

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu



4

„Dokud jsem byl dítě, mluvil jsem jako dítě (...).
Když jsem se stal mužem, překonal jsem to, co je
dětinské“

(1Kor 13,11)

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu

„Dokud jsem byl dítě,
mluvil jsem jako dítě (...).
Když jsem se stal mužem,
překonal jsem to, co je
dětinské“

(1Kor 13,11)



1 Podívej se na následující fotografie. Jsou to fotky stejné osoby, zachycené však v různých okamžicích jejího života. Prohlédni si dobře tvář na každém obrázku a zkus je seřadit chronologicky. Usmadníme ti to letopočty, korespondujícími s každým obrázkem.

1918 – 1925 – 1934 – 1950 – 1969 – 1980 – 1990 – 2008



1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu



2 Myslíš, že tvář této ženy vyjadřuje to samé v těchto třech obdobích jejího života?

Pokus se napsat, co vyjadřuje každá fotografie: pohled, výraz, postoj, úšklebek ...







Navrhujeme vám, abyste požádali rodiče a prarodiče, ať vám ukážou fotky, když ještě byli malé děti a mladí, a společně uvidíte změny. Možná to bude velmi hezký zážitek.



3 Zveme vás, abyste vytvořili skupiny a zasoutěžili si. Na následujících stránkách uvidíte řadu fotografií. Máte poznat osobnosti na fotografiích z dětství. Která skupina jich uhodne víc?

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu

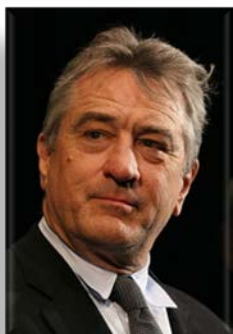
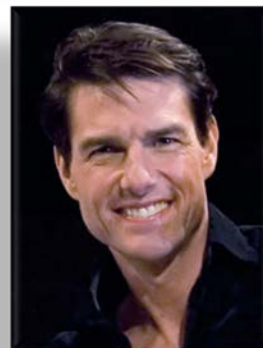
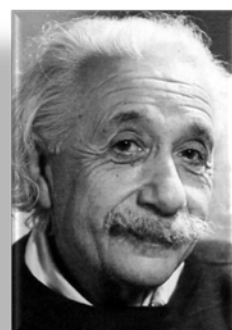
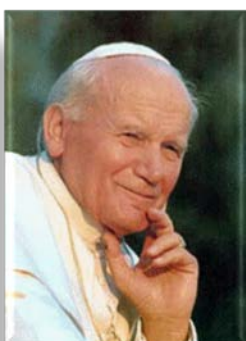


PŘI BUDOVÁNÍ LÁSKY

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu



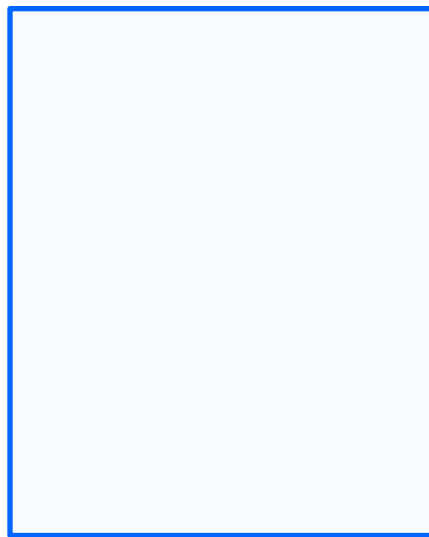
PŘI BUDOVÁNÍ LÁSKY

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu

4 A teď ty. Porovnej svou fotografii z dětství s jinou aktuální fotografií.



Jaké změny pozoruješ? Jaké pocity to v tobě vyvolává?



5 A co ostatní? Zveme tě, abys položil následující otázky svým příbuzným:

Co cítím, když vidím, jak rosteš?

Co cítím, když vidím, jak rosteš?	
OTEC	
MATKA	
SOUROZENEC	
DĚDEČEK	
BABIČKA	

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu



- 6 Zveme Vás, abyste vytvořili 4 skupiny. Každá skupina má za úkol rozebrat aktivity, které rozvíjejí malé děti, co se týče her, hraček, učení se, zodpovědnosti, soběstačnosti, časového rozvrhu a bude je porovnávat s aktivitami, které provádíte v současnosti. Každá skupina představí své závěry ostatním.

	MALÉ DĚTI	SOUČASNOST
Skupina 1: Hry		
Skupina 2: Soběstačnost		
Skupina 3: Časový rozvrh		
Skupina 4: Zodpovědnost		



- 7 Nyní tě ve chvíli osobní reflexe zveme, abys při odpovídání na následující otázky šel/šla do hloubky:

✎ Mám schovanou nějakou věc z mého dětství? Proč ji opatruji?

✎ Proč chci dospět? Mám z toho radost, nebo je mi to líto?

✎ Které věci mi z doby mého dětství chybí? Co postupně získávám a co nechávám za sebou?

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu

✎ Mohu ovládat tělesné změny, ke kterým u mě dochází? Záleží na mně, zda víc povyrostu nebo zda mi poroste víc fousů?

✎ Mohu ovládat změny ve svém duševním rozpoložení?

✎ Mění se moje záliby, co mám chuť dělat. Mohu si mezi nimi vybírat?

✎ A co vztahy k ostatním, také se mění?



Dospívání je obdobím změny. Je krokem do období dospělosti. Přesto být dítětem, abych se stal mladým člověkem, dospělým.

Dochází k mnoha změnám ve všech aspektech mého života:

- Mé tělo se mění.
- Mění se také má zodpovědnost, můj rozum, má vůle.
- Najednou zakouším mnoho pocitů. Občas nových, občas protichůdných. Často nevím, co se děje.
- Mění se i moje společenské zájmy. Často potřebuji být sám/sama a při jiných příležitostech mám potřebu cítit něčí společnost. Můj vztah s rodiči se mění, také s kamarády, s chlapci, s děvčaty ...
- Proměňuje se i můj duchovní život. Moje víra se mění se mnou, je osobní.

1 JÁ – OSOBA

4

Mé tělo se mění a objevuji svou identitu

Abych poznal sám/sama sebe, je dobré rozpoznat všechny tyto změny, ke kterým u mě dochází. Navíc, když je znám, mohu řídit svou reakci: svým rozumem a vůlí; když poslouchám své srdce; vykládám si své city; rozhoduji se, jak se budu vztahovat k druhým; učím se poznávat své tělo, učím se dobře mluvit svým tělem ..., a především přijímám všechny tyto změny, přijímám sám/samu sebe, mám se rád/a, miluji sám/samu sebe.

8 Nakonec tě zveme, aby ses NENECHAL/A UNÉST všemi těmito změnami, nýbrž aby TYS byl/a HLAVNÍ POSTAVOU.

Navrhujeme ti, aby sis napsal/a do zápisníku všechny okamžiky, kdy jsi musel/a učinit nějaké rozhodnutí, kdy sis musel/a vybrat ze dvou či více možností (byť by se jednalo o každodenní, běžné situace).

Popiš onu situaci, vysvětli možnosti, které jsi měl/a na výběr, jakou cestu sis zvolil/a, a jak ses cítil/a.

Pomůže ti to poznat sebe.



Situace	Možnosti	Volba	Pocit

1 JÁ – OSOBA

PŘI BUDOVÁNÍ LÁSKY



1 JÁ – OSOBA





Co si sbaším
do batohu?

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.