásce. Oslovuje každého osobně, zve k sobě všechny lidi k dialogu lásky.

„Láska je termín, který v křesťanství vyjadřuje zásadní svobodnou radikální seberealizaci celého člověka, jak je skutečně zamýšlen Bohem a jím povolán, člověka, jehož celkové zaměření směřuje k Bohu a jemuž se uděluje Boží milost (ospravedlnění) a spása, a sice jako přijetí svobodného a úplného sebesdílení Boha na podkladě schopnosti získané tímto sebesdílením. Protože se tato seberealizace děje ve vztahu k tomuto dávajícímu se Bohu a má dialogický charakter odpovědi, je i sám Bůh pojímán jako láska.“<sup>51</sup>

Bůh nás miloval jako první. „V tom se ukázala Boží láska k nám, že Bůh poslal na svět svého jediného Syna, abychom skrze něho měli život. V tom je láska: ne že my jsme si zamilovali Boha, ale že on si zamiloval nás a poslal svého Syna jako oběť smíření za naše hříchy“ (1 Jan 4,9-10). Stejně jako víra je i láska Božím darem a zároveň výzvou. Láska otvírá cestu k víře. „První přikázání vyzývá člověka, aby věřil v Boha, aby v něho doufal a aby ho miloval nade vše.“<sup>52</sup> Kdo miluje, stává se podobným Bohu, protože Bůh je láska.

---

<sup>50</sup> LÉON-DUFOUR, Xavier: Slovník biblické teologie, Řím: VELEHRAD – KŘESŤANSKÁ AKADEMIE, 1981, s. 100-101.

<sup>51</sup> RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst: Teologický slovník, Praha: ZVON, 1996, s. 155-156.

<sup>52</sup> Katechismus katolické církve, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2002, čl. 2134.

Skrze lásku dochází ke sjednocení lidstva v Kristu. „Jako si Otec zamiloval mne, tak jsem si já zamiloval vás. Zůstaňte v mé lásce. Zachováte-li má přikázání, zůstanete v mé lásce, jako já zachovávám přikázání svého Otce a zůstávám v jeho lásce“ (Jan 15,9-10).

Bůh je nám blízko v našich bližních. „Milování, jestliže Bůh nás tak miloval, i my se máme navzájem milovat. Boha nikdy nikdo neviděl, ale jestliže se milujeme navzájem, Bůh v nás zůstává a jeho láska v nás dosáhla svého cíle“ (1 Jan 4,11-12). Bůh se ve svém plánu dotýká této nejzákladnější lidské potřeby – lásky. „Přikázání lásky se stává možným jedině proto, že to není pouze požadavek: lásku lze nařídit, protože předtím byla darována.“<sup>53</sup> Mírou lidské lásky se stává způsob, jakým miluje Bůh. Milovat znamená darovat se druhému a druhým, osvobodit se od sebe samého. V každém láskyplném vztahu je Bůh přítomný. V aktu sebeodevzdání člověk nachází sám sebe, vychází ze svého sobectví, otvírá se Bohu i druhým lidem, otvírá se růstu. Odevzdání se však není možné bez důvěry.

Láska je tou pravou seberealizací člověka. Protože Boží království je království lásky, „vážnou a jedinou podmínkou vstupu do Božího království je zvolit si lásku za svůj životní princip.“<sup>54</sup> Je to poznávací znamení Ježíšových učedníků. (Jan 13,35). Nedostatek lásky působí trhliny v mezilidských vztazích. Lásku k Bohu a lásku k bližnímu nelze oddělovat (1 Jan 4, 19-21). Papež Benedikt XVI. ve své encyklice podotýká, že „láska k bližnímu je cestou k setkání s Bohem a že uzavření očí před bližním činí člověka slepým i vůči Bohu.“<sup>55</sup>

Láska je ideál, kterého na zemi plně nedosáhneme, ale můžeme se k němu přibližovat. Svátý Pavel v listě Korint'ánům napsal: „Kdybych mluvil jazyky lidskými i andělskými, ale lásku bych neměl, jsem jenom dunící kov a zvučící zvon. Kdybych měl dar prorocství, rozuměl všem tajemstvím a obsáhl všecko poznání, ano kdybych měl tak velikou víru, že bych hory přenášel, ale lásku bych neměl, nic nejsem. A kdybych rozdal všecko, co mám ano kdybych vydal sám sebe k upálení, ale lásku bych neměl, nic mi to neprospěje. Láska je trpělivá, laskavá, nezávidí, láska se nevychloubá a není domýšlivá. Láska nejedná nečestně, nehledá svůj prospěch, nedá se vydráždit, nepočítá křivdy. Nemá radost ze špatnosti, ale vždycky se raduje z pravdy. Ať se děje cokoli, láska vydrží, láska věří, láska má naději, láska vytrvá. Láska nikdy nezanikne...A tak zůstává víra, naděje, láska – ale největší z té trojice je láska.“ Skutečná láska je vzájemná, je to vědomí, že miluji a že jsem milován.

---

<sup>53</sup> BENEDIKT XVI: Encyklika Deus caritas est, Praha: PAULÍNKY, 2006, čl. 14.

<sup>54</sup> POWELL, John: Láska bez podmínek, Praha: PORTÁL, 1994, s. 26.

<sup>55</sup> BENEDIKT XVI: Encyklika Deus caritas est, Praha: PAULÍNKY, 2006, čl. 16.

### 4. 3 Důvěra a Naděje

I naděje je ctnost spojená s Boží milostí a zároveň lidským úkonem ve vztahu k osobní víře a lásce. Vztahuje se k budoucnosti, spoléhá na Boží věrnost a důvěřuje v ni.

„Naděje ve smyslu Nového zákona je tvořena průsečíkem osudového ustanovení Božího o člověku, jímž člověka účinně a trvale zasáhla v Ježíši Kristu vtělená láska (jež se tím stala součástí dějin), a z druhé strany jednající odpovědi člověka (nebo církve, kde je tato vždy osobně možná odpověď člověka trvale uchovávána a podpírána), který na základě víry v jistotu tohoto již definitivního ustanovení spásy s důvěrou čeká na konečné završení Božího procesu spásy v příchodu Ježíše Krista.“<sup>56</sup>

Důvěra se pojí s nadějí. Tam, kde se naděje ztrácí, člověk přestává důvěřovat. Kdo nedůvěřuje, žije ve strachu a úzkosti. Mnohé lidi znepokojuje budoucnost, dělají si starosti, nevědí, co se stane, mají strach ze smrti. Křesťané i ve chvílích utrpení a smrti mají naději, která vychází z víry v Boha, z víry ve vzkříšení, z víry v setkání. „Vaše srdce ať se nechvěje úzkostí! Věřte v Boha, věřte i ve mne. V domě mého Otce je mnoho příbytků; kdyby tomu tak nebylo, řekl bych vám to. Jdu, abych vám připravil místo. A odejdu-li, abych vám připravil místo, opět přijdu a vezmu vás k sobě, abyste i vy byli, kde jsem já“ (Jan 14,1-3). Odevzdanosti se člověk učí tím, že každý den svého života vyměňuje lidskou bezmocnost za Boží všemohoucnost a nechává se vést Božím Duchem. Konkrétním vyjádřením naděje je trpělivost a vytrvalost, k níž vybízí svatý Pavel ve svých listech (1 Kor 15,58), zvláště v listě Židům (Žid 10,36;12). „Držme se neotřesitelné naděje, kterou vyznáváme, protože ten, kdo nám dal zaslíbení, je věrný.“ (Žid 10,23). Sám sebe dává za příklad (2 Kor 6,4). V apoštolské činnosti máme být svědky Ježíše Krista, překonávat překážky a vnášet světlo do temnot.

Křesťanská naděje se upírá k parusii - druhému příchodu Krista, který přijde s mocí a slávou (Mt 24,29-31; Mk 13,24-27), k věčnému životu v Božím království. Věřící se „nemůže spoléhat na sebe sama ve snahách o dosažení takového cíle. Doufá, že Bůh sám, ve kterého věří, a který je jediný schopen proměnit lidskou svobodu v lásku, jej k němu dovede. Jedině naděje, která je pevně zakořeněna ve víře a v důvěře, může tedy unášet celý život věřícího k očekávané budoucnosti.“<sup>57</sup> Naděje je syntézou víry a lásky. Věřím v Boha, který mě miluje, proto mohu mít naději. Mám-li naději, mohu důvěřovat. Bůh sám je naší nadějí.

---

<sup>56</sup> RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst: Teologický slovník, Praha: ZVON, 1996, s. 195.

<sup>57</sup> LÉON-DUFOUR, Xavier: Slovník biblické teologie, Řím: VELEHRAD – KŘESŤANSKÁ AKADEMIE, 1981, s. 246.

## **4. 4 Důvěra ve vztahu k Bohu**

Hříchem prvních lidí byl narušen vztah k Bohu, stvoření přestalo být harmonické, ale Bůh člověka stále miluje. Smyslem lidské existence je chválit Boha, to znamená žít tak, jak Bůh očekává. S každým člověkem má Bůh originální plán. Poznat ho a uskutečnit je naplnění Boží vůle. Člověk se může vůči Bohu ztratit, může zaujmout vůči Bohu negativní vztah. Bůh ale dává člověku stále šanci. Bůh miluje a dává důvěru i tam, kde člověk zklamává. Naučit se milovat vyžaduje vzájemný vztah. Stejně tak víra, není jen přijetí náboženského učení, nýbrž je vztahem mezi člověkem a Bohem. Klíčem ke vztahu je důvěra. Ve vztahu k Bohu jsou důležité dvě základní otázky:

1. Kdo jsem já ? (představa o sobě)
2. Kdo je Bůh ? (obraz Boha)

Nesprávný obraz Boha může být velkou překážkou na cestě víry. Člověk byl stvořen k Božímu obrazu. Dokonalým obrazem Božím je Ježíš Kristus. Obraz není jen podoba, ale vztah, přilnutí. Čím více se člověk přibližuje k Bohu, modlí se, věnuje mu svůj čas, dává se Bohu k dispozici, tím více Bůh sám člověka utváří podle své vůle. Důvěra v Boha je jiná, než důvěra v člověka. Jak bylo řečeno výše, Bůh nás vyzývá k důvěře dětinské, neomezené. Bůh je dokonalý, proto nemůže naši důvěru zklamat. Důvěřovat v Boha je výrazem naší lásky.

Na příkladech svatých můžeme vidět, jaké divy Bůh koná v životech jednotlivých lidí. Byli obyčejní, jako my, ale dokázali Bohu důvěřovat a otevřít se jeho milosti. Svou schopnost milovat čerpali „stále novým způsobem ze setkávání s eucharistickým Pánem...Láska je božská, protože pochází od Boha a sjednocuje nás s Bohem, a prostřednictvím tohoto sjednocovacího procesu nás proměňuje...“<sup>58</sup> Naším cílem je žít s Bohem navěky. K tomu se upíná i křesťanská naděje. Navázání vztahu s Bohem je to nejdůležitější a obnovování tohoto vztahu je naším každodenním úkolem. Nalezne-li člověk svůj základ v Bohu, může žít v pravé svobodě.

## **4. 5 Důvěra v modlitbě**

Modlit se ke Kristu znamená uskutečňovat vztah k Bohu. Ke křesťanskému životu patří důvěrná a pokorná modlitba. Skrze modlitbu a naslouchání probíhá komunikace mezi člověkem a Bohem. Jsou to chvíle setkávání s Bohem. Tím, že se modlíme, uznáváme Boží

---

<sup>58</sup> BENEDIKT XVI.: Encyklika *Deus caritas est*, Praha: PAULÍNKY, 2006, čl. 18.

svrchovanost a naši závislost na svém Stvořiteli. Modlitba je především chválení Boha. V modlitbě také čerpáme sílu ke zvládnání každodenních úkolů. „Modlit se tak, abychom do vůle Boží odevzdávali svou prosbu, znamená, že se modlíme s odevzdaností.“<sup>59</sup> Kdo prosí s důvěrou, je vyslyšen (Mk 11,22-24). Splnění proseb však může být jiné, než podle našich představ. Vždyť ani sami nevíme, o co se máme modlit (Řím 8,26).

Celý Ježíšův život je naplněný modlitbou. Ježíš se modlil většinou v samotě (Lk 9,18), často v noci (Mk 1,35), na hoře (Mk 6,46; Lk 9,28). Když jeho učedníci viděli, jak se modlí, prosili ho, aby je naučil, jak se mají modlit (Lk 11,1). Tehdy jim Ježíš svěřil modlitbu k nebeskému Otci (Lk 11,2-4), kterou se dodnes modlí křesťané na celém světě. Je to modlitba, která vyjadřuje důvěru Božího dítěte, jemuž Otec dá vše potřebné. Nebeský Otec ví, co jeho děti potřebují ještě dříve, než se začnou modlit (Mt 6,7-8). Ježíš vybízí učedníky, aby přijímali Království Boží jako děti (Mk 10,15), jejichž modlitba je vyslyšena. Otvírá se pro nás cesta k novému vztahu. Děti Boží se mohou s důvěrou obracet k Bohu (Jan 16,23-24). Ježíš nás učí modlit se tím, že se sám modlí. Modlí se před důležitými chvílemi svého poslání, při zázracích, před svým utrpením (Lk 22,40-42), na kříži - za nepřátele (Lk 23,34), k Otci, až do posledního dechu (Lk 23,46). Svě následovníky Ježíš vybízí k modlitbě naléhavé (Lk 11,5-13), vytrvalé (Lk 18,1-8) a pokorné (Lk 18,9-14).

Modlitba má různé formy (osobní, rozjímavá, liturgická, atd.), důležitá je soustředěnost, uvědomit si Boží přítomnost a blízkost. „Duch svatý, který učí církev a připomíná jí všechno, co Ježíš řekl, ji také vychovává k životu modlitby tím, že v ní vzbuzuje projevy, které se obnovují v rámci trvalých forem: velebení, prosby, přímlyvy, vzdávání díky a chvály.“<sup>60</sup> Maria, pokorná služebnice Páně, jak se sama nazvala, ve svých zjeveních často vyzývá k modlitbě srdcem. Jde o důvěrný rozhovor s Bohem vedený v tichu. Modlitba je Božím darem a vždy ji předchází Boží milost. „Je to Bůh, kdo svým příchodem vytváří živý prostor, který člověk svým usebráním odkrývá a v němž, je-li soustředěn prodlévá.“<sup>61</sup>

## Žalmy

Velkou školou důvěry jsou žalmy. Kniha žalmů je sbírkou 150 starozákonních modliteb ve formě básní. Vyjadřují spontánní reakci, náрек nebo chválu, jak Bůh jedná s člověkem. „Sedmdesát tři žalmů je spjato se jménem Davidovým,“<sup>62</sup> třináct žalmů je z Davidova života. David dodává žalmům autoritu; modlí se, svým zpěvem chválí Hospodina. Žalmy mluví i o

<sup>59</sup> Naše víra: Sborník úvah o katolické víře, Praha: ZVON, 1991, s. 225.

<sup>60</sup> Katechismus katolické církve, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2002, čl. 2644.

<sup>61</sup> GUARDINI, Romano: O modlitbě, Praha: ZVON, 1991, s. 38.

<sup>62</sup> HŘEBÍK, Josef: Studijní texty KTF UK, *Speciální úvod do SZ*.

lidské slabosti a hříšnosti. V žalmech je obsaženo mnoho symbolů; např. nepřátelé mají podobu zvířat – býci ( nepřátelské sevření), lvi (představa děsivé hrůzy), had (faleš, úskočnost nepřátel). Žalmista prožívá strach (pocity hrůzy – žalm 22), bolest (duševní trýzeň, žal, pláč – žalm 6), hněv (rozhořčení – žalm 21, 73); vzývá Boha jako štít (ochrana před střelami nepřátel), skálu (pevný základ, opora), hrad (nedobytná pevnost), Sión (Jeruzalémský chrám, okoušení Boží blízkosti v pokoji a bezpečí).

Žalm 131 je jedním z nejkratších žalmů. Ukazuje pokoru, oddanost a důvěru v Boha.

„Nemám Hospodine domýšlivé srdce  
ani povýšený pohled.

Neženu se za velkými věcmi,  
za divy, jež nevystihnu,  
nýbrž chovám se klidně a tiše.

Jako odstavené dítě u své matky,  
jako odstavené dítě je ve mně má duše.

Čekej Izraeli na Hospodina  
nyní i navěky.“

Důvěru vyjadřují i další žalmy. Například žalm 3, 4-7; 4, 4. 9; 16; 18; 23; 25; 26, 1-2; 27; 28, 6-8; 31; 40; 43; 46, 2-4; 52, 10-11; 55, 17. 23-24; 56, 4-5. 12; 62 ; 69 a další.

Velká spojitost je mezi vírou a modlitbou. Začne-li víra slábnout, vytrácí se důvěra; člověk je zavalen starostmi, Bůh už není na prvním místě v životě člověka, a to se projeví i v modlitbě. Modlitby se pak už jen odříkají, nebo se člověk modlit přestává. Podle R. Guardiniho na modlitbě závisí sama víra. Modlitba je „elementárním projevem víry, tak jako dech je bezprostředním projevem života.“<sup>63</sup> Důvěra se projeví i tím, že všechny své starosti, bolesti i utrpení předkládáme Bohu. „Vždy znovu zakouší člověk svou potřebnost a bezmoc, proto se má znovu a znovu obracet k bohatému a silnému Bohu.“<sup>64</sup> Člověk se pak s novou důvěrou a silou, načerpanou v modlitbě, vrací do života.

#### **4. 6 Důvěra v utrpení**

Dobrý, plně prožitý vztah jako je přátelství a láska člověka naplňuje štěstím, ale ne navždy. Přijdou starosti, těžkosti, nemoc,...Člověk je slabý, projeví se jeho nedostatky, dochází k nedorozumění a hádkám. Smrt blízkého člověka také s mnohými lidmi silně otřese.

<sup>63</sup> GUARDINI, Romano: O modlitbě, Praha: ZVON, 1991, s. 241.

<sup>64</sup> GUARDINI, Romano: O modlitbě, Praha: ZVON, 1991, s. 102.



Jsou chvíle, kdy si zvlášť uvědomujeme, jak je život krásný, ale vzápětí nám nějaká událost připomene, kolik je na této zemi loučení a ztrát, jak málo je mezi lidmi lásky a důvěry, že mnoho lidí trpí. Tento svět není schopen učinit člověka šťastným, nedokáže ho ochránit před všemi druhy zla, před nemocemi, pohromami, nedokáže osvobodit od utrpení. Součástí každého lidského života je utrpení a smrt.

Děni ve světě bychom mohli charakterizovat jako neustálý boj mezi dobrem a zlem. Dobro je tím, co podporuje život, zlo naopak vede ke smrti. Zlo je to, co člověka tíží, co mu působí utrpení. Zlo je realitou tohoto světa. Je zároveň i závažným problémem, vůči kterému se často cítíme bezmocní. Je to něco, co nás přesahuje, do jisté míry je to tajemství. Proti zlu je třeba bojovat vírou, nadějí a láskou. Nad zlem však může zvítězit jen Bůh, který je mocný, řídí a udržuje svět. Život je plný nezodpovězených otázek. Někdy není žádné vysvětlení, zvlášť pro zlé věci. Můžeme buď zoufat nebo důvěřovat Bohu. „Důvěra v Boha znamená to, že ať se stane cokoli, věříme, že Bůh je s námi a že pokud se ho budeme držet, i ze zlého dá vzejít dobro; i z toho zla, které dopustil.“<sup>65</sup>

Příkladem nevinně trpícího člověka ve Starém zákoně je Job. V den, kdy všechno ztratil a postihlo ho velké utrpení, ptal se Boha, proč ho trestá (Job 7,17-21; 10,2-6). Nebyl si vědom žádné viny a bojoval s Bohem. Chtěl znát odpovědi na své otázky. Po dlouhé době Bůh odpovídá (Job 38,1-40,2) a Job znovu nalézá cestu k Bohu. Nakonec se vyrovnal se svým osudem. Pochopil, že Bůh ho nechtěl trestat. Jeho víra byla těmito ranami osudu prohloubena. Job přerůstá sám sebe, nachází cestu k ostatnímu ve svém životě a především našel hluboký vztah k Bohu. Uprostřed utrpení vydal svědectví o Bohu lásky (Job 42,1-6).

K tomu, abychom Boha chválili v utrpení, je potřeba velká zralost.

Utrpení je zahrnuto v Božím plánu spásy. Vykoupení se uskutečnilo skrze utrpení a kříž Ježíše Krista. Ježíš vše vytrpěl před námi. „Člověk zasažený utrpením si uvědomuje, že trpí, a ptá se po příčině; a trpí jako člověk ještě krutěji, nenachází-li uspokojivou odpověď.“<sup>66</sup> Důležité je najít smysl utrpení a zařadit ho do svého životního příběhu. Kdo trpí s Kristem, má z Boží milosti sílu, která ho s ním spojuje a vede k obrácení, k překonání pocitu neužitečnosti (Řím 5,3-5). Trpící člověk se učí odevzdanosti do Boží vůle. Tak jako Ježíš na kříži v opuštěnosti a pokoření, v utrpení, odevzdává se svému Otci (Lk 23,46). Utrpení očisťuje naše srdce, přijetím utrpení vyjadřujeme svou lásku, která se účastní na Ježíšově velké oběti.

---

<sup>65</sup> GROESCHEL, Benedikt: Povstaň z temnot, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2001, s. 35.

<sup>66</sup> JAN PAVEL II: Apoštolský list o křesťanském smyslu lidského utrpení, *Salvifici Doloris*, Praha: ZVON, 1995, čl. 9.

V dnešní době se snaží lidé utrpení vyhnout, uniknout mu. Některá utrpení lze odstranit, jiná ne, protože patří k lidskému životu. Utrpení pramenící z nemoci v sobě skrývá velkou milost. Nemoc může být poslední příležitostí k obrácení. „Bůh často sesílá tělesné nemoci, aby vyléčil nemoci duše.“<sup>67</sup> Nemoci a utrpení mohou přivádět k Bohu. Člověk si uvědomuje, co je důležité, přehodnocuje svůj život. Bůh se mnohdy stává jedinou oporou a útěchou v utrpení. Právě v největší tísní života je nám Bůh nejbližší. Člověk může obnovit nebo navázat vztah s Bohem. Někdy nás Bůh uzdraví, jindy musíme kalich bolesti vypít až do dna. Utrpení je vždycky bolestné, ať se vyskytuje v jakékoliv formě. Utrpení a bolest mohou vést také k zatrpknutí, vzdoru, uzavření, nenávisti, ke krizi víry. Člověk, který důvěřuje, sjednocuje se s Kristem v utrpení a ví, že jeho utrpení není marné (Jan 16,33). Podílí se na spáse světa a bude mít účast na Boží slávě (Řím 8,17-18).

#### **4. 7 Důvěra a radost**

Radost je stav duše, kdy člověk zažívá příjemný pocit naplnění nějaké potřeby či touhy. Už od dětství se projevuje potřeba a schopnost radovat se. Lidé se obdarovávají s cílem udělat druhému radost. Zdrojem radosti může být například úspěch, dobře vykonaná práce, poskytnutá pomoc, přátelství, láska. Radostné události se vztahují k životu (narození dítěte, uzdravení z nemoci, atd.). Radost je životní síla a hodnota. Člověk je pro ni zrozen a jeho konečným cílem je věčná blaženost.

Evangelium (řecky euangelion) je radostná zvěst nebo dobrá zpráva o Ježíšově vzkříšení, o vykoupení lidstva a o Božím království. Hluboká radost vychází ze srdce, stává se životním postojem křesťana na základě Božích příslibů. Důvěra v Boží zaslíbení se tak stává pramenem radosti. List Filipským apoštola Pavla je nesen duchem radosti z evangelia, přesto, že je psán z vězení. „Radujte se v Pánu vždycky, znovu říkám radujte se! Vaše mírnost ať je známa všem lidem. Pán je blízko. Netrapte se žádnou starostí, ale v každé modlitbě a prosbě děkujte a předkládejte své žádosti Bohu. A pokoj Boží, převyšující každé pomyšlení, bude střežit vaše srdce i mysl v Kristu Ježíši.“(Fil 4,4-7).

---

<sup>67</sup> GROESCHEL, Benedikt: Povstaň z temnot, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2001, s. 125.

Radost, kterou dává Bůh není povrchní nebo jen krátkodobá pocitová záležitost. Je to hluboké vědomí, nesené důvěrou, nezávislé na vnějších okolnostech. Je možné důvěřovat a radovat se i ve zkouškách, protože Bůh nás miluje a přijímá i v naší slabosti (Jak 1,1-4).

Radost a pokoj pramení z důvěrného vztahu s Kristem a z čistého svědomí. Nic nechybí tomu, kdo jde s Kristem (1 Jan 13-15).

## 5. DŮVĚRA V ETAPÁCH LIDSKÉHO A NÁBOŽENSKÉHO RŮSTU

Člověk se vyvíjí a roste v jednotlivých obdobích – etapách. Každé období je neopakovatelné a svým způsobem specifické.

**Lidský růst** v sobě zahrnuje stránku tělesnou a duševní (psychickou). Spočívá v tvořivosti – člověk utváří sám sebe ve společenství druhých lidí. Prostřednictvím vztahů a komunikace na základě učení uskutečňuje svou seberealizaci. Růst začíná v rodině, kde se výchovou (později sebevýchovou) formuje osobnost člověka. Důvěra je důležitou složkou dobrého přátelského i partnerského vztahu.

**Náboženský růst** má duchovní rozměr, přičemž předpokládá stránku tělesnou a duševní. „Člověk je jednota duše a těla. Jakožto tělesná bytost v sobě zahrnuje prvky hmotného světa; v něm dosahují svého vrcholu a pozvedají hlas k svobodnému chválení Stvořitele.“<sup>68</sup> Člověk tedy není jen bytost tělesná, ale také duchovní. Duchovní rozměr není nějaký přídavek k člověku, nýbrž proniká celou lidskou bytostí, je její podstatou, vede člověka k Bohu. Skutečné navázání vztahu s Bohem vyžaduje důvěru.

**Lidský a náboženský růst** může být u lidí (u dětí) v různém poměru. Bůh člověka oslovuje na různých úsecích jeho života a záleží na tom, zda člověk slyší a odpoví. „Každý vývoj člověka hodinu za hodinou, den za dnem je tvůrčí Boží proces – v každém člověku stále znovu nový a to od počátku...Náš Bůh je tak skutečně ztělesněný – v těle, lidstvu, ve světě, že máme vždy svobodu k rozhodnutí, abychom s ním uzavřeli přátelství...S námi, od nás a skrze nás Bůh žije, stává se, mění se, hovoří, jedná, trpí a umírá ve světě.“<sup>69</sup>

V této kapitole se zaměříme na etapy vývoje u psychicky zdravého člověka. Pokusíme se propojit předchozí tři kapitoly. Určíme stupně důvěry podle E. H. Eriksona. Provedeme charakteristiku jednotlivých období, psychického vývoje, přiřadíme k nim pedagogické prostředky pro rozvíjení důvěry a význam důvěry pro křesťanskou náboženskou výchovu; pro duchovní život. Také zde zmíníme aktivity, které posilují důvěru. U dětí jsou to převážně hry a cvičení. Mladým lidem mohou pomoci k budování důvěrných vztahů společné akce, kde se setkávají se svými vrstevníky.

---

<sup>68</sup> DRUHÝ Vatikánský koncil: Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě *Gaudium et spes*, (ze dne 7. prosince 1965), in: Dokumenty II. vatikánského koncilu, Praha: ZVON, 1995, čl. 14.

<sup>69</sup> SMAHEL Rudolf: Duševní vývoj a duchovní zrání dítěte, Olomouc: MATICE CYRILOMETODĚJSKÁ, 1997, s. 7.

## 5. 1 Důvěra v kojeneckém věku

„Rodiče nemohou svým dětem dát do života lepší počáteční kapitál než důvěru, s kterou mohou vkročit do světa a setkávat se otevřeně s druhými lidmi.“

Georg Moser

Prvotní důvěra se získává, jak již bylo uvedeno, v kojeneckém věku od matky a blízkých osob. Jevy a události blízkého okolí se dítěti spojují s prožitkově přesvědčivou vnitřní jistotou dobra, s jistotou příslušnosti k matce, k otci. Dítě nachází jistotu, že se může spoléhat na ochranu a péči, že budou uspokojeny jeho potřeby – jídlo, spánek, příjemné lidské doteky. Důvěra jako základní životní pocit vyjadřuje vzájemnost. Získání této základní důvěry je předpokladem pro důvěru ve svět, pro důvěru v lidi, pro důvěru v sebe, pro pozdější důvěrná přátelství. Důvěra je jádrem dětství a je schopna růstu. „Jen na půdě základny upevněné v kojeneckém věku může dítě správně zvládnout následující životní fáze a účinně vynaložit svou energii a pozornost na nové úkoly.“<sup>70</sup>

Nejvhodnějším pedagogickým prostředkem je láskyplná péče rodičů a účelný přístup, který podpoří zdravý rozvoj dítěte. V knize *Rozvíjíme sebedůvěru dětí* autoři uvádějí řadu her vhodných pro děti od narození do šesti let. U každé hry je označený věk, záměr, postup, přínos, potřebné prostředí, pomůcky.

### **Exkurz 1.** Příklad hry:

Hra *Houpy hou* podporuje důvěru a jistotu.

„Záměr

Důvěra a jistota se rozvíjejí, když se dítě cítí dobře a v pohodě, když se ho jemně dotýkáme a stimulujeme jeho tělo.

Co potřebujete

Nepotřebujete žádné vybavení, jen uvolněnou a dobrou náladu.

Postup

Několikrát denně přivíňte dítě k sobě, držte ho pevně a jemně. Když ho otáčíte k sobě, řekněte *houpy hou*. Vyprávějte děťátku o všem možném, jak prožíváte den, co děláte,

---

<sup>70</sup> SMAHEL Rudolf: *Duševní vývoj a duchovní zrání dítěte*, Olomouc: MATICE CYRILOMETODĚJSKÁ, 1997, s. 19.

co ho obklopuje, a o dalších věcech, které vám přijdou na mysl. Přitom se ho jemně dotýkejte a hlad'te ho.

#### Další přínos

Aktivita houpy hou vám umožňuje být si co nejlíže, dělat něco společně a vytváří mezi vámi pozitivní komunikaci. Tato vazba je nutná, pomáhá rozvíjet řeč, poznávací schopnosti a podporuje správný citový vývoj.

#### Co dále

I pro starší dítě má klidný hovor, jemná masáž, hlazení před spaním podobný účinek a celkově mu to prospívá.<sup>71</sup>

### **Náboženská výchova**

Postoj důvěry je v jistém smyslu existenciální, protože ovlivňuje všechny pozdější vztahy včetně vztahu k Bohu. Důvěra znamená spolehnout se, nechat se vést. Dítě získává zkušenost, že je někdo, kdo plní jeho potřeby a přání. Rodí se v něm naděje v někoho, kdo neselže a jehož pomoc je vždy blízko. Tato naděje pak určuje i víru. Z prvních tělesně duševních zkušeností dítěte vycházejí dispozice k důvěře i k lásce, tolik významné pro náboženský vývoj. Rodiče mohou dítěti zprostředkovat Boží lásku svou starostlivou péčí, láskyplným prostředím a modlitbou za dítě. Dítě zakouší, že je vítané a chtěné. „Síla vztahu mezi dítětem a matkou, kterou dítě zakouší jako pravlastní a která prostupuje veškerý jeho život, by mohla být i základem zkušenosti moci žít v uzrálé víře v Boží lásku.“<sup>72</sup>

Do církve je dítě přijato svátostí křtu, kde dostává v zárodku potřebné milosti pro duchovní život. „Aby se mohla křestní milost rozvíjet, je důležitá pomoc rodičů. Je to také úkol kmotra nebo kmotry, kteří mají být dobrými věřícími, schopnými a ochotnými být oporou nově pokřtěnému dítěti...na jeho cestě křesťanského života. Jejich úkol je opravdovou církevní službou. Celé společenství církve má účast na odpovědnosti za rozvoj a uchování milosti, přijaté při křtu.“<sup>73</sup>

---

<sup>71</sup> ROSEOVÁ, Angie, WEISSOVÁ, Lynn: Rozvíjíme sebedůvěru dětí, Praha: PORTÁL, 1997, s. 14.

<sup>72</sup> SMAHEL, Rudolf: Duševní vývoj a duchovní zrání dítěte, Olomouc: MATICE CYRILOMETODĚJSKÁ, 1997, s. 26.

<sup>73</sup> Katechismus katolické církve, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2002, čl. 1255.

## 5. 2 Důvěra v ranném dětství

Budování autonomie v ranném dětství navazuje na základní prvotní důvěru. Dítě si uvědomuje samo sebe, že už není součástí matky, že je někdo jiný. Stává se středem pozornosti, prosazuje svou vůli slovy: chci – nechci, projevuje svou nelibost a vzdor. Ve své touze po nezávislosti často opakuje: „já sám“. Dítě se učí ovládat své tělo, přichází do kontaktu s okolním světem, uchopuje a pouští předměty. Je velmi zvědavé a vyžaduje zvýšený dohled. Rodiče by měli nechat dítěti určitou svobodu v rozhodování. Potlačováním vzdoru může dojít k deformaci rozvoje autonomie. Jsou však nutné i hranice, dávající dítěti pocit jistoty. Dítě poznává okolní svět, vymaňuje se z matčiny náruče, začíná chodit. S pomocí rodičů objevuje řád v sobě i mimo sebe. „Právě řád mu zaručuje spravedlivou míru autonomie: Co smím, co mi bylo dovoleno, na to mám také právo. A pokud jsem řádu poslušen, nemám se zač hanbit, nemám důvod k pochybnostem.“<sup>74</sup> Dítě se učí důvěřovat řádu. Batolata potřebují uspokojivý řád, který by byl jednoduchý, srozumitelný, a který by byl dodržován.

Rodiče ovlivňují do značné míry také sebepojetí dítěte. Jeho vlastní sebeobraz se vytváří podle toho, jak ho vnímají pro něho důležití lidé z okolí. Jestliže o něm jeho blízcí smýšlí jako o dobrém a přijímaném, bude se tak i cítit.

### Exkurz 2. Příklad hry:

Hra *To jsem já ?* poskytuje dítěti dostatek prostoru pro vlastní vyjádření, zkoušení a experimentování.

#### Záměr

Dítě v tomto věku se cítí být středem světa. Přestože si začíná více uvědomovat i ostatní lidi kolem sebe, je stále silně egocentrické a nedokáže se vnímat v těch rozměrech, v jakých ho vidíte vy. Pomozte mu poznávat jeho oblíbenou bytost, tzn. sebe samého.

#### Co potřebujete

Asi 1,5 m balicího papíru nebo bok velké kartonové krabice a pastelky.

#### Postup

Dítě si lehne zády na papír nebo plochu krabice a vy ho ob táhněte pastelkou. povídejte mu o barvě jeho očí, vlasů a oblečení, které má na sobě. Nechte ho

<sup>74</sup> ŘÍČAN, Pavel: Psychologie náboženství, Praha: PORTÁL, 2002, s. 286.

vymalovat a vybarvit nakreslenou postavu, jak samo chce. Potom figuru vystříhnete a připevníte ji na zed'.

#### Další přínos

Děti často mají okouzující nápady spojené se sebou. Když dítěti nasloucháte a hovoříte s ním během kreslení, můžete získat hlubší náhled na jeho pojetí sebe i druhých lidí.

#### Co dále

Udělejte stínovou siluetu hlavy dítěte. Připevníte kus bílého papíru na zed'. Požádejte dítě, aby sedělo klidně, a lampou nebo baterkou udělejte stín jeho hlavy na papír. Obrys stínu rychle obtáhněte tužkou. Vystříhnete ho a připevníte na tmavý kontrastní papír.

### **Náboženská výchova**

Pomocí pravidel a řádu děti poznávají, co se smí, co je dobré a špatné, že tu jsou určité zásady, limity. To má vliv na formování svědomí – vnitřního hlasu, který se ozývá, jakmile se dítě naučí rozeznávat co je dobré a co je zlé. Zpočátku řídí svědomí dítěte matčin hlas. Ten určuje, co je dovolené, a co ne. Později se vztahuje na požadavek být hodný, nelhat, nehádat se, neprát se, atd. U tohoto svědomí zůstává mnoho lidí. Zajímá je jen to, co je dovoleno a co je zakázáno. Nedospějí k vlastnímu rozhodnutí mezi dobrým a zlým, ale řídí se podle druhých. „Nezralý původ lidského svědomí tedy ohrožuje zralost člověka.“<sup>75</sup> Rodičovská výchova do jisté míry ovlivní správné nebo mylné svědomí dítěte. Mylné svědomí je úzkostlivé, lehkomyšlné, zmatené. V GS 16 se mluví o svědomí jako o nejtajnějším středu a svatyni člověka. Zásluhou svědomí si uvědomujeme zákon lásky. Hlasem svědomí je zasažen celý člověk, protože se jedná o jeho vlastní já, k jehož hodnotné podobě je člověk volán.

## **5. 3 Důvěra v předškolním věku**

Dítě je velmi aktivní, naplno využívá svou energii a sílu. Ví, co je správné a co ne, potřebuje hranice a zkouší jejich pevnost. Úkolem rodičů je podpořit sílu, moc a „práva“ dítěte v rozumných a přiměřených hranicích. Z této kombinace se vytváří základ pro vývoj

---

<sup>75</sup> ERIKSON, Erik H: Dětství a společnost, Praha: ARGO, 2002, s. 367.



odpovědného člověka.<sup>76</sup> Pocit vlastní síly je potřebný k tomu, aby se dítě naučilo regulovat své potřeby a přání, což je základ pro sebekontrolu a sebeovládání.

V každém stadiu vývoje dělá dítě velké pokroky k radosti celé rodiny, zároveň mu hrozí určitá úskalí, která ho mohou negativně poznamenat. „Dětská žárlivost a rivalita, ty často hořké a přesto vlastně zbytečné pokusy vymezit sféru nesporných výsad, teď dostupují svého vrcholu v konečné soutěži o privilegované postavení u matky a obvyklý neúspěch vede k rezignaci, pocitu viny a úzkosti...Problémem je opět vzájemná regulace. Tam, kde dítě, které je nyní připraveno se sebou nadměrně manipulovat, může postupně rozvinout smysl pro morální odpovědnost, kde může získat určité povědomí o institucích, funkcích a rolích, které mu umožní odpovědnou účast, objeví slastný pocit úspěšnosti při užívání nástrojů a zbraní, při ovládnutí smysluplných hraček – a při péči o mladší děti.“<sup>77</sup>

Začíná chodit do školky, kde navazuje první přátelství se svými vrstevníky. Hlavní činností je hra. Do her vkládá, jak prvky z reálného světa, tak z pohádek a ze své fantazie. Oblíbená je hra s kostkami. Z kostek se dá vytvářet cokoliv - auto, dům, věž, hrad, atd. Každá věc, kterou dítě postaví, má pro něj význam a dokáže s ní začínat další hru.

V předškolním věku je pro dítě nejdůležitějším prostředím rodina, kde se cítí v bezpečí. Rodiče jsou pro něho ideálními vzory, kterým důvěřuje. „Dobře vychované dítě důvěřující sobě i druhým, které ví, kdo je, které se cítí zdatné a schopné, je silnou individualitou. V přiměřených mezích je optimálně vybaveno pro to, aby získalo účinnou sebekontrolu a odpovědnost.“<sup>78</sup>

### **Exkurz 3. Příklad hry:**

Hra Co vaše zahrada? posiluje sebedůvěru dítěte.

„Záměr

Má-li dítě příležitost ke konstruktivní hře a činnostem, které obsahují opravdový život, získává pocit, že se dokáže o sebe postarat. Tím se posiluje jeho sebedůvěra a pocit kompetence.

Co potřebujete

Zahradní nářadí a semínka rostlin, které se snadno pěstují ve vaší oblasti.

Postup

---

<sup>76</sup> ROSEOVÁ, Angie, WEISSOVÁ, Lynn: Rozvíjíme sebedůvěru dětí, Praha: PORTÁL, 1997, s. 12.

<sup>77</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětství a společnost, Praha: ARGO, 2002, s. 233.

<sup>78</sup> ROSEOVÁ, Angie, WEISSOVÁ, Lynn: Rozvíjíme sebedůvěru dětí, Praha: PORTÁL, 1997, s. 12.

Rytí a těžkou práci při přípravě půdy udělejte sami. Vyberte s dítětem kousek záhonku,...Ať si dítě vezme potřebné množství semen a zasadí je do země. Pomozte mu zakrýt semínka zeminou. Dítě může záhonky pokropit hadicí s rozprašovačem nebo konvičkou s kropítkem, aby semena či sazenice nevyplavilo. V průběhu času může vytrhávat plevel a okopávat. Ať si také všímá, zda nejsou na rostlinách škůdci, a hubí je. A nakonec, až přijde doba sklizně, může s hrdostí natrhat plody své práce, umýt je a připravit pro rodinný oběd...

#### Další přínos

Při zahradních pracích lze rozvíjet matematické představy. Dítě může vyměřovat svůj záhonek a počítat semínka. Dále se dovídá o vztahu příčiny a následku při pozorování počasí. To rostlinám někdy prospívá, jindy je ničí.

#### Co dále

Máte-li více dětí, přidělte každému malý záhonek.<sup>79</sup>

### **Náboženská výchova**

Děti se učí pozorováním a napodobováním. Platí to i v náboženském životě. Záleží na rodičích, jak žijí a praktikují svou víru. Stále více se zdůrazňuje rodina jako domácí církev, společenství modlitby a křesťanské lásky. Když dítě vidí, že se rodiče v modlitbě obracejí k Bohu, poznává, že tento neviditelný Bůh je mocnější, než jeho rodiče. Že jsou situace, kdy rodiče Bohu děkují, chválí ho, prosí o něco. „Dítě musí z chování svých rodičů už brzy poznat, že Bůh je dobrý, že je nám stále blízko svou láskou a pomocí. Děti musí cítit, že ony i jejich rodiče jsou Bohem milováni a že ho potřebují; že se na ně Bůh dívá a sdílí jejich radosti i jejich trápení.“<sup>80</sup> Rodiče svým chováním dětem ukazují, jaký je Bůh a děti si podle toho utvářejí obraz Boha.

Náboženský život se dá rozvíjet spolu s každodenními rituály. Ráno po probuzení může dostat od matky na čelo křížek, jako požehnání pro celý den. Naučí se jednoduché modlitby, připojí se k modlitbám celé rodiny před jídlem a večer s pomocí rodičů může poděkovat Pánu Bohu za uplynulý den, za hezké zážitky. Rodiče mohou dětem vyprávět biblické příběhy a brát je s sebou do kostela na bohoslužby. Náboženská výchova v křesťanském smyslu se uskutečňuje tam, kde děti zakoušejí - Bůh nás miluje. Láska k bližnímu u dětí má podobu pomoci, dělení se a působení radosti.

<sup>79</sup> ROSEOVÁ, Angie, WEISSOVÁ, Lynn: Rozvíjíme sebedůvěru dětí, Praha: PORTÁL, 1997, s. 146.

<sup>80</sup> ABELN, Reinhard, KNER, Anton: Neboj se, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 1993, s. 43.

Velký význam má pro děti slavení svátků, zvláště svátek narození Páně. Radujeme se z narození Ježíše, který je nám blízko a má nás rád. Dětem je tento svátek blízký a srozumitelný. Je spojený s obdarováním, s rodinnou pohodou, radostnou náladou, zářícím stromkem. Děti rádi slaví, zvláště když je veselo a smí se skotačit. V židovském národě bylo zvykem povídat si u stolu o tom, co všechno Bůh vykonal, jak vysvobodil svůj lid z egyptského otroctví. Nejmladší dával otázky a otec odpovídal. I dnešní děti se ptají a chtějí znát odpovědi na své otázky. Rodiče by měli tuto přirozenou zvědavost dětí využít k rozhovoru o smyslu křesťanských svátků.

## **5. 4 Důvěra ve školním věku**

Další velký rozvoj dítěte nastává ve školním věku. Vyznačuje se přechodem od impulsivního chování v předškolním věku k suverénnímu. V první třídě se z bezstarostných dětí stávají žáci, kteří mají jisté povinnosti, jakož i potřebu pozitivního hodnocení. Setkávají se s kolektivem, rozvíjejí se jejich osobnostní vlastnosti – péle, soustředěnost, spolupráce, soutěživost, atd. Poznávají, v čem vynikají nebo co jim nejde. Osvojují si zručnost i znalost při činnostech manuálních, intelektuálních, individuálních, kolektivních. Je to období intenzivního učení a vytváření návyků.

### **5. 4. 1 Rodina**

Největší vliv má na děti domov a to, co v něm prožívají. V rodině nacházejí pocit bezpečí, chovají se spontánně. Rodinné zázemí má funkci také tzv. podpůrného prostředí při osamostatňování a socializaci dítěte. Dítě nachází nový vztah k sobě samému i ke svým emocionálním impulsům; už jimi není řízeno, ale učí se je „integrovat a vyjadřovat tak, aby to odpovídalo realitě jeho sociálního prostředí.“<sup>81</sup>

Děti objevují a prověřují svoje schopnosti, dovednosti, mají radost, když se jim něco podaří. Na základě svých úspěchů začínají důvěřovat sobě, svým schopnostem. Dochází k rozvoji sebedůvěry. „Ideální je tzv. demokratická výchova: U dítěte je udržováno vědomí

---

<sup>81</sup> SMAHEL, Rudolf: Duševní vývoj a duchovní zrání dítěte, Olomouc: MATICE CYRILOMETODĚJSKÁ, 1997, s. 69.

sounáležitosti s rodinou, je mu poskytována dostatečná míra autonomie a spolurozhodování, je jen mírně trestáno a trestání je mu zdůvodňováno; důsledkem je vývoj ke zdravě sebevědomé, emočně vyrovnané, přiměřeně aktivní, cílevědomé, nebojácné a agresivní osobnosti....Opakem je autoritativní výchova, která vede k neposlušnosti, negativismu, silné agresivitě a vyznačuje se nadměrnou kontrolou dítěte, vyžadováním přísné disciplíny a nezřídka i fyzickým trestáním dítěte.....Důležitý je dostatek trpělivosti v rodinné výchově a respektování dětské autonomie a spontánnosti v motorice a ve sdělování.<sup>82</sup> Na růst sebevědomí má podstatný vliv vědomí vlastní hodnoty. Dítě se na sebe dívá způsobem, kterým ho vidí jeho rodiče. Sleduje jejich postoje, pozorně poslouchá, jak o něm mluví, sleduje, jak jedná. „Když je dítě přesvědčeno o tom, že ho jeho rodiče velice milují a váží si ho, je pravděpodobné, že přijme svoji vlastní hodnotu jako člověka.“<sup>83</sup>

Míra sebevědomí se u dětí projevuje v rovině tělesné – chůze, držení těla, pohled; sociální – navazování vztahů; citové – pocity jistoty, víra ve své schopnosti, vnímání a vyjadřování svých pocitů a duševní – vnitřní růst, identita. Sebevědomí poskytuje dětem energii na úspěšné zvládnutí každodenních úkolů a problémů. Je zároveň i potřebou pro spokojený život.

### **Náboženská výchova**

Aby rodiče mohli svým dětem předávat víru, musí být splněny dvě podmínky. Tou první je jejich pevný základ, na kterém budují svůj život. Jejich žitá víra a z toho vyplývající morální a etický soubor hodnot, který řídí jejich chování. Nejdůležitější je osobní a důvěrný vztah s Bohem, který dává životu smysl a cíl. Druhou podmínkou je bezpodmínečná láska rodičů k dětem. Děti musí prožívat, že jsou přijímány a upřímně milovány. „Rodiče mohou dítěti předat svůj úzký vztah s Bohem, jestliže se nejdříve ujistí o tom, že jejich dítě cítí, že ho bezpodmínečně milují. Proč? Protože právě to je způsob, jakým nás Bůh miluje – bezpodmínečně. Lidé, kteří necítí, že je rodiče bezpodmínečně milují, jen velmi obtížně přijímají skutečnost, že je bezpodmínečně miluje Bůh.“<sup>84</sup> To bývá největší obtíž pro navázání osobního vztahu s Bohem. U Boha není nic nemožné, každé dítě může najít cestu k Bohu, ale ti, kteří nemají od rodičů láskyplný základ, to mají těžší. J. Dobson uvádí příklady dětí, které si připadají bezcenné, nevěří, že by je Bůh mohl mít rád a měl o ně zájem.<sup>85</sup>

---

<sup>82</sup> NAKONEČNÝ, Milan: Základy psychologie, Praha: ACADEMIA, 1998, s. 219.

<sup>83</sup> DOBSON, James: Být sám sebou, Praha: NÁVRAT DOMŮ, 1994, s. 51.

<sup>84</sup> CAMPBELL, Ross: Potřebuji tvou lásku, Praha: MÁVRAT, 1992, s. 118.

<sup>85</sup> srov. DOBSON, James: Být sám sebou, Praha: NÁVRAT DOMŮ, 1994, s. 49.

Mluvíme-li o předávání víry, můžeme předávat obsah zjevení (tradicí) a svědectví vlastním životem. Můžeme ukázat, jak víra ovlivňuje naše jednání, co pro nás znamená být věřící. To, co předat nejde, je osobní vztah k Bohu. Ten musí každý navázat sám.

Rodiče by měli věnovat dětem čas, nejlépe večer před spaním, na rozhovor, četbu příběhů, modlitbu. Další důležitou věcí je naučit děti odpouštět i prosit za odpuštění. Jsme lidé chybní a odpuštění potřebuje každý. V modlitbě Otče náš se modlíme ‚...odpusť nám naše viny, jako i my odpouštíme našim viníkům...‘ Proto také litujeme svých provinění na začátku každé mše svaté, chodíme ke svátosti smíření. Umět odpustit je jedním ze znamení zdravé sebedůvěry.

## 5. 4. 2 Škola

Při budování sebedůvěry hraje velkou roli úspěch a to 1.úspěch v učení – jak úspěšně plní zadané úkoly; 2.úspěch ve vztazích – jak navazuje přátelské vztahy a zda si dovede získávat a udržet kamarády. Na sebedůvěru dítěte má vliv také chování jeho spolužáků, jakou pozici má ve třídě, jestli se cítí přijato či nikoliv.

Záleží i na učitelích, na jejich osobnosti, autoritě, výchovném působení. Sebedůvěra u dětí se dá rozvíjet mnoha způsoby. Základem je vytvoření láskyplného ovzduší a navázání důvěrného vztahu. Pokud dá učitel nebo vychovatel dítěti najevo, že mu důvěřuje, pomáhá mu tím zároveň budovat i jeho sebedůvěru. Mezi prostředky posilující sebedůvěru patří pochvala, povzbuzení, ocenění. „Náš vzdělávací systém se všemi těmi testy a zkouškami a hodnocením dětem při budování sebedůvěry moc nepomáhá. Systém zkoušek a testů je sestaven tak, že spíše vynikne negativní hodnocení, protože označovány, a tím do očí bijící jsou právě nesprávné odpovědi. Dětem se nedostane ocenění za to, co udělaly správně, což by je pozitivně motivovalo, ale jsou hodnoceny z hlediska svých omylů a selhání.“<sup>86</sup> Doufejme, že současná probíhající reforma školství tento problém bude řešit. Na některých školách už je zavedeno místo známkování slovní hodnocení. Učitel hodnotí to, co se žák naučil, popřípadě to, co by měl ještě zvládnout. Pozitivní přístup v dětech probouzí sebedůvěru, zvědavost, tvořivost, schopnost učit se, chuť do života.

---

<sup>86</sup> BERNEOVÁ, H. Patricia, SAVARY, M. Louis: Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti, Praha: PORTÁL, 1998, s. 50.

#### **Exkurz 4. Příklad cvičení**

Cvičení s názvem *Linka hrdosti* mohou učitelé použít pro zlepšení sebepojetí žáků.

„Hrdost má vztah k sebepojetí. Lidé rádi vyjadřují hrdost na to, co uskutečnili a co by jinak mohlo zmizet bez povšimnutí. Naše kultura však takové výroky nepodporuje a věta ‚Jsem hrdý‘ se člověku často říká jen nesnadno.

Vyzvěte žáky, aby o určité oblasti chování vyslovily větu začínající slovy ‚Jsem hrdý, že...‘ Například můžete říci: Rád bych, aby ses zmínil o tom, jak jsi hrdý na to, že umíš hezky psát. Svoji odpověď začni prosím slovy ‚Jsem hrdý na to, že ...‘ Žáci se mohou zapojit, pokud chtějí.<sup>87</sup>

Některé další návrhy ke cvičení: Co jste udělali pro své rodiče, pro přítele; o co jste se snažili; o co jste se podělili; práce ve škole; volný čas; náboženský život; apod.

### **5. 4. 3 Farnost**

Děti školního věku se mohou zapojit do života farního společenství. Aktivně se účastní bohoslužeb – ministrování, zpěv, četba čtení, přímluv, přinášení obětních darů; péče o kostel – úklid, květiny. V mnoha farnostech fungují ministrantské schůzky, skauting, různé akce pro děti – Mikulášská nadílka, výlety na poutní místa, prázdninové pobyty na farech, apod.

**Katecheze** je pastorační činnost v rámci evangelizace. Jejím cílem je uvést druhé do společenství a důvěrného vztahu s Ježíšem Kristem. Je to vyučování spojené se zážitkem (např. společná modlitba, prožívání Boží přítomnosti), směřuje k formování základních křesťanských postojů, přijetí Božího slova, prohloubení života víry. Děti se mají nejprve otevřít pro vnímání světa, který je jim často neznámý. Pohled na svět z hlediska náboženství a víry není nic cizího a vzdáleného od života. Katecheze se uskutečňuje ve světle a v síle Ducha svatého a vždy hlásá Krista. Účelem je proměna života.

**Výuka náboženství** probíhá buď na faře nebo ve škole. Děti se učí pravdy víry, katechismus, prohlubují své znalosti a poznatky.

---

<sup>87</sup> CANFIELD, Jack, WELS, Herold Clive: Hry pro zlepšení motivace a sebepojetí žáků, Praha: PORTÁL, s. 44.

Mladší školní věk je příznivé období pro katechezi, přípravu ke svátostem a uvedení do svátostného života. Děti jsou zvědavé, rychle se vše naučí. Po přípravě přistupují ke svátosti smíření a ke svatému přijímání. Základem je zprostředkovat pravdu, že Bůh nás miluje, dal nám život a chce, abychom byli šťastni. Tato doba je vhodná pro navykání pravidelné modlitby, účasti na mši svaté, přijímání svátostí.

U starších dětí má sloužit náboženská výchova k posílení identity, pomáhat při orientaci ve víře a motivovat ke službě druhým. Má vést k pochopení života a učinit je pozornými na své cestě.

**Cílem náboženské výchovy** je uschopňovat děti a mladé lidi k dialogu s jejich bližními a s Bohem. Způsob modlitby odpovídá osobním předpokladům. „Kolik kdo má víry, tolik se má modlit – tak, jak umí.“<sup>88</sup> Mladý člověk má v modlitbě vycházet z toho, v čem už má jistotu ve víře, aby to byla pravá modlitba; je třeba se obracet k živému Bohu. Aby se z dítěte stala zralá duchovní osobnost, musí se naučit používat v životě vědomosti, získané doma, při katechezích a na hodinách náboženství. „To je možné jen za předpokladu, že dítě bude mít zkušenosti s každodenním chozením s Bohem a naučí se na něj osobně spoléhat.“<sup>89</sup> Prostřednictvím vztahů a komunikace jsou děti povolány k apoštolátu mezi svými vrstevníky i mezi dospělými. Sebedůvěra umožní snadné navazování vztahů, dávání i přijímání lásky, vzájemné obohacování.

## **5. 5 Důvěra v době dospívání**

V době dospívání se buduje identita. Je to bouřlivé období plné zvrátů. Podle E. H. Eriksona „trvalá identita ega nemůže začít existovat bez důvěry prvního orálního stadia. Nemůže být dokončena bez příslibu naplnění, které sahá od dominantního symbolu dospělosti až k počátku života dítěte a které – podle hmatatelných důkazů společenského zdraví – vytváří na každém kroku dětství a adolescence narůstající pocit síly ega.“<sup>90</sup>

Dospívající ještě chodí do školy, plní si své povinnosti a zároveň objevuje svůj vnitřní svět, ve kterém je těžké se orientovat. Vynořují se nové pocity (prvotní zamilovanost), prohlubují se přátelské vztahy, které mnohdy trvají i celé roky. Svou citlivost a zranitelnost mládež často

---

<sup>88</sup> GUARDINI, Romano: O modlitbě, Praha: ZVON, 1991, s. 241.

<sup>89</sup> CAMPBELL, Ross: Potřebuji tvou lásku, Praha: MÁVRAT, 1992, s. 123.

<sup>90</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětství a společnost, Praha: ARGO, 2002, s. 222.

zakrývá hrubým chováním, vulgárními slovy. Velký vliv na styl života má skupina vrstevníků, parta. Mladý člověk je velmi kritický zvláště k rodičům a k lidem představujícím autoritu (učitel, kněz,...). Hledá vzory k následování, idoly, které obdivuje, napodobuje, často se s nimi identifikuje. Dospívající ještě není dospělý a potřebuje stejně jako dítě cítit lásku svých rodičů, jejich pozornost a zájem. Ross Campbell k tomu ve svém díle uvádí důvody.

Naplňování citových potřeb u adolescenta je stejně důležité jako u dvouletého dítěte. Oba zápasí o nezávislost a jako energii používají cit. Zásoba citu je nutná, aby se dospívající cítil v bezpečí, měl „dostatek sebedůvěry, kterou potřebuje ve styku se společnostmi svých vrstevníků, a aby obstál pod náporom požadavků jejich společnosti. Bez této sebedůvěry a jistoty snadno podléhá vlivu kamarádů a prožívá těžkosti ve vytváření zdravých etických hodnot.“<sup>91</sup> Dále mluví o tzv. citové nádrži, která, pokud je doplňována, dokáže ze sebe člověk vydávat to nejlepší a roste podle svých možností. „Domov je tím nejsilnějším faktorem, který určuje, jak šťastný, bezpečný a vyrovnaný mladý člověk je, jak se chová k dospělým, kamarádům nebo dětem, jak věří sám sobě a jak reaguje na nové nebo neznámé situace.“<sup>92</sup>

Další důležitou potřebou dospívajícího je soustředěný zájem zvláště od rodičů. Uspokojení této potřeby ovlivňuje pohled na sebe sama, jeho osobní důležitost, jak vnímá přijetí okolním světem. Nedostatek zájmu působí neklid, zhoršení vztahů, je brzděn citový a psychický růst.

Mladý člověk se zprvu na sebe dívá očima druhých lidí. Hledá odpovědi na otázky: Kdo jsem? Kam patřím? Co umím? Jakou cestu zvolit? Jaký smysl má život? K jakému cíli mám dojít? apod. Dochází k upevňování sebevědomí, názorů, postojů, hodnot, k sebereflexi. Postupně se zapojuje do společenského života, vybírá si přátele, partnera, profesi, volí vlastní způsob života. Pokud si neuspořádá své životní role, hrozí nestabilita, nestálost, nespolehlivost, nedostatečné sebeovládání.

### **Exkurs 5. Příklad cvičení**

Cvičení „*List vlastního ocenění*“ je neformální pracovní arch, který nepředstavuje žádné riziko a který má žákům pomoci, aby si ujasnili a verbalizovali mínění o sobě ve vztahu ke každodenním zážitkům. List osobního ocenění lze snadno modifikovat pouhou změnou povahy a struktury otázek, aby vyhovoval požadavkům širokého věkového rozpětí.

---

<sup>91</sup> CAMPBELL, Ross: Hledám svou cestu, Praha: NÁVRAT, 1993, s. 25.

<sup>92</sup> CAMPBELL, Ross: Hledám svou cestu, Praha: NÁVRAT, 1993, s. 7.



Xeroxované listy hodnocení se skládají z kousků vět nebo otázek pro vyprovokování odpovědí o zájmech a postojích sdílených všemi dětmi.<sup>93</sup> Níže uvedeme příklady otázek pro druhý stupeň základní školy. Doporučuje se deset až dvanáct vět.

Dnes se cítím velmi....

Spolužáci si myslí, že...

Jsem nešťastný, když...

Kdybych si mohl vybrat,...

Cítím se dobře, když...

Nejvíce si vážím sebe, když....

Rád bych, aby dospěli...

apod.<sup>94</sup>

### **Duchovní život**

„Hledání identity mívá náboženskou povahu.“<sup>95</sup> Mladý člověk přehodnocuje náboženský život, odkládá dětskou víru, dochází ke konverzi, hledá důvody pro svou víru, navazuje nový hlubší vztah s Bohem. „Přežití víry v této době silně závisí na obrazu Boha, který si mladý člověk odnesl z výuky v dětství.“<sup>96</sup> Jde o to, aby mladí lidé zakotvily svůj život v Bohu, který je s nimi a který jim rozumí. Aby dokázali důvěřovat, že Bůh je nikdy neopustí, že se mohou na Něho spolehnout a nemusí se ničeho obávat. Čím dříve se naučí Bohu důvěřovat, tím budou silnějšími. Důvěra chrání před malomyslností, je oporou ve chvílích samoty, chrání před sobectvím a vede k radosti. Osobní důvěrný vztah s Bohem skrze Ježíše je tím nejdůležitějším, co dává v životě jistotu. Mladý dospívající člověk může po předchozí přípravě přijmout svátost biřmování.

„Svátost biřmování pokřtěné dokonaleji spojuje s církví a obdaňuje zvláštní silou Ducha svatého, proto jsou ještě více povinni šířit a bránit víru slovem i skutkem jako opravdoví Kristovi svědkové“<sup>97</sup>

### **Práce s mládeží**

Mladí lidé potřebují prostor; nejen jako místo, ale také prostor sociální, pro setkávání s ostatními. Další potřebou mladých je potřeba vzoru. Ve svém volném čase hledají zážitky,

---

<sup>93</sup> CANFIELD, Jack, WELS, Herold Clive: Hry pro zlepšení motivace a sebepojetí žáků, Praha: PORTÁL, s. 81.

<sup>94</sup> srov. CANFIELD, Jack, WELS, Herold Clive: Hry pro zlepšení motivace a sebepojetí žáků, Praha: PORTÁL, s. 81.

<sup>95</sup> ŘÍČAN, Pavel: Psychologie náboženství, Praha: PORTÁL, 2002, s. 292.

<sup>96</sup> POWELL, John: Proč žít, proč umírat, Praha: ZVON, 1995, s. 162.

<sup>97</sup> Katechismus katolické církve, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2002, čl. 1285.

vztahy, přátelství, lásku, chtějí se bavit. Nestačí jim všední realita, touží po hlubších kvalitách života. Církev chce mladým sloužit, otevřít cestu k setkání s Ježíšem. K tomu by měly směřovat aktivity diecézních center mládeže, farností, zvláště společenství mladých; pořádání různých akcí – výlety, poutě, tábory, setkávání mládeže – vikariátní, diecézní, celostátní i mezinárodní. Na těchto setkáních zaznívá svědectví kněží i mladých lidí o obrácení, poznání svého životního povolání, o tom, jak si Bůh každého člověka vede.

Mládeži se věnují i některé řády a řeholní společnosti. Například Voršilky, Školské sestry nebo Salesiáni. Poskytují prostory, pro využití volného času, pořádají různé akce, nabízejí aktivity podle potřeb dětí – sportovní, kulturní, zájmové; vytvářejí výchovně pastorační projekty. Skupina mládeže pak buduje osobní vztahy, stává se společenstvím, podílí se na utváření programů. Mládež je nejen objektem; sama má působit mezi mladými – stává se subjektem.

S mládeží by měly v církvi pracovat zralé křesťanské osobnosti, ochotné každého přijmout, být k dispozici, respektovat zájmy jedinců, schopné duchovního doprovázení. Nenahraditelné je osobní svědectví, které spočívá v prožívání víry ve svém životě. „Člověk už tím, že se stává křesťanem, současně se stává i svědkem. A v tomto svědectví je Bůh sám přítomen. Ve svědectví křesťana pokračuje sebesdělení Boha skrze jeho svědka Ježíše. On je v procesu svědectví přítomen. V osobě svědka potkává ten, kdo svědectví přijímá, Ježíše přítomného. Svědek a ten, kdo svědectví přijímá, jsou v Bohu Otcí skrze Ducha svatého spojeni. Při svědectví se realizuje zachraňující jednání Boží vůči lidem, na němž se podílí i svědek.“<sup>98</sup> Působit na mladé znamená důvěřovat. Jen pokorný člověk, který je schopen milovat a důvěřovat i přes zklamání a neúspěchy může u druhého odhalit bohatství, které je v něm skryto, které do něho vložil Bůh.

V dnešní době chybí kritéria daná společností, závazná pro všechny. Vše se zpochybňuje a člověk se musí neustále samostatně rozhodovat. Úkolem pastorace je pomáhat vytvářet mladým kritéria pro správná rozhodnutí, přemýšlet nad životem, nad hodnotami. Církev pomáhá mladým v nalezení sebe sama, v objevení svého životního poslání, v seberealizaci podle vzoru Ježíše Krista. V něm je pravá svoboda a plnost života.

---

<sup>98</sup> KAPLÁNEK, Michal: Pastorační mládeže, Praha: Salesiánská provincie ve spolupráci se Salesiánským střediskem mládeže v Praze –Kobylisích, 1999, s. 46-47.

## 5. 6 Důvěra v mladém dospělosti

Člověk se prožívá takový, jaký je. Může důvěřovat sám sobě, svým pocitům, schopnostem, důvěřuje také jiným lidem ve svém okolí. V tomto období má zpravidla člověk zaměstnání, stálý příjem, svůj názor, identitu. Je ochoten a schopen vstupovat do konkrétních vztahů přátelských i partnerských, které vyžadují sebezapření a obět'. Nalézá svého životního partnera a zakládá rodinu nebo volí jinou cestu – duchovní – stává se knězem, řeholníkem, řeholnicí. Vymaňuje se z původní rodiny, zaujímá nový pohled na druhé lidi, na své blízké. Člověk, který se z nějakých důvodů například ze strachu, z nezralosti, z přílišné zaměstnanosti, vyhýbá intimním vztahům, upadá do izolace a osamocení.

E. H. Erikson dospěl „k závěru, že pouze postupně narůstající pocit identity, založený na zkušenosti sociálního zdraví a kulturní solidarity na konci každé velké krize dětství, slibuje v lidském životě onu pravidelnou vyváženost, která – v integraci stadií ega – vytváří pocit lidskosti. Ale všude tam, kde se tento pocit ztrácí, kde integrita ustupuje zoufalství a znechucení, kde tvořivost ustupuje stagnaci, intimita izolaci a identita zmatku, může dojít k mobilizaci řady propojených infantilních strachů.“<sup>99</sup> V každém člověku přetrvává strach z dětství, který v podobě úzkostí provází člověka celý život. V dospělosti se tyto úzkosti mohou spojit se strachem ze ztráty identity při sebeodevzdání.

Odevzdat někomu svůj život můžeme jen tehdy, pokud mu důvěřujeme. Důvěřujeme tomu, kdo je hodný naší důvěry, o kom jsme přesvědčeni, že mu můžeme věřit. Lidské vztahy jsou křehké a nejisté a člověk se stále ptá – Máš mě rád? Budeš mě milovat stále? I když dělám chyby? „Láska bez výhrad odpovídá jedné z nejhlubších tužeb nejen u dítěte, ale u každého člověka, ...“<sup>100</sup> J. Powell ve své knize poukazuje na současnou situaci. Láska je zpochybňována, klade se důraz na osobní prospěch, zaměření na sebe, usilování o vlastní štěstí. „Zdá se, že tento kult sebenaplnění je založen na předpokladu, že dát někomu své slovo a slíbit mu věrnost, v podstatě znamená vzdát se vlastní individuality a osobní identity.“<sup>101</sup> Autor je přesvědčen o opaku. Pokud někomu neslíbíme věrnost, nevznikne skutečná důvěra, ani vztah, v němž by lidé mohli růst. Každý člověk je povolán k lásce. Jedině z prožitku lásky může vyrůst smysluplný život. Jen ve vzájemném vztahu je každý plně sám sebou.

---

<sup>99</sup> ERIKSON, Erik H.: Dětství a společnost, Praha: ARGO, 2002, s. 373.

<sup>100</sup> POWELL, John: Láska bez podmínek, Praha: PORTÁL, 1994, s. 41.

<sup>101</sup> POWELL, John: Láska bez podmínek, Praha: PORTÁL, 1994, s. 31.

## Duchovní život

Duchovní život je především činnost Ducha svatého.

Pevnost víry se projeví také prohloubením naší důvěry v Boha. Důvěřovat znamená, že něco od Boha mohu očekávat. Důvěřuji Bohu, že s jeho pomocí zvládnou i složité situace mého života. Důvěra v Boha nás činí silnějšími, než jsou naše slabosti a úzkosti. Důsledkem důvěry je vnitřní pokoj. Nemusíme si dělat zbytečné starosti, nebeský Otec ví, co potřebujeme (Lk 12; 25-31).

Aby Bůh mohl skrze nás konat své dílo lásky, potřebuje k tomu naši důvěru a odevzdanost do jeho vůle. Člověk se někdy může cítit slabý a neschopný. Naším úkolem je otvírat se Bohu ve všedních událostech našeho života. Důvěra v Boha je základem pro klidný a vyrovnaný život. Neznamená to, že budeme mít méně obtíží, ale že je budeme lépe zvládat s vědomím, že na ně nejsme sami. Důvěra je lékem proti strachu a nejistotě. Bůh nás miluje víc, než my milujeme sami sebe. Pokud tomu uvěříme, a tuto pravdu přijmeme, budeme schopni svěřit své cesty do Božích rukou. On sám zná dokonale každého člověka a ví nejlépe, co je pro koho dobré.

### 5. 6. 1 Manželství

Nejdůležitější přípravou na manželství je růst ve víře.

Většina lidí je povolána k manželství a k založení rodiny. Muž a žena jsou stvořeni jeden pro druhého. Žena byla dána muži jako pomoc jemu rovná. Jejich vzájemná láska má být odrazem lásky Boží. „Láska manželů ze své přirozenosti vyžaduje jednotu a nerozlučitelnost jejich společenství, jež zahrnuje celý jejich život: Už tedy nejsou dva, ale jeden. Jsou povoláni stále zvětšovat svou jednotu věností, s jakou denně plní svůj manželský slib vzájemného úplného sebeodevzdání. Toto lidské společenství je utvrzováno, očišťováno a vedeno k dokonalosti skrze společenství s Ježíšem Kristem dané ve svátosti manželství. Prohlubuje se životem společné víry a společně přijímanou eucharistií.“<sup>102</sup> Láska je plodná, dává život, který je od počátku požehnaný Bohem a je jeho darem. Přijetím a výchovou dětí manželé naplňují své poslání a přispívají k růstu církve. „Děti jako živoucí údy rodiny přispívají svým způsobem k posvěcení rodičů.“<sup>103</sup> Přijímáním a dáváním se vzájemně obohacují a zdokonalují.

---

<sup>102</sup> Katechismus katolické církve, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2002, čl. 1644.

<sup>103</sup> DRUHÝ Vatikánský koncil: Pastorační konstituce o církvi v dnešním světě *Gaudium et spes*, (ze dne 7. prosince 1965), in: Dokumenty II. vatikánského koncilu, Praha: ZVON, 1995, čl. 48.

## 5. 6. 2 Kněžství a řeholní život

Některé lidi si Bůh povolává ke své službě. Láskyplnou odpovědí na Boží volání je vydání se Bohu a zasvěcení se mu. Je to úkon odevzdání se Bohu a cesta radikálního následování Ježíše Krista. Tento život se vztahuje k Bohu skrze víru, naději a lásku; je bytím pro Boha. „Proto snaha o charismatické zviditelnění víry, naděje a lásky vede podle tradice církve k životu v zasvěcené poslušnosti, chudobě a čistotě, neboť poslušnost je charismatický výraz víry, chudoba charismatický výraz naděje a zasvěcená čistota charismaticky vyjadřuje lásku.“<sup>104</sup> S povoláním je spojeno také poslání. Zasvěcení lidé se stávají znamením Boží přítomnosti ve světě. Svými slovy i skutky zvěstují Boží lásku a tak přispívají k budování Kristova těla – Církve. Kněží zprostředkují lidu Božímú svátosti, posilu pro pozemský život a zdroj pro život duchovní.

## 5. 7 Důvěra v dospělosti

Dospělý věk je dobou praktického prověření prvotní důvěry. Dospělý je otcem, matkou, věnuje se výchově dětí, předává jim své zkušenosti, hodnoty, ovlivňuje jejich život. V péči o rodinu nachází smysl života. Zažívá i zklamání, ztráty, pocity prázdnoty. Ne každý má rodinu a žije spokojeným životem. Je to doba, kdy se hlásí tzv. krize středního věku. Člověk přehodnocuje to, co už prožil, a přemýšlí, jak naplnit svůj další život. Výchozím bodem je tvořivá práce pro společnost a péče o potomky. „Zralý muž potřebuje být potřebován a zralost vyžaduje vedení stejně jako povzbuzení od toho, co bylo vyprodukováno a co musí být opatrováno.“<sup>105</sup> Každý dospělý byl malým dítětem a tento pocit malosti je v něm zakořeněn. „Jeho úspěchy budou měřeny touto malostí, jeho porážky jí budou opodstatněny. Otázky o tom, kdo je větší a kdo dokáže, nebo nedokáže, udělat to či ono a komu – tyto otázky vyplňují vnitřní život dospělého daleko víc, než nezbytnosti a touhy, jež chápe a které plánuje.“<sup>106</sup> Důvěrné vztahy jsou nejspokojivější formou společenského kontaktu.

---

<sup>104</sup> BROŽ, Jaroslav: Studijní texty posluchačů UK KTF, *Předloha biblické spirituality Božího povolání*, s. 5.

<sup>105</sup> ERIKSON, Erik H.: *Dětství a společnost*, Praha: ARGO, 2002, s. 366.

<sup>106</sup> ERIKSON, Erik H.: *Dětství a společnost*, Praha: ARGO, 2002, s. 242.

## Duchovní život

Zastavení na půli cesty se promítá i do duchovního života. Duchovní život má také svoje etapy. Podle Anselma Grüna je střední věk „rozhodujícím obdobím na cestě k Bohu i na cestě vlastní seberealizace.“<sup>107</sup>

„Krise středního věku otrásá základy lidského života, aby je oddělila a nově uspořádala. Z pohledu víry je dílem samého Boha. Ten pohne lidským srdcem, aby se mu otevřelo a osvobodilo se od všech sebeklamů...Pro věřícího není tato krize něčím, co ho zachvacuje zvnějšku a k jejímuž zdolání by měl využít víry jen jako své posily. V krizi působí v člověku sám Bůh, a tak je tento stav zároveň místem nového a intenzivního setkání s Bohem i nového svědectví o něm. Tato krizová fáze je mezníkem na cestě naší víry; bodem, v němž se rozhodujeme, zda Boha potřebujeme, abychom svůj život obohatili a byli schopni seberealizace, nebo jsme-li připraveni ve víře odevzdat Bohu sebe i svůj život.“<sup>108</sup>

Tato krize vede člověka do jeho nitra, kde se setkává se svým vlastním stínem. Je to bolestné sebepoznávání s vědomím, že sám člověk nezmůže nic. Je třeba se s novou důvěrou odevzdat do Božích rukou a nechat se vnitřně proměnit. „Podstatou krize víry dospělého člověka je objevit ve vztahu k Bohu smysl, důvod, proč žít a umírat.“<sup>109</sup>

## 5. 8 Důvěra ve stáří

Stáří nemá být koncem života, nýbrž jeho korunou.                   André Repond

Dbejme, aby nám stáří neudělalo vrásky také na duši, když je dělá na tváři.

Michel de Montaigne

Starý člověk se nemá ptát; co ještě mohu očekávat od života, ale co život

ještě očekává ode mne.

Zdeněk Bordovský

Ve stáří člověk sklízí plody svého života v podobě zkušeností, hodnot, nadhledu, moudrosti. Své vnitřní bohatství může předávat mladším generacím, světu. Člověk více vnímá rychlé plynutí času, pomíjivost života. Musí se vyrovnávat s úbytkem sil, s nemocemi, se ztrátou soběstačnosti, se strachem ze smrti. E. H. Erikson mluví o integritě ega. Jde o

---

<sup>107</sup> GRÜN, Anselm: V půli cesty, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2001, s. 22.

<sup>108</sup> GRÜN, Anselm: V půli cesty, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2001, s. 7-8.

<sup>109</sup> POWELL, John: Proč žít, proč umírat, Praha: ZVON, 1995, s. 170.

začlenění se do řádu světa, objevit vztah sounáležitosti, chránit důstojnost svého života, přijímat životní cyklus jako dar.

### **Duchovní život**

V každé fázi svého vývoje člověk hledá smysl života. Ve stáří člověk završuje svůj život. Stáří má být – podle různých duchovních tradic – meditativní. Člověk se odpoutává od starostí i radostí běžného života a hledá v tiché modlitbě a rozjímání vnitřní pokoj. Zralý člověk prožívá pokojnou důvěru. Ví, že moudrost spočívá v bázi před Bohem (Job;28). Svůj život přijímá jako dar; a z toho vyplývá vděčnost. V osobním setkání víry naplněném Boží přítomností se uklidní pochybnosti a nejistoty a člověk zakusí nový pocit naplnění a pokoje.

**Ke svému růstu a zrání** člověk potřebuje čas. Křesťan má růst ke spáse v církvi a spolu s církví. Pro zrání víry je nezbytná cesta pochyb a krizí. Růst ve víře nese ovoce dobrých skutků, poznávání Boha, sílu k trpělivosti, radostnou vytrvalost a vděčnost (Kol 1,10-12). „Růst člověka není jen lidské, ale i Boží, především Boží dílo. Růst Božího člověka, bez ohledu na to, v jaké úrovni byl ukončen, není torzem, ale je to ucelené dílo, jemuž poslední pečeť vtiskl ten, který člověka stvořil a přetvořil.“<sup>110</sup> Bůh je láska a miluje nás takové, jací jsme. Řídí náš život, je naším cílem.

---

<sup>110</sup> GOLUB, Ivan: Odvaha pro všední den, Kostelní Vydří: KARMELITÁNSKÉ NAKLADATELSTVÍ, 2000, s. 77-78.

## 6. DŮVĚRA U DĚTÍ – VÝZKUM

V této kapitole se zaměříme na zkoumání důvěry u dětí na prvním stupni základní školy. Z hlediska etap vývoje jsou to děti mladšího školního věku od šesti do deseti let. Zvolili jsme metodu dotazníku a stanovili dvě hypotézy. Bylo rozdáno celkem 134 dotazníků žákům prvních, druhých, třetích a čtvrtých tříd v Základní škole sv. Voršily.

Tématem zkoumání je sebedůvěra, která se buduje a je hodně ovlivňována právě ve školním věku. Dotazníky byly sestaveny na základě toho, co by měli umět děti, které si věří. Autoři knihy *Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti* uvádějí deset schopností pro hodnocení sebedůvěry.

1. Budovat dobré vztahy, navazovat a udržovat přátelství, komunikovat s přáteli.
2. Nebát se nových možností a zkušeností.
3. Přiměřeně riskovat, být ochoten naučit se novým dovednostem a znalostem, nebát se zapojit do soutěží, vzít na sebe určitou odpovědnost.
4. Být si vědom své úspěšnosti, vědět o svých schopnostech a umět je využívat k prospěchu ostatních.
5. Pocit sounáležitosti, vědět, že někam patřím.
6. Umět prosadit svá práva a respektovat práva druhých, umět vyjádřit vlastní názor, myšlenky, pocity.
7. Umět zvládat své emoce – strach, smutek, hněv, láska, vyrovnat se se ztrátou a neúspěchem.
8. Umět se rozdělit o to, co mám – hračky, sladkosti, pozornost, čas, schopnosti.
9. Být si jistý sám sebou, optimistický přístup k životu, věřit ve vlastní síly.
10. Smysl pro odpovědnost, přijmout odpovědnost za své chování a postoje, nechat druhým možnost samostatného rozhodování.<sup>111</sup>

Byly sestaveny dva dotazníky, z nichž každý měl svou hypotézu. Dotazník 1 (viz. příloha 2) byl dán skupině, kde převažovaly mladší děti (nejvíce bylo dětí sedmiletých), dotazník 2 (viz. příloha 3) vyplňovali děti starší (nejvíce dětí bylo v rozmezí osm až deset let). Všechny rozdané dotazníky se vrátily vyplněné, jen několik málo otázek zůstalo nezodpovězeno. Děti s vyplňováním dotazníku neměly problémy.

Nejprve v krátkosti představíme školu, ve které probíhal výzkum vybrané cílové skupiny (kap. 6.1). V dalších dvou kapitolách stanovíme hypotézy (kap. 6.2 a 6.3). Pak se

---

<sup>111</sup> Srov. BERNEOVÁ, H. Patricia, SAVARY, M. Louis: *Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti*, Praha: PORTÁL, 1998, s. 126.



postupně seznámíme s výsledky výzkumu a přesvědčíme se, zda budou hypotézy potvrzeny, či nikoliv.

## **6. 1 Základní církevní škola svaté Voršily**

Základní církevní škola svaté Voršily je školou s rozšířeným vyučováním jazyků, Fakultní školou Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy a sídlí v Ostrovní ulici v centru Prahy. Školu navštěvují děti z celé Prahy.

Posláním a cílem školy je poskytovat základní vzdělání, vytvářet prostředí školního společenství v duchu evangelijní svobody a lásky, pomáhat dětem, aby rozvíjely svou osobnost a získávaly poznání o světě, o životě a o člověku ve světle víry. Škola je otevřená požadavkům doby a slouží veřejnému prospěchu. Poskytuje alternativní volbu křesťanské výchovy a předává dětem duchovní hodnoty odpovídající lidské potřebě nalézt smysluplnou životní orientaci.<sup>112</sup>

Výchova a vzdělání jsou vzájemně propojeny. „Vzdělávání v celém průběhu života je založeno na čtyřech pilířích: učit se poznávat, učit se jednat, učit se žít společně a učit se být.“<sup>113</sup> Škola žáky učí, aby pracovali samostatně a zodpovědně. Klade vysoké požadavky na chování a prospěch, přičemž respektuje jejich osobní předpoklady. Od učitelů se požaduje znalost efektivního řízení třídy, které zahrnuje získávání žáků pro spolupráci a předcházení rušivému chování. Specifikou školy je katolický výchovný projekt, který dává žákům křesťansky orientovanou formaci. Opírá se o zásady tzv. mericiánské pedagogiky, což se projevuje v přátelské atmosféře, ovlivňující vzájemné vztahy. Škola se snaží vytvářet bezpečné prostředí pro všechny bez ohledu na původ, národnost, náboženství či zdravotní handicap. Paní ředitelka Jana Nováková často opakuje: „Na každém z vás nám záleží, na každém z vás záleží.“ Při utváření výchovného společenství opravdu záleží na chování i angažovanosti každého jedince.

---

<sup>112</sup> srov. Základní církevní škola sester Voršilek: *Dlouhodobá koncepce školy*, Praha: 2002, s. 1-4.

<sup>113</sup> Základní církevní škola sester Voršilek: *Výchovný program školy*, Praha: 2000, s. 1.

## 6. 2 Hypotéza a metoda 1

Z předchozích kapitol vyplývá, jak je důležitá důvěra v životě člověka, jak se získává, jak se dá rozvíjet. Důvěra se posiluje různými pedagogickými prostředky. Jedním z nich je bezpodmínečná láska a přijetí dítěte. Dítě musí cítit, že je milováno a přijímáno. Nyní budeme zkoumat, zda se potvrdí tato hypotéza:

### Děti, které se cítí přijímány si více důvěřují.

Dotazník byl rozdán žákům dvou prvních tříd, druhé a třetí třídě; celkem šedesáti osmi dětem. Procentuální zastoupení z hlediska věku vypadalo takto: šestileté děti – 5,9; sedmileté děti – 44,1; osmileté děti – 26,5; devítileté děti - 26,5 a desetileté děti – 2,9 procent. Chlapců bylo 25, což je 36,8 procent a dívek 43, to je 63,2 procent.

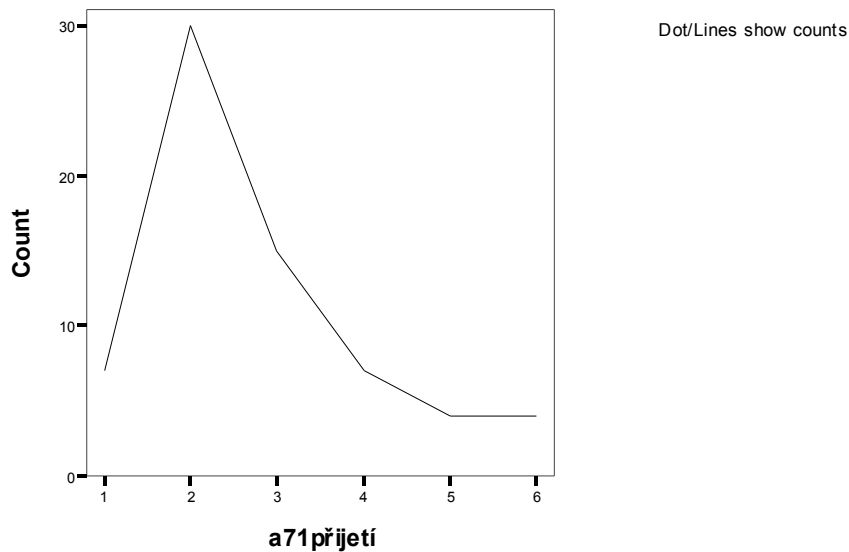
V popředí našeho zájmu je hodnota přijetí. Byla zpracována na základě odpovědí na otázku č. 7, 14, 20 a 23. Výsledky vidíme na níže uvedené tabulce 1 a na grafickém znázornění. Hodnoty 1-6 v prvním sloupci označují míru přijetí. Utvoříme-li dvojice 1-2, 3-4, 5-6, vyjde nám, že 37 dětí (54,4 procent), což je více než polovina, se cítí nejvíce přijímané. Malou míru přijetí vykazuje jen 8 dětí (11,8 procent).

Tabulka 1

### a71přijetí

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	7	10,3	10,4	10,4
	2	30	44,1	44,8	55,2
	3	15	22,1	22,4	77,6
	4	7	10,3	10,4	88,1
	5	4	5,9	6,0	94,0
	6	4	5,9	6,0	100,0
	Total	67	98,5	100,0	
Missin g	System	1	1,5		
Total		68	100,0		

## Graf: grafické znázornění pocitu přijetí



Přijetí z hlediska pohlaví dopadlo takto: 60 procent chlapců vykazuje nejvyšší míru přijetí, 16 procent nejnižší míru; 52 procent dívek má nejvyšší míru přijetí a jen 10 procent nejnižší míru přijetí.

Tabulka 2

### a2pohlaví \* a71b\_přijetí Crosstabulation

		a71b_přijetí			Total	
		1,00	2,00	3,00		
a2pohlaví	chlapec	Count	15	6	4	25
		% within a2pohlaví	60,0%	24,0%	16,0%	100,0%
	dívka	Count	22	16	4	42
		% within a2pohlaví	52,4%	38,1%	9,5%	100,0%
Total		Count	37	22	8	67
		% within a2pohlaví	55,2%	32,8%	11,9%	100,0%

Tabulka 3 ukazuje, jaký vliv na přijetí má rodinné zázemí. Rodinné zázemí bylo zjišťováno prostřednictvím otázek č. 3, 9, 21 a 23. Z tabulky vidíme, že 40,6 procent dětí, se cítí nevíce přijato a má i nejlepší rodinné zázemí. Naproti tomu i velmi dobré zázemí (svislý sloupec 2) vykazuje 42,9 procent s podílem nejmenšího přijetí (vodorovný sloupec 3). Z výzkumu cílové skupiny vyplývá, že pocit přijetí, hodně ovlivní dobré rodinné zázemí. To dokazuje i poměrně vysoká hodnota 42,9 procent na průsečíku obou třetích sloupců. Avšak i dobré rodinné zázemí ještě u dětí automaticky nezaručuje silný pocit přijetí.

**Tabulka 3**

**a71b\_přijetí \* a77zázemí Crosstabulation**

		a77zázemí				Total
		1	2	3	4	
a71b_přijetí 1	Count	13	14	4	1	32
	% within a71b_přijetí	40,6%	43,8%	12,5%	3,1%	100,0%
2	Count	9	8	2	2	21
	% within a71b_přijetí	42,9%	38,1%	9,5%	9,5%	100,0%
3	Count	1	3	3	0	7
	% within a71b_přijetí	14,3%	42,9%	42,9%	,0%	100,0%
Total	Count	23	25	9	3	60
	% within a71b_přijetí	38,3%	41,7%	15,0%	5,0%	100,0%

Tabulka 4 znázorňuje korelaci mezi přijetím a důvěrou k rodičům. Důvěra k rodičům byla zjišťována otázkami č. 7, 8, 10, 13, 15, 21 a 23. Pocit přijetí a důvěra k rodičům se ve značné míře ovlivňují a na sobě závisí.

**Tabulka 4****Correlations**

		a71b_přije tí	a76rod_důvě ra
a71b_přijetí	Pearson	1	,325(*)
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		
	N		
a76rod_důvěra	Pearson	,325(*)	1
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		
	N		

Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

Dále byl zjišťován vztah mezi přijetím a otevřeností k druhým (tabulka 5). Otevřenost k druhým byla zjišťována otázkami č. 6, 11 a 12. Z výzkumu vyplývá, že mezi přijetím a otevřeností je ještě větší souvislost, než mezi přijetím a důvěrou k rodičům.

**Tabulka 5****Correlations**

		a71b_přije tí	a75otevře no st
a71b_přijetí	Pearson	1	-,318(**)
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		
	N		
a75otevřenost	Pearson	-,318(**)	1
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		
	N		

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Zajímavé zjištění bylo ve vztahu důvěry k rodičům a sebedůvěry (viz tabulka 6). Sebedůvěra byla zpracována na základě odpovědí na otázky č. 14, 17, 18 a 25. Korelace je nízká, to znamená, že tyto hodnoty se navzájem málo ovlivňují. Děti, které si málo věří, mohou mít velkou důvěru k rodičům nebo k jiným lidem a naopak.

**Tabulka 6**

**Correlations**

		a73sebed ůvěra	a76rod_ důvě ra
a73sebedůvěra	Pearson	1	,144
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)	67	50
	N		
a76rod_ důvěra	Pearson	,144	1
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)	50	50
	N		

Tabulka 7 ukazuje souvislost mezi přijetím a sebedůvěrou. Už na první pohled je vidět, že pocit přijetí velmi ovlivňuje sebedůvěru dětí. Rovněž korelace v tabulce 8 je velmi významná. 40,5 procent dětí se cítí nejvíce přijaté mají i vyšší stupeň sebedůvěry. O něco nižší stupeň sebedůvěry má 54,1 procent dětí, které se také cítí nejvíce přijaté.

Další zkoumaný vztah byl mezi sebedůvěrou a sebehodnocením. Korelace je vysoká, což potvrzuje úzkou souvislost. Děti s vyšší sebedůvěrou mají i pozitivnější hodnocení, než děti s menší sebedůvěrou. Z výsledků výzkumu vyplývá, že tato naše hypotéza se potvrdila.

**Tabulka 7**

**a71b\_přijetí \* a73sebedůvěra Crosstabulation**

		A73sebedůvěra				Total
		1	2	3	4	
a71b_přijetí 1	Count	15	20	1	1	37
	% within a71b_přijetí	40,5%	54,1%	2,7%	2,7%	100,0%
2	Count	7	8	5	2	22
	% within a71b_přijetí	31,8%	36,4%	22,7%	9,1%	100,0%
3	Count	0	3	3	2	8
	% within a71b_přijetí	,0%	37,5%	37,5%	25,0%	100,0%
Total	Count	22	31	9	5	67
	% within a71b_přijetí	32,8%	46,3%	13,4%	7,5%	100,0%

**Tabulka 8**

**Correlations**

		a71přijetí	a73sebedůvěra
a71přijetí	Pearson Correlation	1	,465(**)
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	67	67
a73sebedůvěra	Pearson Correlation	,465(**)	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	67	67

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed)

## 6. 3 Hypotéza a metoda 2

Protože duchovní a duševní život nejsou dvě věci od sebe oddělené, ale je mezi nimi vzájemný vztah, budeme nyní zkoumat vztah mezi důvěrou v Boha a sebedůvěrou. Důvěra v Boha je záležitostí mezi Bohem a člověkem, dítětem, a je těžké tento vztah jakkoliv posuzovat. Přesto se pokusíme v dalším dotazníku zjistit souvislost mezi sebedůvěrou dítěte a jeho důvěrou v Boha. Hypotéza zní:

### **Děti, které důvěřují Bohu, důvěřují zdravě samy sobě.**

Dotazník vyplňovali žáci druhé, třetí a čtvrté třídy; celkem šedesát šest dětí. Procentuální zastoupení z hlediska věku: sedmileté děti – 4,5; osmileté děti – 28,8; devítileté děti – 25,8; desetileté děti – 33,3; jedenáctileté děti – 7,6 procent. Chlapců bylo 25, což je 37,9 procent a dívek 41, to je 62,1 procent.

Nejprve se budeme zabývat vírou a důvěrou v Boha. Víra byla v dotazníku charakterizována otázkami č. 4, 5, 7; důvěra otázkami č. 6, 8, a 10. Následující dvě tabulky 9 a 10 ukazují výsledky. Otázky, týkající se víry, byly formulovány obecně. Ptali jsme se, zda věří v Boha, jestli Bůh pomáhá lidem, a jestli si myslí, že se Bůh na někoho zlobí. Důvěra v Boha byla zjišťována osobnějším otázkami č. 6, 8, 10. Korelace mezi vírou a důvěrou v Boha nevznikla.

**Tabulka 9**

**b2pohlaví \* b81víra\_v\_Boha Crosstabulation**

			b81víra_v_Boha			Total
			dobře	průměr	špatně	
b2pohlaví	chlapec	Count	15	5	3	23
		% within b2pohlaví	65,2%	21,7%	13,0%	100,0%
	divka	Count	24	14	1	39
		% within b2pohlaví	61,5%	35,9%	2,6%	100,0%
Total		Count	39	19	4	62
		% within b2pohlaví	62,9%	30,6%	6,5%	100,0%



**Tabulka 10****b2pohlaví \* b82důvěra\_v\_Boha Crosstabulation**

		b82důvěra_v_Boha			Total	
		dobře	průměr	špatně		
b2pohlaví	chlapec	Count	4	14	5	23
		% within b2pohlaví	17,4%	60,9%	21,7%	100,0%
	divka	Count	16	18	6	40
		% within b2pohlaví	40,0%	45,0%	15,0%	100,0%
Total		Count	20	32	11	63
		% within b2pohlaví	31,7%	50,8%	17,5%	100,0%

Na osobní modlitbu jsme se ptali otázkami č. 9 a 11. Velká korelace byla zjištěna mezi modlitbou a důvěrou v Boha (tabulka 12), nikoliv mezi modlitbou a vírou (tabulka 11).

**Tabulka 11****Correlations**

		b81víra_v_Boha	b83modlitba
b81víra_v_Boha	Pearson Correlation	1	,196
	Sig. (1-tailed)		,072
	N	62	57
b83modlitba	Pearson Correlation	,196	1
	Sig. (1-tailed)	,072	
	N	57	60

**Tabulka 12**

**Correlations**

		b82důvěra_v _Boha	b83modlitb a
b82důvěra_v_Bo ha	Pearson Correlation	1	,282(*)
	Sig. (1-tailed)		,016
	N	63	58
b83modlitba	Pearson Correlation	,282(*)	1
	Sig. (1-tailed)	,016	
	N	58	60

- Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

Veličina b 90 v tabulce 13 se skládá z hodnot víry, důvěry v Boha a modlitby. U chlapců je nejvyšší procentuální zastoupení ve druhém sloupci, zatímco u dívek jsou hodnoty v prvním a druhém sloupci poměrně vyrovnané.

**Tabulka 13**

**b2pohlaví \* b90super\_víra Crosstabulation**

		b90super_víra			Total	
		1	2	3		
b2pohlaví	chlapec	Count	5	12	3	20
		% within b2pohlaví	25,0%	60,0%	15,0%	100,0%
	divka	Count	15	17	3	35
		% within b2pohlaví	42,9%	48,6%	8,6%	100,0%
Total		Count	20	29	6	55
		% within b2pohlaví	36,4%	52,7%	10,9%	100,0%

Další hodnota, která nás zajímá, je sebedůvěra (otázky č. 12,19, 25). V tabulce 14 vidíme, že 83,3 procent dětí s dobrou sebedůvěrou také nejlépe zvládá své emoce. Vysoká korelace mezi sebedůvěrou a zvládáním emocí je zaznamenána v tabulce 15.

**Tabulka 14**

**b84sebedůvěra \* b87zvládání\_emocí Crosstabulation**

		b87zvládání_emocí			Total	
		dobře	průměr	špatně		
b84sebedůvěra	dobře	Count	10	1	1	12
		% within b84sebedůvěra	83,3%	8,3%	8,3%	100,0%
	průměr	Count	4	5	3	12
		% within b84sebedůvěra	33,3%	41,7%	25,0%	100,0%
	špatně	Count	3	4	2	9
		% within b84sebedůvěra	33,3%	44,4%	22,2%	100,0%
Total		Count	17	10	6	33
		% within b84sebedůvěra	51,5%	30,3%	18,2%	100,0%

Do veličiny b91 v tabulce 16 je zahrnuta námi zjišťovaná sebedůvěra, dále sebehodnocení (otázky č. 17, 21, 22), otevřenost k druhým (otázky č. 13, 14, 16), a již zmíněné zvládání emocí. Tabulka ukazuje v prvním sloupci u chlapců vyšší procentuální zastoupení sebedůvěry než u dívek.

**Tabulka 15**

**Correlations**

		b87zvládání _emocí	b84sebe důvěra
b87zvládání_emo cí	Pearson	1	,350(*)
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		
	N		
b84sebedůvěra	Pearson	,350(*)	1
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)		
	N		

\* Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

**Tabulka 16**

**b2pohlaví \* b91super\_sebedůvěra Crosstabulation**

			b91super_sebedůvěra			Total
			1	2	3	
b2pohlaví	chlapec	Count	4	3	0	7
		% within b2pohlaví	57,1%	42,9%	,0%	100,0%
	dívká	Count	6	6	2	14
		% within b2pohlaví	42,9%	42,9%	14,3%	100,0%
Total		Count	10	9	2	21
		% within b2pohlaví	47,6%	42,9%	9,5%	100,0%

Konečně se dostáváme ke vztahu mezi vírou v Boha a sebedůvěrou. Tabulka 17 znázorňuje nevýznamnou korelaci. Z této i z dalších korelací vyplývá, že tato naše hypotéza se nepotvrdila.

**Tabulka 17**

**Correlations**

		b82důvěra_v _Boha	b84sebe důvěra
b82důvěra_v_Bo ha	Pearson	1	,230
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)	63	37
	N		
b84sebedůvěra	Pearson	,230	1
	Correlation		
	Sig. (1-tailed)	37	38
	N		

**Shrnutí výsledků výzkumu**

Výzkum prokázal, že děti, které se cítí přijímány si více důvěřují. Tato první hypotéza se potvrdila a vychází i z teoretické části práce. Z výzkumu vyplývá, že většina dětí zkoumané skupiny se cítí přijímána. To je dobrý předpoklad pro budování zdravé sebedůvěry.

Druhá hypotéza - Děti, které důvěřují Bohu, důvěřují zdravě sami sobě – se nepotvrdila. Děti v tomto věku většinou vnímají víru spíše jako plnění náboženských úkonů (chození do kostela, účast na hodinách náboženství, společná modlitba, atd.). Vztah k Bohu založený na důvěře ještě potřebuje čas k růstu a zrání. Z výsledků výzkumu bylo zjištěno, že sebedůvěra přímo nezávisí na důvěře v Boha, i když s ní nepochybně souvisí. V této vybrané skupině se prokázalo, že jen málo dětí má nízkou sebedůvěru. Na otázky týkající se víry děti odpovídali kladně. Toto zjištění je předpokladem pro budování vztahu s Bohem, kde jsou dvě určující otázky, týkající se obrazu Boha a pohledu na sebe.

## 7. ZÁVĚR

Dospěli jsme k závěru, že důvěra je opravdu důležitým předpokladem pro lidský i duchovní růst a značně přispívá k rozvíjení ucelené osobnosti.

Důvěřivost či nedůvěřivost jsou vlastnosti získané zkušeností a učením. Zdravá míra důvěry a sebedůvěry je potřebná k navázání dobrých mezilidských vztahů. Důvěra k sobě i k lidem má své limity; musí být kontrolována rozumem. Přehnaná sebedůvěra člověku neprospívá.

Ve vztahu k Bohu je možné mluvit o důvěře neomezené. Právě proto, že člověk je slabý a ať si to přizná nebo ne, je závislý na Bohu, svém Stvořiteli. Důvěra v Boha neznamena, že Bůh za nás bude řešit všechny naše problémy. Jsou však situace, na které lidské síly nestačí a je potřeba naučit se spoléhat na někoho, kdo má větší moc, kdo má vše ve svých rukou. Každodenní spoléhání na Boha, uznání své slabosti a závislosti je těžké zvláště tehdy, kdy je člověk ovlivněn konzumním myšlením, snaží se vše si zajistit vlastními silami a podléhá klamnému pocitu nezávislosti. Člověk, který má ducha chudoby, může žít z naděje, kterou nabízí Bůh. Nespoléhá se na žádné jiné jistoty, své starosti předkládá Bohu. Když všechno selže, jen důvěra pomůže jít v temnotách.

Po světě chodí mnozí lidé, kteří i v dospělém věku trpí zraněními z dětství. Nezískali prvotní důvěru ke světu, možná ani nezažili bezpodmínečnou lásku rodičů, prožili mnoho neúspěchů, chybí jim sebedůvěra, nebo nemají přátele a cítí se osaměle, nedaří se jim navazování přátelských vztahů. Mnoho potíží v životě člověka vzniká z emočních zranění v dětském věku, zvláště z pocitu nepřijetí. Často se projevují psychosomatickými nemocemi, konflikty ve vztazích, atd. Vnitřní zranění jsou ‚slabá místa,‘ skrze něž často působí zlo.

Jak těmto lidem pomoci? Nejúčinnější je jít k Bohu, neboť on jediný má moc vyléčit každou nemoc a každé zranění. Není limitován časem a má přístup do všech oblastí našeho života. On léčí celého člověka, tedy nejen tělesné nebo psychické nemoci; On uzdravuje i vztah a víru v něho. Ve třetí kapitole byla zmínka o moci lidského slova. Oč větší moc má slovo Boží, které dokáže měnit životy lidí i celý svět. Boží slovo je tvůrčí. Božím stvořitelským slovem vše vznikalo z ničeho. Boží slovo uzdravuje i křísí z mrtvých. A to je velká naděje pro všechny zklamané, nedůvěřivé a zraněné.

Psychologická či psychoterapeutická pomoc je užitečná v tom, že umožní odhalit kořeny potíží. Člověk může vidět sebe i své problémy z jiného úhlu pohledu. Umožní mu poznat a pochopit úzkosti a strachy, které bývají příčinou jeho jednání i jeho neúspěchů. Ale lidská pomoc je omezená. Hluboká vnitřní zranění odstranit nemůže, jen je vysvětlí.

Boží prostředky jsou účinnější, než prostředky psychologické. Patří mezi ně svátosti, Boží slovo a modlitba. Modlitby za uzdravení se konají například na charismatických setkáních, na exerciciích, při adoracích, apod. Bůh uzdravuje prostřednictvím lidí, kteří jsou v jeho službě, jsou mu oddaní a plní jeho vůli. Jsou to kněží i laici skrze něž působí Duch svatý. Bůh dává život a milosrdenství i v lidsky bezvýchodných situacích. Život si nezajistíme vlastní silou, inteligencí, majetkem nebo technickým pokrokem, ale máme možnost důvěry.

## 8. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

### 8. 1 Prameny

EKUMENICKÁ RADA CÍRKVÍ. *Bible: Písmo svaté Starého a Nového zákona: Český ekumenický překlad*. Praha: Zvon, 1991.

ERIKSON, Erik H. *Dětství a společnost*. Praha: Argo, 2002. ISBN 80-7203-380-8.

NAKONEČNÝ, Milan. *Základy psychologie*. Praha: Academia, 1998. ISBN 80-200-0689-3.

ROGERS, Carl R. *Sloboda učit' sa*. Modra: Persona, 1998. ISBN 80-967980-0-6.

### 8. 2 Literatura

ABELN, Reinhard; KNER, Anton. *Neboj se*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 1993. ISBN 80-85527-34-0.

ANGOVÁ, Marta, VACÍNOVÁ, Marie. *Jak se to chováš*. Praha: Empatie, 1994. ISBN 80-901618-5-5.

BERNEOVÁ, H. Patricia; SAVARY, M. Louis. *Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-855-4.

BLATNÝ, Marek; PLHÁKOVÁ Alena. *Temperament, inteligence, sebepojetí*. Tišnov: Sdružení SCAN, 2003. ISBN 80-86620-05-0.

BROŽ, Jaroslav. *Předloha biblické spirituality Božího povolání*, Studijní texty posluchačů UK KTF.

CAMPBELL, Ross. *Hledám svou cestu*. Praha: Návrat, 1993. ISBN 80-85495-22-8.

CAMPBELL, Ross. *Potřebuji tvou lásku*. Praha: Návrat, 1992. ISBN 80-85495-11-2.

CANFIELD, Jack; WELS, Harold Clive. *Hry pro zlepšení motivace a sebepojetí žáků*, Praha: Portál, 1995, ISBN 80-7178-028-6.

DOBSON, James. *Být sám sebou*. Praha: Návrat domů, 1994. ISBN 80-85495-32-5.

ERIKSON, Erik H. *Životní cyklus rozšířený a dokončený*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 1999. ISBN 80-7106-291-X.

GEIST, Bohumil. *Psychologický slovník*. Praha: Vodnář, 2000. ISBN 80-86226-07-7.

GOLUB, Ivan. *Odvaha pro všední den*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2000. ISBN 80-7192-252-8.



- GROSCHER, Benedikt. *Povstaň z temnot*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-448-2.
- GRÜN, Anselm. *V půli cesty*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-569-1.
- GUARDINI, Romano. *O modlitbě*. Praha: Zvon, 1991. ISBN 80-7113-038-9.
- HŘEBÍK, Josef. *Speciální úvod do SZ*, Studijní texty posluchačů KTF UK.
- KAPLÁNEK, Michal. *Pastorace mládeže*. Praha: Salesiánská provincie ve spolupráci se salesiánským střediskem mládeže v Praze-Kobylisích, 1999.
- KARNSOVÁ, Michelle. *Jak budovat dobrý vztah mezi učitelem a žákem*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-032-4.
- KOPŘIVA, Pavel, et al. *Respektovat a být respektován*. Kroměříž: Spirála, 2006. ISBN 80-901873-7-4.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Povídej – naslouchám*. Praha: Návrat, 1993. ISBN 80-85495-18-X.
- LÉON-DUFOUR, Xavier: Slovník biblické teologie, Řím: VELEHRAD – KŘESŤANSKÁ AKADEMIE, 1981.
- LEWIS, David. *Tajná řeč těla*. Praha: Victoria Publishing, 1995. ISBN 80-85605-49-X.
- MIŘEJOVSKÝ, Jan. *Biblický slovník*. Praha: Kalich, 1991. ISBN
- NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. Praha: Academia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.
- Naše víra. Sborník úvah o katolické víře*. Praha: Zvon, 1991. ISBN 80-7113-005-2.
- POWELL, John. *Láska bez podmínek*. Praha: Portál, 1994. ISBN 80-85282-11-9.
- POWELL, John. *Proč žít, proč umírat*. Praha: Zvon, 1995. ISBN 80-7113-137-7.
- RAHNER, Karl, VORGRIMLER, Herbst. *Teologický slovník*. Praha: Zvon, 1996. ISBN 80-7113-088-5.
- ROGERS, Carl R. *Ako byt' sám sebou*. Bratislava: Iris, 1995. ISBN 80-88778-02-6.
- ROSEOVÁ, Angie, WEISSOVÁ, Lynn. *Rozvíjíme sebedůvěru dětí*. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-176-2.
- ŘÍČAN, Pavel. *Psychologie náboženství*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-547-4.
- SMAHEL, Rudolf. *Duševní vývoj a duchovní zrání dítěte*. Olomouc: Matice Cyrilometodějská, 1997.
- TOMÁŠEK, František. *Pedagogika*. Brno: Nibowaka, 1992. ISBN 80-901294-0-4.
- ZÁKLADNÍ CÍRKEVNÍ ŠKOLA SISTER VORŠILEK: *Dlouhodobá koncepce školy*, Praha: 2002, s. 1-4.
- ZÁKLADNÍ CÍRKEVNÍ ŠKOLA SISTER VORŠILEK: *Výchovný program školy*, Praha: 2000, s. 1.

### **8. 3 Církevní dokumenty**

*Katechismus katolické církve*. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství, 2001. ISBN 80-7192-488-1.

DRUHÝ VATIKÁNSKÝ KONCIL. Pastorální konstituce o církvi v dnešním světě *Gaudium et spes*. In *Dokumenty II. vatikánského koncilu*. Praha: Zvon, 1995. ISBN 80-7113-089-3.

DRUHÝ VATIKÁNSKÝ KONCIL. Věřoučná konstituce o církvi *Lumen Gentium*. In *Dokumenty II. vatikánského koncilu*. Praha: Zvon, 1995. ISBN 80-7113-089-3.

JAN PAVEL II. *Salvifici Doloris*: O křesťanském smyslu lidského utrpení. Praha: Zvon, 1995. ISBN 80-7113-151-2.

BENEDIKT XVI. *Deus caritas est*: O křesťanské lásce. Praha: Paulínky, 2006. ISBN 80-86949-03-6.

## 9. ABSTRACT

Catholic Theological Faculty, Charles University, Prague

Thesis: Trust: The Premise for a Human and Religious Growth

Author: Bc. Marie Mládková

Tutor: Dr. Vojtěch Eliáš

Date: September 2007

The aim of the thesis "Trust: The Premise for a Human and Religious Growth" is to stress the importance of trust in a particular life stage of a human being, i.e. his/her human as well as religious growth with a view to a younger pupilage. This thesis contains seven chapters where just one important key word can be found: Trust. The sixth chapter deals with the research which was focused on the investigation of trust hold by children at the first stage of the elementary school.

Life is not possible without trust. Trust is needed for establishment of well-balanced interpersonal relationships, for building relation to myself and relationship with God, too. A human being grows into the society and becomes a personality. To trust means to rely, to depend, to be drifted along on one hand and not to build only upon own potencies on the other one. Trust represents the basis of faith and love. Trust is strongly connected with hope that is an anchor of our life. Trust opens the path for God so that he could enter the world throughout us.

### Key words

Trust

God

Relationship

Growth

Communication

## **10. PŘÍLOHY:**

Příloha 1 – Osm stadií života podle E. H. Eriksona

Příloha 2 – Dotazník 1

Příloha 3 – Dotazník 2

## Příloha 1

### OSM STADIÍ ŽIVOTA PODLE E. H. ERIKSONA

(převzato a upraveno)<sup>114</sup>

	A	B	C	D	E	F	G	H
Věková stadia	Psycho-sexuální stadia (amody)	Psycho-sociální krize	Okruh významných vztahů	Základní ctnosti	Jádrová patologie, základní negace	Odpovídající principy sociálního řádu	Ritualizace	Ritualismy
<b>I. kojenecký věk</b>	orálně-respiratorní, senzorio-kineestetické (inkorporativní)	základní důvěra vs. základní nedůvěra	mateřská osoba	naděje	stažení se	kosmický řád	numinózní	idolismus („modlářství“)
<b>II. rané dětství</b>	análně-uretrální, muskulární (retentivně-eliminativní)	autonomie vs. stud, pochybnost	rodičovské osoby	vůle	nutkání	„zákon a řád“	soudní	legalismus
<b>III. věk hry</b>	infantilně-genitální, lokomotorická (intruzivní, inkluzivní)	iniciativa vs. vina	základní rodina	záměr	inhibice	ideální vzory	dramatická	moralismus
<b>IV. školní věk</b>	„latence“	snaživost vs. méněcennost	„sousedství“, škola	schopnost	netečnost	technologický řád	formální (technická)	formalismus
<b>V. adolescence</b>	puberta	identita vs. zmatení identity	skupiny vrstevníků a citi skupiny, modely vůdcovství	věnost	odpuzování	ideologický světónázor	ideologická	totalismus
<b>VI. mladá dospělost</b>	genitalita	intimita vs. izolace	partneři v přátelství, sexu, soutěžení, kooperaci	láska	odlučování	vzorce kooperace a soutěžení	afiliativní (sjednocující)	elitářství
<b>VII. dospělost</b>	plodivost (?)	generativita vs. stagnace	dělba práce a sdílená domácnost	péče	odmítání	směry vzdělávání a tradice	generativní	autoritářství
<b>VIII. stáří</b>	generalizace senzuálních modů (?)	integrita vs. zoufalství	„lidstvo“, „můj rod“	moudrost	pohrdání	moudrost	filozofická	dogmatismus

<sup>114</sup> ŘÍČAN, Pavel, Psychologie náboženství, Praha: PORTÁL, 2002, s. 281.

## Příloha 2

### DOTAZNÍK 1

1. Kolik je ti let ? .....
2. Jsi - chlapec ? - dívka ?
3. S kým žiješ ?  
-s tatínkem -s maminkou -s bratrem, sestrou -s babičkou, dědečkem  
-někým jiným (s kým?).....
4. Líbí se ti ve třídě ?  
-ano -ne -jen někdy
5. Kolik máš sourozenců ? .....
6. Kde zažiješ nejlepší zábavu ?  
-ve škole -doma -na kroužku -venku s kamarády  
-někde jinde (kde?) .....
7. Když jsi smutný/smutná, za kým půjdeš ?  
-za tatínkem -za maminkou -za sourozencem -za někým jiným (za kým?)  
.....
8. Komu bys řekl/řekla své největší tajemství ?  
-nikomu -rodičům -sourozencům -kamarádům  
-někomu jinému (komu?) .....
9. Co ti udělá největší radost ?  
-když máš pěkné známky -nedělní výlet s rodiči -když tě někdo pochválí
10. Kdo je tvým velkým vzorem, komu by ses chtěl/chtěla podobat ?  
.....
11. Koho bys pozval/pozvala na oslavu narozenin ?  
.....
12. S kým si doma nejvíc hraješ ?  
-sám -s rodiči -se sourozenci -s kamarády -s někým jiným(s kým?)  
.....
13. Komu nejvíc věříš ?.....
14. Často se cítíš  
-šťastný/šťastná, v pohodě -nešťastný/nešťastná, něco tě trápí

15. Povídáš si doma s rodiči o škole, o kamarádech ?  
 -ano      -ne      -jen někdy
16. Máš kamaráda/kamarádku, který/která tě nezradí ?  
 -ano, mám      -ne, nemám
17. Umíš navázat přátelství jako první ?  
 -ano, jdu za spolužákem a oslovím ho      -ne, počkám, až někdo přijde za mnou
18. Když se ti ve škole někdo posmívá, nadává ti, nebo tě uhodí, co uděláš ?  
 -oplatím mu to      -řeknu to paní učitelce      -už s ním nekamarádím  
 -řeknu mu, že mi to vadí, aby to nedělal
19. Je něco, co umíš nejlépe z celé třídy ?  
 -ne      -nevím      -ano(co?) .....
20. Mají tě spolužáci rádi, jsi oblíbený ?  
 -ano      -ne      -jen někdy
21. Když se tě rodiče ptají na školu, řekneš jim všechno ?  
 -ano, všechno, co se ten den stalo      -jen něco, aby se nezlobili  
 -o škole se doma nebavíme
22. Co se ti na tobě líbí ? .....
23. Věříš, že tě mají rodiče rádi, i když se na tebe zlobí ?  
 -ano, mají mě rádi      -když se zlobí, bojím se, že mě rádi nemají
24. Jaký/jaká jsi ve škole ?  
 -tichý/tichá      -hlučný/hlučná      -zábavný/zábavná      -nudný/nudná
25. Co umíš dobře ?  
 -nic      -číst      -psát      -počítat      -cvičit      -zpívat      -kreslit      -plavat  
 -hrát na hudební nástroj      -něco jiného(co?) .....
- .....

### Příloha 3

#### DOTAZNÍK 2

1. Kolik je ti let ?.....
2. Jsi - chlapec ? - dívka ?
3. S kým žiješ ?  
-s tatínkem -s maminkou -s bratrem, sestrou -s babičkou, dědečkem  
-s někým jiným (s kým?) .....
4. Věříš v Boha ?  
-ano -ne -nevím
5. Myslíš si, že Bůh se na někoho zlobí?  
-ano -ne -nevím
6. Zlobí se Bůh na tebe ?  
-ne -nevím -ano (proč?).....
7. Pomáhá Bůh lidem ?  
-ano -ne -nevím
8. Pomohl Bůh někdy tobě ?  
-ne -nevím -ano (kdy to bylo?) .....
9. Modlíš se sám/sama ?  
-ano -ne -někdy
10. Věříš, že Bůh tě má rád ?  
-ano -ne -nevím
11. Už jsi někdy něco sám/sama Bohu řekl/řekla ?  
-ne -ano (kdy to bylo?).....
12. Je něco, co umíš nejlépe z celé třídy ?  
-ne -nevím -ano(co?).....
13. Máš kamaráda/kamarádku, který/která tě nezradí ?  
-ano, mám -ne, nemám
14. Umíš navázat přátelství jako první ?  
-ano, oslovím spolužáka první -ne, počkám, až někdo přijde za mnou



15. Když se ti ve škole někdo posmívá, nadává ti, nebo tě uhodí, co uděláš ?  
 -oplatím mu to    -řeknu to paní učitelce    -už s ním nekamarádím  
 -řeknu mu, že mi to vadí, aby to nedělal
16. Co uděláš, když dostaneš čokoládu nebo něco dobrého ?  
 -rozdělím se se sourozenci, s kamarádem, s kamarádkou, s maminkou, s tatínkem  
 -pochutnám si na ni sám/sama  
 -dám ji někomu jinému (komu a proč?).....  
 .....
17. Mají tě spolužáci rádi, jsi oblíbený ?  
 -ano    -ne    -jen někdy
18. Když se tě rodiče ptají na školu, řekneš jim všechno ?  
 -ano    -ne    -jen někdy
19. Co se ti na tobě líbí ? .....
20. Věříš, že tě mají rodiče rádi, i když se na tebe zlobí ?  
 -ano, mají mě rádi    -když se zlobí, bojím se, že mě rádi nemají
21. Jaký/jaká jsi ve škole ?  
 -tichý/tichá    -hlučný/hlučná    -zábavný/zábavná    -nudný/nudná
22. Co umíš dobře ?  
 -nic    -číst    -psát    -počítat    -cvičit    -zpívat    -kreslit    -plavat  
 -něco jiného(co?) .....
23. Co děláš, když máš na někoho vztek ?  
 .....  
 .....
24. Když se ti nelíbí, jak se k tobě spolužák chová, řekneš mu to ?  
 -ano    -ne
25. Napiš nejméně tři svoje vlastnosti.  
 .....  
 .....  
 .....