

„Pojďme na hranu, potřebujeme to“

Přechod dívky v ženu a chlapce v muže. Pomoci má nový program.

Vysokoškolský pedagog Pavel Michalík zahajuje semináře s teenagery. Jak zdravě dospět? „Dnes je možné být daleko snadněji opuštěný, zavřený v iluzi virtuálního světa, mít pocit, že jsem stále s někým, a přitom být sám,“ říká pro deník Metro, proč s kolegyní vytvořil program Staň se sám sebou.

Přechod do dospělosti, to mi dnes přijde spíš jako rituál tradičních kultur. Co je cílem programu?

My to nazýváme 4S. Svoboda, Soucit, Sounáležitost, Síla. A z toho plyne zdravé sebevědomí. Jednoduše řečeno jde o to, aby si mladý člověk už v průběhu dospívání uvědomil, kdo je, kam jde a čeho je součástí a naučil se se sebou zacházet.

Jaké vidíte problémy dnešních mladých lidí?

V základu se dnešní mladí od nás neliší. Vnitřně touží po tom, aby byli rodiči přijati jako dospělí, aby navázali dobrý vztah, aby vydělali peníze a zabezpečili rodinu, aby žili šťastný život. Jen ta vnější forma se generaci od generace mění, dnes revolta není swing, ale squat, místo psaní dopisů se dělá selfičko s hashtagem.

Program právě začíná. Kde jste se inspiroval?

Ano, od začátku března poběží první skupina. Zdrojů naší inspirace je více. Jednou z nich je výcvik Mužská síla, který jsem absolvoval a kde se s tématem dospívání pracuje. Pak třeba kurz psychologa Breta Stephensona, který je přímo zaměřen na rizikové faktory v dospívání.

Na vašem webu čtu slova jako práce s emocemi, strachem, agresi. Jakou formou chcete zaujmout?

Způsobů je víc. Jednak je důležitý prožitek, pracujeme s příběhy, hrami, pohybem, ale i ztišením, nasloucháním. V rámci skupiny se dostáváme do míst, pro které je nejlepší označení „hrana“. Místo, kam v tomhle věku přirozeně chceme vstoupit a které hledáme. To je místo, kde

jsme zranitelní a zároveň odvášní. Víte, co působí nejvíc? Když si nehrajete na moudrou autoritu. Prostě nehodnotíte, nasloucháte a nastavíte hranice. K tomu jste otevření a ukážete, že i vy jste zranitelní a dokonce že nemáte ve všem jasno ani pravdu.

Proč mají dívky a chlapci přijít právě za vámi?

Já jsem si všechna témata, která v programu máme, prožil na vlastní kůži. A zjistil jsem, že je obrovský rozdíl neustále něco skrývat, před něčím utíkat anebo se s tím potkat, přijmout to - to je to důležité slovo - a jít dál. Nejzávažnější na tom je, že o spous-

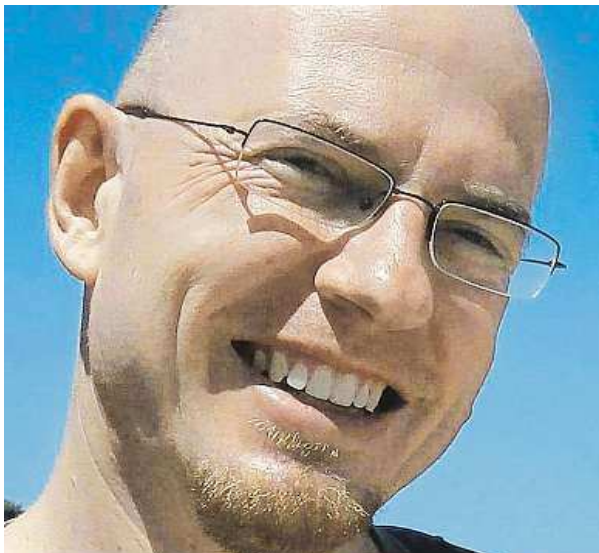
a holek. Je důležité, aby komunikace byla bezpečná a také vyvážená. Navíc v programu chceme ukazovat to, jak vypadá mužská polarita a jak polarita ženská, jak tyto energie ovlivňují náš život.

Kolik stojí účast?

Je to 4050 korun za pololeť, za devět večerů po třech hodinách. Jde o skupinu maximálně patnácti dospívajících od 14 do 19 let.

O prázdninách pořádáte týdenní tábor, ale už zítra se koná seminář v pražské Maitrey. Co tam bude?

Prožitek toho, jaké je to být v kontaktu sám se sebou.



Spoluautor programu, pedagog Pavel Michalík

ARCHIV

tě věcí, které mě svazovaly, jsem neměl vůbec tušení. Jedna za všechny, nikdy mně nikdo v okolí v průběhu dospívání nepřijal jako dospělého. Nikdo mi neřekl, dobře, teď už jsi nám předvedl, že opravdu umíš jednat dospěle, že máš odvahu i rozum. Vítejte mezi dospělými. To je totiž pro chlapa jedna ze stěžejních životních vět. Takže jsem si pak neustále dokazoval, že už dospělý jsem, aniž bych o tom věděl. Vzdoroval jsem v práci autoritám a hledal stále, koho bych čím oslnil, pouštěl se do stále větších a riskantnějších dobrodružství. Takových mužů je na světě obrovské množství.

V programu jste ve dvojici se ženou. Je to důležité?

Pracujeme ve smíšené skupině, kterou někdy dělíme podle pohlaví. Pak probíráme témata z pohledu kluků

Trocha pohybu, příběh, naslouchání i informace. Ono v téhle oblasti nejde říct nikdy přesně, co bude. Máme několik variant toho, kam se vydáme, jenže skupina sama nakonec přinese téma, které se ukáže pro lidi v ní důležité.

Mají dorazit jenom mladí lidé nebo i rodiče?

Samozřejmě, že i rodiče. Jednak se dozví, co jejich děti čeká, a jednak, podpora rodiny v celém procesu dospívání je nezbytná. Je tedy důležité, aby nás poznali i rodiče. Aby věděli, jak s dětmi komunikujeme, jak s nimi pracujeme, aby také věděli, kam děti vedeme, a nepřekvapilo je, když se domů vrátí třeba s otázkou: „Tati a proč vlastně děláš tu práci, kterou děláš?“

JAN
DAVID
jan.david@metro.cz