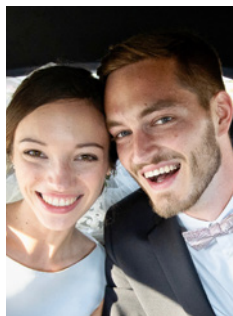


PORADENSKÉ CENTRUM PRE RODINY FAMILY GARDEN



správa
o činnosti



január – december 2019



ÚVODNÍK

Pozerám sa na prázdny papier predo mnou. Mám napísať úvodník. Akosi mi to nejde. Tak ako aj minulé roky, tak aj teraz som si nechala tento text na koniec. Vždy to bola taká pomyselná bodka za našou niekoľko týždňovou prácou na výročnej správe o predošlom roku. Je 23. marec 2020. Prvý deň aktívneho fungovania našej novej slovenskej vlády. Druhý týždeň obmedzenia viacerých aktivít nášho centra. Všade okolo je pandémia koronavírusu. Prerušili sme naše obľúbené prednášky pod kostolom na Miletičke, neprebíha príprava snúbencov, nerealizujú sa rôzne vzdelávania, pozastavili sme aj osobné stretnutia s našimi klientmi. Naše priestory tu na Trnávke stíchli. Nestretávame sa. Ráno vyjdem s rúškom z domu, potom cesta autom, práca v kancelárii a večer domov. Množstvo donedávna bežných a samozrejímavých vecí sa teraz nedá... Často sa ma preto zmocňujú rôzne emócie. Práve som sa začítala do mojich úvodníkov z minulých výročných správ. Ich text mi veľmi živo a detailne pripomenul presne to, čím som vtedy žila. Čo si prajem, aby mi v budúcnosti pripomenul tento text? Že sme napriek všetkému nestratili nádej. Že sme sa s tými, ktorí to potrebovali, rozprávali prostredníctvom monitoru, že niektoré vzdelávania prebiehali online (a čuduj sa svete, technika fungovala celé dni aj keď nás bolo veľa), že sme plánovali, radili sa s odborníkmi, pripravovali nové aktivity, premýšľali, čo nám táto nová situácia prináša, že sme sa s dôverou modlili. Tiež si chceme spomenúť, ako som v tieto dni silno vnímala obrovské množstvo priateľov a sympatizantov okolo nás. Že bol čas na rozhovory, utužovanie vzťahov či sceľovanie tých naštrbených. Všetkým vám, ktorí ste boli v roku 2019 a ste aj v tieto dni akýmkoľvek spôsobom súčasťou Family Garden, patrí veľké ĎAKUJEM.

A aby som nezabudla. Už rok mám nového kolegu. Môjho manžela Kamila. Teraz skončím s písaním, pôjdem za ním do vedľajšej kancelárie a keď vkročím, usmeje sa na mňa ako vždy a povie: „Kati, neboj, bude dobre... to zvládneme.“ A tak odkazujem nám všetkým - nebojme sa a nestrácajme nádej, to zvládneme :-).

**KTO JE
FAMILY
GARDEN**

Slovo „family“ vyjadruje
cieľovú skupinu – rodinu, ktorá je základom
spoločnosti. Slovo „garden“, v preklade
záhrada, v človeku vyvoláva pocit oddychu
a načerpania nových síl.

P

Poradenské centrum pre rodiny FAMILY GARDEN sa venuje podpore zdravého fungovania rodín. Zameriava sa v prvom rade na manželov. Ak majú manželia zdravý a vyzretý vzťah, vytvárajú predpoklady pre zdravú a fungujúcu rodinu, ktorá je schopná denne riešiť a odpovedať na potreby všetkých jej členov, ale aj okolia a súčasnej doby. Zdravá a funkčná rodina je príkladom aj pre nastupujúce generácie. Aktivity centra sú určené aj pre snúbencov, jednotlivcov, opustených – pre všetkých, ktorým záleží na fungujúcich vzťahoch.

Slovo „family“ vyjadruje cieľovú skupinu – rodinu, ktorá je základom spoločnosti. Slovo „garden“, v preklade záhrada, v človeku vyvoláva pocit oddychu, načerpania nových síl. Volba anglického názvu má zdôrazniť, že centrum je tu najmä pre mladých, ktorí sa rozhodujú alebo rozhodli pre svoje životné povolanie. Obe slová sú však jednoduché a mali by byť známe aj pre staršiu generáciu. Svätý Ján Pavol II. pri svojej návšteve Slovenska v roku 2003 v Banskej Bystrici okrem iného povedal: „Rodina je sadom, v ktorom sa vychováva k zodpovednej slobode.“

Family Garden poskytuje pomoc v dvoch hlavných rovinách – v preventívnej oblasti a v sprevádzaní. V oblasti prevencie ponúka pravidelné svedectvá manželov a odborné prednášky na aktuálne témy súvisiace s rodinou, predmanželské prípravy, vzdelávacie programy či rozhovory s koučmi. V oblasti sprevádzania majú záujemcovia možnosť dohodnúť si osobné stretnutie s koučom, prípadne iným odborníkom, na tému, v ktorej sa potrebujú posunúť.

Prístup Family Garden k riešeniu problémových situácií v manželstvách, ale aj v prípade jednotlivých členov rodiny, je založený na pravidelnosti, odbornosti a nadväzuje na osvedčené a celosvetovo uznávané metódy saleziánskeho preventívneho výchovného systému. Family Garden poskytuje pomoc všetkým, ktorí prejavia vôľu, bez ohľadu na vieru či vierovyznanie. Centrum zastrešujú laici – saleziáni spolupracovníci v Bratislave na Miletičovej ulici. Do konkrétnej spolupráce sú zapojení aj viacerí odborníci: gynekológ, psychológ, kňaz, právnik, finančný poradca, kresťanskí koučovia, manželské páry, mladí dobrovoľníci.

Z

Združenie saleziánov spolupracovníkov (ASC) založil svätý Ján Boseo v Turíne 9. mája 1876. Saleziáni spolupracovníci sú treťou vetvou saleziánskej rodiny (po saleziánoch SDB a saleziánkach FMA). Je to verejné zhromaždenie veriacich katolíkov – laikov i diecéznych kňazov, ktoré sa venuje širokému mládežníckemu hnutiu a ľudovému apoštolátu.

Saleziánske dielo na Slovensku sa začalo rozvíjať v roku 1924 príchodom prvých slovenských saleziánov. V súčasnosti pôsobi na Slovensku viac ako 1000 saleziánov spolupracovníkov v 27 strediskách.

Ich základným poslaním je apoštolát vo farnostiach, v ktorých žijú. Zameriavajú sa na ľudskú a kresťanskú výchovu detí a mládeže, ale venujú sa aj snúbencom, manželom a rodinám. Podľa svojich schopností sa snažia slúžiť každému, kto ich potrebuje.



**SALEZIÁNI
SPOLUPRACOVNÍCI**

Viac o ASC stredisku
na Miletičovej ulici:
www.mileticka.sk/asc

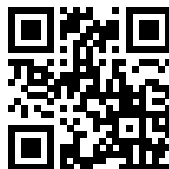
KONTAKT

Nájdete nás v bratislavskej
časti Trnávka na Pavlovičovej
ulici v priestoroch Rodinného
centra Mamy Margity.



Poradenské centrum pre rodiny –
FAMILY GARDEN
Pavlovičova 3
821 04 Bratislava-Trnávka

mobil: 0949 590 504
e-mail: bratislava@familygarden.sk
web: www.familygarden.sk
fb: www.facebook.com/FAMILYGARDEN.sk



ELENA ŠTOFIROVÁ



Tím Family Garden

Vo Family Garden pôsobí od roku 2014. Jej úlohou sú najmä administratívne a organizačné práce: príprava a distribúcia plagátov k prednáškam, objednávky, faktúry, vyúčtovanie grantov, podklady pre účtovníčku a pomoc počas výcvikových kurzov. Keďže ide o dielo saleziánov spolupracovníkov na Miletičovej ulici, túto prácu berie ako možnosť byť aktívnou v povolani saleziánskej spolupracovníčky - teda ako možnosť pomáhať mladým a rodinám, na ktorých jej záleží. Je dôchodkyňou a teší ju, že môže byť ešte užitočná aj mimo svojej rodiny. Má štyri deti. So svojím manželom sa okrem práce okolo domu a záhrady snažia pomáhať rodinám svojich detí a príležitostne vo svojej farnosti.

Tím
Family
Garden



S Family Garden spolupracuje od roku 2017, keď prijala ponuku vedenia centra pomôcť s podporou tohto rozrastajúceho sa diela. V roku 2019 organizačne podporovala prípravu a realizáciu pravidelných i príležitostných aktivít centra, ako kouč sa prostredníctvom rozhovorov venovala klientom centra, organizačne i lektorsky podporovala výcvik Kresťanský kouč. Je vyštudovaný pedagóg, profesionálny softvérový špecialista a medzinárodne akreditovaný kouč.

**MIRIAM
NĚMCOVÁ**



**KATARÍNA
BAGINOVÁ**

**Tím
Family
Garden**

Stála pri samom začiatku vzniku Family Garden. Pôvodne sa venovala pedagogickej činnosti. Avšak po podnete od bratov saleziánov, ktorí ju v roku 2012 oslovili s myšlienkou vybudovať centrum pre rodiny, školstvo opustila a naplno sa venuje tejto práci. Ako riaditeľka FG pripravuje a koordinuje jeho rôznorodé aktivity. V oblasti prevencie manažuje odborné prednášky a svedectvá manželov, tvorí a lektoruje rôzne vzdelávacie výcviky a ako akreditovaný kouč v Medzinárodnej federácii koučov ICF sa stretáva s klientmi centra, prípadne s kýmkoľvek, kto chce okúsiť silu premieňajúceho rozhovoru. Spolu s manželom Kamilom sú vo sviatosťnom manželstve 28 rokov, majú tri dospelé deti, jedného teenagera a jedno vnúčatko. Viac ako 30 rokov vedú detský folklórny súbor Kremienok v Bratislave, kde pôsobí ako choreografka a ktorým prešlo viac ako 700 detí, prevažne z kresťanských rodín. Spolu s manželom sa venuje prípravám snúbencov na manželstvo a sprevádzaniu manželov v kríze.

Tím Family Garden

S Family Garden spolupracuje od myšlienky na jej vznik, vďaka svojej manželke Kataríne. Najprv ako dobrovoľník, no od marca 2019 vstúpil do spolupráce s FG na plný úväzok. Po 25 rokoch totiž ukončil svoje pôsobenie ako manažér v telekomunikačnej firme. Vo Family Garden tak naplno využíva svoje predehádzajúce skúsenosti s riadením organizácie, so strategickým plánovaním, s projektovým riadením a fundraisingom.

Prečo prijal ponuku pracovať pre Family Garden na plný úväzok a ako hodnotí svoje pôsobenie, sa dozviete v rozhovore na ďalšej strane.

**KAMIL
BAGIN**



K

Kamil je vyštudovaný elektrotechnický inžinier s dvadsaťpäťročnou manažérskou praxou. Od roku 2009 je saleziánom spolupracovníkom. So svojou manželkou Katarínou žijú dvadsaťosem rokov vo sviatostnom manželstve, majú štyri deti a jedného vnuka. Spoločne už tridsať rokov vedú detský folklórny súbor Kremienok (on ako manažér a ona ako umelecká vedúca). Okrem toho sa už viac ako pätnásť rokov venujú sprevádzaniu manželských párov a viac ako desať rokov príprave snúbencov.



Čo bolo dôvodom, že si prijal ponuku pracovať vo Family Garden?

Vo Family Garden sa angažujem od jeho vzniku, dokonca už od času, keď prišla len prvá idea o založení rodinného centra. Tým, že moja manželka Katarína bola saleziánmi prizvaná do tohto projektu od prvotného uvažovania a neskôr dostala ponuku rodinné centrum viesť, prežíval som to spolu s ňou. A to doslova. Jednak sme sa spolu zdieľali a radili, čo a ako na začiatku robiť. Taktiež mi to umožnilo poskytnúť jej, alebo iným vtedajším kolegom, moje praktické zručnosti a skúsenosti. Aj keď je pravdou, že som to robil po večeroch, po návrate z mojej vtedajšej práce. Naše manželstvo považujem za veľký dar od Boha, ktorý sme si nijako nezaslúžili. Pracovať aktívne pre podporu manželstiev a rodín spolu s Katkou vnímame ako našu misiu. Nielen konkrétnymi aktivitami, ale aj osobným príkladom. Keď som raz na jednom zo stretnutí úzkeho pracovného tímu v rámci strategického uvažovania o budúcnosti FG dostal otázku: „Kde sa vidíš eca o 5 rokov?“ moja odpoveď bola: „Rád by som pracoval na plný úväzok vo FG.“ Mal som totiž už z môjho 25-ročného pôsobenia v korporátnej firme na rôznych manažérskych postoch svoj „pohár naplnený“. Božím riadením sa táto moja túžba uskutočnila nie o 5, ale už o 1 rok. Vtedy sa mi začali prejavovať zdravotné problémy, ktoré mohli byť spôsobené mojím permanentným stresom v práci a ja som mal v tom okamihu jasno. Prvým krokom bola preto výpoveď v práci, druhým krátky oddych a tretím nástup do FG.

Je to zrejme veľká zmena prejsť z pozície manažéra v telekomunikačnej spoločnosti do neziskovej organizácie.

Áno, najmä v tom, že teraz nemám nad sebou „Damoklov meč“ termínov (niekedy absolútne nereálnych) od môjho šéfa alebo iných riaditeľov. Že nemám na sebe tlak prepúšťania mojich podriadených, ktorý som musel ako manažér každoročne riešiť. Vráťane udržiavania pozitívnej atmosféry v našom tíme, ktorý bol z roka na rok šťihlejší

a kolegovia museli prevziať často ďalšiu prácu po prepustených kolegoch. No a v neposlednom rade mi to dáva veľkú úľavu v tom, že ma nikto neobmedzuje počtom dovolenkových dní za rok, ktoré som často vyčerpával už v septembri (vďaka našim aktivitám). Teraz prežívam relatívnu slobodu v tom, do čoho a kedy sa pustiť. Na druhej strane cítim väčšiu zodpovednosť za svoje/naše rozhodnutia, keďže vo FG sme výrazne menší tím, ako som mal v bývalej práci. Čo je však pre mňa asi najdôležitejšie – vnímam to ako veľké požehnanie, že môžem denne spolupracovať s mojou manželkou, a že spoločne tvoríme niečo nové a spolupracujeme na zmysluplných veciach.

Ako hodnotíš prvých 10 mesiacov svojho pôsobenia vo FG?

Prirovnávam to k veľkému upratovaniu. Po príchode do FG som našiel viacero vecí, procesov a systémov nedostatočne funkčných. Mnohé veci fungovali akosi zotrvačne, ale z pohľadu rozrastajúceho sa centra by neboli dlhodobou udržateľné. A keďže som človek systematický, mám rád poriadok a pravidlá (tým nehovorím, že dovtedy žiadne neboli :-)), začal som viacero vecí nastavovať a meniť. Na začiatku som tým spôsoboval kolegyniam šok (najmä svojej manželke :-)), ale postupne si zvykli. Svoju rolu som od začiatku vnímal a doposiaľ vnímam, ako rolu projektového manažéra. Týka sa to viacerých oblastí – nastavenia fungovania organizácie, vnútorných procesov, plánovania aktivít, kapacít a zdrojov, nastavenia finančných tokov a fundraisingu. Veľkou kapitolou je starostlivosť o existujúce a budúce granty. Ako nová oblasť sa pre mňa aktuálne odкрýva aj lektorstvo v rámci novopripravovaných vzdelávaní. Ešte si to vyžaduje viac prípravy a „uvoľnenia si rúk“ z aktuálnych úloh. Ďalšou oblasťou je fundraising, kde sa stále učím. Beriem to však ako nové výzvy a teším sa, kam nás Duch Svätý povedie.

**ODBORNÍ
GARANTI**

PhDr.
MARIÁN KUBEŠ
CSc., PCC (ICF)

don
MARIÁN VALÁBEK
SDB

MUDr.
MAREK DRÁB
PhD.

K

Kresťanský koučing na Slovensku postupne nadobúda jasnejšie kontúry. Nielenže pribúdajú noví absolventi, pribúdajú aj skúsenosti s tým, kde všade sa dá využiť. Čoraz častejšie za ozývajú aj záujemcovia o prácu s kresťanským koučom. Stále však musíme pracovať na niekoľkých oblastiach. Jednou je ešte hlbšie ukotvenie tohto druhu pomáhajúceho rozhovoru v učení našej Cirkvi, ďalšou je komunikácia dovnútra kresťanských spoločenstiev o úžitku, ktorý kresťanský koučing prináša. A napokon je tu aj priestor na otvorenie nových aplikačných možností vo výchove a vzdelávaní, v sprevádzaní manželstiev v ťažkostiach a mnohých ďalších.

F

Family Garden má za sebou ďalší rok služby v Bratislave, ale aj na celom Slovensku a pre Slovensko. No nemôžeme so svojou službou prestať... Stále potrebujeme hľadať, ako a čím ľuďom v našich prostrediach pomáhať a ako sa orientovať, najmä v tomto, už nie kresťanskom prostredí! Nie sme už v režime kresťanského sveta, pretože viera je často až potieraná, vysmievaná, odsúvaná bokom a zosmiešňovaná. Zdôraznil to Benedikt XVI., keď pri vyhlásení Roka viery (2012) napísal: *„Zatiaľ čo v minulosti bolo možné považovať kultúrny kontext za jednoliaty a naďalej odkazujúci na obsahy viery a ňou inšpirované hodnoty, dnes sa vo veľkých oblastiach spoločnosti zdá, že z dôvodu hlbokej krízy viery, ktorá postihla mnohých ľudí, to už tak nie je”* (Apoštolský list motu proprio Porta fidei, 2). To, čo napísal, platí a potvrdzuje to aj súčasný pápež František, keď sa opiera o spomínaný citát z Porta fidei. Preto je naša služba dôležitá a musíme stále nanovo hľadať cestu k ľuďom dnešnej doby a v ich krízach a ťažkostiach im chceme pomáhať sa orientovať... a dobre sa rozhodovať.

V

Veľa sme prežili, pohli sa výrazne ďalej, no zaznamenávame v našich ambulanciách problémy, ktoré odrzkadľujú chorú spoločnosť. Viazne rozvoj spoločných priestorov, kde by sme radi zaviedli napríklad informačný systém či edukačné monitory. Žijeme veľkú krízu povolani všetkého druhu. Od duchovných cez svetskú až po povolanie zdravotnej sestry. Žijeme rovnako krízu autority, všetci môžu všetko, a všetci vedú všetko. Chýba schopnosť obetovať sa. My však chceme priniesť niečo iné. Neliečiť len telo, ale dotýkať sa aj duši. Pišem tento text na pozadí všadeprítomného patogénu, ktorý obopína celú zemeguľu. Patogén z čeľade Coronaviridae, z podčeľade Orthocoronavirinae, konkrétne nováčik tejto rodiny – vírus SARS-CoV-2. Corona znamená koruna. My však vieme, že tejto plagi koruna nepatrí, pretože patrila, patrí a navždy bude patriť niekomu inému. Minulý rok som písal o túžbe pozvať na Slovensko Enrica Petrilla. Zatiaľ sa to nepodarilo. Verím, že keď sa svet, a obzvlášť milované Taliansko, pozbiera z novodobej katastrofy, nadíde ten správny čas plniť túžby.

PREDNÁŠKY

Prednášky odborníkov a svedectvá manželov sa konajú pravidelne a sú určené pre širokú verejnosť. Najčastejšími témami sú otázky spolužitia manželov alebo fungovania rodiny.

P

Prednášky, ktoré odzneli počas roku 2019:

Slavomíra Brigantová, Mgr. et MTS
Milovať aj keď ľudská láska bolí?

Mgr. Mário Schwarz, PhD.
Ako zlepšiť komunikáciu vo vzťahu

PhDr. Gabriela Herényiová, PhD.
**Vychovávajme príkladom,
nie darčekom**

Mgr. Lucia Drábiková, PhD.
Odpustenie, cesta k slobode

JUDr. Miriam Staněková
Právne vzťahy v rodine

*„Páči sa mi najmä výber
tém, väčšina ma upúta
a mám záujem sa na
prednáškach zúčastniť.“*





MANŽELIA HOLÚBKOVCI

Prečo ste prijali pozvanie prednášať?

Takéto prednášky nám obom sadli ešte keď sme boli ako poslucháči. Teraz sme sa dostali do pozície prednášajúcich, a to bola veľká výzva. Nielen príležitosť obohatiť náš vzťah, zamyslieť sa, povenovať sa jeden druhému, ale najmä túžba odovzdať aspoň niečo iným. Čo sme dostali, to dávame ďalej...

Čo ste si vy odniesli z tejto akcie?

Príjemný pocit, radosť so stretnutia aj so známymi tvármi, aj dobrý pocit z toho, že sa ľudia zaujímajú a kladú otázky.

V čom vidíte hlavný zmysel organizovania takéhoto druhu podujatí?

Možnosť nájsť riešenie, životná inšpirácia, motivácia, zaujímavé stretnutia. Veľmi kladne hodnotíme to, že mladí aj starší majú stále záujem riešiť svoj vzťah, manželstvo... a zlepšovať ho.

S

Svedectvá, ktoré odzneli počas roku 2019:

Ing. Michal Kardoš, Ing. Martina Kardošová
Ako sme zvládli prekonať manželskú krízu?

Ing. Martin Čelúch, PhD., Ing. Ivona Čelúchová
Rozdielnosť muža a ženy – problém či požehnanie?

Mag. Pavel Chvojka, MME, Mgr. Martina Chvojková
Dôležitosť prejavovania pozorností v manželstve

Bc. Peter Holúbek, Bc. Lucia Holúbková
Čo u nás spôsobila nesprávna komunikácia?

Mgr. Ľubomír Kotlárík, MUDr. Mária Kotláríková
**Svedectvo o sexualite v našom manželstve.
Aj pred ním.**

*„Veľmi sa mi páči, že je to zo života manželov,
že si to sami prežili...“*



Od roku 2014 FG uskutočnilo 84 prednášok,
z toho 45 svedectiev manželov
a 39 odborných prednášok.

Prečo ste prijali pozvanie prednášať?

Vnímam, že ľudia sa chcú stále vzdelávať aj v rodinnej problematike, pretože tá je stále aktuálna a potrebná. Jednoducho cítia potrebu robiť niečo so svojím vzťahom. A len málo organizácii sa venuje osvetovej a preventívnej činnosti v pro-rodinnej problematike. A keďže Family Garden chce túto potrebu ľudí naplniť, tak som prijal od nich pozvanie prísť prednášať pre ľudí aj sem.

Čo ste si vy odniesli z tejto akcie?

Radosť z toho, že ľudia sú hladní po tom, aby zlepšili svoju vzájomnú komunikáciu v manželstve, len nevedia často ako. Keď budú navzájom dobre komunikovať, tak bude menšia potreba riešiť neskôr problémy a nedorozumenia v rámci poradenstva. Všetci dobre vieme, že prevencia je vždy výhodnejšia ako riešenie komplikovanejších problémov v manželstve, ktoré sa nabalia, ak nevieme dobre komunikovať. Pretože často veľa problémov v rodine sa dá vyriešiť aj vhodnou komunikáciou. Ďalej som si odniesol aj dobrý pocit, že odteraz môžu manželia komunikovať efektívnejšie a menej zraňujúco, ak o dôležitých zásadách efektívnej komunikácie budú aj vedieť a budú ich aj uplatňovať v praxi.

V čom vidíte hlavný zmysel prednášok?

Oslovilo ma, že ľudia chcú pracovať a spoločne rásť vo svojich manželstvách, keď prídu na takéto prednášky. Hlavný zmysel vidím v tom, že manželia sa zastavia, zamyslia a pouvažujú, čo môžu nabudúce vo svojom vzťahu urobiť inak. Ako môžu vo svojich manželstvách lepšie komunikovať a menej sa zraňovať. Budovať dobré a stabilnejšie manželstvá, nakoľko dobrá komunikácia je základom aj dobrého vzťahu. Často je to však o tom, že chcenie nestačí, ale musíme vedieť aj ako. Po týchto prednáškach vnímam nádej, že manželia budú lepšie komunikovať v rodinách a to si všimnú aj ich deti, a tie sa môžu takto naučiť od svojich rodičov efektívnejšie komunikovať.



Mgr.
MÁRIO SCHWARZ,
PhD.

A

Ako redaktor rádia Lumen ste už niekoľkokrát navštívili naše prednášky v sále pod kostolom na Miletičovej. Čo je dôvodom, že opakovane prichádzate?

Prihádzam opakovane preto, lebo Family Garden ponúka prednášky a svedectvá vždy nových ľudí na zaujímavé a aktuálne témy. Keďže mám v rádiu na starosti aj rubriku venovanú rodinám a manželom, nachádzam v prednáškach a svedectvách inšpiráciu nielen pre svoj osobný, manželský život, ale aj pre ten profesijný.

Všimli sme si, že ste niekoľkokrát prišli aj s manželkou. Čo vám to do manželstva dalo/dáva?

Manželku vezmem vždy, keď téma zaujme aj ju a má práve voľno. Vďaka tomu, že si prednášajúcich vypočujeme obaja, máme vždy námet na vzájomný rozhovor o téme, ktorej sa venovali. O tom, čo sme počuli, sa zvykneme rozprávať hneď v aute cestou domov. Snažíme sa pomenovať, čo nám prednáška dala a ako to môžeme aplikovať do nášho manželstva. Samozrejme, posilňovanie a živenie manželstva je práca na celý život, no máme za to, že si dôležité manželské témy treba pravidelne pripomínať a obnovovať si o nich vedomosti. Family Garden túto možnosť ponúka.

V čom vy osobne vidíte hlavný zmysel organizovania takéhoto druhu podujatí?

Manželia si vďaka týmto prednáškam a svedectvám môžu vyhradiť čas na to, aby pre seba a svoj vzťah niečo urobili. Svedectvo iných párov vždy povzbudí. Vďaka tým, ktorí nabrali odvalu hovoriť o svojom manželstve pred inými, si druhí môžu uvedomiť, že napríklad v danom probléme nie sú sami, že je normálne, že sa im niečo nedarí a že stále je možné na sebe pracovať, nech je problém akýkoľvek vážny. Základ je chcieť a rozhodnúť sa niečo s tým robiť. Dôkazom sú niektoré prednášky, v ktorých manželia otvorene hovorili o tom, čím si museli prejsť (a boli to veľmi vážne veci), no práve ich snaha spojená s modlitbou a Božou milosťou im pomohla dať vzťah naspäť do poriadku. Dnes by o nich človek nepovedal, že niečo také majú za sebou. Takéto prednášky a svedectvá sú obzvlášť potrebné aj preto, že mnohí manželia si myslia, že na svojom vzťahu nemusia pracovať, že to pôjde nejako samo alebo sa pre dnešnú rýchlu dobu nemajú ani kedy zastaviť a porozprávať sa o dôležitých veciach pre ich vzťah a rodinu.



JÁN HERIBAN

redaktor rádia Lumen

VÝCVIKOVÝ PROGRAM

–

KREŠŤANSKÝ KOUČ

Výcvikový kurz sa realizuje v centre od roku 2014 dvakrát ročne, na jar a na jeseň. Súčasťou projektu sú aj ďalšie podporné aktivity pre komunitu kresťanských koučov v rámci Slovenska, ako napríklad Seminár duchovného rastu koučov, koučiáda, konferencia, Register KK, regionálne skupiny KK a podobne.

C

Cieľom programu Kresťanský kouč - Základy koučingu pre dobrovoľníkov v pomáhajúcich profesiách - je dať absolventom schopnosť koučovať a využívať koučovacie postupy v rámci procesu pomoci jednotlivcom, párom alebo skupinám, ktoré sa ocitli v rozpoložení, keď si sami nevedia poradiť. Takou situáciou môže byť kríza vo vzťahu, problém, ťažkosť, nesplnená ambícia, nečakaná životná zmena, chýbajúce rozhodnutie, neúspešné hľadanie svojho povolania, náročné rozhodovanie a podobne. Koučovacie postupy môžu byť účinné, ak iné postupy neprinášajú očakávaný výsledok alebo nie sú vhodné. Nenahrádza iné spôsoby práce s klientom, ale ich účinne dopĺňa. Program vychádza z kresťanskej koncepcie človeka: každý z nás je povolaný byť nejakým spôsobom nástrojom v Božích rukách a každý z nás vie byť darom pre niekoho, kto potrebuje pomoc.



Program je určený všetkým ľuďom, ktorí sú aktívni v rôznych pomáhajúcich profesiách alebo cítia k takejto službe povolanie a chcú rozšíriť svoj repertoár techník o zručnosť koučovania. Je určený laikom, kňazom, zasväteným osobám alebo manželským párom. Takisto je vhodný pre ľudí, ktorí už v živote narazili na obmedzenia a museli prehodnocovať svoje postoje, hodnoty, ideály alebo sa dokonca v takejto životnej situácii teraz nachádzajú. To sa spravidla deje v strednom veku. Službu takto pripravených absolventov kurzu Kresťanský kouč môžu využiť farské a iné kresťanské spoločenstvá, centrá pre rodinu, poradenské centrá a iné. Potreba takejto pomoci ustavične narastá a oblasti zamerania tejto aktivity inšpiratívne popisuje aj postsynodálna apoštolická exhortácia Svätého Otca Františka Amoris Laetitia (2016).

ČO SA V PROGRAME ÚČASTNÍK NAUČÍ

Počas programu sa účastníci pripravia na samostatné koučovanie osvojením si koučovacieho rozhovoru a praktík, ktoré sa pri ňom využívajú a tiež na aplikovanie takejto pomoci v spoločnosti. Program zahŕňa rozvoj všetkých kompetencií, ktoré od koučov vyžaduje Svetová federácia koučov (ICF - International Coach Federation). Zručný kouč potom môže napríklad v rámci farského spoločenstva (ale nielen tam) účinne spolupracovať s kňazmi, na ktorých sa ľudia v ťažkostiach často obracajú a môže za neho určitú etapu sprevádzania prevziať. Kouč tak dopĺňa ďalšie pomáhajúce a rozvíjajúce profesie osobitným prístupom, ktorý je pre koučing charakteristický.





PREČO NÁZOV „KREŠŤANSKÝ KOUČ“?

V životoch kresťanov je ústredným bodom Boh, preto je kresťanský koučing takým, ktorý túto skutočnosť chce a dokáže rešpektovať. Znamená to, že ak pomáhame kresťanovi, ktorý sa ocitá v ťažkostiach (akéhokoľvek druhu), hľadá odpovede na najrôznejšie otázky a ktorý chce svojím životom nasledovať Krista, toto nasledovanie sa stáva ústrednou hodnotou, oporným bodom, z ktorého aj koučing vychádza. Potom aj kouč má za úlohu pomôcť počas koučovacích rozhovorov svojmu klientovi sa na takúto cestu vydať alebo po nej lepšie kráčať. Toto je azda najväčší rozdiel medzi kresťanským a svetským koučingom. Je preto celkom prirodzené, že sa kouč za koučovanú osobu modlí a sprevádza ju modlitbou aj mimo stretnutia. Pri každom rozhovore si kresťanský kouč uvedomuje, že pred ním sedí Božie dieťa a obaja sú zároveň Božími deťmi v Cirkvi. Stačí sa naučiť klást vhodné otázky a nechať pôsobiť Ducha Svätého... Ten sa už postará.

O

OTÁZKY PRE LEKTOROV

V roku 2019 pribudlo na Slovensku ďalších 36 kresťanských koučov. Keď sa obhliadneš za oboma kurzami (jarný a jesenný), čo ti napadne ako prvé?

Čo ti dáva lektorovanie vo výcvikovom kurze Kresťanský kouč?

**MIRIAM
NĚMCOVÁ**

Jedinečný zážitok z pretvárania sa osobností a ľudí, ktorí prídu možno niekedy aj s nedôverou ku koučingu a odchádzajú zmenení. Pretože koučing dokáže strhnúť a je to jedinečný nástroj, ktorý dáva ľuďom možnosť nových výziev a aj pretvárania seba samého.

Baví ma hľadať vždy nové možnosti a prístupy, ako ľudí vovádzať do tajov koučovania a súčasne im na tejto ceste, ktorá nie je ľahká, byť oporou a dodávať im odvalu.

**EVA
RUŠINOVÁ**

Prežívam spokojnosť a vďačnosť – hlbokú, čiru a úprimnú – za toto dielo a za to, že 36 ľudí sa rozišlo do Slovenska s premeneným vnútrom, s nastavením slúžiť, počúvať, byť k dispozícii druhým. Je to veľká vec a rezonuje vo mne hlboké presvedčenie, že toto je to pravé orechové pre dnešný svet – hľadať s hľadajúcimi, prislaďnúť si k vyhorotým, začínať svetlo so zúfalými, s pochopením prijať manželov, ktorí sa úplne prestali chápať a uvažovať o východiskách.... Toto mi príde ako evanjelizácia reálneho sveta, kde koučing má čo povedať.

Je to jednoznačne dar, veľký a vzácny. Rozbalujem si ho v každom kurze viac a viac. Dôležití v tom všetkom sú moji kolegovia, na prístupe ktorých a v spolupráci s ktorými vidím, čo znamená venovať sa tejto zmysluplnej práci. Aké osobnosti sú a ako vlastné bohatstvá dávajú k dispozícii - nezištne, profesionálne, na vysokej úrovni. Znovu sa mi potvrdzuje, že učením druhých človek rastie spolu s tými, ktorým sa venuje. Je to realita. Netýka sa to len rácia, ale lektorovanie „omýva“ všetky moje zložky, integrálne. Vnímam tento rast na ľuďoch, ktorí absolvujú výcvik a vnímam to na rozvoji seba samej. Povedzte, čo ostáva iné, ako si toto všetko do hĺbky užívať napriek námahe a byť vďačný?

MARIÁN KUBEŠ

Ako prvé snáď to, že človek chce byť k človeku bližšie, má to hlboko zakódované vo svojom srdci, hoci väčšinu času sa neraz správame opačne. Tušenie toľkých ľudí, že koučing bude tiež jeden zo spôsobov, ako si nechať premieňať srdce a pomáhať v tom iným, ma uisťuje, že Boh stále koná, je kreatívny a neustále nás pozýva do spoločenstva s ním.

Je to Božie vyučovanie: pri samotnej príprave, ako urobiť kurz ešte lepším, pri skúmaní, aké miesto má kresťanský koučing v živote kresťanov dnešných dní, pri spolupráci s kolegami, ktorí sú pre koučing nadšení, pri hľadaní odpovedí o sebe samom..

MARGITA KUBEŠOVÁ

Ak sa ohliadnem na kurzy v uplynulom roku, vidím tu rôzne výzvy, ktoré umožňujú dotvárať základný kurz. Vidím, že kurz Kresťanský koučing je živé dielo, ktoré neustrnulo na jenom mieste, ale stále reflektuje potreby klientov. Vidím tu aj množstvo pnutia, ale z tých pnutí stále niečo vyrastá... Tomáš Halík vraví: „*Co je bez chvění, není pevné.*“

Čo mne osobne dáva kurz? Je to neustále žasnutie nad tým, ako Boh koná a vďačnosť za to, že môžem byť toho svedkom.

KATARÍNA BAGINOVÁ

Že mi bolo dopriate spoznať opäť ďalších skvelých ľudí s ich osobnými či pracovnými príbehmi. Bolo nesmierne zaujímavé sledovať, ako sa postupne premieňa ich spôsob komunikácie, inak počúvali, inak sa pýtali, čo je najpodstatnejšie, inak začali zmyšľať aj o sebe samých.

Je to ako keď máte alebo sa dozviete niečo, čo je veľmi vzácne, užitočné a dobré, a vy máte túžbu podeliť sa o to s ďalšími, jednoducho to poslať ďalej. Ako bývalý pedagóg mi je učenie veľmi blízke a mám ho rada aj keď chcem podotknúť, že ten, kto sa napokon každým výcvikom učí najviac, som ja.



Miriám
Němcová

Eva
Rušinová

Marián
Kubeš

Margita
Kubešová

Katarína
Baginová

Č

Čoraz viac sa vynárajú otázky o tom, aký je rozdiel medzi duchovným sprevádzaním a koučingom. Podme sa na to pozrieť trochu podrobnejšie.

Čo je duchovné sprevádzanie a čo je koučing

Duchovné sprevádzanie je rozhovor duchovného sprievodcu so sprevádzaným, pri ktorom duchovný vodca ako prostredník medzi človekom a Bohom vedie jednotlivca prostredníctvom povzbudení, usmernení, poučení alebo rady, s cieľom duchovného rastu. Duchovný sprievodca sa usiluje „rozšifrovať“ prácu Ducha Svätého v pohľade na životné udalosti a rozhodnutia daného človeka.

Koučing je špecifický druh rozhovoru alebo séria rozhovorov kouča s klientom vedený tak, aby klient objavoval svoje zdroje, našiel riešenie a zafinancoval si akčné kroky na jeho naplnenie.

Ciele

Duchovné sprevádzanie sa zaoberá kľúčovými oblasťami duchovného života s cieľom, aby vedený s pomocou duchovného sprievodcu formoval svoje vnútro a upevňoval si kresťanskú identitu. Hlavný cieľ teda nie je riešenie konkrétneho problému sprevádzaného, ale odhalenie Božieho plánu v živote človeka.

Koučovací rozhovor smeruje k zafinancovaniu cieľu stretnutia, ktorý môže byť orientovaný na rôzne sféry života – rozlišovanie, naštartovanie zmeny, sfunkčnenie niečoho, čo nejde v živote – a s ohľadom na dlhodobý cieľ klienta. Koučovací

rozhovor je orientovaný na rôzne životné aj pracovné situácie.

Frekvencia stretnutí

Duchovné sprevádzanie charakterizujú pravidelné a systematické stretnutia sprevádzajúceho so sprevádzaným. Koučovací rozhovor môže byť jednorazový, občasný, ale môže ísť aj o sériu stretnutí počas dlhšieho obdobia.

Akcent na osobu

Pri duchovnom sprevádzaní je dôležitou postavou skúsený duchovný sprievodca, ktorý načúva Duchu Svätému pôsobiacemu v osobe. Preto si duchovné sprevádzanie vyžaduje špecifické teologicko-duchovné kompetencie. To neznamená, že sprevádzajúci prevezme iniciatívu za sprevádzaného, ale naopak, usiluje sa mu pomáhať k autonómii a slobode.

Pri koučingu je akcent na klientovi, ktorý hľadá vlastné odpovede na dané otázky či problém, objavuje vlastné zdroje s výdatnou podporou kouča a ním kladených otázok. Kouč je teda „mimo hry“, nedáva rady, odporúčania, riešenia. Obaja sú však otvorení hlasu Ducha Svätého.

Z uvedeného vyplýva, že aj duchovné sprevádzanie – aj kresťanský koučing môžu byť pre človeka v is-

Mgr.

EVA RUŠÍNOVÁ

FMA

tej fáze rastu jeho dôležité a potrebné formy. Keď sme vymedzili základné rozdiely medzi duchovným sprevádzaním a koučingom, môžeme sa pozrieť aj na to, čo majú spoločné.

Prístup k danému človeku je v oboch prípadoch prijímajúci a diskretný, založený na dôvere a rešpekte, aby sa vytvoril pocit bezpečia a klient dokázal otvoriť svoje vnútro.

Tak v prípade duchovného sprevádzania, ako aj kresťanského koučingu je cieľom kvalitnejší život človeka a jeho premenený život podľa Božieho plánu. Preto sa robia v atmosfére sprevádzanej modlitbou, v ktorej je prítomný Boh.

Aj kresťanský kouč vníma kontext klientových slov z pohľadu bezpodmienečnej lásky Boha, ktorý prijíma a miluje každého človeka takého, aký je.

Kresťanský kouč aj duchovný sprievodca sa usiluje sám rásť v citlivosti na Ducha Svätého, aby bol dobrým nástrojom pre záujmy Božieho kráľovstva.

Čiže umenie počúvať, blízkosť, úsilie rozlíšiť kompetencie vo vzťahu k sprevádzanej osobe, vernosť učeniu Cirkvi, osobný sviatostný život a život modlitby a citlivosť na Ducha Svätého – to sú spoločné atribúty duchovného sprevádzania aj koučingu.

„Vďaka tomuto stretnutiu sme sa dokázali hlbšie zamyslieť a usporiadať si priority v našom manželstve, pochopili sme, kde sme mali medzery alebo kde sme plytvali energiou.“

– Jana a Jaroslav –

„Pokiaľ niekto rieši problém, ktorý ho ťaží, mal by urobiť všetko pre jeho riešenie a toto môže byť jedna z ciest.“

– Martin –

Z ESEJÍ ÚČASTNÍKOV VÝCVIKOVÉHO KURZU KŘEŠŤANSKÝ KOUČ...

„Ako duchovný sprievodca som sa začal učiť umierať sebe. Často som bol plný skúseností a rád som videl riešenia, ktoré však boli dobré len pre mňa. Pri koučingu som naozaj zistil, akí sme všetci rozdielni a že pre každého je úspešný cieľ niekde inde. A potom je tu to naše správne kladenie otázok. Je zaujímavé, že nás ani na pedagogickej škole, ani na teológii neučili, ako sa správne pýtať, a pritom práve v škole je dôležité vedieť dávať otázky, aby mladý človek pri odpovedi nemusel len loviť v pamäti, ale sám tvoril a učil sa byť kreatívny.“

– Mgr. Juraj Ďurnek, PaedDr., piarista –

„Nikdy predtým som sa tak intenzívne nezamýšľala nad tým, čo vlastne chcem a kým som. Až tu. Videla som tu toľko krásy v ľuďoch. Toľko ľudí chodí po svete so svojím jedinečným príbehom! Je to akoby sme žili v živej rozprávke, kde sa jednotlivé príbehy kedykoľvek a akokoľvek môžu prepojiť. Máme moc sa sami rozhodovať, ako budeme v tej rozprávke vystupovať. Uvedomila som si, koľkokrát som druhým ublížila posúdením, odsúdením alebo radou miesto pochopenia a prijatia. To sú pre mňa veľmi silné posolstvá z tohto kurzu. Prijatie! Zabúdať na seba a plne sa venovať koučovanému!“

– Mgr. Miroslava Valášková, laik –

Teším sa na napĺňanie tejto formy služby, povolania. Za niekoľko mesiacov výcviku a rozhovorov doma i v pracovnom okolí (lebo bez koučovacieho prístupu to už veľmi nejde – ani pri prehodnocovaní vlastných túžob, snáh a motívov) som sa veľakrát presvedčila o Božej добрote a milosrdenstve, ktoré cez koučing môžu prísť. Zároveň sa teším na to, že kresťanský koučing vyžaduje odo mňa neprestajúce posúvanie sa a prácu na sebe. Byť v pravde voči svojim vlastným motívom, presvedčeniam, postojom, hodnotám, emóciám, hmlám, za ktorými sa väčšinou skrýva pohodlnosť a povrechnosť. Mám o veľký dôvod viac pracovať na sebe, žiť svoj príbeh ešte viac vnorený v Bohu.

– Mgr. Martina Jokelová Ťuchová, laik –

Prešla som si cestou, kde som sa veľa naučila a beriem to ako veľký vklad do môjho života. Neviem zatiaľ, ako budem s týmto darom ďalej hospodáriť, kde ma posunie, to nechávam v Pánových rukách. Každopádne som sa aspoň v tomto čase stala pozornejšou poslucháčkou Ducha Svätého, nie tak seba samej. Oslovilo ma, že každý z nás – aj ja – má v sebe zdroje na prekonanie ťaživých životných chvíľ. Len ich treba odhaliť. Je to učenie a spoznávanie cesty milosrdenstva voči sebe samému, druhým aj Bohu. Kresťanský koučing otvára brány duše.

– Miroslava Tarajová, sestra saleziánka –

Až do výcviku som nevedel, aký som slabý poslucháč. Až doteraz som mal pocit, že človeka vnímam ako Božie dieťa, no dnes už viem, že tomu tak nebolo. V skutočnosti vo všetkom išlo o mňa, chcel som vyniknúť a v žiare týchto falošných reflektorov som oslepol pred človekom a jeho trápením. Vnímam, že sa predou mnou otvorili „nové dvere“ do „nového sveta“. Ja som tie dvere dlhý čas hľadal a modlil sa za ich otvorenie. Nečakal som však, že tými dverami bude koučing, keďže v mojom merku nikdy nebol. A tak hoci som ho ja nikdy nehladal, on si ma našiel.

– Mgr. Peter Strojný, laik –

Lektori zvládli ich prácu na výbornú – každý svojím typickým spôsobom. Táto dynamika bola pre mňa naozaj motivujúca. Pochopila som systém koučovania, zalúbila som sa do neho, pretože je plný ľudskosti a zároveň Božej prítomnosti a Boha sa nedá neľúbiť. Vnímam však svoje koučovacie nedostatky, ktoré sa snažím vylepšovať. No úprimne povedané, nejde mi to podľa mojich predstáv. Zároveň chápem tu obrovskú zodpovednosť, ktorú toto povolanie prináša. Chce to odo mňa viac dôvery, viac odvahy, viac prijatia samej seba takej, aká som.

– Mgr. Zuzana Žažová, laik –

*Koučing mi pomohol opäť raz otvoriť moje skryté ja a opäť vydolovať to najlepšie zo seba. Strach a smútok vystriedala radosť z toho, že môžem veci na sebe meniť, a tak pomáhať sebe a zároveň svojmu okoliu. Som vďačný, že som sa na výcviku kresťanského kouča mohol zúčastniť a touto cestou by som sa chcel poďakovať všetkým lektorom za ich zaangażovanie vo výcviku. Keby sa ma niekto pýtal, či by som výcvik kresťanský koučing odporúčal, hovorím veľké **ÁNO**, aj keď viem, že bude musieť spoznať a odkryť svoje vnútro.*

– Mgr. Dušan Hrieko, bosý karmelitán –

Výcvik kresťanského kouča vnímam ako darček od Boha. Už pri podaní prihlášky aj počas výcviku som dostával signály, ktoré ma upevnili v presvedčení, že ma tu Boh naozaj chce mať. Vďaka koučingu som pochopil, že oveľa lepšie, ako dávať ľuďom rady (najmä tie nevyžiadané), je ich vypočuť a povzbudiť ich nájsť svoje vlastné riešenia. Výcvik a rozhovory v triádach mi dali vzácny čas, v ktorom som sa zamýšľal nad vzťahmi, na ktorých mi záleží a rád by som ich zlepšil. Našiel som odpovede na viaceré moje otázky a dospel k rozhodnutiam, ktoré som už aj uplatnil vo svojom živote.

– Ing. Vladislav Brossmann, laik –

Počas 4 mesiacov, keď som často prežívala sínusoidu Hamletovho BVĚ ČI NEBVĚ, som pochopila veľmi dôležitú vec. Dôležité je len jedno – BOH. Boh, ktorý nás dvoch (mňa a koučovaného) na tento krátky čas spojil. Boh, ktorý uznal za vhodné, aby som inému poslúžila práve tým, že použije moje uši, aby načúval; moje ústa, aby sa pýtal a použije aj moje slová, aby prehovoril k inému. Boh, ktorý dokonca aj moje „zlé formulácie a človečinu“ vie využiť na budovanie a rast toho druhého.

– Mária Marková, PaedDr., sestra z Congregatio Jesu –

Odvážim sa tvrdiť, že som sa vďaka koučingu, ale aj ostatným súvislostiam, „znovu narodil“ ako Boží syn. Moje vedomie si svojho synovstva som nielen znovu rozumovo prijal, ale aj emocionálne a duchovne prežil. Spôsob rozprávania sa s ľuďmi pomocou koučovacích pravidiel využívam už teraz. Keď mi niekto hovorí a viem, že je to hmla, tak namiesto domyslenia si významu sa opýtam. Koučing mi pomohol dať do slov to, čo som dávno vedel. Je to vedomie, že ma Boh stvoril dobre. Pochopil som, že človek je veľmi hlboký a veľmi veľa v sebe ukrýva, a nielen pred druhými, ale aj sám pred sebou. Ako hovorí Písmo: „Hlbočina je človek a jeho srdce priepasť“ (Ž 64,7b).

– Mgr. Tadeáš Chřvala, kapucín –

SPREVÁDZANIE SNÚBENCOV

Sprevádzanie snúbencov a ich príprava na vstup do manželstva je tímovou spoluprácou sprevádzajúcich manželských párov z radov ASC a kňazov z farnosti Panny Márie pomocnice kresťanov na Miletičovej ulici.

P

don
PAVOL SEMAN
SDB

Počas ostatných dvoch rokov som mal možnosť stretávať sa a spolupracovať pri sprevádzaní troch kurzov snúbencov pripravujúcich sa na sviatosť manželstva. Je to pre mňa vzácna hodnota a aj veľký prínos pre osobnú rast v kňazskej službe. Spolu s manželskou dvojicou (dvakrát som bol v tíme s manželmi Mikušovcami a raz s Horváthovcami) som vstupoval do očakávaní, radostí a nádejí mladých párov. Asi tretina mladých bola z nášho saleziánskeho strediska, ostatní z celého Slovenska, ktorí žijú, študujú alebo pracujú v Bratislave. V našej farnosti Panny Márie Pomocnice sme sa rozhodli pre 9 stretnutí raz týždenne, počas ktorých ponúkame mladým možnosť vzájomne komunikovať o témach z Projektu pastoračného plánu.

Je veľmi potešujúce sledovať, ako sa tí mladí posúvajú dopredu. Ako si vo dvojici komunikujú o veciach, ktoré sú dôležité pre ich život, o nádeji, plánoch, ale aj ťažkostiach spoločného života v manželstve. Ako sa podelia o skúsenosti či otázky pred celým spoločenstvom. Väčšinou sú obaja – chlapec aj dievča – veriaci, ale stretávajúme sa aj s prípadmi, keď to tak nie je. Osobitne si spomínam na dvojicu, keď mladý muž nebol ani pokrstený, avšak s veľkou sympatiou rešpektoval

celú náuku a témy kurzu a svedomito sa zúčastňoval na rozhovoroch so snúbenicou. Tu môžem oceniť jeho hlbokú ľudskosť a ohľaduplnosť.

Veľmi dobre hodnotím aj našu spoluprácu s manželmi, ktorí kurzy sprevádzajú. Naše tri kurzy sme mávali v zasadačke na Miletičovej a záverečné – desiate stretnutie sa uskutočnilo formou návštevy domácnosti a rodiny manželov školiteľov.

My, členovia saleziánskej rodiny, si živo pripomíname slová dona Bosca: „*Náš cieľ, ku ktorému smerujeme, je prospech všetkých ľudí, nevylučujúce ani tých, ktorí v oblasti viery necítia s nami.*“ Pripomínam si iný konkrétny prípad, keď veriace dievča, do ktorej sa zaľúbil neveriaci mladý muž, mu pomohlo začať proces hľadania viery, ktorý pokračoval katechumenátom až po prijatie krstu a birmovania. Potom spoločne absolvovali prípravu snúbencov a dnes je ten mladý muž spolu už so svojou manželkou zapálený pre vec viery a vydáva o nej horlivé svedectvo pred inými.

Ďakujem Bohu aj vám, Renátka a Jaro, Janka a Majo, aj všetkým vám, mladým, ktorí ste prichádzali na stretnutia snúbencov, za túto krásnu skúsenosť. Nech Pán požehnáva vaše sviatosťné manželstvo!



MANŽELIA ILKOVIČOVCI

Bol to pre nás veľmi príjemne strávený čas. Témy, ktorým sme sa venovali, obsahovali užitočné rady do praktického manželského života a zároveň ukazovali cestu, ako do nášho manželstva pozvať Boha. Pre nás bolo veľmi prínosné a obohacujúce, že sme sa o manželstve dozvedali viac od skúseného, inšpiratívneho a najmä úprimného manželského páru. Na manželstvo sa nedá pripraviť za víkend. Čas, ktorý sme mali medzi jednotlivými stretnutiami, sme mohli využiť na spoločný rozhovor, a tak spoznať predstavu toho druhého o spoločnom živote. Predmanželskú prípravu, vedenú formou viacerých stretnutí, odporúčame všetkými deťmi.

Do snúbeneckej prípravy sme sa v roku 2019 zapojili v tandeme s donom Jozefom Zacharom a bola to už naša štrnásť skupina snúbencov. Od tej prvej až doposiaľ realizujeme tú časť stretnutí, ktorú vedie manželský pár, u nás doma.

Priestory nášho panelákového bytu sú síce obmedzené, ale doteraz sme sa vždy zmestili. Stretnutia u nás vnímame ako veľmi požehnaný čas aj napriek tomu, že sme často unavení po celodennej práci či iných aktivitách.

Snúbencom sa u nás snažíme vytvoriť prostredie prijatia, bezpečia a dôvery. Našu rolu nevnímame ako rolu niekoho, kto má „profesorsky“ vysvetľovať, čo a ako. Skôr sa pre nich snažíme byť partnermi a odkrývať im pekné, ale aj „tienisté“ stránky nášho manželského spoluzitia. Vážne témy sa snažíme odľahčiť humorom, ktorý je nám obojím blízky.

Zo spätných väzieb snúbencov vnímame, že táto forma prípravy je pre nich zaujímavá, vzácna a obohacujúca. Dáva nám to pocit zmysluplnosti a dobíja nás to energiou aj do budúcnosti.

D



KATARÍNA A KAMIL BAGINOVCI

P

Práca so snúbencami nám veľmi prirástla k srdcu. Prípravy snúbencov vo forme 9-týždenných stretnutí je náš rokmi overený spôsob, ako vzniká medzi snúbeneckými párami pekné spoločenstvo, ktoré často pokračuje aj po vstupe do manželstva. Prípravu snúbencov vnímame ako veľmi potrebnú službu jednak zo strany kňazov, tak aj zo strany manželských párov, ktorí všetci sú touto službou obohatení. Svedčia o tom aj dotazníky, ktoré snúbenci anonymne vyplňajú na konci kurzu. Vážia si čas, ktorý sme im boli ochotní venovať a je pre nich cenné svedectvo nášho života. Ďakujeme, že môžeme byť súčasťou tímu, ktorý pracuje na Miletičke a tiež prednášať tému Zodpovedné rodičovstvo v rámci iných skupín v Bratislave.



RENÁTA A JARO MIKUŠOVCI

Príprava na manželstvo bol pre nás krásny čas, keď sme sa mohli spolu s kňazom, skúsenými manželmi a snúbencami do hĺbky rozprávať o rôznych manželských témach a problémoch, o ktorých by sme sa sami dvaja pravdepodobne neporozprávali. Veľmi sme sa tešili na každé jedno stretnutie.

MANŽELIA KOTULOVCI





MANŽELIA SENDERÁKOVCI

Na našej snúbeneckej príprave bolo super, že ju viedli skvelí manželia a kňaz. Veľmi sme si vážili to, že k nám naši animátori boli veľmi otvorení a rozprávali nám aj o svojich osobných skúsenostiach. Bolo veľmi pekné vidieť ich príklad pekného manželstva. Tiež sme boli radi, že sme sa tam stretávali s inými snúbeneckými párami a mohli sme sa zdieľať. Na stretku bola vždy dobrá atmosféra. Pre nás osobne bolo prínosom, že témy na stretku boli impulzom k tomu, aby sme sa o nich viac rozprávali. Predmanželskú prípravu na Miletičke by sme jednoznačne odporúčali.

P

Príprave snúbencov sa s manželom venujeme už viac ako 15 rokov. Vzhľadom na zväčšujúce sa generačné rozdiely pomaly rozmýšľame, či im máme ešte čo povedať. Z našich skúseností a zo skúseností nám blízkych manželských párov však vnímame, že určité veci platia stále, aj keď sa doba vyvíja a mení. A keďže ich máme sami overené, ponúkame ich ďalej. Snažíme sa s pármami, ktoré k nám prichádzajú, vytvoriť otvorené spoločenstvo aspoň po dobu stretania, aby videli, že aj v dnešnom svete sa dá žiť hlboký, pekný a trvalý vzťah. Napriek médiám, ktoré nás presvedčajú o opaku :-). V neposlednom rade sme aj my obohatení múdrosťou a často aj hlboko prežívanou vierou mnohých z tých, ktorí k nám prichádzajú. Pokiaľ sa stretávame s neveriacimi, obdivujeme ich otvorenosť a ochotu búrať predsudky.



MONIKA A PAVOL KOTULOVCI

Prednášky a semináre, individuálne stretnutia a sprevádzanie pre tých, ktorí sa chcú naučiť o vybraných metódach PPR a ich správnom vyhodnocovaní.

PORADŇA PLODNOSTI

*„Mala som pocit, že na niečo také nemám
a že nedokážem dostatočne spoznať
svoje telo. Poradňa plodnosti mi
dodala odvahu skúsiť túto metódu
a vieru, že to môže byť aj pre mňa.“*

- klientka -



**MUDr.
RENÁTA MIKUŠOVÁ**

Poradňa plodnosti poskytla v roku 2019 služby pre snúbencov i manželov. Odprednášala som 7 prednášok snúbencom na tému „Zodpovedné rodičovstvo a Prírodné metódy regulácie plodnosti“, 2 prednášky manželom na tému „Potrebuje ešte dnes kresťanské manželstvo prírodné metódy regulácie plodnosti?“, mala som 24 individuálnych stretnutí so snúbeneckými pármami, snúbenicami, manželskými pármami a manželkami, na ktorých som im vysvetľovala princíp a praktické zvládnutie Symptotermálnej metódy Nemeckej školy s cieľom rozlíšenia plodného obdobia v cykle ženy a vyhodnotila som 20 záznamov cyklov žien či dievčat, ktoré už boli na individuálnom stretnutí a začali sledovať svoju plodnosť a robiť si záznamy (e-mailovou komunikáciou).

P

DOBROVOLNÍCI



Fotograf

MARTIN ONDRUŠ

Pre Family Garden pracujem preto, lebo vidím význam vo veciach, ktoré ako poradenské centrum robia. Veľa mladých si neuvedomuje dôležitosť prevencie a sprevádzania práve v oblasti vzťahov. Práve preto sa snažím, aby malo Family Garden čo najkrajšie fotky, lebo niekedy cez vonkajšiu formu ľudia odhalia pravú podstatu vecí :)



Príprava tlačovín

JANA GAVALDA BELLANOVÁ

S FG spolupracujem už niekoľko rokov a neľutujem. V začiatkoch bolo dôvodom mojej spolupráce najmä presvedčenie, že tento projekt je potrebný a zmysluplný. Ľuďom, ktorí stáli pri jeho vzniku, som dôverovala a stotožňovala som sa s myšlienkami a zámermi, s ktorými projekt FG zakladali. Čas ukázal, že predstavy, ktoré mali na začiatku, boli správne. Pozitívny príklad angažovanosti laikov sa dostal do širokého povedomia nielen na Slovensku, ale i za hranicami. Poradenské centrum Family Garden dosiahlo rešpekt a uznanie v cirkevných i odborných kruhoch. Pracovať pre nich je pre mňa česť. Verím, že Pán bude toto dielo požehnávať, aby mohlo aj naďalej ukazovať, čo sú pravé kresťanské hodnoty a prečo sú pre túto spoločnosť potrebné.



**Príprava pozvánok
na prednášky
a spravovanie
sociálnych sietí**

LUCIA A JOHNY MRÁZKOVCI

Spolu s manželom sme saleziáni spolupracovníci a dielo Family Garden je pre nás veľmi dôležité aj z tohto pohľadu, a preto našu službu berieme aj ako poslanie spolupracovníkov.

Sme veľmi radi, že môžeme trošku napomôcť budovaniu tohto diela, a tak aj pomoci rodinám a jednotlivcom, ktorí to potrebujú.



PATRIK GOBOŇA

K spolupráci s Family Garden som sa dostal ešte ako študent na vysokej škole. Zapáčila sa mi myšlienka celého centra, a preto som sa rozhodol pomôcť pri technickom zabezpečení prednášok a svedectiev manželov, zároveň si tak hodnotné svedectvá a prednášky vypočujem, k čomu by som sa zrejme ináč nedostal.

Technické
zabezpečenie
prednášok

Ď

ĎAKUJEME



POHLAD ZVONKU



JÁN HOLUBČÍK

SDB

**delegát za pastoračiu
mládeže**

N

Naše poradenské centrum má za sebou sedem rokov svojej existencie. Ako vnímaš Family Garden po tomto čase?

Vnímam, že Family Garden sa počas siedmich rokov neuveriteľne rýchlo rozrástlo. Stretávam veľa ľudí z rôznych spoločností a prostredí, ktorí FG poznajú a ktorým veľmi pomohlo. Začiatky neboli ľahké, ako to už pri Božích projektoch býva, no v súčasnosti tu už máme známe, etablované a funkčné poradenské centrum.

Je niečo čím sa Family Garden odlišuje od iných poradenských alebo rodinných centier? Čím je podľa teba charakteristické?

Family Garden je charakteristické svojím kresťanským videním človeka a prístupom k nemu. Cením si jeho originalitu, ktorá pramení v saleziánskej charizme.

Je niečo, na čo by sa Family Garden malo sústrediť alebo naopak znieť, čo by malo zanechať, aby tu bolo aj o desať rokov ?

Myšlienka a pracovná náplň centra je geniálna. Myslím si, že je dôležité, aby centrum ostalo verné prvotnej myšlienke a aby sa tvorcovia a zamestnanci nenechali znechutiť ťažkosťou doby, problémami ľudí a zdanlivo neúspešnými výsledkami. Treba kráčať stále vpred, aj keď sa zdá, že cestou už nevidieť svetlo a ovocie.

PETER KERTYS

ASC

člen provinciálnej rady

saleziánov spolupracovníkov na Slovensku



č

Čo ťa presvedčilo, že si sa rozhodol pravidelne mesačne prispievať na účet Family Garden? Finančný príspevok nám posielaj už viac ako dva roky.

Myslím si, že je to veľmi užitočný projekt, ktorý priamo podporuje budovanie a udržiavanie rodín. Nepoznám iný taký projekt, ktorému by tak priamo išlo o dobro rodín.

V čom vidíš najväčší zmysel existencie nášho centra?

Prepájate odborníkov z praxe s ozajstnými hodnotami v službe iným. Vytvárate široké možnosti podpory v akýchkoľvek situáciách a môžem vás s istotou odporučiť, ak by to niekto potreboval a chcel.



TIBOR REIMER

SDB

direktor saleziánov

Bratislava-Trnávka

A

Ako vnímaš pôsobenie Family Garden po siedmich rokoch svojej existencie?

Najintenzívnejšie vnímam Family Garden posledné roky, odkedy pôsobím na Trnávke, pretože máme pravidelné stretnutia ako aj príležitostnú spoluprácu. Myslím si, že odkedy sídli v Rodinnom centre Mamy Margity je jej aktivita zastabilizovaná a rozvíjajúca sa. Posledne som rád, že sa vytvorila aj taká „zvláštna“ spolupráca medzi FG a naším futbalovým klubom SDM Domino v oblasti formácie trénerov.

Čím je podľa teba Family Garden charakteristické a čím sa možno odlišuje od iných poradenských alebo rodinných centier?

Aktivita FG je pomerne široká a toto je asi taká jej charakteristika. Teda okrem typickej poradenskej služby je jednotlivcom alebo párom, je FG schopná

zapojiť sa alebo aj navrhnuť aktivity a služby, ktoré sú nejakým spôsobom vítané. Myslím tým napríklad na kurz kresťanských koučov, v oblasti prednášok pre širokú verejnosť alebo v oblasti snúbencov a manželov, ale aj napríklad spomenutú formáciu pre našich trénerov.

Čo by malo Family Garden začať robiť alebo čo by malo zanechať, aby tu bolo aj o desať rokov?

Netrúfam si povedať, čo je potrebné začať robiť alebo zanechať. Je to vždy aj otázka, ako odpovedať na potreby času. Vždy je však dôležité vedieť do svojich aktivít zapojiť nových ľudí, aby možno v budúcnosti vedeli aktivity, ktoré FG robí v súčasnosti, potiahnuť ďalej. Každé saleziánske dielo je typické tým, že vytvára priestor pre spoluzodpovednosť a spoluprácu. Toto je určite nutné, aby aj FG sa vedelo rozvíjať aj v budúcnosti.

AKTIVITY POČAS ROKA

V piatok **18. januára 2019** do Family Garden zavítali šiesti mladí muži v sprievode troch saleziánov pod vedením dona Dušana Vilhana.

Rovnako ako predechádzajúce roky, tak aj v roku 2019 spoločne realizovali ročný program „Cesta rozlišovania povolania saleziánskym štýlom“, ktorý umožňuje mladým mužom rozpoznať svoje povolanie. Témou stretnutia vo Family Garden bolo povolanie do manželstva a svedectvo o ňom rozprávali manželia Kamil a Katarína Baginovci.

J





V rámci **februárového** podujatia „*Národný týždeň manželstva*“ prijali manželka Kamil a Katarína Baginovec pozvanie zo seneckej farnosti, ktorú spravuje farár Jozef Dúc. Témou ich svedectva bolo napĺňanie potrieb v manželstve.



V apríli sme v rámci spolupráce s podujatím Bratislavské Hanusove Dni (BHD) v našich prednáškových priestoroch hosťovali Tima Longa, amerického manželského a rodinného psychoterapeuta. Prednášal na tému „Prijatie alebo Pride“.



A



Koncom mája nás vo Family Garden navštívil významný hosť – don Eusebio Muñoz – celosvetový delegát pre saleziánsku rodinu, v sprievode slovenského provinciálneho delegáta dona Pavla Gracha. Z jeho slov vyberáme:

„Konečne laici začínajú robiť to, čo by mali – lebo je to komplementárne povolanie voči kňazovi, respektíve zasvätenej osobe. Dokonca kňaz bez laika nemôže naplno realizovať svoje povolanie. Nie sú len komplementárni, ale sa navzájom živia, to znamená, že si navzájom si dávajú podnety pre svoje povolanie. Len tak ďalej, Family Garden.“

Je to výzva nielen pre naše centrum, ale pre všetkých, ktorí pracujú v oblasti pastorácie rodín a manželstiev.



V máji naša kolegyňa Miriam Němcová zrealizovala prednášku pre učiteľov Spojenej školy de la Salle v Petržalke na tému „Aktívne počúvanie“.



V máji 2019 sa uskutočnilo podujatie, ktoré má už stabilné miesto, ale najmä dôležitý význam pre komunitu kresťanských koučov, nakoľko sa týka ich duchovného rastu. Seminár duchovného rastu koučov (SDRK) sa tentoraz konal na novom mieste, v lone krásnej kysuckej prírody – v Dome Navštívenia v Klokočove. Autori programu sa oproti minulému roku zmenili len čiastočne. Dr. Luciu Hidvéghyovú, ktorá sa ako autorka osvedčila už aj minulý rok, doplnil rehoľník – augustinián Milan Hermanovský OSA. Zaujímavým a spontánnym vyvrcholením práce v skupinkách boli modlitby koučov, ktoré vytvorili priamo ich účastníci.

Počas júna sme uskutočnili niekoľko výjazdov po Slovensku a na základe toho vznikli regionálne skupiny kresťanských koučov v Trenčíne, Nitre, Žiline a Košiciach.

Cieľom týchto skupín je najmä:

- budovať spoločenstvo a vzájomne sa povzbudzovať v službe kresťanských koučov vo svojom lokálnom prostredí,
- pomáhať si navzájom v rámci budovania dôvery a spolupráce s miestnou cirkvou, resp. kňazom,
- zviditeľňovať sa v regióne – regionálna tlač, letáky, televízia, oznamy a spolupracovať na aktivitách miestnej cirkvi,
- poskytovať si vzájomnú odbornú podporu a zvyšovať kvalifikáciu vďaka zdieľaniu novonadobudnutých zručností a skúseností.



J



A

31. augusta sa v nádhernom prostredí fary v Krížovoch nad Dudváhom stretlo vyše 30 kresťanských koučov z celého Slovenska na v poradí už treťom ročníku Koučiády. Kouči sa zišli, aby nielen dopĺňali svoju brašňu koučovacích nástrojov, ale najmä, aby vytvárali stále živé slúžiace spoločenstvo.





S

V septembri FG zrealizovalo prvý zo série piatich workshopov pre trénerov futbalového klubu SDM Domino na Trnávke. Cieľom workshopov, ktoré sa realizujú počas pravidelných pracovných stretnutí trénerov s vedením klubu v období od septembra 2019 do mája 2020, je rozvoj kľúčových kompetencií práce so zverencami. Napríklad efektívna komunikácia s deťmi/rodičmi, zvládanie konfliktov a svojich emócií, individuálny prístup k zverencovi, hodnotenie a tímový koučing, etický kódex trénera a podobne.

V septembri uzrel na webe FG svetlo sveta Register kresťanských koučov Slovenska. Sú v ňom zaradení tí kouči, ktorí splnili náročné podmienky pre vstup do registra, a tým môžu garantovať dostatočnú odbornosť a fundovanosť pre poskytovanie služby sprevádzania a pomoci klientom v rámci Slovenska. Cieľom registra, ktorý obsahuje kontakty s podrobnými informáciami o jednotlivých koučoch členených podľa regiónov, v ktorých pôsobia, je, aby boli kresťanskí kouči dostupní pre každého, kto má o takéto stretnutia záujem.

RKK
REGISTER
KREŠŤANSKÝCH
KOUČOV



Koncom novembra sme u nás hostili vzácnu návštevu. Sestra Anna Bissi, ktorá je hlavnou predstavenou Bratstva Premenenia v Taliansku, ponúkla v našom centre, v priebehu dvoch dní, dva rôzne semináre. >>>



Prvý seminár bol určený rehoľným sestram a zaujal ich svojou témou „Čitový život v komunite“. Sestry zo šiestich rehoľných kongregácií na toto stretnutie pricestovali z celého Slovenska.

Druhý seminár sestra Anna venovala kresťanským koučom. Hovorila o emóciách, ktoré sa objavujú u koučovaného klienta, ale aj tých, ktoré vznikajú a niekedy veruže aj zostávajú vnútri samotného kouča.

Spríjemnením predvianočnej atmosféry bolo už tradičné spoločné stretnutie zamestnancov Rodinného centra Mamy Margity (RCMM). Najväčšiu zásluhu na tomto podujatí mali opäť bratia saleziáni z miestnej komunity, ktorí zabezpečili všetok „proviant“, ale najmä chutnú kapustnicu. Počas celého podvečera bolo cítiť veľké prijatie a priateľskú atmosféru, ktorú umocnili hlboké osobné svedectvá jednotlivých zamestnancov (lekárov, sestier, učiteľiek...) o ich každodennej práci.

D



AKO SME HOSPODÁRILI

N

spotreba materiálu	15 327,99 €
spotreba energie	908,09 €
náklady na reprezentáciu	1 996,55 €
ostatné služby	81 130,40 €
mzdové náklady	3 671,19 €
záonné sociálne poistenie a zdravotné poistenie	1 222,87 €
ostatné dane a poplatky	428,30 €
kurzové straty	16,44 €
iné ostatné náklady	587,76 €
NÁKLADY CELKOM	105 289,59 €

prijaté dary

prijaté príspevky od fyzických osôb

príspevky z podielu zaplatenej dane

dotácie

PRÍJMY CELKOM

7 730,00 €

41 140,00 €

3 573,60 €

44 744,00 €

97 187,60 €

P

HOSPODÁRSKY VÝSLEDOK ZA ROK 2019

- 8 101,99

OKREM ZABEHNUTÝCH AKTIVÍT NÁŠHO CENTRA, KTORÝMI SÚ:

2

- odborné prednášky a svedectvá manželských párov,
- spolupráca na príprave snúbencov do manželstva v spolupráci s farnosťou Márie Pomocnice kresťanov na Miletičovej ulici,
- rozhovory s kresťanským koučom pre každého, kto o to prejaví záujem,
- výcvik ďalších kresťanských koučov cez výcvikový kurz „Kresťanský kouč“,
- rozvoj a koordinácia kumunity kresťanských koučov na Slovensku,
- vedenie a ďalší rozvoj Poradne plodnosti,

PLÁNUJEME V ROKU 2020 AJ TIETO AKTIVITY:

0

- poskytovanie nových vzdelávacích kurzov pre vybrané cieľové skupiny, tzn. manželov, rehoľníkov a trénerov/učiteľov. Témy, ktoré plánujeme v rámci vzdelávania ponúkať, sú najmä nenásilná komunikácia a riešenie konfliktov, kľúčové aspekty manželského spolužitia, umenie výchovy v dnešnej dobe a práca s emóciami,
- vytvorenie systematickej podpory a konkrétnych aktivít v rámci pastoračie manželstiev a rodín od fázy snúbeneckej prípravy cez pomoc v začiatkoch manželského života pri vynárajúcich sa problémoch až po sprevádzanie manželov alebo členov rodín, ktorí sa ocitli v kríze,
- podporu a odovzdávanie našich skúseností pri budovaní nových rodinných centier alebo v konkrétnej spolupráci s existujúcimi v rámci Slovenska a zahraničia,
- rozšíriť náš tím o nových externých spolupracovníkov (lektori, kouči...), ako aj o dobrovoľníkov a stážistov, aby sme mohli naše aktivity robiť lepšie, s dôrazom na potreby dnešných rodín.



MBS Consult, s. r. o.
Malinovo



Pre interné potreby vydalo
Poradenské centrum pre rodiny – FAMILY GARDEN
© 2019



Grafický dizajn
a zalomenie:
Jana Gavalda

Tlač:
Copy Office s.r.o.

