

Univerzita Palackého v Olomouci  
Cyrilometodějská teologická fakulta  
Institut sociálního zdraví



**Atypický vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní programu Na cestě**

Atypical relationship in the youth mentoring program Na cestě

Diplomová práca

Olomouc 2024

Autor: Bc. Katarína Bieliková

Vedúci práce: Mgr. Kristýna Gábová, Ph.D.

## **Prehlásenie**

Prehlasujem, že som diplomovú prácu vypracovala samostatne, že som riadne citovala všetky použité zdroje a literatúru a že práca nebola využitá v rámci iného vysokoškolského štúdia či k získaniu iného alebo rovnakého titulu.

V Olomouci, dňa .....

Podpis: .....

## **PodĎakovanie**

Úprimne ďakujem vedúcej mojej práce Mgr. Kristýne Gábovej, Ph.D. za odborné, profesionálne vedenie a investovanie veľkej dávky pozornosti a podpory pri písaní práce. PodĎakovanie taktiež patrí Sdružení D konkrétne programu Na cestě za umožnenie spracovania dát.

## **Klíčové slová**

Vzťah, vývoj vzťahu, atypický vzťah, mentoring, dobrovoľníctvo, mládež, mládežnícky mentoring, vzťahové kompetencie, vrstovnícke sprevádzanie, sociálna práca

## **Keywords**

Relationship, relationship development, atypical relationship, mentoring, volunteering, youth, youth mentoring, relational competence, peer accompaniment, social work

## **Abstakt SK**

Diplomová práca skúma atypický mentoringový vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní v programe Na cestě (Sdružení D, Olomouc). Téma je relevantná vzhľadom na nárast využívania mentoringu ako nástroja prevencie sociálno-patologických javov. Práca sa zameriava na teoretické vymedzenie mentoringu, vývoja vzťahov a analýzu priebehu vzťahov medzi dobrovoľníkmi a klientmi. Prostredníctvom kvalitatívneho výskumu – techniky analýzy dokumentov, skúma metódou tematickej analýzy záznamy stretnutí s klientami od troch dobrovoľníkov počas dvoch rokov.

## **Abstract EN**

The diploma thesis examines an atypical mentoring relationship in the youth mentoring programme Na cestě (Association D, Olomouc). The topic is relevant due to the increase in the use of mentoring as a tool for the prevention of socio-pathological phenomena. The thesis focuses on the theoretical definition of mentoring, the development of relationships and the analysis of the course of relationships between volunteers and clients. Through qualitative research, a document analysis technique, it examines the records of client encounters from three volunteers over a two-year period using a thematic analysis method.

## OBSAH

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. Úvod.....</b>  | <b>7</b>  |
| <b>TEORETICKÁ ČASŤ.....</b>  | <b>8</b>  |
| 2. Mentoring.....  | 8         |
| 2.1 História mentoringu.....   | 8         |
| 2.2 Vývoj mentoringu v EU a ČR.....  | 9         |
| 2.3 Vymedzenie mentoringu.....   | 11        |
| 2.4 Delenie mentoringu.....  | 12        |
| 2.5 Formy mentoringu.....  | 14        |
| 2.6 Aktéri mentoringu.....   | 14        |
| 2.7 Youth mentoring – mládežnícky mentoring.....                                       | 16        |
| 2.8 Klientela youth mentoringu a riziká.....   | 16        |
| 2.9 Výskumy mentoringových programov a ich efektivity.....                             | 18        |
| 2.9.1 Zahranické štúdie youth mentoringu.....  | 18        |
| 2.9.2 České štúdie youth mentoringu.....   | 27        |
| 3. Program Na cestě.....   | 32        |
| 3.1 Vymedzenie programu Na cestě.....  | 32        |
| 3.2 História a vývoj programu Na cestě.....  | 33        |
| 3.3 Vrstovnícke sprevádzanie v programe Na cestě a jeho priebeh, pravidlá, aktéri..... | 34        |
| 3.3.1 Priebeh vzťahu a jeho štruktúra.....   | 34        |
| 3.3.2 Pravidlá programu Na cestě.....  | 36        |
| 4. Vzťah.....  | 39        |
| 4.1 Teória vývoja vzťahu.....  | 39        |
| 4.1.1 Bowlbyho teória pripútanosti - attachmentu.....                                  | 39        |
| 4.1.2 Eriksonova teória psychosociálneho vývoja.....                                   | 41        |
| 4.1.3 Piagetova teória kognitívneho vývoja človeka.....                                | 42        |
| 4.1.4 Noamov konštruktívny vývinový model.....   | 44        |
| 4.1.5 Teória sprostredkovaného učenia od R. Feuersteina.....                           | 45        |
| 4.1.6 Fázy osvojovania si sociálnych rolí - podľa R. Selmana.....                      | 47        |
| 4.1.7 Model zprostredkovania výhod mentoringu J. Rhodes.....                           | 48        |
| 4.2 Charakteristiky kvalitného mentorského vzťahu.....                                 | 52        |
| <b>VÝSKUMNÁ ČASŤ.....</b>  | <b>53</b> |
| 5. Ciele výskumu a výskumné otázky.....  | 53        |
| 6. Metodológia výskumu.....  | 54        |
| 6.1 Výskumný súbor.....  | 54        |
| 6.1.1 Aktéri (participanti) výskumu.....   | 56        |
| 6.2 Popis realizovaného výskumu.....   | 56        |
| 6.3 Popis použitej metódy.....   | 58        |
| 6.4 Etické hľadisko a ochrana súkromia.....  | 58        |
| 7. Výskumné zistenia.....  | 59        |
| 7.1. Nadviazanie vzťahu.....   | 59        |
| Ako sa tvorí vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní?.....                                   | 61        |
| 7.2. Vývoj a fáze vzťahu.....  | 62        |

|  |           |
|--|-----------|
| Ako sa vyvíja vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní?.....                                  | 63        |
| 7.3. Vybrané vzťahové faktory.....   | 69        |
| Ako sa prejavujú faktory vzťahu - priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita, zábava?69 |           |
| <b>8. Diskusia.....</b>  | <b>72</b> |
| 8.1 Silné stránky a limity výskumu.....  | 81        |
| <b>9. Záver a implikácie do praxe.....</b>   | <b>82</b> |
| LITERATÚRA.....  | 84        |
| Prílohy.....   | 90        |
| Zoznam skratiek.....   | 92        |

# 1. Úvod

Predložená diplomová práca sa zaoberá atypickým mentoringovým vzťahom mládežníckeho mentoringu, konkrétne skúmaným v programe Na cestě (vrstovníckom sprevádzaní, Sdružení D v Olomouci).

Danú tému považujem za zaujímavú, vzhľadom na jej vzrastajúci význam v kontexte Českej republiky aj celosvetovo. Mentoring ako nástroj prevencie sociálno-patologických javov získava na popularite, avšak existuje stále nedostatok výskumov v tejto oblasti, najmä v českom kontexte. Tento výskum prispieva k širšiemu pochopeniu oblasti vrstovníckeho sprevádzania a mládežníckeho mentoringu.

Z hľadiska osobnej motivácie ma táto téma zaujíma nielen pre moju predošlú účasť v programe Na cestě na pozícii dobrovoľníčky, ale aj pre moju túžbu lepšie porozumieť procesu mentoringu a jeho vplyvu na vývoj vzťahov medzi mentorom a mentee. Momentálne som v programe koordinátorka vzťahov a pre skvalitnenie služby aj mojej práce považujem výskum za veľmi prínosný. Mojim cieľom je vytvoriť komplexný pohľad na túto problematiku a prispieť k ďalšiemu rozvoju mládežníckeho mentoringu nielen teoreticky, ale aj prakticky. Môj osobný prínos spočíva v kombinácii skúseností z praxe s analýzou vedeckých dát.

Obsah práce bude zahrňovať analýzu významu mentoringu, jeho súčasné trendy a výskumné poznatky z tejto oblasti. Cieľom je vymedziť teoretický rámec a preskúmať relevantné výskumy zamerané na mládežnícky mentoring a vývoj vzťahu medzi mentorom a mentee. Jedinečnosť výskumu v tejto práci spočíva v tom, že skúma priebeh a vývoj troch mentorinhových vzťahov prebiehajúcich po dobu minimálne dva roky. Analýza dokumentov, ktoré spísali dobrovoľníci po každom stretnutí s ich klientami ponúkajú autentickú výpoveď o priebehu a vývoji ich vzťahu. Výskumná časť práce sa teda bude zaoberať analýzou správ zo stretnutí dobrovoľníkov s ich klientmi, pričom sa budú porovnávať a zhodnocovať tri jedinečné vzťahy. Použitá metodológia zahŕňa tematickú analýzu dokumentov a citáciu podľa APA štandardov.

# TEORETICKÁ ČASŤ

## 2. Mentoring

V tejto práci sa budem venovať mládežníckemu mentoringu – youth mentoringu a preto je dôležitá definícia pojmov. Základným pojmom je „mentoring“. Čo to je, aká je jeho história, vývoj, rozdelenie a mnoho ďalšieho pomenujem v nasledujúcej kapitole.

### 2.1 História mentoringu

Už v období starovekého Grécka vznikali atypické vzťahy, konkrétne keď sa pozrieme bližšie na vzťah Aristotela k Alexandrovi veľkému alebo vzťah Sokrata k Platónovi môžeme nazvať mentoringovým vzťahom. Mentoring je teda jedna z najstarších foriem učenia. Učiteľia-mentori existovali v každej kultúre, kde sa práve od nich mohla ďalšia generácia učiť a nasávať múdrosti a skúsenosti. V Číne sa učitelia učili od majstrov-mudrcov, hinduisti mali svojich Guruov, židia mali Rabínov, sufijci mali Šejkov (Petrášová a kol, 2014).

Kedy sa objavil po prvý krát pojem „mentor“? Bolo to už 800 rokov pred Kristom, konkrétne v Homérovom epose Odysea. V tomto rozsiahlom epose sa Odyseus, kráľ Itaky, nachádza v situácii, kedy odchádza do vojny. Výchovu svojho syna Telemacha zveril svojmu priateľovi Mentorovi. Mentor sa stal akýmsi sprievodcom a otcovskou postavou v živote mladého princa. V tejto úlohe je však skutočným sprievodcom a učiteľom samotná bohyňa Pallas Athéna, bohyňa múdrosti a vojny, ktorá sa premenila na Mentora (Ferrerres, 2018). Na základe histórie sa zdá, že princíp mentorstva, kedy staršia generácia odovzdáva svoje skúsenosti a vedomosti mladšej generácii, má evolučný význam a pomohol našim predkom prežiť (DuBois a Karcher, 2014).

Keď sa presunieme v čase do doby stredoveku nájdeme tu cechov, majstrov a remeselníkov. V tomto období sa mentorstvo stalo bežnou praxou pri učení a odovzdávaní zručností ako píše vo svojej publikácii Petrášová (2014). Majstri, známi aj ako cechovní majstri alebo remeselníci, odovzdávali svoje vedomosti a dohliadali na svojich učňov. Tento model narušila priemyselná revolúcia,



ktorá namiesto osobného mentorovania priniesla štandardizované vzdelávanie (Petrášová a kol., 2014).

Mentoring o akom sa budem zmieňovať v tejto diplomovej práci, teda formálny mentoring a mládežnícky mentoring (ako sociálna intervencia pre mládež) sa prvýkrát objavil v USA na prelome 19. a 20. storočia. Tento druh mentoringu ako prevencie bol reakciou na rastúcu kriminalitu mladých ľudí a začal sa rozvíjať v rámci programu Big Brother Big Sister of America uvádzajú v publikácii Brumovská a Málková, (2010). Táto iniciatíva, ktorá do mentorských vzťahov zapojila dobrovoľníkov, inšpirovala ďalšie mentorské programy.

Druhá vlna mentoringu na prelome 80. a 90. rokov 20. storočia reagovala na zmeny v rodinných štruktúrach a začala sa realizovať ako preventívne opatrenie pre sociálne ohrozenú mládež (Brumovská a Málková, 2010). Hnutie Big Brother Big Sister (BBBS) sa stalo vzorom pre moderné mentorské programy. BBBS začalo ako samostatné organizácie „Big Brother“ a „Big Sister“, ale mali spoločný cieľ - vytvárať pozitívne mentorské vzťahy pre mládež. Táto iniciatíva bola priekopníkom v oblasti mentoringu (DuBois a Karcher, 2006, in Brumovská a Málková, 2010).

Aký má význam pojem „mentor“ dnes? „Mentor“ má aj dnes význam ako spojenie medzi starším a skúsenejším „mentorom“ a mladším „mentee“, ktorého mentor učí a pomáha mu orientovať sa v spoločenskom prostredí a kultúrnych hodnotách (Brumovská a Málková, 2010, s. 13).

Táto diplomová práca bude pracovať s pojmami mentor (alebo dobrovoľník), ktorý je starším vo vzťahu a mentee (v synonymickom význame klient), ktorý je vo vzťahu mladším človekom a je vedený. Tieto pojmy sa budú v práci uvádzať ako gendrovo neutrálne. Každá organizácia pracuje s mierne odlišnými pojmami, ktoré ale označujú v jadre to isté.

## **2.2 Vývoj mentoringu v EU a ČR**

Postupom času sa mentoringové programy rozšírili z USA do Európy a v Českej republike bol ako prvý v roku 1990 projekt „Hermes“. Zakladatelia pán Doc. PhDr. Oldřich Matoušek a jeho kolegovia vytvorili tento program, ktorý bol zameraný na rizikóvu mládež. Skupinu tvorili mladí pacienti v psychiatrickej starostlivosti (ktorí nemali záznam o konflikte so zákonom) a mladí jedinci, ktorí mali v minulosti

menšie konflikty so zákonom. Odborný tím doplnili aj študentky, ktoré nemali psychiatrické problémy. Cieľom projektu bolo porovnať mladistvých s negatívnymi vzorcami správania s ich rovesníkmi, ktorí mali pozitívne vzorce správania, s nádejou, že tieto pozitívne vzorce sa prenesú na prvú skupinu. Žiaľ, tento cieľ sa nepodarilo dosiahnuť a práca v skupine sa ukázala ako neúčinná (Lata, 2020).

V roku 1994 sa na základe predchádzajúcich skúseností začal realizovať projekt „LATA“, ktorý sa zameriaval na individuálnu pomoc mladým ľuďom, ktorí sa dostali do konfliktu so zákonom alebo do ťažkej životnej situácie. Lata – Programy pre mládež a rodinu, z.ú. Tento program s názvom „Ve dvou se to lépe táhne“ pracuje s dospievajúcimi a mladými ľuďmi vo veku 12-26 rokov, ktorí sú spájaní s mentormi vo veku 18-30 rokov (Lata – Kdo jsme, n.d.). Každému klientovi bol pridelený dobrovoľník, s ktorým trávil svoj voľný čas. V tomto programe neboli predpísané žiadne aktivity; klienti a dobrovoľníci sa jednoducho dohodli, že budú tráviť čas spolu. Skratka „LATA“ označovala „láskavú alternatívu k trestu pre mladistvých“ (Matoušek, 1996). Dnes organizácia pomáha deťom a mladým ľuďom a rodinám v Prahe a Stredočeskom kraji. Na podporu celých rodín, iných dva programy „Rodina (sa) sebe“ a „Rodinné konferenčné centrum“ (Lata – Příběh Lata, n.d.). Tento program podporuje zmysluplné trávenie voľného času a rozširuje obzory, čo pomáha predchádzať rizikóvemu správaniu detí a dospievajúcich. Klienti programu dnes najčastejšie prichádzajú do programu na odporúčanie psychológov a psychiatrov a prihlasujú ich rodičia a pracovníci úradu sociálnoprávnej ochrany detí (Lata, 2020).

Neskôr v roku 1996 program „Pět P“ (v slovenskom jazyku Päť P). V publikácii Břízovej (2018) sa uvádza vznik tohto programu, ktorý založila HESTIA – Centrum pro dobrovolnictví, z.ú. Tento program je určený pre deti vo veku od 6 do 15 rokov a podieľajú sa na ňom dobrovoľníci v úlohe mentorov, ktorí poskytujú dlhodobú podporu a starostlivosť deťom, ktoré sa v porovnaní so svojimi rovesníkmi stretávajú so znevýhodnením. Program Pět P funguje na báze pravidelného stretávania sa mentora a menteeho dve až tri hodiny týždenne. Pět P v názve znamená priateľstvo, prevencia, pomoc, starostlivosť (v českom jazyku péče) a podpora. Z dôvodu potreby profesionalizácie riadenia a rozširovania programu Pět P bola v roku 2001 založená Asociácia Pět P v Českej republike, ktorá v roku 2015 prešla transformáciou a stala sa Asociáciou dobrovoľníckych mentorských programov, z. s.

Táto asociácia v súčasnosti zastrešuje všetky centrá Pět P v Českej republike, poskytuje im metodickú podporu a kladie dôraz na evaluáciu (Břízová, 2018).

Najmladším v Českej republike je program „Na ceste“, ktorý je hlavnou témou tejto práce. Je to mentoringový program označovaný ako „vrstovnicke sprevádzanie“, ktorý pracuje s deťmi a dospelými vo veku od 10 do 18 rokov (zahŕňa dobrovoľníkov-mentorov, ktorí sú vo veku 17 až 26 rokov). Detailnejšie sa programu venujem v osobitnej kapitole o programe Na cestě (kapitola 3) (Sdružení D, n.d.).

### **2.3 Vymedzenie mentoringu**

V dnešnej dobe je pohľadov na mentoring mnoho, existuje mnoho druhov a tie sa od seba v jemných nuanciách líšia v závislosti od kontextu (napr. cieľov organizácie). Ako uvádza Břízová (2010), definície mentoringu v Českej republike nie sú jednotné.

Mentorské vzťahy môžu existovať v rôznych prostrediach vrátane podnikového prostredia, kde dochádza k odovzdávaniu odborných vedomostí a zručností medzi skúseným a novým kolegom. Tento typ mentoringu sa zvyčajne uplatňuje vo firmách, organizáciách, ale aj v školách, kde učiteľ pomáha novému kolegovi rýchlejšie sa začleniť do školského prostredia (Petrašová a kol., 2014). Je to teda vzťah mentora, ktorý má dostatok skúseností, vedomostí, zručností a tie odovzdáva svojmu mentee (podobne ako to bolo už v stredoveku), tento vzťah je teda zameraný prevažne na rovinu vzdelávania.

V tejto práci však máme na mysli mentoring, ktorý nie je primárne o štruktúrovanom učení. Najviac je teda výstižná definícia od Brumovskej a Málkovovej (2008). Tie definujú mentoring ako formu sociálnej intervencie, ktorá pracuje so sociálne ohrozenou mládežou za pomoci odborne vedených dobrovoľníkov. Tento typ mentoringu zahŕňa nadviazanie individuálneho vzťahu medzi mladým dospelým a starostlivým dospelým s cieľom pomôcť mladému človeku dosiahnuť študijné, sociálne, profesijné a osobné ciele (DuBois a Neville, 1997). Je dôležité poznamenať, že mentoringový vzťah nie je rodičovským vzťahom, ako na to upozorňujú Rhodes a jeho kolegovia (2006, 692), keď uvádzajú: „Mentoring je založený na výchovnom a podpornom vzťahu medzi mladým človekom a dospelým, ktorý nie je jeho rodičom.“ Tento vzťah sa zameriava na budovanie vzťahu a poskytovanie podpory medzi mentorom a mentee jednotlivcami.

Existujú kľúčové znaky, ktoré sú spoločné pre každý mentoringový vzťah bez ohľadu na jeho konkrétnu formu. Tieto kľúčové znaky definovali DuBois a Karcher (2005) a tri z nich nám umožňujú identifikovať mentoringový vzťah:

- Mentor je skúsenejší ako mentee.
- Mentor ponúka mentee poradenstvo a sprevádzanie, čo vedie k osobnému rastu a rozvoju menteeho.
- Mentor nadväzuje s mentee emocionálny vzťah založený na dôvere.

Tieto tri kľúčové charakteristiky sú prítomné v každom mentorskom vzťahu, či už sa vyvinul prirodzene alebo bol vytvorený v rámci formálneho mentorského programu alebo organizácie.

## **2.4 Delenie mentoringu**

Po zedefinovaní si mentoringu v kontexte tejto práce je dôležité spomenúť delenie mentoringu. To môžeme rozdeliť do dvoch rovín – prirodzený a formálny mentoring:

1. Prirodzený mentoring predstavuje vzťahy, ktoré vznikajú spontánne a bez vonkajšieho sprostredkovania. Tieto vzťahy sa vyznačujú dôverným vzťahom medzi dvoma jednotlivcami a môžu sa rozvinúť v ktoromkoľvek štádiu života. Kľúčovými prvkami prirodzeného mentoringu sú vzájomná úcta, lojalita a záujem a mentorovaný, t. j. ten, kto je mentorovaný, má za úlohu sa z interakcie niečo naučiť. Tento druh vzťahu je obojstranne prospešný pre obe strany a prináša pozitívnu zmenu a rozvoj. Dôležité je, že mentor nepotrebuje žiadnu špeciálnu odbornú prípravu ani skúsenosti a mentorský vzťah sa vytvára prirodzene bez sprostredkovania tretej strany. Prirodzený mentoring môže byť iniciovaný buď mentorom, alebo mentee a môže sa uskutočniť na základe dohody medzi oboma stranami (Bennetts, 2003).

Kto všetko môže vo vývoji človeka zohrávať úlohu prirodzeného mentora? Brumovská, Málková (2010) uvádzajú: vzdialení príbuzní, susedia, rodičia priateľov, obľúbení učitelia, vedúci voľnočasových krúžkov a iní. Tieto osoby môžu zohrávať v živote detí adolescentov úlohu prirodzeného mentora bez ohľadu na ich vzťah. Werner a Smith (1992 in Brumovská a Málková (2010) tiež uviedli, že osoby zohrávajúce rolu prirodzeného mentora pôsobia tiež ako kompenzácia stresorov

a rizík v prostredí/sociálnom kontexte. V dnešnej postmodernej spoločnosti sa prirodzené mentorské vzťahy z rôznych dôvodov začínajú vytrácať a často nie sú nahradené vhodnými alternatívami uvádzajú.

V projekte ENCOUNTER (Tereza Javornický Brumovská, PhD., Marie Sklodowska-Curie Research Fellow. Projekt č. 101027291, ENCOUNTER: Experiences of Youth in Natural Mentoring Relationships, Fakulta humanitných štúdií, Universita Karlova, Praha, CZ): prezentovanom na konferencií v roku 2023 boli ukázané predbežné výsledky predstaviteľom prirodzených mentorov: starí rodičia, starší súrodenci, vedúci krúžkov, starší priatelia, priatelia – rovesníci, učitelia, YouTuberi, hviezdy a digitálne – Hrdinovia (knihy, filmy). Taktiež sa v projekte Encounter autori zmienili o fakte nedostatku prirodzených mentorských vzťahov v živote znevýhodnených detí a dospelujúcich musí byť nahradený formálnymi mentorstvom.

2. Formálny mentoring, predstavuje umelo vytvorené vzťahy, ktoré sú vytvorené prostredníctvom mentorských programov a jeho cieľom je kompenzovať nedostatok prirodzených mentorských vzťahov. Jeho koncepcia vychádza zo zásad prirodzeného mentoringu s dôrazom na budovanie vzťahu, ktorý by sa mal čo najviac podobáť neformálnemu priateľstvu. Medzi kľúčové ukazovatele kvality formálneho mentoringu patrí pravidelnosť, stabilita a trvácnosť vzťahu, pocit blízkosti, vzájomná dôvera a empatia (Brumovská a Málková, 2010).

V tejto práci sa budem venovať formálnemu mentoringu (občas označovanému ako vrstevnícke sprevádzanie), ktorý je sprostredkovaný treťou stranou (organizáciou). Bennetts (2003) uvádza porovnanie formálneho mentoringu s prirodzeným mentoringom. Pri čom sa formálny mentoring musí vyrovnáť s určitými rizikami a dilemami spojenými s užívaním tretej strany. Jedným z kľúčových aspektov prirodzeného mentoringu je dôvera a jej nedostatok alebo absencia môže byť častou príčinou ukončenia vzťahov formálneho mentoringu. Je dôležité, aby bolo na začiatku jasné, čo by sa malo oznámiť koordinátorovi vzťahu a čo by malo zostať medzi samotnými účastníkmi. Ak mladý človek vstúpi do formálneho mentorského vzťahu dobrovoľne a je motivovaný, môže z neho mať mnoho výhod. Takýto vzťah mu/jej poskytuje príležitosti na socializáciu, zábavu, účasť na outdoorových aktivitách a tímových hrách, čo prispieva k rozvoju jeho/jej sociálnych zručností.

## 2.5 Formy mentoringu

Poznáme niekoľko foriem mentoringu:

- Mentoring mládeže / youth mentoring – tento typ mentoringu je vzťah medzi mladým dospelým a dieťaťom alebo dospievajúcim. Prostredníctvom spoločných skúseností a dialógu dospelý mentor nadväzuje dôverný vzťah so svojim mentee, odovzdáva mu skúsenosti, podporuje ho a vedie ho na ceste dospievania (DuBois a Karcher, 2005).
- Akademický mentoring – v tomto prípade je mentor učiteľom, ktorý odovzdáva vedomosti, podporuje študenta a prispieva k jeho akademickému a osobnému rozvoju (Eby a kol., 2008).
- Mentoring v pracovnej oblasti – skúsenejší mentor sa delí o skúsenosti a vedomosti so svojim mentee (často mladým alebo novým zamestnancom), poskytuje mu spätnú väzbu a môže používať techniky koučovania na podporu jeho profesionálneho rozvoja (Urban, 2019).

Táto práca sa špecificky zameriava na mentoring mládeže – youth mentoring, alebo inak synonymicky pomenovaný ako vrstovnícke sprevádzanie.

## 2.6 Aktéri mentoringu

Aktéri mentorského vzťahu pozostávajú z niekoľkých kľúčových osôb vrátane mentora (v niektorých prípadoch označovaného ako dobrovoľník, sprievodca) a klienta (mentee) a koordinátora mentorského vzťahu, ktorý môže byť označovaný aj ako manažér vzťahu. Rozdelenie podľa Brumovskej a Málkovej (2010):

- **Mentor**/dobrovoľník/sprievodca je zvyčajne osoba, ktorá má viac skúseností a znalostí ako klient. Jeho úlohou je viesť klienta, podporovať jeho rozvoj a stať sa pozitívnym vzorom.
- **Mentee**/klient v mentorskom vzťahu je osoba, ktorá je cieľom mentorského programu. Pojem „klient“ sa často používa v kontexte intervencií pre deti a mladých ľudí a označuje sociálne znevýhodnenú osobu vo veku 6-25 rokov. Cieľom mentorského programu je pomôcť tomuto klientovi predchádzať alebo znížiť sociálne znevýhodnenie.
- **Koordinátor vzťahu** má prehľad o princípoch mentoringu, dynamike vytvárania mentorského vzťahu a procese dosahovania kvality programu.

Jeho cieľom je usmerňovať vzťah, podporovať mentora a znižovať riziká spojené s mentoringom. Spolu s mentorom sa snaží dosiahnuť požadovanú kvalitu programu a zabezpečiť jeho prínos pre klientov.

- **Rodič/zákonný zástupca** (a iné osoby) Keller (2005) predstavuje systémový model mentoringu, ktorý zdôrazňuje spoluprácu medzi mentorom, vedúcim mentorského vzťahu a rodičmi alebo inými opatrovníkmi. Tento model ukazuje, že účinnosť mentorskej intervencie je najvyššia, keď sú všetci títo aktéri aktívne zapojení a spolupracujú na podpore rozvoja klienta. V niektorých prípadoch možno model rozšíriť o ďalšie dôležité osoby, ako sú učitelia, ktorí zohrávajú v celom procese kľúčovú úlohu.

Kvalitná spolupráca medzi vyššie uvedenými osobami je základom fungujúceho mentorského vzťahu. Pri špecifikách youth mentoringovej klientely si dovoľím zdôrazniť a pridať aj osoby ako: psychológovia, sociálni pracovníci, psychiatri, atď. ktorí sa tiež podieľajú na tvorení tohto vzťahu (záleží od organizácie do akej miery). Ako píše autorky Brumovská a Málková (2010, s. 76) vo svojej knihe o mentoringu, poskytovanie kvalitnej sociálnej opory vedie k rozvoju vzťahov a osobnosti dieťaťa. Pomáha plniť funkcie medziľudských vzťahov podľa aktuálnych potrieb mentorovaného. Naopak nedostatočná úroveň poskytovanej sociálnej opory môže viesť k nezdravej závislosti v mentorskom vzťahu. Je dôležité poznamenať, že kvalitu poskytovanej sociálnej podpory môže najlepšie posúdiť jej príjemca, ktorým je v tomto kontexte mentee.

Keller a Blakeslee (2014) uvádzajú, že sociálne prostredie každého jednotlivca je vzájomne prepojené, čo znamená, že každá osoba zapojená do sociálnej siete mentora alebo menteeho môže ovplyvniť ich vzťah. Do mentorských interakcií teda vstupujú nielen predchádzajúce skúsenosti oboch strán, ale aj názory a postoje rodičov menteeho, pracovníkov mentorského programu a dokonca aj rovesníkov, ktorí môžu ovplyvniť angažovanosť mentora a menteeho. V kontexte mentoringu zohrávajú dôležitú úlohu aj sociálne teórie sociálnej podpory, sociálneho kapitálu a odolnosti. Tieto teórie zdôrazňujú, že ideálna situácia je, keď primárna rodina dieťaťa poskytuje sociálnu podporu, ktorá zvyšuje schopnosť dieťaťa odolávať stresu a budovať sociálny kapitál. V tomto zmysle môže formálny mentoringový program prostredníctvom mentora poskytovať dieťaťu sociálnu oporu (Pinkerton a Dolan, 2007).

## 2.7 Youth mentoring – mládežnícky mentoring

Youth mentoringový vzťah, ktorý poskytuje mladým ľuďom podporu a sprievodcovstvo zo strany o niečo starších jednotlivcov (mentora). Špecifiká youth mentoringu zahŕňajú:

- Podporu rozvoja osobnosti a sociálny rozvoj. Mentori často slúžia ako pozitívne vzory pre mladých ľudí.
- Jedinečný vzťah založený na dôvernosti, podpore, načúvaní.
- Individuálny prístup – youth mentoring nie je jednotný program, ale skôr individuálny prístup ku každému mentee. Mentor a mentee spolupracujú na cieľoch a potrebách, ktoré sú pre mentee najdôležitejšie.

Podľa Brumovskej a Málkovej (2010) slúžia mentorské intervencie na minimalizáciu dôsledkov negatívnej alebo nevhodnej primárnej socializácie, ktorá prebieha v rodine. Youth mentoring teda predstavuje formu sekundárnej socializácie a jeho cieľom je podporiť zdravý vývoj dieťaťa alebo mladého človeka tým, že preberá vzorce správania od svojho mentora a internalizuje ich.

## 2.8 Klientela youth mentoringu a riziká

V tejto kapitole pomenujem kto predstavuje špecifickú klientelu v youth mentoringu, čo predstavuje ich špecifickosť a aké nesie riziká.

Vágnerová (2012) uvádza klientelu youth mentoringu ako mládež – osoby vo vekovom rozmedzí 10-20 rokov. V českom prostredí sa často používa termín „znevýhodnená mládež“ alebo „riziková mládež“, hoci presnejší by bol termín „ohrozená mládež“. Klientela je veľmi rôznorodá a nie všetci jedinci, ktorí sú klientmi youth mentoringu by sa radili do týchto pojmov. Aj napriek tomu, že majú rovnocenný význam, môžu niesť negatívne konotácie, ktoré sa s týmto termínom spájajú (Labáth, 2001). Labáthova definícia rizikovej mládeže sa vzťahuje na dospievajúcich, ktorí sú „vystavení zvýšenému riziku sociálneho a psychického zlyhania v dôsledku rôznych faktorov, ktoré môžu byť osobnej, zdravotnej, sociálnej a vzťahovej povahy.“ S touto definíciou charakter práce súznie, pretože zvyčajne nie je možné určiť jeden faktor ako hlavnú príčinu ohrozenia, a preto je potrebné chápať túto problematiku komplexne a uskutočniť hĺbkový výskum (Labáth, 2001; Matoušek, 1996). Taktiež je zrejmé, že definícia rizikovej mládeže bude ovplyvnená sociálnymi, kultúrnymi,



historickými a miestnymi faktormi a v neposlednom rade individuálnymi faktormi (Miovský a kol., 2015).

Správanie a vývoj dospelých ovplyvňuje mnoho faktorov vrátane biologických, osobnostných, rodinných, sociálnych a širších spoločenských vplyvov. Tie môžu pôsobiť dvojakým spôsobom (Matejček, 2003):

- ako rizikové faktory, ktoré ohrozujú jednotlivcov,
- ako ochranné faktory, ktoré im pomáhajú zvládať náročné situácie. Preto je dôležité identifikovať rizikové faktory a posilniť ochranné faktory, aby sa minimalizovali alebo eliminovali riziká.

Matoušek a kol. (2010) identifikujú tri hlavné kategórie rizikového správania u adolescentov:

1. Zvýšená zraniteľnosť adolescentov, ktorá zahŕňa faktory, ako sú vrodené dispozície k sociálnemu zlyhaniu, narušenie rodinného prostredia, narušené vzdelávacie dráhy a ústavná starostlivosť.
2. Správanie, ktoré je škodlivé pre samotného dospelého, vrátane problémov, ako je prostitúcia, bezdomovectvo, zneužívanie návykových látok a hazardné hry.
3. Správanie, ktoré poškodzuje iných alebo narúša sociálne záujmy, vrátane trestnej činnosti.

S rizikami sa spája prevencia. Pfaurová (2017) uvádza rôzne metódy intervencie pre rizikovú mládež, vrátane streetworku, nízkoprahových klubov, skupinových programov, mentoringu, sociálno-aktivizačných služieb pre rodiny s deťmi, centier výchovnej starostlivosti pre deti a mládež, sociálnej kurately pre deti a mládež probačných programov. Tieto služby sú zamerané na sekundárnu prevenciu a niekedy presahujú rámec terciárnej prevencie. Youth mentoring by však nemal nahradiť profesionálnu intervenciu zmienených oblastí a taktiež by mal pracovať s klientelou ktorá je stabilizovaná. Klienti vo väčšine prípadov majú svojich psychológov, psychoterapeutov či psychiatrov, ktorí sa starajú o zložku psychického zdravia klienta.

## 2.9 Výskumy mentoringových programov a ich efektívita

V oblasti youth mentoringu nie je mnoho výskumov, analýz, metaanalýz a odborných článkov. Existuje však zopár, ktoré vznikli v USA či v Českej republike. V tejto práci zmienim tie, ktoré pokladám za zásadné a stručne ich zhrniem. Výskumy sú orientované na skúmanie efektivity v oblasti youth mentoringu. Táto práca sa nezaobera priamo skúmaním efektivity, ale priebehu atypických vzťahov ako takých. Nasledovné štúdie však vytvárajú podklad pre vznikajúci výskum diplomovej práce. Radenie výskumov rozdelím chronologicky a taktiež podľa toho či boli výskumy zahraničné alebo v Českej republike.

### 2.9.1 Zahraničné štúdie youth mentoringu

Tierney a jeho kolegovia (1995) – *Tvorba zmeny. Štúdia vplyvu Big Brothers/Big Sisters (Making a Difference. An Impact Study of Big Brothers/Big Sisters)*.

Spoločnosť Public/Private Ventures, Inc. uskutočnila porovnávaciu štúdiu 959 10 až 16 ročných detí, ktoré sa v rokoch 1992 a 1993 prihlásili do 8 miestnych programov BBBS (Big brother and big sister, USA). Polovica z nich bola náhodne zaradená do terapeutickkej skupiny, v ktorej sa uskutočnili alebo sa pokúsili uskutočniť stretnutia BBBS, a polovica bola zaradená na čakaciu listinu BBBS. Porovnaním po 18 mesiacoch sa zistilo, že účastníci programu BBBS menej často užívali drogy a alkohol, menej často niekoho udreli, zlepšili dochádzku, školské výsledky a postoje k plneniu školských úloh a preukázali lepšie vzťahy s rovesníkmi a rodinou. Tieto výsledky sú dôkazom o dôležitosti starostlivých vzťahov medzi mladými ľuďmi a dospelými podporovanými mentorskými programami. Táto štúdia mala významný vplyv na popularitu mentoringu najmä koncom 90. rokov v USA a rozšírila sa aj do Českej republiky. Treba však poznamenať, že táto štúdia bola neskôr kritizovaná za metodiku výskumu a štatistickú analýzu (porovnanie s Cavell a kol, 2021). Následne sa objavil model od Rhodesa (2005), ktorý rozšíril naše poznatky o mentoringu.

Podľa štúdie Grossmana a Tierneyho (1998) – *Funguje mentoring? Štúdia vplyvu programu Big Brothers Big Sisters (Does mentoring work? An impact study of the Big Brothers Big Sisters program)*.

Adolescenti, ktorí boli zapojení do programu BBBS po 18 mesiacoch mentoringu, výrazne menej často uvádzali užívanie nelegálnych drog a alkoholu, násilné správanie a problémy v škole v porovnaní s kontrolnou skupinou. Títo dospelávajúci tiež vykazovali vyššie sebavedomie, pokiaľ ide o ich školské výsledky, a mali lepšie vzťahy so svojimi rodinami.

Výskum podľa DuBoisa a Silverthorna (2005) – *Prirodzené mentorské vzťahy a zdravie dospelávajúcich: Dôkazy z národnej štúdie (Natural mentoring relationships and adolescent health: Evidence from a national study)*.

Výsledky dokázali, že mentoring má široký a pozitívny vplyv na zdravie dospelávajúcich. Vo svojej štúdií autori analyzovali údaje z tretej vlny „Národnej longitudinálnej štúdie zdravia dospelávajúcich“, jedného z najväčších longitudinálnych prieskumov dospelávajúcich s 20 000 respondentmi. Respondenti, ktorí zažili mentoring, mali pozitívne výsledky v týchto oblastiach: vzdelávanie/pracovné aktivity (ukončenie strednej školy, úspešné štúdium na vysokej škole, pravidelná dochádzka do práce), zníženie problémového správania (zníženie účasti v gangoch, menej fyzickej agresie, menej rizikového správania), psychická pohoda (zvýšenie sebaúcty, vyššia životná spokojnosť) a zdravie (pravidelná fyzická aktivita, používanie antikoncepcie).

DuBois a kol. (2002) – *Účinnosť mentorských programov pre mládež: Metaanalytický prehľad (Effectiveness of mentoring programs for youth: A meta-analytic review)*.

Štúdia skúma vplyv prirodzených mentorských vzťahov na zdravotné výsledky starších adolescentov a mladých dospelých. Štúdia bola uverejnená v časopise American Journal of Public Health v marci 2005, ročník 95, číslo 3. Údaje pre štúdiu boli čerpané zo súborov verejne dostupných údajov I. a III. vlny Národnej longitudinálnej štúdie zdravia dospelávajúcich (Add Health), ktorá sa uskutočnila v Spojených štátoch. Mladí ľudia z reprezentatívnej vzorky spolu s niekoľkými špeciálnymi vzorkami absolvovali rozhovory v domácnosti v rámci vlny I v roku 1995

(n = 20 780) a rozhovory v rámci vlny III v rokoch 2001/2002 (n = 15 197). Zistenia naznačujú, že mentorské vzťahy majú pozitívny vplyv na vzdelávanie, zníženie problémového správania, psychickú pohodu a zdravie. Vplyv individuálnych a environmentálnych rizikových faktorov je však stále významný. Konkrétnejšie štúdia zistila, že prirodzené mentorské vzťahy majú pozitívny vplyv na viaceré výsledky súvisiace so zdravím starších adolescentov a mladých dospelých. Konkrétne, mentoring bol spojený s väčšou pravdepodobnosťou ukončenia strednej školy a návštevy vysokej školy. Výrazne nižšou pravdepodobnosťou členstva v gangu, zranenia niekoho v bitke počas predchádzajúceho roka a rizikového správania. Výrazne sa zvýšila pravdepodobnosť, že budú pracovať 10 alebo viac hodín týždenne. Pozitívne výsledky psychickej pohody vrátane vyššieho sebavedomia, spokojnosti so životom a nižšej úrovne depresívnych symptómov a samovražedných myšlienok. Štúdia však tiež zistila, že účinky individuálnych a environmentálnych rizikových faktorov sú stále významné. Napríklad vplyv mentorstva na ublíženie inej osobe v bitke bol nevýznamný pre mládež bez environmentálneho rizika, ale bol významný pre mládež s environmentálnym rizikom. To naznačuje, že mentorské vzťahy môžu byť obzvlášť prospešné pre mládež, ktorá je vystavená vyššiemu riziku negatívnych následkov.

Rhodes, Reddy a Grossman (2005) – *Podpora úspešných mentorských vzťahov s mládežou: Predbežný skriningový dotazník (Promoting successful youth mentoring relationships: A preliminary screening questionnaire)*.

Autori uskutočnili štúdiu s 928 adolescentmi, ktorí sa zapojili do programu Big Brothers Big Sisters. Dospievajúci boli náhodne zaradení do experimentálnej a kontrolnej skupiny. Na začiatku štúdie a potom po 18 mesiacoch mali vyplniť dotazník. Zistili, že vzťahy, ktoré trvali aspoň jeden rok, mali pre klientov významný prínos, napríklad zníženie užívania návykových látok, zlepšenie vzťahov s rodičmi, zvýšenie sebaúcty a zlepšenie sociálnych zručností.

Štúdia Herrera, a kol. (2011) – *Mentoring v školách: Mentoring na školách: štúdia vplyvu Big Brothers Big Sisters na školách a rozvoj detí. (Mentoring in Schools: An Impact Study of Big Brothers Big Sisters School-Based Mentoring. Child Development)*.

Štúdia sa zaoberá vplyvom mentoringu Big Brothers Big Sisters na školách na študijné výsledky a ďalšie výsledky študentov. Uskutočnila sa ako randomizovaná kontrolovaná štúdia, čo znamená, že študenti boli náhodne zaradení buď do liečebnej skupiny (mali nárok na mentora), alebo do kontrolnej skupiny (nemali nárok na mentora). Štúdie sa zúčastnilo viac ako tisíc študentov v 10 mestách v Spojených štátoch. Na začiatku štúdie boli žiaci v 4.-9. ročníku. Prieskumy medzi žiakmi a učiteľmi sa zbierali na jar v prvom školskom roku (9-mesačné hodnotenie) a na konci jesene v druhom školskom roku (15-mesačné hodnotenie). Mentorovaní študenti mali lepšie priemerné známky a častejšie uvádzali, že sa im v škole páčilo a cítili sa motivovaní dosahovať dobré výsledky, taktiež menej často vynechávali vyučovanie a menej často mali neospravedlnené absencie. V menej prípadoch začali užívať drogy a alkohol a menej často dopúšťali násilného správania. Pozitívne účinky mentoringu boli najsilnejšie u študentov, ktorí boli vystavení vyššiemu riziku študijných a behaviorálnych problémov.

DeWit a kol. (2016) – *Úloha mentorských vzťahov podporovaných programom pri podpore duševného zdravia, správania a vývoja mládeže (The Role of Program-Supported Mentoring Relationships in Promoting Youth Mental Health, Behavioral and Developmental Outcomes)*.

Štúdia sa zaoberá vplyvom programom podporovaným mentorských vzťahov a duševným zdravím v kontexte rozvoja mládeže. Uskutočnila sa na vzorke 1 139 mladých ľudí (vo veku 10-14 rokov) a ich rodičov v Kanade počas 30 mesiacov a bola uverejnená v časopise Journal of Primary Prevention v auguste 2016. Výsledky ukázali, že dlhodobé mentorské vzťahy mali pozitívny vplyv na zručnosti mládeže pri zvládaní problémov, emocionálnu podporu a zníženie problémov v správaní a príznakov depresie a sociálnej úzkosti. Štúdia zistila, že dievčatá, ktoré boli v dlhodobých mentorských vzťahoch, mali menej problémov so správaním

a mali vyššie sebavedomie. Okrem toho mali dievčatá, ktoré boli opätovne mentorované, lepšie výsledky ako tie, ktoré nikdy mentorované neboli. Tieto zistenia naznačujú, že mentoringové programy môžu byť pre dievčatá obzvlášť prospešné, pretože im môžu poskytnúť zdroj emocionálnej podpory a pomôcť im rozvíjať pozitívne stratégie zvládania. Je však dôležité poznamenať, že štúdia nezistila žiadne významné rodové rozdiely v celkovej účinnosti mentoringových programov, čo naznačuje, že z mentorských vzťahov môžu mať prospech chlapci aj dievčatá. Mentoringové programy by mali starostlivo zvážiť pohlavie a potreby mentorovanej mládeže. Okrem toho štúdia identifikovala potenciálne skreslenia pri podávaní správ a obmedzenia pri spoliehaní sa výlučne na vlastné správy mladých ľudí, čo naznačuje, že budúce výskumy by mali skúmať perspektívy rodičov a testovať sprostredkovateľské cesty, aby sa lepšie pochopilo, ako sa dosahujú výhody. Napriek týmto obmedzeniam majú zistenia štúdie dôležité dôsledky pre realizáciu účinných mentorských programov a naznačujú, že mentoring môže byť cenným nástrojom na podporu pozitívneho rozvoja mládeže.

Raposa a kol. (2019) – *Efekt mentorských programov pre mládež: metaanalýza štúdií (The effects of youth mentoring programs: A meta-analysis of outcome studies.)*

Táto štúdia je metaanalýzou výsledkov štúdií o youth mentorských programoch. Cieľom štúdie je preskúmať vplyv mentoringu mládeže a identifikovať najúčinnějšíe charakteristiky programu. Štúdia zahŕňa všetky relevantné výsledkové štúdie programov mentoringu mládeže napísané v anglickom jazyku v rokoch 1975 až 2016. Štúdia zistila, že mentoringové programy pre mládež majú pozitívny vplyv na celý rad výsledkov mládeže vrátane študijných výsledkov, sociálnych zručností a duševného zdravia. Najúčinnějšíe mentoringové programy boli tie, ktoré mali štruktúrovaný učebný plán, jasné ciele a trvalú podporu pre mentorov a mentees. Štúdia tiež zistila, že pozitívne účinky mentoringu boli silnejšie v prípade ohrozenej mládeže a mládeže zo znevýhodneného prostredia. V štúdii sa však uvádza, že výsledky sa nemusia zovšeobecniť na mentoringové programy vo všetkých častiach sveta a že zistenú veľkosť účinku mohli ovplyvniť

problémy, ako napríklad skreslenie reportérov alebo nespoľahlivé meracie nástroje.

Goldner, L., Ben-Eliyahu, A. (2021) – *Unpacking community-based youth mentoring relationships: An integrative review*. Štúdia je integračným preskúmaním účinnosti formálnych komunitných mentorských vzťahov s mládežou ako formy intervencie pre ohrozené deti.

V štúdiu sa preskúmala literatúra publikovaná od januára 2000 do apríla 2020, pričom na identifikáciu relevantných štúdií sa použili počítačové aj manuálne metódy vyhľadávania. Využité počítačové databázy boli PsychINFO, ERIC, PsycNET, PubMed, Scopus a Web of Science. Štúdia zistila, že komunitné mentorské vzťahy s mládežou môžu byť účinné pri zlepšovaní výsledkov ohrozených detí, najmä v oblasti študijných výsledkov, sociálno-emocionálneho rozvoja a výsledkov správania. Účinnosť týchto programov však môže byť ovplyvnená rôznymi faktormi vrátane kvality mentorského vzťahu, charakteristík mentora a menteeho a koncepcie a implementácie programu. Štúdia tiež identifikovala niekoľko potenciálnych výziev a obmedzení pri realizácii komunitných programov mentoringu mládeže vrátane otázok súvisiacich s náborom a udrжанím mentorov, udržateľnosťou programu a možnými nezamýšľanými negatívnymi dôsledkami. Konkrétne boli identifikované nasledovné zistenia:

Vzťahy s mentormi, ktoré sú dlhodobejšie a zahŕňajú častejší kontakt, vykazujú tendenciu byť účinnejšie než krátke a menej frekventované vzťahy.

Kvalita mentorského vzťahu sa ukázala byť kľúčovým faktorom v hodnotení účinnosti intervencie. Vysokokvalitné vzťahy sa vyznačujú srdečnosťou, emocionálnou podporou, dôverou a otvorenou komunikáciou.

Charakteristiky mentora a menteeho môžu ovplyvniť účinnosť intervencie. Starší, skúsenejší mentori s podobným pozadím ako ich mentee bývajú účinnejší.

Účinnosť mentorského programu závisí aj od jeho konceptu a realizácie. Dobré štruktúrované programy, ktoré poskytujú odbornú prípravu a podporu mentorom a majú jasné ciele, sa ukázali ako účinnejšie.

Štúdia však identifikovala aj potenciálne výzvy a obmedzenia pri implementácii komunitných mentorských programov pre mládež, vrátane otázok týkajúcich sa náboru a udržania mentorov, udržateľnosti programu a možných nezamýšľaných negatívnych dôsledkov.

Lakind a kol. (2015) – *Mentorské vzťahy s mládežou v súvislostiach: Mentori vnímajú mládež, prostredie a úlohu mentora (Youth mentoring relationships in context: Mentor perceptions of youth, environment, and the mentor role)*.

Štúdia je fenomenologickým výskumom skúseností profesionálnych mentorov mládeže. Cieľom je identifikovať spoločné črty a jedinečné aspekty ich skúseností. Štúdia zahŕňala rozhovory s niekoľkými jednotlivcami, ktorí pôsobia ako profesionálni mentori mládeže. Štúdia zistila, že vnímanie profesionálnych mentorov mládeže ich mentees a prostredia ovplyvňuje ich prístup k mentoringu. Konkrétne vnímanie silných stránok a problémov svojich mentees, ako aj ich vnímanie širšieho sociálneho a kultúrneho kontextu, v ktorom ich mentees žijú, formuje ich mentorské postupy. Štúdia tiež zistila, že vnímanie a prístupy mentorov sú adaptívne a kontextualizované v rámci konkrétneho prostredia a okolností, v ktorých pôsobia. Mentori môžu napríklad prispôbiť svoj prístup na základe veku, pohlavia a kultúrneho prostredia svojich mentees, ako aj zdrojov a podpory, ktoré sú k dispozícii v ich komunite.

Článok *Model vplyvu mentorských vzťahov na rozvoj mládeže publikovaný (A model for the influence of mentoring relationships on youth development) v Journal of Community Psychology* napísaný autormi Rhodes a kol. (2006).

Tento článok sa zaoberá vplyvom mentorských vzťahov na rozvoj mládeže. Predstavuje koncepčný model mentorského procesu a ponúka odporúčania pre budúci výskum. Článok sa zaoberá významom mentorských vzťahov pre pozitívny rozvoj mládeže a poskytuje prehľad súčasných výskumných zistení o efektívnom mentorstve. Vychádza tiež z teórie a výskumu vývoja detí a dospelých s cieľom vytvoriť koncepčný model procesu mentoringu. Štúdia bola vykonaná na mládeži a v článku sa uvádzajú rôzne štúdie



a výskumy na túto tému. Výsledky naznačujú, že mentorské vzťahy môžu mať pozitívny vplyv na vývoj mládeže, ale na úplné pochopenie mechanizmov, ktoré sú základom tohto účinku, a na určenie najúčinnějších mentorských postupov je potrebný ďalší výskum. Zo štúdií napríklad vyplynulo, že mladí ľudia, ktorí majú mentorov, s väčšou pravdepodobnosťou zostanú v škole, majú lepšie známky a viac sa zapájajú do vzdelávania. Zistilo sa tiež, že mentorské vzťahy zlepšujú sociálny a emocionálny rozvoj vrátane sebaúcty, sociálnych zručností a odolnosti. Okrem týchto výhod môžu mentorské vzťahy mladým ľuďom poskytnúť aj prístup k novým sieťam a príležitostiam. Mentori môžu mládež zoznámiť s novými ľuďmi a skúsenosťami, čo im môže pomôcť budovať sociálny kapitál a rozšíriť si obzory. Mentori tiež môžu mladým ľuďom poskytnúť poradenstvo a podporu pri zvládaní dôležitých životných zmien, ako je napríklad prechod na vysokú školu alebo na pracovnú pozíciu.

Goldner, L. a Golan, D. (2017) – *Dlhodobé účinky mentoringu mládeže na postoje a správanie študentov-mentorov v oblasti občianskej angažovanosti (The long-term effects of youth mentoring on student mentors' civic engagement attitudes and behavior)* publikovaný v *Journal of Community Psychology*.

Tento článok sa zaoberá dlhodobými účinkami mentoringu mládeže na postoje a správanie študentov-mentorov v oblasti občianskej angažovanosti. Skúma oneskorený vplyv účasti v programoch mentoringu mládeže a odbornej prípravy v oblasti občianskej angažovanosti a aktivizmu na bývalých mentorov. Štúdia odhaľuje pozitívnu koreláciu medzi mentoringom a súčasnými postojmi k občianskej angažovanosti a aktivizmu, ako aj nadobudnutím nových zručností a schopností. Štúdia zistila, že bývalí mentori, ktorí vnímali kvalitu svojej odbornej prípravy ako vysokú a svoj mentorský prínos ako významný, uvádzali vyššiu úroveň súčasných postojov a správania v oblasti občianskej angažovanosti. Sebaobraz bývalých mentorov o ich mentorskom prínose plne sprostredkovalo súvislosť medzi vnímaním seba a o kvalite školení o mentorstve mladých ľudí a ich súčasným občianskym angažovaným správaním prostredníctvom súčasných postojov k občianskej angažovanosti. Výsledky štúdie naznačujú, že programy mentoringu mládeže môžu mať

dlhodobý vplyv na postoje a správanie bývalých mentorov v oblasti občianskej angažovanosti. Okrem toho sa v štúdiu zistilo, že bývalí mentori uvádzali zvýšenú schopnosť nadviazať vzťah s malými deťmi a znevýhodnenými skupinami obyvateľstva a porozumieť im. Veľkosti účinkov korelácií vzhľadom na súčasné správanie bývalých mentorov však boli mierne, čo naznačuje, že niektoré rozdiely v zisteniach by mohli byť spôsobené inými faktormi. V štúdiu sa tiež uznáva, že analýzy boli založené na korelačných údajoch, a teda vylučujú kauzálne vzťahy. Budúce štúdie by mali zahŕňať longitudinálne údaje na preskúmanie dlhodobých účinkov a mechanizmov zmien bývalých mentorov v porovnaní s kontrolnou skupinou.

DuBois a kol. (1997) – *Mentoring mládeže: Skúmanie vzťahových charakteristík a vnímaných prínosov (Youth Mentoring: Investigation of Relationship Characteristics and Perceived Benefits)*.

Štúdia sa zaoberala analýzou vzťahových charakteristík a vnímaných prínosov dvoch komunitných mentorských programov. Identifikovala kľúčové faktory v týchto mentorských vzťahoch. Rozsiahly kontakt mentorov s mladými jednotlivcami bol spojený s väčšími prínosmi pre mladých, pričom sa zdôrazňuje význam pravidelných interakcií, ktoré vytvárajú efektívne mentorské vzťahy. Pocit emocionálnej blízkosti koreloval s väčším vnímaným prínosom, čo podčiarkuje potrebu budovania silných väzieb medzi mentormi a mentees. Správy o vzťahových prekážkach negatívne korelovali s hodnotením prínosov, čo poukazuje na potrebu aktívneho riešenia prekážok s cieľom rozvoja efektívnych mentorských vzťahov. Diskusie o rôznorodých témach a zapojenie do aktivít súviseli s väčším vnímaným prínosom, čo indikuje, že mentori by mali angažovať mentees v relevantných aktivitách a diskusiách. Zatiaľ čo priama súvislosť s hodnotením prínosov nebola identifikovaná, štúdia naznačuje, že dlhodobé vzťahy môžu prispieť k väčším vnímaným prínosom, čo zdôrazňuje dôležitosť udržiavania mentorských vzťahov dlhšie.

## 2.9.2 České štúdie youth mentoringu

Břízová (2010) vo svojej dizertačnej práci viedla výskum programu Pět P – *Zhodnocení efektivity sociálně preventivního programu Pět P v České republice a jeho vývoj*.

Tento výskum sa uskutočnil na 48 dobrovoľníkoch a 48 rodičoch. Bol realizovaný v strediskách Pět P metódou hodnotenia založenou na pôvodnej americkej hodnotiacej metóde s názvom Program Outcome Evaluation (POE), ktorá bola prispôbená českým sociokultúrnym podmienkam a používa sa vo všetkých centrách Pět P v Českej republike. Táto metóda zahŕňa dotazník zameraný na identifikáciu pozitívnych zmien v správaní dieťaťa počas mentorského vzťahu. Tento dotazník vyplňajú rodičia, dobrovoľníci, koordinátori vzťahu a ďalší, ktorí s dieťaťom pracujú. Dieťa tiež vyplňa krátky dotazník, ktorý je zameraný na jeho prania, potreby, spokojnosť so vzťahom a napĺňanie týchto potrieb a prání počas mentorského vzťahu. Autorka vo svojom výskume zaznamenala pozitívne zmeny u detí, najmä zvýšenie sebadôvery, schopnosti vyjadrovať emócie, vzťahov s rovesníkmi a záujmu o nové veci.

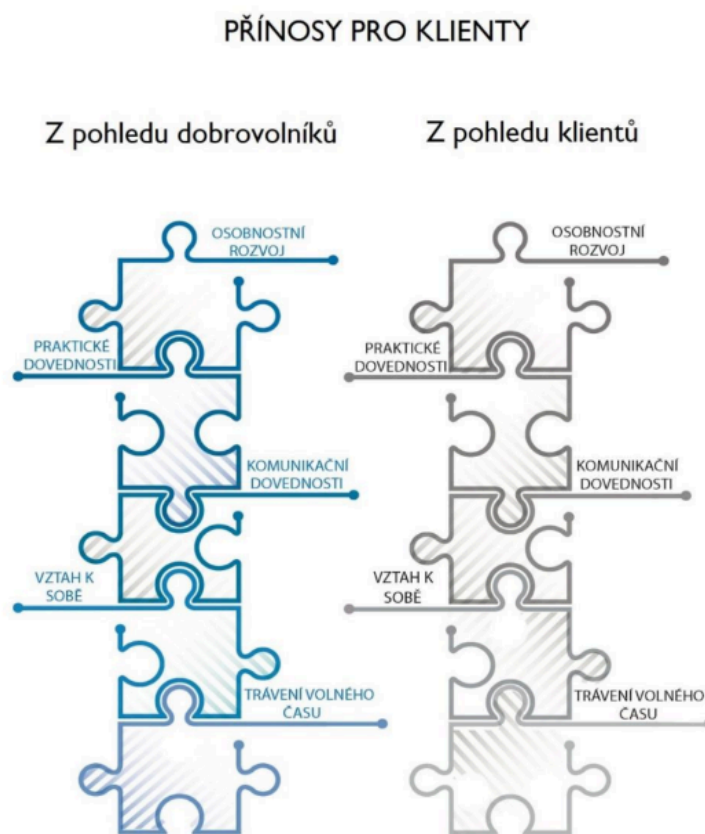
Neskôr v rokoch 2016-2018 uskutočnili opäť celoštátny prieskum za použitia metódy POE. Dotazníky boli k dispozícii pre 103 detí a pre 49 z týchto detí dotazníky vyplnili rodičia aj dobrovoľníci (v ostatných prípadoch dotazník vyplnila len jedna strana). Výsledky ukázali nasledujúce zlepšenia u detí, ktoré boli zapojené do programu aspoň jeden rok: Zlepšili sa vzťahy s rovesníkmi (u 67 % detí), znížilo sa agresívne správanie (u 65 %), zvýšila sa sebadôvera (u 64 %), zlepšila sa schopnosť vyjadrovať emócie (u 62 %), zlepšila sa koncentrácia (u 61 %), zlepšila sa schopnosť samostatne sa rozhodovať (u 59 %), znížila sa úzkosť (u 52 %), zvýšila sa emocionálna stabilita (u 51 %) a znížila sa zhovorčivosť a dezorganizácia (u 45 %) (Břízová, 2018).

Nasledovnému výskumu sa chcem v práci venovať viac detailne, pretože je prvým výskumom programu Na cestě. Pronyšynová (2020) skúma vo svojej diplomovej práci efektivitu – *PROGRAM „NA CESTĚ“: PŘÍNOSY A DOPAD NA SEBEPOJETÍ A CHOVÁNÍ DĚTÍ*. V tomto kvalitatívnom výskume autorka skúmala pomocou

pološtrukturovaných rozhovorov na 6 dobrovoľníkoch a 5 klientoch programu. V práci autorka skúmala tieto 4 roviny:

1. Prínosy programu pre klientov;
2. Prínosy programu pre dobrovoľníkov;
3. Obmedzenia programu a odporúčania na zlepšenie;
4. Dôležité faktory mentorského vzťahu.

Tieto roviny spracovala z dvoch pohľadov a to z pohľadu dobrovoľníka a z pohľadu klienta, nasledovne ich spracovala do infografík. Infografiky roviny 1. a 4. detailne z diplomovej práce rozpíšem, pretože aktuálny výskum bude na výskum Pronyšynovej (2020) odkazovať.

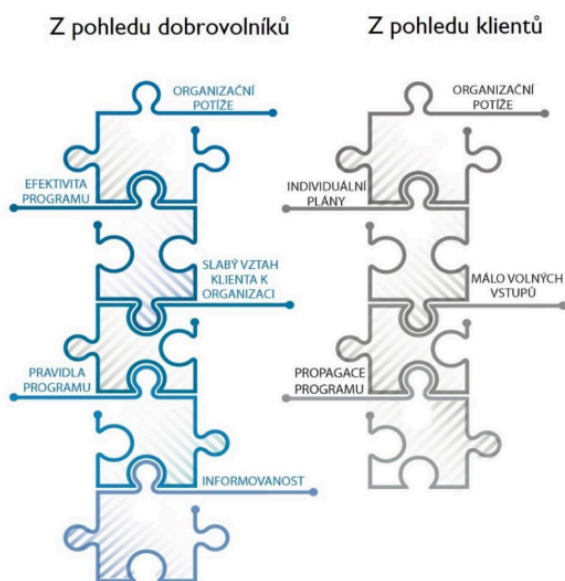


Obrázok 1: Prínosy pro klienty (Pronyšynová, 2020)

Prínos programu pre klientov z pohľadu dobrovoľníkov sa prejavuje v niekoľkých oblastiach. Dobrovoľníci vytvárajú priaznivé prostredie pre osobný rozvoj klientov, čo zahŕňa zodpovednosť, trpezlivosť, samostatnosť a empatiu. Okrem toho program pomáha klientom získavať praktické zručnosti, ako sú organizačné schopnosti, orientácia v meste a samostatné používanie verejnej dopravy, čím im umožňuje efektívnejšie fungovať v každodennom živote. Komunikačné zručnosti sú ďalším dôležitým aspektom, ktorý klienti rozvíjajú vďaka programu, čo zahŕňa schopnosť vyjadrovať svoje názory, potreby a zážitky, ako aj nadväzovanie konverzácií a odvahu požiadať o pomoc, čo prispieje k ich sociálnemu a emocionálnemu rozvoju. Program tiež podporuje pozitívny vzťah klientov k sebe samým, pomáha im pri sebaopoznaní, budovaní sebavedomia a práci s emóciami. Nakoniec, dobrovoľníci poskytujú klientom príležitosť na získavanie nových skúseností, využívanie zmysluplného voľného času a podporu zdravého životného štýlu, čo prispieva k ich celkovému pohodliu a well-beingu.

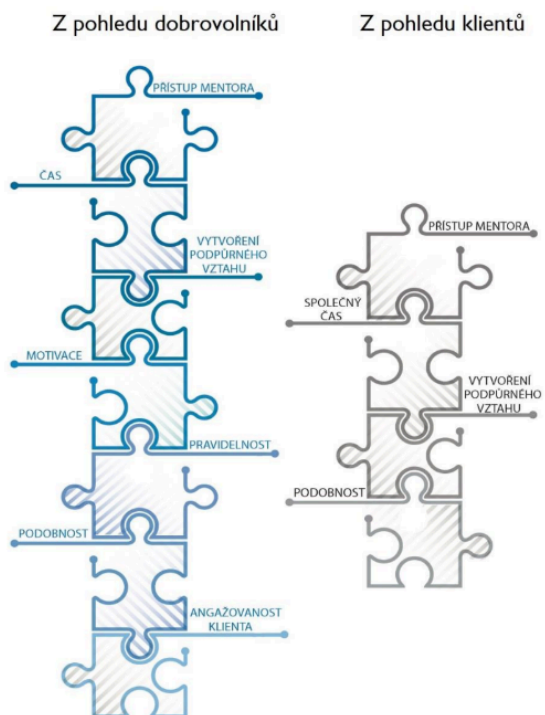
Prínosy programu pre klientov z pohľadu samotných klientov sa prejavujú v rôznych oblastiach. Začnúc osobným rozvojom, klienti zdôrazňujú, že sa cítia sebavedomejšie v interakciách s ostatnými, prejavujú väčšiu empatiu a cítia zodpovednosť nielen voči sebe, ale aj voči svojmu okoliu. Ďalej, program pomáha klientom získavať praktické zručnosti, ako je lepšia organizácia ich času, schopnosť lepšej orientácie v mestskom prostredí a rozvoj študijných návykov, čo výrazne prispieva k ich celkovému úspechu a pohodliu. Ďalším dôležitým aspektom sú komunikačné zručnosti, pri ktorých klienti uvádzajú zlepšenie asertívnej komunikácie, prekonanie strachu z otvoreného rozhovoru s inými ľuďmi a získanie väčšej sebadôvery pri vyjadrovaní svojich myšlienok a pocitov. Klienti tiež opisujú zvýšenú sebadôveru a schopnosť sebakontroly ako dôležitý prínos programu pre ich vlastný osobný rozvoj. Okrem toho, účasť v programe poskytuje klientom nové možnosti trávenia voľného času a podporuje zdravý životný štýl.

## LIMITY PROGRAMU



Obrázok 2: Limity programu (Pronyšynová, 2020)

## FAKTORY VZTAHU



Obrázok 3: Faktory vzťahu (Pronyšynová, 2020)

Faktory, ktoré ovplyvňujú funkčný mentorský vzťah z pohľadu dobrovoľníkov. Mentorský prístup, ako prvý faktor, zdôrazňuje dôležitosť partnerského prístupu a prácu s vlastnými očakávaniami a prijatie podpory tímu. Čo sa týka vytvorenia podporného vzťahu, dobrovoľníci kladú dôraz na faktory ako priateľstvo, dôveru, podporu a zábavu, ktoré prispievajú k hlbšiemu a stabilnému vzťahu. Čas a motivácia sú ďalšími dôležitými faktormi, pričom pravidelnosť stretnutí a podobnosť medzi klientom a dobrovoľníkom hrajú tiež podstatnú úlohu vo vytváraní silného vzťahu medzi účastníkmi programu. Dobrovoľníci si všímajú, že účasť klientov a ich zapojenie do programu sú kľúčové pre úspech mentorského vzťahu.

Faktory funkčného mentorského vzťahu z pohľadu klientov zahŕňajú rôzne aspekty. Prvou témou je prístup mentora, kde klienti zdôrazňujú dôležitosť priateľského prístupu a rešpektu rovesníkov. Ďalšou dôležitou témou je vytvorenie podporného vzťahu, ktorú klienti považujú za kľúčovú. Táto téma zahŕňa faktory ako priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a podpora zábavy, ktoré prispievajú k úspešnému vzťahu medzi klientmi a dobrovoľníkmi. Ďalšou témou je spoločný čas, ktorý klienti považujú za dôležitý pre budovanie vzťahu. Nakoniec, podobnosť medzi klientom a dobrovoľníkom je tiež dôležitým faktorom, keďže klienti cítia väčšiu spokojnosť vo vzťahu, ak majú s dobrovoľníkom niečo spoločné.

Výskum Pronyšynovej (2020) teda prináša prvé poznatky konkrétne o efektívite programu Na cestě:

Dobrovoľníci a klienti vnímajú tieto výhody programu:

- Osobný rozvoj vrátane zlepšenia osobnostného rastu a komunikačných zručností.
- Rozvoj praktických zručností.
- Zlepšenie vzťahu k sebe samému.
- Trávenie voľného času s pozitívnymi účinkami.

Limity a odporúčania:

- Organizačné problémy.
- Nedostatočná propagácia programu.

- Obmedzené individuálne plány.

Dôležité faktory mentorského vzťahu:

- Dôležitosť prístupu mentora.
- Nadviazanie podporného vzťahu.
- Čas a pravidelnosť stretnutí.
- Podobnosť medzi klientom a mentorom.
- Angažovanosť klienta.

Spokojnosť s programom a motivácia:

- Dobrovoľníci sú s programom spokojní, oceňujú najmä starostlivý tím a pozitívnu atmosféru.

### **3. Program Na cestě**

Nasledovná kapitola ponúka detailnejší vzhľad do samotnej organizácie programu Na cestě.

#### **3.1 Vymedzenie programu Na cestě**

Program "Na ceste" je mentorský program / program vrstovnickeho sprevádzania, ktorý sa zameriava na budovanie osobného vzťahu medzi dobrovoľníkom (mentorom) a dospelým klientom (mentee). Tieto dvojice sa pravidelne stretávajú raz týždenne na dve hodiny. Tieto vzťahy trvajú individuálne dlho maximálne však dva roky. Zo stretnutí je dobrovoľník povinný zaznamenávať priebeh stretnutí a podávať správy koordinátorovi vzťahov. Každú dvojicu metodicky podporuje a usmerňuje jeden koordinátor programu, ktorí zabezpečujú chod programu vrátane náboru účastníkov, odbornej prípravy dobrovoľníkov a poskytovania podpory a poradenstva dvojici, vedenia intervizií, teambuildingov, vzdelávaní. (Sdružení D, 2019a).

Program má niekoľko čiastkových cieľov, medzi ktoré patrí prevencia závislostí a rizikového správania, podpora aktívneho trávenia voľného času, podpora



samostatnosti a osobnej zodpovednosti klienta, poskytovanie podpory pri zvládaní náročných životných situácií, rozvoj zručností potrebných pre aktuálne výzvy dospievania a posilnenie komunikačných a sociálnych zručností (Sdružení D, 2019a).

Program "Na cestě" zahŕňa aj skupinové aktivity (interné pre klientov vrstevníckeho programu alebo externé pre detské domovy atď.) Tieto aktivity nesú osobnostne rozvojový charakter, slúžia ako prevencia, psychohygiena a nesú prvky vzdelávacie (zážitková pedagogika) a prvky terapeutické. Na skupinových programoch sa klienti aktívne zúčastňujú prostredníctvom hier, dramatický a expresívne terapeutických nástrojov aktivít, ktoré ich vedú k cieľom daného stretnutia alebo individuálnym cieľom. Témy týchto skupinových aktivít sa každý rok menia a vedú ich dvaja koordinátori programu v roli facilitátorov (Sdružení D., n.d.).

### **3.2 História a vývoj programu Na cestě**

Program „Kluby na cestě“ pod zastrešujúcou organizáciou Sdružení D z.ú., zahájený v roku 2013 s plánom na dva roky, mal posilniť sociálne a profesijné zručnosti dospievajúcich pripravujúcich sa na opustenie detského domova. Ciele projektu, podľa Němečka a kol. (2015), zahŕňali zavedenie preventívnych a osobnostných rozvojových programov v určených detských domovoch na zníženie rizika rizikového správania a posilnenie sociálnych a profesionálnych kompetencií mladých ľudí pre lepšiu pripravenosť na dospelý život. Projekt sa skladal z troch častí:

Kluby na cestě prebiehala od januára do decembra 2013, zahrňujúc prípravné aktivity na posilnenie sebavedomia, sebapoznania a spolupracovných zručností u dospievajúcich klientov. Metódy zahŕňali arteterapiu, tréning komunikácie a pod.

Tréning sociálnych a profesijných zručností prebehla od januára do júla 2014 a zahŕňala simulácie modelových situácií týkajúcich sa zamestnania, bývania a finančnej gramotnosti. Dospievajúci klienti si vyskúšali pohovory, jednanie s bankami a úradmi, a získavanie potrebných materiálov. Táto fáza zahŕňala päť hlavných tém zameraných na sociálne vylúčenie, finančnú gramotnosť, hľadanie práce, orientáciu v neznámom prostredí a zvládanie životných kríz.

Big Brother Big Sister (vrstovnícke provázení) prebiehalo od augusta 2014 do júna 2015 a zahŕňala vytvorenie mentoringového vzťahu medzi klientmi a dobrovoľníkmi „staršími bratmi“ alebo „staršími sestrami“. Dvojice trávili približne tri hodiny týždenne počas ôsmich mesiacov, zameriavajúc sa na aktivity podporujúce prosociálne správanie a riešenie aktuálnych potrieb klientov, ako je hľadanie práce alebo riešenie osobných problémov. Mentori boli študenti pedagogických a humanitných odborov, ktorí absolvovali odbornú prípravu od organizácie Lata a mali koordinátora vzťahov na poskytovanie podpory a spätnej väzby.

V júni 2015 bol koniec projektu „Kluby na cestě“. Zo strany zapojených dobrovoľníkov bol veľký záujem o pokračovanie vzťahov, ktoré sa vytvorili počas projektu. Vzťahy sa ukazovali ako efektívne a prosperujúce, preto ich po ôsmich mesiacoch neprebehlo a vznikla myšlienka pokračovania programu. Program „Na ceste“ začal a viedol Jan Němeček, ktorý zostal vedúcim programu až doteraz. V roku 2018 začal program v oblasti Olomouca expandovať aj do Šumperka (Sdružení D, 2016). Neskôr sa začal program Na cestě rozrastať z Olomoucka a Šumperska aj do Zábřežska a Litovelska, kde vznikaly dvojice. Do koordinátorskej činnosti sa pridala k Janovi Němečkovi Iri Pronyšynová (od 2017 do 2020). Neskôr ju vystriedali koordinátorky Klára Šimková a Lucia Beňková (od 2020 do jún 2022). A tie vystriedali koordinátorky Katarína Bieliková a Monika Trnová, ktoré spolu s Janom vedú program Na cestě od 2022 doteraz. Okrem klubov Na cestě pribudla Teatroterapeutická skupina, ktorá sa neskôr zmenila na Dramaterapeutickú skupinu (Sdružení D, 2023).

### **3.3 Vrstovnícke sprevádzanie v programe Na cestě a jeho priebeh, pravidlá, aktéri**

V programe na cestě pomenúvajú mentoringový vzťah ako vrstovnícke sprevádzanie. v nasledovnej kapitole detailne zadefinujem a pomenujem priebeh tohto sprevádzania a pravidlá programu.

#### **3.3.1 Priebeh vzťahu a jeho štruktúra**

Pred začiatkom vzniknutej dvojice stojí nábor dobrovoľníkov a prijímanie klientov. Náboje dobrovoľníkov prebiehajú na stredných a vysokých školách, alebo sa o nás dozvedia z iných zdrojov. Klienti sa do programu dostávajú väčšinou na odporúčanie

odporníkom. Následne prebehne prijímací pohovor a výcvik dobrovoľníkov. A vstupný pohovor pre klientov. Po tom prebehne párovanie a prvý kontakt.

Mentorský vzťah začína procesom párovania dvojíc, kde tím odborníkov, vrátane vedúceho programu, koordinátora vzťahov a psychológa, zohľadňuje informácie o klientovi a dobrovoľníkovi. Cieľom je vytvoriť páry na základe informácií získaných zo školení, stretnutí, individuálnych plánov a preferencií oboch strán. Tento proces sa snaží rešpektovať želania klientov a dobrovoľníkov. Po spárovaní dostane dobrovoľník individuálny plán klienta a kontaktné údaje na komunikáciu, pričom rodič/opatrovník je informovaný o pridelení dobrovoľníka k dieťaťu. Dobrovoľník má tiež koordinátora, ktorý ho podporuje počas celého vzťahu.

Po prvom kontakte dobrovoľník a klient sa zaväzujú stretávať sa pravidelne, ideálne raz týždenne po dobu dvoch hodín. V prípade, že sa neuskutoční osobné stretnutie, môže nastať alternatívny spôsob komunikácie, napríklad telefonický rozhovor. Na začiatku sa často klient predstaví dobrovoľníkovi v prítomnosti zákonného zástupcu. Obsah stretnutí závisí od potrieb klienta a je dohodou oboch strán, pričom dobrovoľník často zohľadňuje tieto potreby a plánuje aktivity s podporou koordinátora programu. Klienti majú možnosť postupne preberať viac zodpovednosti pri plánovaní stretnutí, čím sa učia túto zručnosť.

Dvojice sa každé tri mesiace stretávajú na reflektívnom rozhovore s koordinátorom vzťahu. Toto stretnutie slúži na hodnotenie ich spoločného času, poskytovanie spätnej väzby a stanovovanie cieľov na nasledujúce tri mesiace. Tieto ciele sú individuálne, odrážajú potreby klientov a môžu sa týkať rozvoja zručností, splnenia konkrétnych úloh alebo upevnenia vzťahu. Oba partneri vyplnia reflektívny dotazník, ktorý hodnotí zmysluplnosť a spokojnosť s programom.

Intervízie (supervízie) pre dobrovoľníkov sa konajú každý prvý pondelok v mesiaci a slúžia na podporu dobrovoľníkov. Na týchto stretnutiach majú priestor hovoriť o svojich pocitoch v rámci vzťahu, aktuálnych témach a tom, ako sa cítia vo svojej dobrovoľníckej úlohe. Intervízie sú vedené podľa Balintovho konceptu.

Individuálny rozhovor je poskytovaný koordinátorom kedykoľvek, kedy dobrovoľní alebo dvojica potrebujú pomoc pri určitej téme alebo fáze vzťahu.

Každoročne sa koná spoločné stretnutie pre dobrovoľníkov a klientov na záver školského roku (v júni), ktoré trvá tri hodiny a zahŕňa interaktívne hry, ktoré umožňujú klientom a dobrovoľníkom lepšie sa spoznať.

Ukončovací rozhovor je dôležitou súčasťou programu „Na ceste“, kde dobrovoľník klient a koordinátor vytvoria bezpečné prostredie na zreflektovanie svojho vzťahu. Počas tohto stretnutia spolu reflektujú svoju spoločnú cestu programom, spomínajú na významné momenty vo vzťahu a poskytujú si vzájomnú spätnú väzbu. Na základe tejto reflexie sa dohodnú, či chcú zostať v kontakte. Ak vzťah končí, môžu mať obe strany možnosť zostať v programe a byť priradené novým dobrovoľníkom alebo klientom. Ukončenie vzťahu môže nastať po dvoch rokoch, alebo z dôvodu, že jedna zo strán cíti potrebu ukončiť vzťah z časových alebo iných dôvodov.

### **3.3.2 Pravidlá programu Na cestě**

Pravidlá programu sú definované v zmluve, ktorú podpisujú dobrovoľníci a klienti. Zmluva je interný dokument programu a s dovoľením Jana Němčeka som mohla skopírovať pár významných bodov do tejto diplomovej práce. Niektoré pravidlá zo zmluvy vypíšem v tejto kapitole, pretože ich účinnosť ovplyvňuje tvorbu vzťahu, dáva vzťahu jasné hranice a limity aj povinnosti.

Zmluva o dlhodobej dobrovoľníckej službe (uzatvorená podľa § 5 zákona č. 198/2002 Z. z. o dobrovoľníckej službe a o zmene a doplnení niektorých zákonov). Zo zmluvy som vyňala pár bodov pre ilustráciu práv a povinností dobrovoľníka:

4.2. Miestom výkonu dobrovoľníckej služby je Olomoucký kraj.

4.3. Dobrovoľník sa musí zúčastniť na pred výjazdovom školení organizovanom vysielajúcou organizáciou. Počas tejto prípravy sa dobrovoľník oboznámi s programom a možnými rizikami, ktoré môžu súvisieť s jeho službou.

4.4. Hlavnou činnosťou dobrovoľníka je rovesnícke poradenstvo, zamerané na budovanie vzťahu s klientom. Stretnutia sa budú konať pravidelne, dve hodiny týždenne, s dôrazom na podporu prosociálneho správania klienta a minimalizáciu rizikových situácií.

4.5. Dobrovoľník sa bude pravidelne zúčastňovať na rozhovoroch alebo individuálnych stretnutiach s cieľom monitorovať svoj vzťah s klientom.

4.6. Dobrovoľník bude kontaktovať klienta aspoň raz týždenne, pričom bude brať do úvahy možnosti klienta.

4.7. Dobrovoľník každý týždeň vypracuje správu zo stretnutia a zašle ju organizácii. V prípade, že sa stretnutie neuskutoční, bude informovať organizáciu o kontakte s klientom.

4.8. Dobrovoľník informuje koordinátora dobrovoľníkov o všetkých relevantných udalostiach týkajúcich sa vzťahu s klientom.

4.9. Na stretnutia dobrovoľníka a klienta nemá prístup žiadna iná osoba.

4.10. Dobrovoľník bude zachovávať mlčanlivosť o klientovi a jeho rodine a informácie bude používať len v rámci organizácie. Výnimkou sú konzultácie s odbornými inštitúciami alebo prípadové štúdie, ktoré si vyžadujú súhlas klienta. V prípade prípadovej správy dobrovoľník nepoužije osobné údaje klienta.

4.11. Dobrovoľník nebude počas poskytovania služby ubytovaný.

4.12. Dobrovoľník nebude mať počas služby nárok na stravu.

Ďalej sú v Dodatku k zmluve o dlhodobej dobrovoľníckej službe uvedené Odporúčania a pravidlá, ktoré musí dobrovoľník pri tvorbe vzťahu brať na vedomie:

- Na začiatku vášho vzťahu si s klientom stanovte pravidlá, ktoré budú platiť počas celého trvania vášho stretnutia. Pravidlá môžete podľa potreby meniť.
- Osvedčili sa pravidelné stretnutia v rovnaký deň a čas. Odporúča sa frekvencia 2 hodiny týždenne. Ak sa v danom týždni nemôžete stretnúť, pokúste sa ho nahradiť iným časom.
- Nezabúdajte, že ste za klienta zodpovední podobne ako jeho starší kamarát. Uistite sa, že nedochádza k situáciám, ktoré by mohli klienta ohroziť, napríklad v aute.
- Budte opatrní pri požičiavaní peňazí klientovi; nie je vašou povinnosťou platiť za klienta na rôznych miestach (ani jeho povinnosťou platiť za vás).
- Odporúčame zachovať čiastočnú anonymitu a zdieľať s klientom len tie informácie, ktoré sú nevyhnutné pre vašu bezpečnosť. Ako vzťah napreduje, hranice zdieľaných osobných informácií sa môžu rozšíriť.

- Neodporúčame pridávať klientov na sociálne siete ani im umožňovať sledovanie vášho osobného profilu.
- Pozývanie klientov k vám domov je veľmi nevhodné.
- V prípade neistých situácií alebo extrémnych udalostí neváhajte kontaktovať koordinátora dobrovoľníkov, ktorý je vám k dispozícii ako podpora.

Konflikt záujmov medzi organizáciou a účastníkmi programu predstavuje značný etický problém. Tento problém sa môže vyskytnúť v programe Na cestě, kde je zavedené rovesnícke vedenie. Situácia sa však v tomto prípade komplikuje, keďže do procesu je zapojený dobrovoľník, ktorého úlohou je budovanie vzťahov s účastníkmi. Napriek tomu platia pre tieto vzťahy jasné profesionálne zásady.

Pracovníkovi alebo dobrovoľníkovi je všeobecne zakázané:

- Integrovať účastníka programu alebo klienta do svojho osobného života.
- Komunikovať s účastníkom programu alebo klientom tak, aby vytváral citovú väzbu alebo závislosť.
- Zneužívať svoje postavenie alebo poskytované služby na osobný prospech alebo na prospech tretej strany.
- Organizovať aktivity s cieľovou skupinou mimo vymedzeného rozsahu činností organizácie bez vedomia a posúdenia nadriadeného, aj keď išlo o voľný čas pracovníka alebo dobrovoľníka (napríklad pozývanie klientov k sebe domov).

Vzťah medzi pracovníkom, dobrovoľníkom a klientom musí zotrvať v pracovnej rovine a treba sa vyvarovať správaniu, ktoré by mohlo viesť k citovej závislosti alebo preferovaniu niektorých účastníkov. Ak sa vzťah neúmyselne vyvíja do situácie vzájomnej citovej náklonnosti, pracovník alebo dobrovoľník je povinný okamžite prerušiť pracovnú činnosť, informovať o situácii nadriadeného a spolupracovať na jej riešení. Etický kódex pre školiteľov a Etický kódex pre dobrovoľníkov programu Na cestě vymedzujú hranice v tomto ohľade.

## 4. Vzťah

Z výskumov vyplýva, že vzťah medzi mentorom a menteeom je jedným z hlavných faktorov, ktorý vytvára pozitívne zmeny v živote mentee. V nasledovnej kapitole sa budem venovať vzťahu, jeho vývoju, dôležitosti primárnej vzťahovej väzby, rôznym teóriám vzťahu a jej výskumom a v neposlednom rade atypickému modelu vzťahu v youth mentoringu. Žiaľ neexistuje mnoho štúdií, ktoré by sa priamo zameriavali na skúmanie vzťahu (priebehu a jeho špecifik) v youth mentoringu (vrstentíckom sprevádzaní). Skôr existujú výskumy, ktoré skúmajú efektivitu vzťahu a služby sprostredkovávajúcej mentoring. Táto skutočnosť prináša práci jedinečnosť, pretože youth mentoringový vzťah nie je terapeutickým vzťahom, ani partnerským vzťahom, ani rodinným vzťahom, zároveň ani čisto profesionálnym mentoringovým vzťahom či kamarátskym vzťahom.

### 4.1 Teória vývoja vzťahu

Vývojové teórie, ako je Bowlbyho teória pripútanosti, Eriksonova teória psychosociálneho vývoja a Piagetova teória kognitívneho vývoja človeka, často slúžia na vysvetlenie fungovania mentoringu (Noam a kol., 2014). Z týchto teórií je teória pripútanosti (attachmentu) najčastejšie spájaná s mentoringom a zároveň je najviac výskumne preskúmaná.

#### 4.1.1 Bowlbyho teória pripútanosti - attachmentu

Teória pripútanosti (attachmentu) od Johna Bowlbyho (Bowlby, J., 1969) je psychologická teória, ktorá sa zaoberá pripútaním detí ku svojim opatrovateľom (rodičom – vo väčšine prípadov je to matka). Táto teória bola prvýkrát rozvinutá v 50. a 60. rokoch 20. storočia a stala sa jednou z najvýznamnejších teórií v oblasti vývojovej psychológie a klinickej psychológie.

Bowlbyho teória pripútanosti tvrdí, že deti majú prirodzenú potrebu tvoriť silné a bezpečné pripútanie ku svojim opatrovateľom, pretože to poskytuje bezpečnosť a emocionálnu stabilitu. Táto väzba sa vyvíja v ranom detstve a hrá dôležitú úlohu v nadviazaní a udržaní vzťahu medzi rodičmi (opatrovateľmi) a deťmi. Deti, ktoré majú bezpečný attachment, majú tendenciu byť emocionálne stabilnejšie, dôverčivejšie a majú lepšiu schopnosť spracovať stres a ťažkosti v živote.

Štýly pripútanosti sa formujú v detstve a môžu byť ovplyvnené pozitívnymi emocionálnymi vzťahmi. Bezpečné pripútané väzby sa môžu narušiť traumatickými zážitkami v detstve, dospievaní alebo dospelosti. Štýly pripútanosti sa prejavujú úzkosťou, ambivalenciou a vyhýbaním sa v blízkych vzťahoch v detstve, dospievaní aj v dospelosti. Skúsenosti attachmentu v detstve ovplyvňujú následné medziľudské správanie a psychopatológiu. Úspešný mentoring prejavuje pozitívny vplyv na pripútanosť, ovplyvňujúce vnútorný pohľad na seba a očakávania od druhých. Tento proces opakovane vzniká aj v dospelosti, čo sa snažia odrážať mentorské vzťahy. Úspešný mentoring poskytuje mladým ľuďom korektívnu emočnú skúsenosť, ktorá formuje ich pohľad na vzťahy (Noam a kol.,2013).

Goldner a Scharf (2014) naznačujú, že určitý typ vzťahovej väzby umožňuje mentee efektívnejšie využívať pozitívny vzťah s mentorom, čo viedlo k lepšiemu sebaaprijatiu na konci spolupráce. Tento typ pripútanosti sa považuje za moderátor kvality vzťahu a pozitívneho rozvoja mentee. Zillberstein a Spencer (2017) zdôrazňujú praktické využitie hodnotenia pripútanosti u mentees vstupujúcich do programu, najmä v kontexte ukončenia mentorského vzťahu. Autori zdôrazňujú, že je dôležité zabezpečiť pozitívne, plánované a na rast orientované ukončenie vzťahu, najmä pre klientov s neistou vzťahovou väzbou.

Younginer a Elledge (2021) – *Osobnosť mentora a vzťahová väzba ako koreláty kvality mentorského vzťahu s mládežou v rámci školskej mentorskej intervencie: Moderujúca úloha negatívnych interakcií (Mentor personality and attachment as correlates of youth mentoring relationship quality within a school-based mentoring intervention: The moderating role of negative interactions, S. Taylor Younginer, Department of Psychology, University of Tennessee).*

Táto štúdia sa zaoberá koreláciou medzi osobnosťou mentora a náklonnosťou a kvalitou mentorského vzťahu s mládežou. Uskutočnila sa na vzorke 60 dvojíc mentor-mentee, ktoré sa zúčastnili na školskom mentoringovom programe v Spojených štátoch a bola publikovaná v Journal of Research on Adolescence in 2010. V kontexte tejto štúdie sa negatívne interakcie vzťahujú na negatívne skúsenosti alebo konflikty, ktoré sa vyskytli medzi mentorom a mentee počas ich mentorského vzťahu. V štúdiu sa skúmalo, ako



môžu tieto negatívne interakcie zmierniť vzťah medzi osobnosťou mentora, pripútanosťou a kvalitou mentorského vzťahu. Príkladom negatívnych interakcií môžu byť nezhody, nedorozumenia alebo iné negatívne skúsenosti, ktoré sa môžu vyskytnúť počas mentorského vzťahu. Štúdia zistila, že súvislosť medzi príjemnosťou mentora a kvalitou vzťahu bola zmiernená negatívnymi interakciami. Konkrétne, pozitívna súvislosť medzi prívetivosťou a kvalitou vzťahu bola silnejšia, keď bola miera negatívnych interakcií nízka. Taktiež bola zistená súvislosť medzi otvorenosťou mentora voči skúsenostiam a kvalitou vzťahu bola moderovaná negatívnymi interakciami. Konkrétne, pozitívny vzťah medzi otvorenosťou voči skúsenostiam a kvalitou vzťahu bol silnejší, keď boli negatívne interakcie vysoké. Štúdia zistila, že kvalita mentorského vzťahu uvádzaná mentorom bola významne pozitívne korelovaná s kvalitou vzťahu uvádzanou dieťaťom, čo naznačuje, že mentori a mentees sa vo všeobecnosti zhodli na kvalite svojho vzťahu. Napokon štúdia zistila, že mentorom hlásené negatívne interakcie neboli významne spojené so žiadnymi premennými, čo naznačuje, že negatívne interakcie nemusia byť hlavným faktorom pri určovaní kvality mentorských vzťahov.

#### **4.1.2 Eriksonova teória psychosociálneho vývoja**

Eriksonova teória psychosociálneho vývoje (Erikson, 1968) je psychologickou teóriou, ktorá bola vyvinutá Erikom Eriksonom v 20. storočí. Táto teória sa zaoberá celoživotným vývojom človeka a zdôrazňuje význam sociálnych interakcií a psychosociálnych konfliktov v procese osobnostného rastu a vývoja. Eriksonova teória identifikuje osem psychosociálnych štádií, pri ktorých sa človek stretáva s rôznymi výzvami a konfliktmi v rôznych životných fázach. Každé štádium predstavuje určitý konflikt medzi dvoma protichodnými potrebami alebo tendenciami. Úspešné prekonanie týchto konfliktov v jednotlivých štádiách vedie k pozitívnemu vývoju a dosiahnutiu zdravého psychosociálneho stavu. V opačnom prípade by to mohlo viesť k psychosociálnym problémom.

V období od stredného detstva po strednú adolescenciu dochádza k výrazným zmenám a prechodom (Erikson, 1968). Mladí jedinci v tomto období rozširujú svoje sociálne siete a formujú si nové pohľady na seba, ktoré zahŕňajú uvedomenie si svojej minulosti, súčasnosti a budúcnosti. Súčasne dochádza k posunu

vo vzťahoch s rodičmi a vytváraníu nových kvalít reciprocity a intímnosti vo vzťahoch s rovesníkmi (Steinberg a Morris, 2001). V tomto období prechodu od detstva k dospievaniu je dôležité, aby mladí ľudia získali poradenstvo, podporu a povzbudenie od dospelých, ktoré podporujú adaptívny a produktívny rozvoj. Mentorská prax vychádza z týchto vývojových úvah, hoci je často implicitne formovaná. Konkrétne klienti (mentee) youth mentoringu (vrstovníckeho sprevádzania) sú vo veku cca 10-18 rokov, preto je bod Identita vs. Úloha zámenca: (12-18 rokov) poukazujúci na dôležitosť hľadania vlastej identity a vhodných vzorov veľmi dôležitý. Mentori predstavujú jeden zo zdravých vzorov a zároveň sprievodcov na ceste hľadania vlastnej identity mentee. Ako uvádza Noam a Hermann (2002) existencia odhodlaného a povzbudzujúceho dospelého, ktorý verí v mentee a jeho budúcnosť, sa ukázala ako základná zložka pre mnohých húževnatých mladých ľudí, ktorí uspejú napriek veľkej nepriazni osudu.

Mentori, ako aktívni tvorcovia významu, systematicky zvažujú rozvojové kapacity, potreby a okolnosti svojich mentee s cieľom pomôcť prekonať ich predchádzajúce rizikové skúsenosti a traumy. Tento proces je nevyhnutný pre hlboký a trvalý vzťah, pretože spôsob, akým dvojica dáva zmysel svetu, sebe navzájom a budúcnosti, ovplyvňuje dynamiku vzťahu. Je nevyhnutné budovať mosty a nájsť spoločné záujmy, aby rozmanitosť myšlienok, pocitov a správania medzi nimi prispela k obohateniu ich vzťahov a rastu, a nie k ich oslabeniu. Eriksonov funkčný prístup poukazuje, že účinné mentorovanie zohľadňuje očakávania od mládeže v rôznych vekových skupinách. Mentori sa snažia podporiť mládež pri riešení typických dilem, výziev a úloh zameraných na vekové špecifiká (Noam a kol., 2013).

#### **4.1.3 Piagetova teória kognitívneho vývoja človeka**

Jean Piaget bol významným švajčiarskym psychológom, ktorý sa zaoberal kognitívnym vývojom detí. Jeho teória kognitívneho vývoja je založená na predpoklade, že deti prechádzajú sériou štádií, v ktorých sa mení ich spôsob myslenia, vnímania a poznávania sveta. Táto teória sa zakladá na pozorovaní a štúdiu detskej inteligencie a vývoja.

Piagetova teória kognitívneho rozvoja popisuje transformácie, ktoré sa odohrávajú pri prechode jednotlivca od jednej formy myslenia k novému spôsobu myslenia (Piaget, 1954). Tieto transformácie znamenajú revolúcie v spôsobe, ako deti

a dospievajúci chápu sami seba a vzťahy vo svete okolo seba, čo je kľúčové pre ich celkový rozvoj a adaptáciu. Sociálno-kognitívny vývoj vychádza z interakcie medzi rastúcim kognitívnym dozrievaním a komunikáciou s ostatnými v čase. Piagetova teória, ktorá položila základy pre morálnu a sociálno-kognitívnu psychológiu, obsahuje silnú biologickú dimenziu, ale zároveň je považovaná za sociálnu. Samozrejme, sociálne kognície každého jednotlivca sa môžu líšiť v závislosti od predchádzajúcich vzťahových skúseností, kultúry a pohlavia, avšak štádiá sú vnímané ako všeobecné a konzistentné naprieč kultúrami a historickými obdobiami. Táto časť Piagetovej teórie bola kritizovaná, rovnako ako fakt, že Erikson priradzoval svoje štádiá veku.

Piagetova teória kognitívneho vývoja zahrňuje 4 štádiá. Dôležité štádium v súvislosti s cieľovou klientelou mentoringu je štádium **formálnych operácií** (11 a viac rokov). V tomto štádiu majú deti schopnosť abstraktného a logického myslenia. Sú schopní riešiť komplexné problémy a rozumieť abstraktným konceptom. Charakterizuje ho niekoľko významných rysov:

- Abstraktné myslenie: V tomto štádiu deti začínajú byť schopné abstraktného myslenia. To znamená, že môžu myslieť o veciach, ktoré nie sú konkrétne prítomné, ako napríklad matematické vzťahy, vedecké koncepty alebo filozofické otázky. Umožňuje im to premýšľať o budúcnosti, minulosti a alternatívnych možnostiach.
- Logické myslenie: Deti v štádiu formálnych operácií majú vyvinutú schopnosť logického myslenia. Dokážu riešiť komplexné problémy, používať deduktívne a induktívne rozumovanie a vyvíjať argumenty na podporu svojich názorov.
- Porozumenie abstraktných konceptov: Deti v tomto štádiu môžu pochopiť a pracovať s abstraktnými konceptmi a symbolmi. To zahŕňa aj schopnosť pracovať s algebraickými výrazmi, riešiť geometrické úlohy alebo pochopiť zložité filozofické otázky.
- Metakognícia: Deti začínajú rozvíjať metakognitívne schopnosti, čo znamená, že sú schopné premýšľať o svojom vlastnom myslení. Uvedomujú si svoje mentálne procesy a snažia sa ich zlepšiť alebo prispôbiť podľa potreby.

- Schopnosť kritického myslenia: Toto štádium umožňuje deťom kriticky a analyticky zhodnocovať informácie. Sú schopné posudzovať dôveryhodnosť zdrojov, identifikovať chyby v argumentoch a rozpoznať rozdiely medzi faktami a názorom.
- Zodpovednosť za svoje rozhodnutia: Deti v štádiu formálnych operácií sú schopné prijať zodpovednosť za svoje rozhodnutia a činy. Sú schopné vážne uvažovať o dôsledkoch svojich akcií (Inhelder. a Piaget, 1958).

Piagetova teória zdôrazňuje aktívnu úlohu dieťaťa pri svojom vlastnom vývoji a zdôrazňuje dôležitosť interakcie so svojím okolím a konkrétnymi skúsenosťami. Táto teória sa stala základom pre mnoho ďalších štúdií kognitívneho vývoja detí (Inhelder a Piaget, 1958).

Pre mentoring je kľúčová postupná schopnosť mladého človeka (mentee) od stredného detstva do strednej adolescencie zosúladiť svoje vlastné perspektívy s perspektívami ostatných, a súčasne rozpoznávať zmeny v emóciách, ktoré zažíva vo vzťahu k sebe a k iným. Mentor musí pochopiť, do akej miery je mentee schopný porozumieť jeho perspektíve a zároveň identifikovať menteeho vlastné zábery, emócie, potreby a túžby v širšom kontexte aj v rámci ich mentorského vzťahu. Mentee by mal vyvinúť sociálno-kognitívnu schopnosť efektívne koordinovať rôzne sociálne perspektívy, vrátane svojej vlastnej, perspektívy mentora a perspektívy rovesníkov, čím by sa stal schopný spolupracovať a rešpektovať názory mentora počas rozhovorov na stretnutiach (Noam a kol., 2013).

#### **4.1.4 Noamov konštruktívny vývinový model**

Naftali Noam je psychológ a jeho konštruktívny vývinový model sa zameriava na chápanie osobného a sociálneho vývoja jednotlivca s dôrazom na interakciu medzi biologickými, psychologickými a sociálnymi faktormi (Noam, 1988). Noam zdôrazňuje konštruktívny prístup k vývinu, čo znamená, že vidí jednotlivca ako aktívneho tvorcu vlastného vývinu. Jeho model sa opiera o myšlienku, že jednotlivci vytvárajú svoje vlastné vnímanie reality prostredníctvom konštrukcie vlastných skúseností, hodnôt a vzťahov. Tento proces konštrukcie je ovplyvnený interakciou s vonkajším prostredím a zahŕňa vnútorné procesy, ako je kognícia, emócie a motivácia.

Noamov konštruktívny vývinový model zdôrazňuje niekoľko kľúčových princípov:

- Aktívna konštrukcia významov: Noam tvrdí, že jednotlivci nie sú pasívnymi prijímateľmi informácií, ale aktívnymi konštruktérmi vlastných významov a hodnôt. Vytvárajú si svoje vnímanie sveta.
- Kontinuita a diskontinuita: Model zohľadňuje, že vývin môže prebiehať kontinuálne, alebo môže nastať diskontinuita v dôsledku zmeny, krízy alebo nových skúseností.
- Význam sociálnych a kultúrnych faktorov: Noam upozorňuje na dôležitosť sociálnych a kultúrnych faktorov pri formovaní konštruktov a významov v individuálnom vývine.
- Interakcia biologických a psychosociálnych faktorov: Model integruje vplyvy biologických a psychosociálnych faktorov na vývin jednotlivca.
- Rozvoj identity: Noam sa venuje rozvoju identity, čo zahŕňa procesy sebahodnotenia, identifikácie a formovania vlastnej identity v kontexte interakcie so spoločnosťou.

Noamov konštruktívny vývinový model ponúka komplexný pohľad na osobný a sociálny vývoj, kde individuálni aktéri aktívne formujú svoje životy prostredníctvom konštrukcie vlastných významov a hodnôt. Noam sa vyjadruje skeptický voči post-piagetovským štádiám, keďže neexistujú presvedčivé dôkazy o lineárnom a nezvratnom pokroku vo zručnostiach, vzťahoch a osobnostnom štýle. Namiesto toho vidí tieto aspekty ako úrovne alebo prechodné fázy na ceste vývoja (Noam a kol. 2013).

#### **4.1.5 Teória sprostredkovaného učenia od R. Feuersteina**

Teória sprostredkovaného učenia od izraelského psychológa Reuvena Feuersteina (1980) vznikla v druhej polovici 20. storočia. Konkrétnejšie, Feuerstein začal rozvíjať túto teóriu v 50. rokoch a postupne ju formuloval v priebehu 60. a 70. rokov. Feuerstein sa zameriava na význam medziludských interakcií pri učení. Zdôrazňuje, že vzdelávanie by malo byť interaktívnym procesom, pri ktorom sa učiteľ, alebo v prípade mentorských vzťahov – mentor, aktívne zapája s žiakom alebo zverencom (mentee). Kľúčovým pojmom v teórii je „sprostredkovateľ“, čo znamená osobu

(učiteľa, mentora), ktorá pomáha jednotlivcovi pri spracovaní informácií a vývoji kognitívnych schopností. Sprostredkovateľ vytvára podnety a stimuly, ktoré podporujú kognitívny rozvoj a učenie.

S mentoringom túto teóriu prepojila predovšetkým česká autorka Gabriela Seidlová Málková, ktorá sa v svojich knihách zameriava najmä na jazykový vývoj detí a práve na sprostredkované učenie. Feuerstein v rámci svojej teórie pracuje s pojmom tzv. „angažovaných dospelých“, čo sú významní dospelí alebo len o niečo starší jedinci v okolí dieťaťa, ktorí sú hlavnými tvorcami príležitostí pre sprostredkované učenie (Brumovská a Málková, 2010). Keďže mentor môže byť práve takýmto angažovaným dospelým, teória Feuersteina sa využíva aj na vysvetlenie základných princípov a fungovania mentorského vzťahu.

Teória sprostredkovaného učenia R. Feuersteina obsahuje tieto tri základné kľúčové charakteristiky, ktoré považujú Brumovská a Seidlová Málková (2010) za najdôležitejšie v mentoringovom vzťahu:

- Zameranie a vzájomnosť: Teória sprostredkovaného učenia R. Feuersteina kladie dôraz na vzájomný vzťah medzi jednotlivcom a jeho prostredím. Sústreďuje sa na to, ako jednotlivec vníma a interaguje so svojím okolím a ako to ovplyvňuje jeho kognitívny vývoj. Vzťahy, vzájomná interakcia a komunikácia s okolím sú považované za kľúčové pre učenie. Týka sa jasného a konkrétneho cieľa, ktorý by mentor (angažovaný dospelý) mal mať voči mentee. Dôležité je, aby mentee rozumel cieľom mentora, pochopil ich dôvody a mal záujem zdieľať tieto ciele či aktivity. Zdieľanie cieľa je kľúčovou podmienkou interakcie sprostredkovaného učenia podľa Feuersteina.
- Sprostredkovanie transcendencie (prenosu): Táto charakteristika sa týka schopnosti prenášať (transcendovať) naučené poznatky a schopnosti z jednej situácie do druhej. Ide o schopnosť jednotlivca aplikovať svoje vedomosti a dovednosti v rôznych kontextoch a situáciách. Konanie mentora by malo mať vedomý presah, prepojenie poznatkov a skúseností z aktuálnej situácie so situáciami minulými či budúcimi. Mentor by mal vždy zvažovať, ako ukazuje

mentee, ako možno prepojiť a využiť konkrétne skúsenosti získané počas spoločných stretnutí v bežných situáciách, s ktorými sa mentee stretáva.

- Sprostredkovanie významu učebnej činnosti: Sprostredkovanie významu spočíva v tom, že angažovaní dospelí, ako sú učitelia alebo starší jedinci, pomáhajú jednotlivcom porozumieť a priradiť význam ich učebným skúsenostiam. To zahŕňa nielen získavanie informácií, ale aj pochopenie ich súvislostí a aplikáciu v reálnom živote. Mentor by mal jasne vysvetliť význam konkrétnej činnosti alebo interakcie, prečo sa deje a aký má účel.

#### 4.1.6 Fázy osvojovania si sociálnych rolí - podľa R. Selmana

Robert Selman (1980) navrhol teóriu osvojovania sociálnych rolí, ktorá popisuje postupný vývoj sociálnych dovedností a interakcií u jedincov od detstva až do dospelosti. Každé štádium zahŕňa určité charakteristiky a vekové rozmedzia. Tu sú jednotlivé štádiá:

- Štádium egocentrizmu (4-6 rokov)
- Štádium inklinácie (6-8 rokov)
- Štádium vzťahov (8-10 rokov)
- Štádium reciprocitu (10-12 rokov)
- **Štádium vzťahov s perspektívou (12 rokov a starší):** V tomto štádiu sa jedinci stávajú schopnými vnímať situácie z pohľadu iných ľudí. Majú tendenciu chápať vzťahy v kontexte sociálnych noriem a hodnôt. V tomto štádiu dosahujú jedinci vysokú úroveň sociálnej zrelosti a schopnosti vnímať a pochopiť sociálne situácie z pohľadu iných ľudí. Sú schopní uvažovať o komplexných sociálnych situáciách a chápať, že existuje mnoho rôznych perspektív a postojov.

Charakteristiky tohto štádia zahŕňajú:

- Schopnosť empatie: Ľudia v tomto štádiu sú schopní empatie voči ostatným. Vedia si predstaviť, ako sa iní ľudia cítia a prečo reagujú tak, ako reagujú. Táto schopnosť je dôležitá pre rozvoj zdravých a vzájomne podporujúcich vzťahov.
- Schopnosť rozlišovať perspektívy: Ľudia v tomto štádiu sú schopní vnímať rôzne perspektívy a pohľady na tú istú situáciu. Rozumejú tomu,

že každý človek môže mať iný postoj, a snažia sa pochopiť tieto rôzne perspektívy.

- Schopnosť komplexného rozhodovania: V tomto štádiu môžu ľudia zvažovať mnoho rôznych faktorov pri rozhodovaní. Sú schopní komplexného rozhodovania a vážia si dôsledky svojich činov na seba aj na iných.
- Chápanie sociálnych noriem a hodnôt: Ľudia v tomto štádiu majú lepšie chápanie sociálnych noriem a hodnôt. Rozumejú, prečo sú určité spoločenské normy dôležité a ako ovplyvňujú interakcie a vzťahy.
- Schopnosť kritického myslenia: Ľudia v tomto štádiu sú schopní kritického myslenia a otvoreného diskutovania o sociálnych témach. Dokážu zvažovať rôzne názory a argumenty.

Štádium vzťahov s perspektívou je dôležité pre rozvoj zreých sociálnych interakcií a vzťahov. Jedinci v tomto štádiu sú schopní lepšie komunikovať s inými ľuďmi, rozumieť ich perspektívam a vytvárať vzájomne uspokojivé vzťahy. Toto štádium pomáha jedincom rozvíjať empatiu, schopnosť spolupracovať a riešiť konflikty konštruktívne. Je to obdobie, keď jedinci začínajú formovať svoje osobné hodnoty a presvedčenia týkajúce sa sociálnych otázok.

#### **4.1.7 Model zprostredkovania výhod mentoringu J. Rhodes**

Jean Rhodes v roku 2002 popísala teoretický model popisujúci proces zprostredkovania výhod mentoringu. Tento model (obrázok č. 4) predpokladá, že hlavným mechanizmom pozitívnej zmeny, ktorú mentoring prináša, je vzťah. Rhodes (2002) prirovnáva mentorský vzťah k terapeutickému vzťahu a niektoré štúdie (Dutton, 2018) naznačujú určité podobnosti. Avšak, tento vzťah je prospešný iba v prípade, že spĺňa kľúčové kvalitatívne charakteristiky, ktorými sú vzájomnosť, dôvera a empatia. Keď sú tieto charakteristiky prítomné, postupne sa formálny vzťah stáva neformálnym, trvalým a prospešným. Ak však tieto tri podmienky nie sú splnené, mentoring nemá pre dieťa žiadny alebo iba veľmi obmedzený prínos, a v niektorých prípadoch môže byť dokonca škodlivý.

Rhodes (2002) identifikuje ďalšie mediátory formy a kvality mentorského vzťahu, medzi ktoré patrí história dieťaťa, jeho sociálna zdatnosť, trvanie vzťahu, vývojová



fáza, v ktorej sa dieťa nachádza, jeho demografické údaje a kontext prostredia. Mentorský vzťah tiež ovplyvňuje ďalšie vzťahy mladého človeka, predovšetkým vzťahy s jeho rodičmi a rovesníkmi, ktoré môžu byť podporovať, alebo negatívne doň zasahovať.

Podľa tohto modelu má mentoring vplyv na menteeho prostredníctvom troch vzájomne prepojených procesov: socio-emočný vývoj, kognitívny vývoj (rozvoj zručností a kompetencií) a rozvoj identity a medziľudských vzťahov. V prípade kvalitného mentorského vzťahu mentor pomáha dieťaťu rozvíjať sa práve v týchto oblastiach, čo vedie k pozitívnemu vývoju a rozvoju dieťaťa. Čím viac oblastí mentor v rámci vzťahu oslovuje a ovplyvňuje, tým úspešnejší je mentorský vzťah (Rhodes, 2002).

Rozvoj v sociálnej a emocionálnej oblasti:

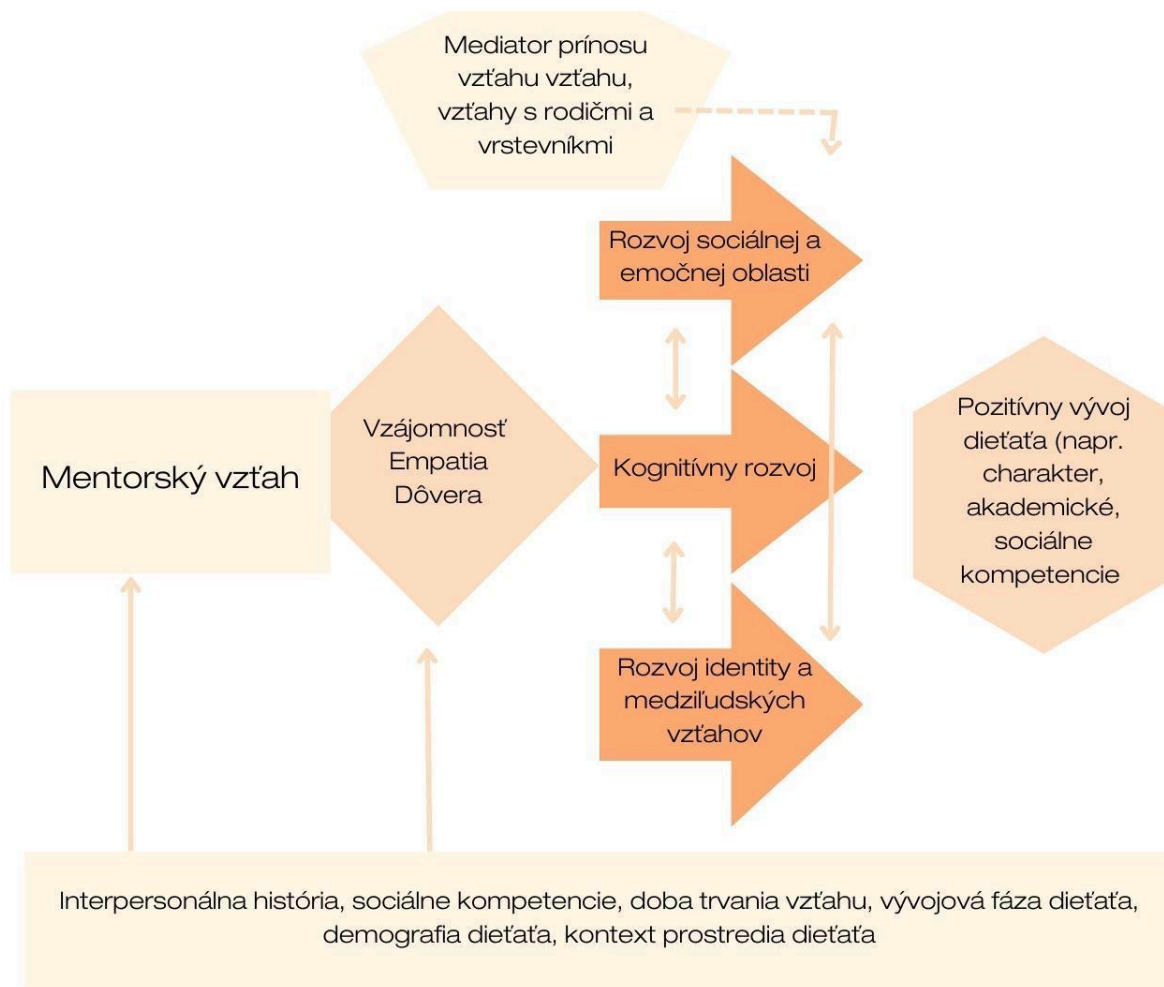
- Poskytovanie pozitívnej spätnej väzby a prejav úprimnej starostlivosti a podpory zo strany mentora.
- Pomáhanie mentee zvládať emocionálne náročné situácie s cieľom učiť dieťa regulovať svoje emócie.
- Poskytovanie korektívneho emočného zážitku pre obnovu dôvery mentee v vzťahy s ostatnými dospelými.

Kognitívny rozvoj:

- Podpora kognitívneho rozvoja prostredníctvom nových aktivít a spoločných zážitkov s mentorom.
- Poskytovanie akademickej podpory a predkladanie intelektuálnych výziev pre mentee.
- Podpora menteeových vlastných nápadov, zvedavosti a existujúcich záujmov zo strany mentora.

Rozvoj identity a vzťahov:

- Odkaz na teóriu vzťahovej väzby a dôležitosť korektívneho vzťahového zážitku v rámci vzťahu s mentorom.
- Pozitívny vplyv identity mentee prostredníctvom mentora ako vzoru.
- Pomoc menteei pri zmenách v predstave o jeho súčasnom a budúcom "ja".
- Rozširovanie sociálnej siete mentee prostredníctvom aktivít, ako sú návštevy rôznych komunít, klubov alebo záujmových skupín s mentorom (Keller, 2014).



Obrázok 4: Konceptný model mládežníckeho mentoringu podľa J. Rhodes (Rhodes, 2004, s. 36, vlastný preklad)

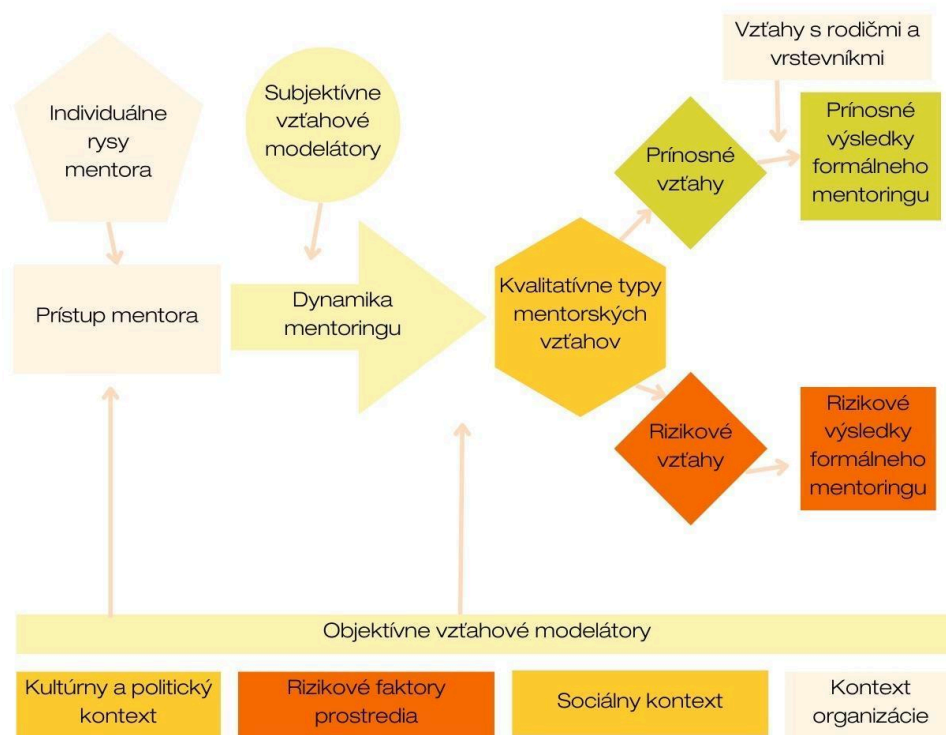
Rhodes takmer pred dvadsiatimi rokmi vytvorila teoretický model prvý komplexný model popisujúci proces mentoringu, dlhý čas bol aj jediným teoretickým modelom. Súčasné výskumy na neho nadväzujú a snažia sa detailne skúmať a porozumieť procesom opísaným v tomto modeli. Mnohé štúdie sa tiež sústreďujú na identifikáciu prvkov, ktoré vstupujú do vzťahu a ovplyvňujú jeho kvalitu a efektívnosť.

Tento Rhodes (2002) model bolo nevyhnutné aktualizovať, rozšíriť a zmodernizovať:

- Prvá perspektíva sa zameriava na vzťahy v mentorstve a skúma kvalitu vzťahu medzi mentorom a mentee.
- Druhý výskumný rámec analyzuje vzťahové procesy v mentorskom páre, pričom vychádza z podobností s terapeutickým vzťahom.

- Tretí prístup zdôrazňuje význam správnej štruktúry mentorského vzťahu, vrátane rovnomernej účasti oboch strán a hľadania rovnováhy medzi cieľmi mentora a dynamikou vzťahu.
- Posledný pohľad sa sústreďuje na procesy, ktoré sa odohrávajú v interakciách medzi dospelým mentorom a adolescentom, vrátane spoločných aktivít a komunikácie.

Model Rhodes upravili na základe širokej rešerše odbornej literatúry české autorky Brumovská a Málková (2020), ktoré poskytujú souhrnnou aktualizáciu a rozšírenie modelu mentoringu (obrázok č. 5). Pridali dynamické faktory ovplyvňujúce kvalitu alebo rizikovosť mentorského vzťahu. Výskumne podložené prediktory zahŕňajú individuálny prístup mentora (očakávania, self-efficacy, motivácia) a objektívne (frekvencia kontaktu, dĺžka vzťahu, rizikové faktory prostredia, sociálny kontext) a subjektívne (vzťahová blízkosť, spokojnosť, dôvera) vzťahové modulátory.



Obrázok 5: Aktualizovaný model mentoringového procesu podľa Brumovská a Málková (2020) (vlastný preklad)

## 4.2 Charakteristiky kvalitného mentorského vzťahu

Nasledujúca štúdia sa ukázala ako jedna z najdôležitejších v kontexte výskumných zistení tejto práce a skúma *CHARAKTERISTIKY, KVALITATÍVNE ZNAKY A DYNAMIKA VO FORMÁLNYCH MENTORSKÝCH VZŤAHOCH S MLÁDEŽOU: RHODESOV MODEL V REVÍZII* a jej autorkami sú *Brumovská a Málková (2020)*.

Štúdia systematicky analyzuje formálne mentorské vzťahy s mládežou (FYMR), zohľadňujúc ich charakteristiky, kvalitatívne atribúty a dynamiku, na základe prehľadu literatúry z obdobia od roku 1992 do 2017.

Výsledky skúmania poslúžili na identifikáciu detailov mentorských vzťahov a ich vlastností, ktoré sú zachytené v Rhodesovom modeli. Štúdia následne využila tieto výsledky na úpravu Rhodes modelu (2005), s cieľom vyplniť teoretické medzery. Osvedčila dôležitosť riešenia nerovnováhy moci v mentorských vzťahoch a poukázala na potrebu ďalšieho výskumu v tejto oblasti. Celkovo zdôraznila pozitívny vplyv mentorských vzťahov na kognitívny, osobnostný a sociálny rast detí a dospelujúcich. Identifikovala konkrétne vzťahové charakteristiky ovplyvňujúce kvalitu FYMR, vrátane emocionálnej podpory, vedenia a modelovania rolí.

Štúdia odhalila, že štýl prístupu mentorov, napríklad ich úroveň srdečnosti a kontroly, môže ovplyvniť vývoj prospešných alebo rizikových typov FYMR. Okrem toho identifikovala individuálne aspekty mentorov, ktoré sprostredkovávajú výhody alebo riziká vo FYMR, vrátane vnímanej sebaúčinnosti/sebestačnosti mentora, úrovne a-priórnej pozitívnej motivácie mentorov, postoja mentora k mentees a očakávaní mentora.

# VÝSKUMNÁ ČASŤ

Táto práca skúma formálny mládežnícky mentoringový program Na ceste, ktorý od roku 2013 realizuje Sdruženie D v Olomouci. Teoretická časť práce sa zaoberá dôležitými témami súvisiacimi s programom, ako sú mentoring, youth mentoring, vymedzenie programu Na cestě, a rôzne teórie vývoja vzťahov. Osobitná pozornosť je venovaná výskumom podobných programov v zahraničí a v Českej republike s dôrazom na výskum programu „Na ceste“, ktorý bol doteraz skúmaný len jeden krát so zameraním na výskum efektivity programu (subjektívne skúsenosti účastníkov programu, ich hodnotenia a názory na prínosy, obmedzenia a faktory ovplyvňujúce mentorský vzťah). Spomínaný už realizovaný výskum je hlavným východiskom pre môj výskum, v ktorom sa však zameriavam na otázky vývoja a priebehu vzťahov medzi mentorom/dobrovoľníkom a mentee/klientom v programe Na cestě. Prezentovaný výskum si kladie za cieľ odpovedať na hlavnú otázku: „Ako sa prejavuje a vyvíja vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní (youth mentoringu)?“

## 5. Ciele výskumu a výskumné otázky

Cieľom výskumu je opísať priebeh tvorby vzťahov v rámci programu Na ceste, zmapovať vývoj týchto vzťahov a ich špecifiká, ako aj analyzovať prejavy kľúčových faktorov vzťahu, ako sú priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a zábava, a ich vplyv na úspešnosť vzťahu medzi klientmi a dobrovoľníkmi.

Hlavná výskumná otázka: Ako sa vyvíjajú a prejavujú vzťahy medzi klientmi a dobrovoľníkmi v rámci programu Na ceste a aký je vplyv kľúčových faktorov vzťahu, ako sú priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a zábava, na ich úspešnosť?

Na základe uvedených cieľov a s prihliadnutím na zvolenú metodiku opísanú nižšie, som sformulovala nasledujúce výskumné vedľajšie otázky:

### **Výskumná otázka č. 1:**

Ako sa tvorí vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní?

### **Výskumná otázka č. 2:**

Ako sa vyvíja vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní?

### **Výskumná otázka č. 3:**

Ako sa prejavujú faktory vzťahu (priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a zábava)?

## **6. Metodológia výskumu**

Pre výskum som použila kvalitatívnu metodológiu, konkrétne analýzu dokumentov. Tieto dokumenty zahŕňajú pravidelné správy dobrovoľníkov, ktoré zaznamenávali po každom stretnutí so svojimi klientmi počas dvoch rokov, ako aj doplňujúce materiály z reflektívnych a ukončovacích rozhovorov, a tiež fotografie.

### **6.1 Výskumný súbor**

Získavanie výskumných dát prebiehalo v období rokov 2016 až 2022 prostredníctvom programu Na cestě, v rámci ktorého je dobrovoľník povinný po každom stretnutí s klientom vypracovať správu. Táto správa obsahuje údaje ako dátum, miesto, priebeh a dojmy zo stretnutia, ako aj klientove reakcie a pocity podľa pozorovania dobrovoľníka. Tieto dáta boli následne analyzované v rámci mojej diplomovej práce v roku 2024.

V rámci výskumu boli použité dokumenty, konkrétne pološtruktúrované správy s otázkami (pozri prílohu 1), ktoré píše dobrovoľník po každom stretnutí s klientom. Správu o stretnutí každý dobrovoľník programu Na cestě posielal svojmu pridelenému koordinátorovi, ktorý na ne následne reaguje e-mailom alebo telefonicky. Dobrovoľník v správe poskytuje spätnú väzbu na priebeh stretnutia, zhodnocuje pokrok vo vývoji vzťahu a upozorňuje na rizikové momenty, prípadne poskytuje rady ohľadom ďalšieho postupu v stretávaní a v neposlednom rade poskytuje podporu pre daného dobrovoľníka. V prípade kratších kontaktov s klientom, ako sú telefonáty alebo správy (čiže stretnutia, ktoré netrvajú dve hodiny týždenne, ale napríklad 10 minút), dobrovoľník obvykle posielal koordinátorovi len stručnú informáciu e-mailom, nie v podobe správy v dokumente. K analýzám preto boli využité písomné správy z dlhších stretnutí i e-mailových kontaktov. Okrem toho som spracovala dokumenty z reflektívnych rozhovorov, individuálnych rozhovorov a ukončovacích rozhovorov, ktoré prebiehali v spolupráci s koordinátormi a mali špecifikovanú štruktúru. Tieto dokumenty obsahovali správu zo spoločného stretnutia s koordinátorom spísané dobrovoľníkom a niektoré z reflektívnych rozhovorov obsahovali artefakty – fotky

spoločnej budovy, spoločného obrázku či písaný text, ktorý vytvárali dobrovoľník a klient na reflektívnom rozhovore. Celkovo som mala k dispozícii 346 súborov, ktoré som mohla anonymne použiť na študijné účely.

Použila som metódu zámerného výberu mentoringových vzťahov. Postupovala som nasledovne: stanovila som si kritérium dĺžky vzťahu – minimálne dva roky. Následne som sa poradila s hlavným koordinátorom ohľadom odporúčaní vzťahov pre výskum. Dbala na genderovú rôznorodosť klientov. Taktiež ďalšia z podmienok bola, aby skúmané vzťahy prebiehali v čase, keď som v organizácii nepracovala ani ako aktívny dobrovoľník, ani ako koordinátor (na zabezpečenie nezávislosti výskumného procesu). Koordinátor mi odporučil a poskytol päť vzťahov, z ktorých som náhodným výberom vybrala tri a oslovila príslušné dobrovoľníčky ohľadom súhlasu so spracovaním dát pre výskum diplomovej práce.

Prvý vzťah obsahoval 33 správ v dokumente zo stretnutí a 49 informačných správ v maile o kontakte. Tento vzťah trval 29 mesiacov, od roku 2020 do 2022. Aktívne trval 20 mesiacov a 9 bola dvojica v kontakte menej. Tento vzťah obsahoval aj online stretnutia kvôli reštrikciám COVID-19. Vzťah obsahoval jeden reflektívny rozhovor.

Druhý vzťah obsahoval 108 správ v dokumente a 33 mailov o kontaktne. Druhý vzťah trval 32 mesiacov v rokoch od 2019 do 2021. Kontakt v tomto vzťahu bol po celú dobu aktívny a taktiež obsahoval online stretnutia z dôvodu pandémie. Vzťah obsahoval dva reflektívne rozhovory.

Tretí vzťah prebiehal v rokoch 2016 až 2019 aktívne trval 32 mesiacov. Spracovávala som 63 správ zo stretnutia a 54 správ o kontakte.

Vo všetkých troch vzťahoch sa jednalo o dobrovoľníčky ženského pohlavia študujúce na strednej alebo vysokej škole. Klienti boli mužského aj ženského pohlavia vo veku 13-18 rokov. Klienti sa ocitli v programe Na cestě z dôvodov duševnej nepohody, výchovne vzdelávacích problémov alebo umiestnenia v detskom domove. Na odporúčanie psychológa, OSPOD, detského domova nadviazali spoluprácu s programom Na cestě. Z dôvodu anonymity nemôže práca obsahovať presnejšie charakteristiky klientov, sú však adolescenti a niektorí so psychiatrickými problémami. Každý z klientov vyžadoval iný prístup a mal iné osobnostné špecifiká. V programe sa dobrovoľníci nedozvedajú dopredu presnú anamnézu či diagnózu klienta. Dobrovoľník vie iba stručné informácie, ktoré klient o sebe uvedie pri

vstupnom pohovore (čo má rád, čoho sa obáva, aká je jeho motivácia pre vstup do programu). Prípadne dôležité informácie zo strany zákonného zástupcu či pracovníka, ktorý poskytol kontakt a prepojenie klienta s programom.

### **6.1.1 Aktéri (participanti) výskumu**

Klient (mentee): Program Na ceste bol pôvodne zameraný na dospelých, ktorí sa mali osamostatniť z detských domovov (Němeček a kol, 2015). Avšak s časom sa program rozšíril a jeho cieľová skupina sa rozšírila na všetky deti a mladých ľudí vo veku od 10 do 18 rokov, ktorí sú ohrození negatívnymi vplyvmi a mohli by mať prospech zo vzťahu s dobrovoľníkom (Sdružení D, 2020). Účast' v programe vyžaduje dobrovoľný súhlas dospelého a dôkladné oboznámenie sa s pravidlami programu. Dospelí sú najčastejšie odporúčaní do programu odborníkmi, ako sú psychológovia, učitelia, metodici prevencie, sociálni pracovníci a podobní. Klientela programu sa s časom zmenila, pôvodne začínala s deťmi z detských domovov, ale neskôr sa rozšírila na ďalšie oblasti a zariadenia starostlivosti, vrátane náhradnej rodinnej starostlivosti, starostlivosti orgánu sociálnej ochrany detí, starostlivosti psychológov a zariadení pre deti vyžadujúce okamžitú pomoc.

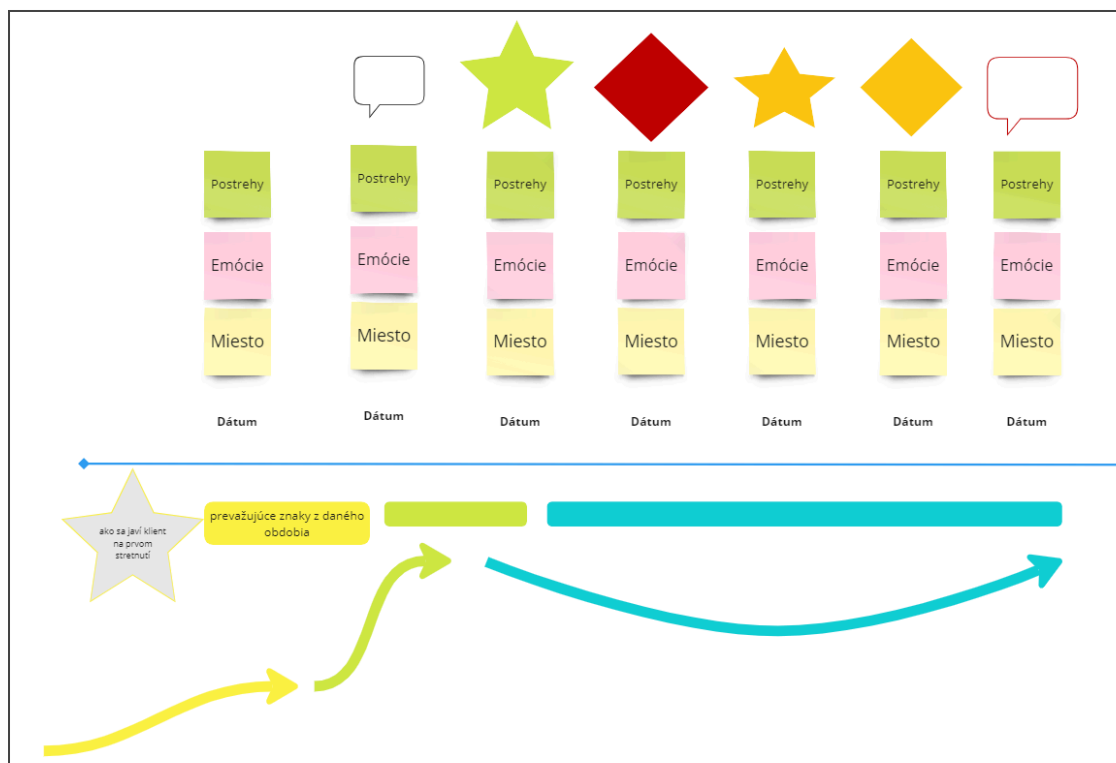
Dobrovoľník (mentor): Do programu Na ceste môže vstúpiť každý mladý človek vo veku od 17 do 26 rokov, ak spĺňa dve hlavné podmienky – vek a trestná bezúhonnosť. Dobrovoľníkmi sú často študenti vysokých škôl so zameraním na humanitné oblasti alebo študenti pedagogických stredných škôl a gymnázií. Výber dobrovoľníkov zahŕňa dvojdňové školenie, kde sa potenciálni dobrovoľníci dozvedia o cieľoch programu, svojich povinnostiach a právach. Toto školenie slúži aj na vzájomné spoznávanie medzi dobrovoľníkmi a koordinátormi programu, ktorí posudzujú vhodnosť záujemcov o dobrovoľnícku prácu po absolvovaní výcviku. Od roku 2023 sa dobrovoľníci prihlasujú do programu vyplnením dotazníka, ktorý mapuje ich motiváciu a skúsenosti. Neskôr sú pozvaní na výcvik a po jeho dokončení predkladajú ešte dva dokumenty: výpis z registra trestov a životopis (Sdružení D, 2020).

### **6.2 Popis realizovaného výskumu**

Pri realizácii výskumu som postupovala nasledovne: Opakovane som preštudovala správy. Na zaznamenávanie dôležitých poznámok o priebehu vzťahov som použila



program miro.com. Na začiatku som označila vzťahy skratkami VZ1, VZ2 a VZ3 a pre každý vzťah som vytvorila samostatnú časovú osu. Na týchto priamkach som zaznamenala dátumy stretnutí, pričom nad nimi som uviedla miesto konania stretnutia v žltej kolónke. V ružovej kolónke, som zaznamenávala emocionálny výraz správ, napríklad ako sa na stretnutí cítil dobrovoľník alebo klient. Ďalej som vytvorila zelenú časť s názvom postrehy, kde som zaznamenávala témy diskutované na stretnutiach a všeobecné udalosti, napríklad témy o ktorých sa rozprávali. Niektoré stretnutia sa vyznačovali výnimočnosťou, preto som zvolila pre lepšiu orientáciu označenie rôzne symboly. Zelená hviezdička označovala pozitívnu situáciu, červený kosoštvorec negatívny prepad a oranžový kosoštvorec mierne negatívnu situáciu vo vzťahu. Oranžová hviezdička značila mierne pozitívnu situáciu. Niektoré dôležité udalosti som zvýraznila v bublinách, pričom červená bublina označovala rizikovú situáciu a zelená pozitívnu prosperujúcu situáciu. Pod modrou čiarou som vytvorila šedú hviezdičku s popisom prejavov klienta na prvom stretnutí. Farebné obdĺžniky predstavovali stretnutia so spoločnými prvkami, pričom farby symbolizovali ich povahu. Žltá farba znamenala stretnutia, ktoré boli neisté, často na začiatku vzťahu alebo pri mierne konfliktných situáciách či nedorozumeniach. Zelená farba reprezentovala blízke, priateľské a harmonické stretnutia, kde dobrovoľník aj klient prejavovali spokojnosť. Tyrkysová farba označovala stretnutia realizované online, cez videohovory alebo chatovanie. Bordová farba predstavovala silne negatívny prepad vo vzťahu a fialová farba značila reflektívny rozhovor s klientom, dobrovoľníkom a ich koordinátorom. Oranžová farba signalizovala nezhodu medzi vnímaním a prežívaním klienta a dobrovoľníka, kde jeden vnímal potrebu blízkosti a druhý vytýčenia si zdravých hraníc. Tmavo oranžová/červená farba označovala snahu o emočnú stabilizáciu. Na záver som vytvorila farebnú krivku zloženú zo šípok, ktorá graficky znázorňovala priebeh vzťahu na základe zhrnutia všetkých oblastí, s dôrazom na emocionálnu oblasť. K tejto krivke som pridala popisné slovné vysvetlenie a detailné pomenovanie celého priebehu vzťahov, z ktorých som neskôr syntetizovala výsledky výskumu. Po analýze všetkých 346 dokumentov som ich opäť zapečatila a vrátila do archívu programu Na cestě.



Obrázok 6: prostredie výskumného šetrenia

### 6.3 Popis použitej metódy

Pre tento typ výskumu som zvolila metódu analýzy dokumentu, z rôznych dôvodov. Analýza dokumentov a artefaktov predstavuje významný zdroj informácií výskumu, ktorý sa zameriava na konkrétne prejavy ľudskej činnosti. Oproti obyčajnému pozorovaniu má tú výhodu, že prekračuje krátkodobé časové obdobie a skúma dlhšie časové úseky, vrátane viacerých generácií. Jej výsledky sú nezávislé od pôvodnej výskumnej úlohy a odhaľujú rôzne aspekty na základe rozličných motivácií a artefaktov. Cieľom tohto druhu výskumu je systematicky zhromažďovať, kategorizovať a interpretovať tieto stopy, čo prispieva k hlbšiemu pochopeniu problematiky (Surynek a kol., 2001). „Analýzu chápeme ako postup zameraný na odhalenie a pochopenie vnútornej štruktúry vecí, javov... celok možno pochopiť len objasnením jeho častí.“ (Hyhlíková, 1984).

### 6.4 Etické hľadisko a ochrana súkromia

V rámci etických noriem výskumu bol zabezpečený anonymizovaný prístup k získaným údajom. Z dôvodu analýzy dokumentu som nekomunikovala osobne s klientami. Dokumenty som získala so súhlasom hlavného vedúceho programu,

s cieľom zabezpečiť súlad s právami a ochranou osobných údajov klientov a ich súkromia. Toto opatrenie zabezpečuje, že všetky údaje použité na účely štúdie sú anonymné a neumožňujú identifikáciu konkrétnych jednotlivcov. Je dôležité zdôrazniť, že v rámci spracovania a prezentácie údajov nebudú uvedené žiadne presné diagnózy, miesta alebo iné identifikujúce informácie, čím sa zaručuje maximálna ochrana osobných údajov a súkromia účastníkov výskumu.

## 7. Výskumné zistenia

V nasledujúcej kapitole pomenujem a popíšem výskumné zistenia analyzovaných 346 dokumentov – správ zo stretnutí dobrovoľníka s klientom. Výskumné zistenia rozdělím do kapitol odpovedajúcich na výskumné otázky. Popisy vzťahov uvádzam všetky v mužskom rode pre zachovanie jednotnosti a podpory anonymity. Výskumné zistenia budú ilustrované v grafoch, ktoré budú taktiež priložené v prílohe 2 vo zväčšenej verzii pre lepšiu viditeľnosť.

### 7.1. Nadviazanie vzťahu

Zo začiatku v kapitole popíšem jednotlivo priebeh nadviazania vzťahu a následne pomenujem spoločné a odlišné znaky.

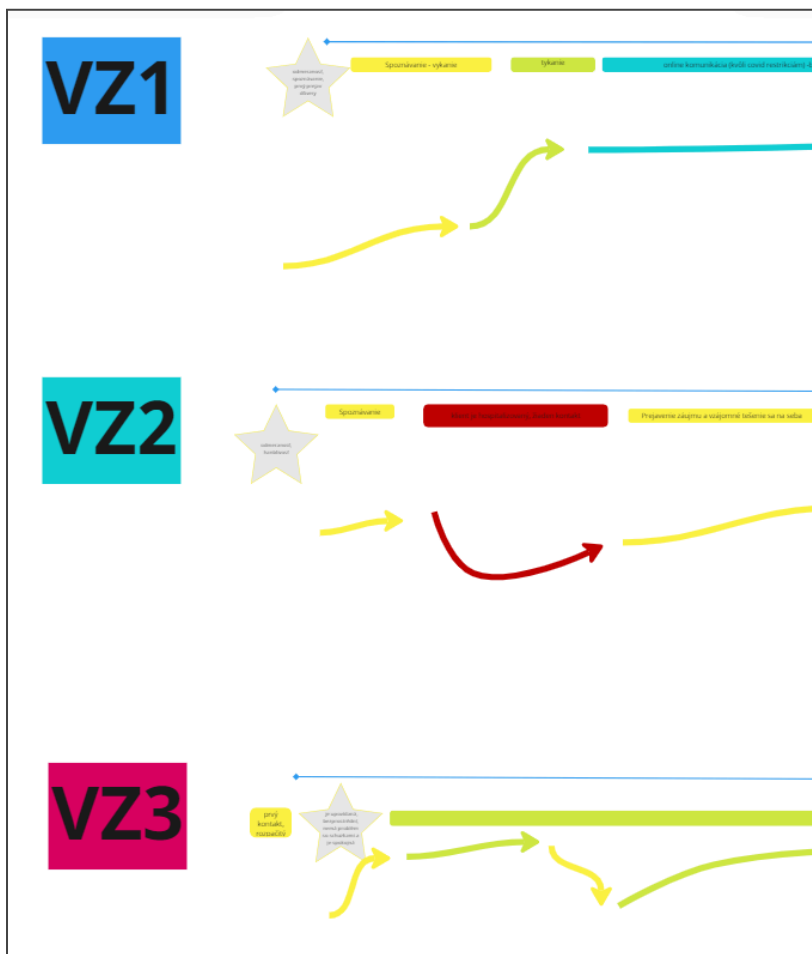
Vzťah 1 (VZ1): Nadväzovanie prvotného kontaktu v tomto vzťahu prebiehalo približne počas prvých štyroch stretnutí. Klient bol tichý a opatrný v komunikácii. Postupne dobrovoľník a klient zdieľali informácie o sebe, svoje emócie a pohľady na svet. Kľúčovým momentom bolo objavenie spoločnej témy, ktorá ich obidvoch zaujímala už pri prvom stretnutí. Ďalej sa spoznávali prostredníctvom spoločnej manuálnej aktivity, čo posilnilo ich spoluprácu. Po štvrtom stretnutí klient začal oslovoval dobrovoľníka meno a prejavoval otvorenosť vo vzájomnej komunikácii.

Vzťah 2 (VZ2): V druhom vzťahu sa nadväzovanie kontaktu vyznačovalo atypickým priebehom. Po prvých dvoch stretnutiach a dvoch telefónnych rozhovoroch bol klient hospitalizovaný kvôli zhoršeniu jeho zdravotného stavu. Po približne mesiaci bol možný aspoň vzdialený kontakt, kde klient po dobre cca jedného mesiaca prejavil, že sa na dobrovoľníka teší. Po dvoch mesiacoch sa začal vzťah znovu budovať. Klient prejavoval radosť, aktívne vyjadroval, ako si praje tráviť čas.

Vzťah 3 (VZ3): V treťom vzťahu bol prvý kontakt neistý, pričom prvé stretnutie trvalo neštandardne len pár minút. Avšak už na druhom stretnutí možno považovať vzťah za nadviazaný. Dvojica prirodzene našla spoločné záujmy, témy o ktorých sa chcú rozprávať a prejavili si vzájomné sympatie. Už na treťom stretnutí sa klient otvoril a prejavoval priateľskú blízkosť.

Vzťahy mali spoločné to, že v každom z nich dochádzalo k postupnému nadväzovaniu kontaktu medzi dobrovoľníkom a klientom. Taktiež v každom prípade sa prejavila snaha o vzájomné porozumenie a budovanie dôvery.

Avšak, líšili sa v ich priebehu a okolnostiach. Napríklad, prvý vzťah sa vyznačoval postupným nadväzovaním kontaktu prostredníctvom spoločných aktivít a zdieľania informácií. Druhý vzťah bol atypický tým, že bol prerušený zo zdravotného dôvodu klienta, ktorá viedla k obmedzenému kontaktu. Tretí vzťah začal s malou neistotou, no od druhého stretnutia sa vyvíjal do priateľskej blízkosti a dôvery.



Obrázok 7: Krivky nadviazania vzťah

## **Ako sa tvorí vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní?**

Vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní sa tvorí postupne a vyvíja sa na základe vzájomnej interakcie medzi dobrovoľníkom a klientom. Zprvu je prevažne klient veľmi neistý, tichý a opatrný, môže mať strach z neznáma, ktoré zatiaľ pre neho program Na cestě predstavuje. Kľúčovým prvkom je postupné budovanie dôvery a porozumenia medzi oboma stranami. Podľa popisu vývoja troch vzťahov je zrejmé, že vzťah sa začína formovať prostredníctvom zdieľania informácií, emócií a spoločných aktivít. Dôležitou súčasťou je tiež nájdenie spoločných záujmov a tém, ktoré oboch zaujímajú. Okrem toho je dôležité aj prejavovanie otvorenosti, porozumenia a sympatie zo strany oboch účastníkov. Vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní je taký, ktorý sa buduje na základe dôvery, porozumenia a podpory medzi dobrovoľníkom a klientom, je individuálny a jedinečný pre každú dvojicu.

V nasledujúcej časti kapitoly sa zameriam na dôležité atribúty pri nadväzovaní vzťahu:

- **Čas:** Každý vzťah prechádzal určitým časovým vývojom, ktorý zahŕňal postupné budovanie dôvery a porozumenia medzi dobrovoľníkom a klientom. V jednom prípade sa doba spoznávania približne zhodovala s prvými štyrmi stretnutiami, zatiaľ čo v inom prípade bola prerušená faktormi nesúvisiacimi s programom, čo spôsobilo trvanie približne 2-3 mesiace. V treťom prípade bol vzťah prakticky naviazaný okamžite.
- **Aktivity:** Vzťahy sa rozvíjali prostredníctvom rôznych aktivít, ktoré spoločne vykonávali. Tieto aktivity zahŕňali rozhovory o záujmoch a sociokultúrnom pozadí klienta, pričom dobrovoľník moderovať dialóg s dôrazom na vzájomné porozumenie a podporu klienta. Okrem rozhovorov sa vo dvoch z troch prípadov dobrovoľník a klient rozhodli podieľať sa na kreatívnych alebo manuálnych aktivitách, čo im umožnilo preskúmať dynamiku ich spolupráce.
- **Zdieľanie:** Došlo k zdieľaniu informácií, emócií a pohľadov na svet medzi dobrovoľníkom a klientom, čo prispelo k budovaniu dôvery a porozumenia medzi nimi. Došlo k postupnému otváraniu klienta, ktorý sa postupne začal viac zdieľať zo svojho súkromia, myšlienok a postojov. Dôležitým pre klienta bol pocit, že s dobrovoľníkom zdieľajú záujem o nejakú tému.

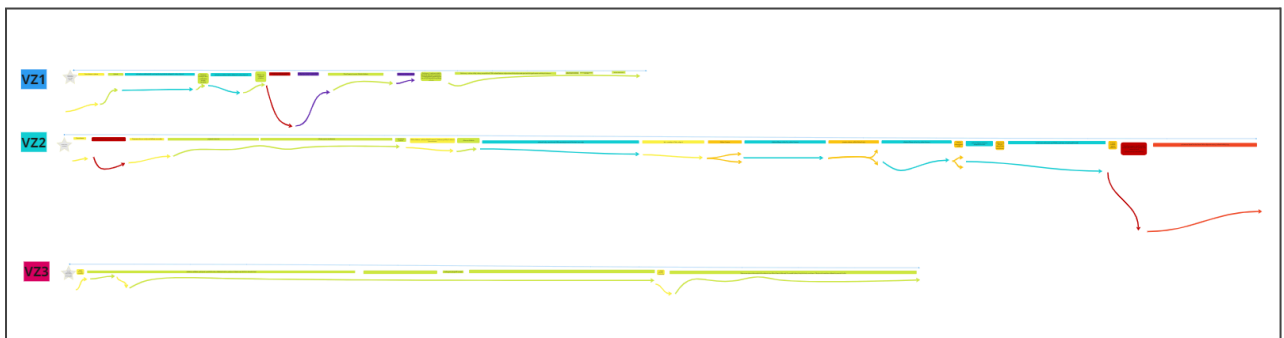
- **Podobnosti:** V niektorých vzťahoch boli identifikované spoločné záujmy a témy, ktoré obidvaja zaujímali. Tieto podobnosti pomohli posilniť vzťah a vytvoriť väčšiu súdržnosť medzi dobrovoľníkom a klientom.
- **Odlíšnosti:** Každý vzťah mal svoje vlastné osobitosti a rozdiely, ktoré ovplyvnili jeho vývoj. Pokiaľ klient alebo dobrovoľník narazili na zásadné odlíšnosti, prejavovali ich opatrne, aby neranili druhú stranu.
- **Motivácia:** Motivácia zúčastnených osôb hrala kľúčovú úlohu pri formovaní vzťahu. Ich odhodlanie a angažovanosť prispeli k úspešnému rozvoju vzťahu. Motivácia dobrovoľníkov bola pravidelne monitorovaná, zatiaľ čo motivácia klientov sa prejavovala vo forme vyjadrení o tešení sa na stretnutie alebo spätnej väzby po ňom.
- **Vonkajšie okolnosti:** Vonkajšie faktory, ako napríklad zdravotný stav klienta či dobrovoľníka, alebo spoločenské podmienky (COVID- 19), ovplyvnili priebeh a dynamiku vzťahu. Tieto okolnosti mali vplyv na jeho vývoj a stabilitu, ako sme mohli pozorovať pri vzťahoch nadväzovaných v rokoch 2019 a 2020 v porovnaní s rokom 2016, kedy prebiehali stretnutia konzistentne v prezenčnej forme, nie online.

## 7.2. Vývoj a fáze vzťahu

Na základe analýzy dokumentov v tomto výskume je možné identifikovať určité fázy vývoja vzťahov vo vrstovníckom sprevádzaní. Fáze sú ovplyvnené jedinečnosťou klientely (ich socio-kultúrnym zázemím, zvykmi, osobnosťou) ale taktiež dobou v ktorej sa vzťah formoval (dva vzťahy sa formovali z časti v dobe pandémie COVID-19). Na základe syntézy troch skúmaných vzťahov v tejto práci môžeme identifikovať tieto kľúčové fázy vývoja vzťahu (popis obrázku č. 8):

1. **Počiatočná fáza:** V tejto počiatočnej fáze sa začína budovať vzťah a klient postupne otvára novému spojeniu. Atmosféra je často neutrálna a formálna, no s plynulým vývojom sa stáva otvorenejšou a klient sa stáva výrečnejším.
2. **Rast a integrácia:** Stretnutia sa stávajú pravidelnejšími a hlbšími, čo vedie k rýchlej integrácii a vzájomnému spoznávaniu. Dochádza k hlbším rozhovorom a zdieľaniu súkromných informácií, čo posilňuje dôveru medzi klientom a dobrovoľníkom.

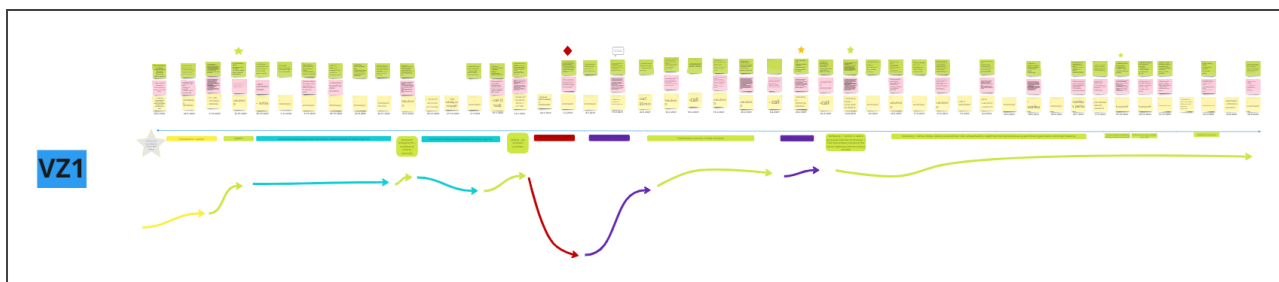
3. Výzvy a konflikty: Aj keď sa vzťah stabilizuje, môžu sa vyskytnúť výzvy a konflikty, ktoré však môžu byť riešené prostredníctvom otvorenej komunikácie a snahy o porozumenie. Riešenie konfliktov je veľmi rastové nielen pre klienta ale aj pre vzťah.
4. Adaptácia na zmeny: Keď nastanú zmeny, ako napríklad presun online stretnutí, vzťah sa musí prispôbiť novým podmienkam a udržať flexibilitu. Zmeny môžu predstavovať výzvu vo vývoji vzťahu a priniesť nové perspektívy vnímania vzťahu.
5. Prehlbovanie a stabilizácia: Napriek výzvam sa vzťah postupne prehľbuje a stabilizuje. Dôvera, úprimnosť a podpora sa stávajú kľúčovými hodnotami tohto vzťahu.
6. Ukončenie a reflexia: Ukončenie vzťahu je dôležitým momentom, kde klient a dobrovoľník môžu zhodnotiť ich spoločnú cestu a zistiť, čo sa naučili a ako sa vyvinuli, čo si vzájomne odovzdali a ako chcú ďalej pokračovať mimo program.



Obrázok 8: Krivky vzťahov

### Ako sa vyvíja vzťah vo vrstovníckom sprevádzaní?

Odpoveďou na túto otázku je – individuálne. No pre lepšiu ilustráciu čo sa skrýva konkrétnejšie pod fázami vzťahu spomenutými vyššie, som popísala vývoj skúmaných troch vzťahov. Pre detailnejšie preskúmanie kriviek vzťahov pozri prílohu 2.



Obrázok č. 9: Krivka vzťahu č. 1 (VZ1)

Popis priebehu prvého vzťahu(VZ1) a interpretácia obrázku č. 9:

Prvé stretnutie – šedá hviezda:

Prvé stretnutie klienta s dobrovoľníkom prebehlo v neutrálnom verejnom prostredí, v sprievode svojho zákonného zástupcu. Počas stretnutia došlo k postupnému otváraniu sa zo strany klienta, ktorý na začiatku prejavoval určitú rezervovanosť. Dobrovoľník aktívne viedol rozhovor, ktorý klientovi umožnil voľne sa vyjadriť, aj keď klient dodržiaval formálny tón oslovenia.

Ďalšie stretnutia – žltá krivka:

Následné stretnutia prebiehali vonku, počas prechádzok, kde klient začal viac rozprávať o svojom živote, predovšetkým o rodine a škole. Obe strany si užívali pokojnú atmosféru a dobrovoľník zaznamenával postupný pokrok v otvorenosti klienta. Dobrovoľník bol v aktívne roli a vytvoril náplň stretnutí. Klient stále vykazoval formálny prístup ale aktívne prijal návrh dobrovoľníka na jasný plán stretnutia.

Zelená vzrastajúca krivka:

Štvrté stretnutie sa konalo v známom prostredí, kde sa obaja dobre cítili. Spoločne tvorili kreatívnu manuálnu činnosť. Počas spoločnej činnosti vznikali drobné konflikty, no dobrovoľník a klient sa ich snažili riešiť a komunikovať o nich. Po tomto stretnutí sa klient správal voči dobrovoľníkovi viac neformálne a prešiel na tykanie.

Tyrkysová krivka:

V období začiatku pandémie prešli na online stretnutia, ktoré klient aktívne navrhol. Počas dištančnej komunikácie, prebehlo päť krátkych písomných kontaktov a šieste stretnutie sa uskutočnilo formou videohovoru, počas ktorého došlo k prvým zdieľaniam súkromných informácií.



Zelená vzrastajúca krivka:

Stretnutie v známom prostredí umožnilo hlboké a otvorené rozhovory, kde obaja pomenovali svoje pocity a prehľadili vzťah.

Tyrkysová časť s klesajúcou krivkou:

Návrat k online komunikácii nepriniesol efektívnu interakciu, najmä na prelome rokov. Po novom roku sa uskutočnil hodinový videohovor, kde klient žiadal o plány ďalších stretnutí a dobrovoľník ich aktívne navrhol.

Zelená vzrastajúca krivka:

Pokračujúce stretnutia a telefonické rozhovory boli príjemné a plné hlbokých diskusií a hier, kde prevládal vzájomný rešpekt a porozumenie.

Bordová krivka:

Po nekomunikácii a zrušenom stretnutí vznikla medzi klientom a dobrovoľníkom hádka. Klient vyjadril nechť k videohovorom, čo pochybil jeho vzťah s dobrovoľníkom. Nasledoval reflektívny rozhovor, ktorý pomohol vyriešiť konflikty.

Fialový reflektívny rozhovor:

Umožnil klientovi a dobrovoľníkovi vyjadriť svoje pocity a pochopenie. Koordinátor odhalil, že vie zo správ o jednej z tém, ktoré preberali v hlbokom rozhovore dobrovoľník s klientom. Ten fakt odhalenia narušil dôveru klienta a nebolo to príjemné ani dobrovoľníkovi.

Zelená krivka:

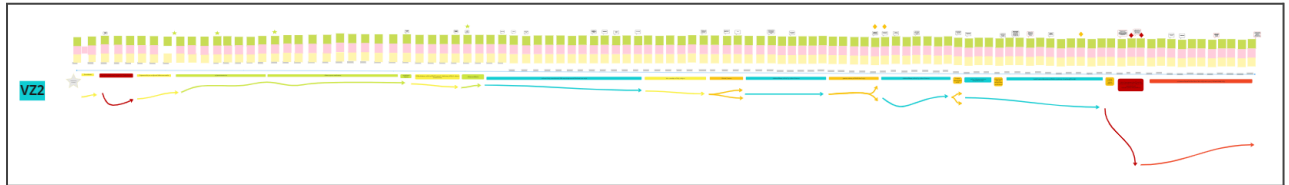
Stretnutia boli príjemné a plné hlbokých rozhovorov a porozumenia. Ďalší reflektívny rozhovor posilnil dôveru a spokojnosť klienta a dobrovoľníka.

Zelená krivka:

Naznačuje klientovu motiváciu k stretnutiam a záujem o telefonický kontakt. Klient jasne vyjadruje svoje potreby a stresové faktory a prijíma dobrovoľníckove návrhy. Zároveň sa zaujíma o budúcnosť a plány dobrovoľníka. Pravidelne dodržiavajú naplánované stretnutia a telefonické rozhovory, zdieľajú svoje pocity a názory a navzájom sa podporujú. Dobrovoľník tiež otvorene zdieľa časti svojho života a prijíma rozdielnosť názorov. Oba súhlasia s rovnocenným vzťahom a pochopením

mlčania. Ich rituály a stretnutia prebiehajú podobne, čo im vyhovuje. Riešenie závažnej situácie v klientovom živote prispieva k prehĺbeniu ich vzťahu, pričom klient má priestor na zdieľanie emócií a podporu pri hľadaní riešení.

Na záver hodnotenia vzťahu sa spomenuli nasledovné hodnoty: dôvera, úprimnosť, komunikácia, otvorenosť, priznanie emócií, vernosť, spolupráca.



Obrázok č. 10: Krivka vzťahu č. 2 (VZ2)

### Popis priebehu druhého vzťahu (VZ2) a interpretácia obrázku č. 10:

V prvom stretnutí, označenom v grafe šedou hviezdou, sa stretli dobrovoľník, klient a zákonný zástupca. Klient bol málomluvný a zákonný zástupca sa ho snažil motivovať k interakcii s dobrovoľníkom. Stretnutie sa konalo vo verejnom priestranstve a následne klient dvakrát zavolał dobrovoľníkovi.

Na ďalšom stretnutí, označenom žltou krivkou, prebiehal proces poznávania sa prirodzene a bez nátlaku na klienta. Postupne začal klient sám od seba hovoriť a viac zdieľať pôvod svojich problémov.

Bordová krivka znamená prepád v procese poznávania kvôli hospitalizácii klienta, ktorá nesúvisela s programom. Na začiatku nemohli mať kontakt s dobrovoľníkom, potom bol kontakt minimálny a až po mesiaci sa dohodli na stretnutí po hospitalizácii.

Stretnutia označené žltou a zelenou vzrastajúcou krivkou boli príjemné a konali sa na miestach, ktoré klientovi vyhovovali a kde sa cítil príjemne. Dobrovoľník sa snažil vytvoriť príjemné stretnutia, počúval témam, ktoré zaujímali klienta. Klient postupne definoval, na čom by chcel s dobrovoľníkom pracovať, a dobrovoľník cítil, že mu klient dôveruje.

Žltá klesajúca krivka odhaľuje náznaky prílišnej fixácie klienta a potrebu hlbokého zdieľania problémov. Dobrovoľník prvýkrát zdieľal svoje zážitky zo života ale aj obavy a emócie.

Na ďalšom stretnutí, označenom ako zelená vzrastajúca krivka, došlo k veľkému prepojeniu medzi dobrovoľníkom a klientom, keď klient zdieľal krízové situácie vo svojom živote a prijal podporu a rady od dobrovoľníka.

Tyrkysová krivka znamená online stretnutia, ktoré sa konali prostredníctvom videohovorov a zahŕňali aj hranie online hier a zdieľanie fotiek.

Žltá klesajúca krivka odzrkadľuje pokles záujmu klienta a potrebu silnej podpory od dobrovoľníka.

Oranžová dvojkřivka označuje obdobie, keď klient vníma vzťah ako veľmi blízky a pozitívny, zatiaľ čo dobrovoľník cíti potrebu nastaviť hranice.

Tyrkysová krivka opäť znamená online videohovory a klientovo zverovanie sa dobrovoľníkovi s ťažkými životnými situáciami.

Oranžová dvojkřivka naznačuje, že klient začína vyžadovať nadštandardnú pozornosť od dobrovoľníka a prekračuje hranice.

Klesajúca tyrkysová krivka označuje videohovory, kde klient zveruje svojmu dobrovoľníkovi veľmi ťažké životné situácie. Pokračujú v striedaní sa v príprave online programu. Klient nedodríava dohodnutú frekvenciu kontaktov a kontaktuje dobrovoľníka výrazne častejšie, než sa dohodli. Dobrovoľník musí opäť zdôrazniť stanovené pravidlá a hranice. Klient vyjadruje zmätenosť a necíti sa istý ohľadom vzťahu medzi ním a dobrovoľníkom. Klient má tendenciu idealizovať svojho dobrovoľníka a snaží sa ho manipulovať k prekračovaniu stanovených hraníc a nadviazaniu väčšej blízkosti. Klient opakovane tvrdí, že medzi ním a dobrovoľníkom panuje skutočné priateľstvo a že si majú zdieľať všetko.

Bordová výrazne klesajúca krivka znamená, že klient žiada o ukončenie programu kvôli nedostatku časového zhody na stretnutia a prejavuje necitlivý a tvrdohlavý postoj.

Červená krivka predstavuje posledné tri mesiace programu, kedy dobrovoľník snaží situáciu ukludniť a ponúka priestor pre pokojné ukončenie vzťahu.

Hodnoty vzťahu zahŕňajú komunikáciu, dôveru, podporu a humor.



Obrázok č. 11: Krivka vzťahu č. 3 (VZ3)

### Popis priebehu tretieho vzťahu (VZ3) a interpretácia obrázku č. 11:

Prvé stretnutie, bolo nedopatrením nepríjemnou situáciou vyplývajúcou zo zlej organizácie. Prvý kontakt preto trval len pár minút. Klient bol zmätený touto situáciou. Na druhom stretnutí, považovanom za prvý oficiálny kontakt a riadne stretnutie, označený šedou hviezdou v grafe, klient prejavil veľkú výrečnosť, bezprostrednosť a záujem o dobrovoľníka a spoločné stretávanie sa.

Nasledujúce stretnutia, označené stúpajúcou žltou krivkou, boli charakterizované rýchlym procesom spoznávania a zžívanie sa klienta a dobrovoľníka.

Stretnutia označené rastúcou zelenou krivkou prevažne prebiehali v prostredí klienta. Boli charakterizované dynamickou interakciou, častými zmenami miest a aktivít, ako aj otvoreným zdieľaním životných skúseností. Klient sa učil nové veci a stretávanie sa zameriavali na jeho osobný rast, pričom dobrovoľník monitoroval jeho pokrok. V priebehu jedného stretnutia sa objavil konflikt, keď klient neprišiel na stretnutie a ospravedlnil sa. Tento incident bol následne vykomunikovaný medzi oboma stranami. Komunikácia medzi klientom a dobrovoľníkom bola pravidelná a systematická. Klient prejavoval záujem o ďalšie stretávanie a aktívne sa zapájal do plánovania ich obsahu. Ich vzťah sa prejavoval priateľskou blízkosťou, čo bolo pozorovateľné v príjemnej atmosfére, v ktorej sa obaja smiali a pohodlne zdieľali svoje pocity. Klient prejavoval túžbu po objavovaní nových vecí a miest, pričom sa otvorene zdôveroval so svojimi problémami dobrovoľníkovi. Dokonca aj v časoch, keď sa nemohli stretnúť osobne, udržiavali si kontakt prostredníctvom písomnej komunikácie a zopár krát si napísali list. Vzťah medzi klientom a dobrovoľníkom prešiel obdobím len miernych výkyvov, vrátane obdobia, kedy klient zrušil niekoľko stretnutí. Avšak ich vzťah sa stabilizoval a pokračoval v raste, pretože si vedeli všetko vykomunikovať a vzájomne si porozumieť. Dobrovoľník predstavoval podporu klientovho osobného vývoja a adaptácie na zmeny v živote.

Záver ich vzťahu bol poznačený špeciálnou aktivitou navrhnutou klientom na ukončovací rozhovor, čo je považované za veľmi výnimočný moment. Počas ich vzťahu zachytili množstvo spoločných zážitkov vo forme fotografií a videí.

### **7.3. Vybrané vzťahové faktory**

Vzťahy vo vrstovníckom sprevádzaní v programe Na cestě medzi klientom a dobrovoľníkom sú živé interakcie, ktoré ovplyvňuje množstvo faktorov. Okrem formálnych aspektov, ako je dodržiavanie pravidiel a hraníc či plánovanie stretnutí, zohrávajú dôležitú úlohu aj emocionálne a sociálne prvky. V tejto kapitole sa zameriam na kľúčové faktory, ktoré podľa výskumu efektivity programu Na cestě definovala Pronyšynová (2020). Tieto faktory - priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a zábava, predstavujú základné stavebné kamene, ktoré ovplyvňujú silu a vzájomnú výhodnosť mentoringových vzťahov medzi mentorom a mládežou. Ich vplyv sa prejavuje nie len v samotných vzťahoch, ale aj v konečných výsledkoch mentoringového procesu, ktoré ovplyvňujú osobnostný rast, sebavedomie a životné úspechy mládeže.

#### **Ako sa prejavujú faktory vzťahu - priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita, zábava?**

V skúmaných vzťahoch boli zistené spoločné charakteristiky pre jednotlivé faktory vzťahu. V nasledujúcej kapitole prezentujem syntézu týchto faktorov a taktiež uvádzam niekoľko významných rozdielov, ktoré sa objavili po analýze dokumentov.

- Priateľstvo je v rámci týchto vzťahov pozorovateľné postupným budovaním príjemného spojenia medzi klientom a dobrovoľníkom, ktoré sa vyznačuje získavaním dôvery a vytváraním blízkosti. Na počiatku môže klient pôsobiť rezervovane, no s plynulým vývojom sa stáva otvorenejším a iniciuje viac komunikácie. Dobrovoľník aktívne vytvára príjemné prostredie a podporuje klienta, čo napomáha budovaniu vzájomnej dôvery a podpory. Stretnutia sú preto plné zábavy a hlbokých rozhovorov, čo prispieva k upevneniu vzťahu. V priebehu času a rozvojom vzťahu klient a dobrovoľník začínajú intenzívnejšie zdieľať svoje pocity a problémy. Priateľstvo sa prejavuje napr. tak, že klient prejavuje veľký záujem o dobrovoľníka a dúfa, že ich vzťah bude

pokračovať aj v budúcnosti. Navzájom si dôverujú a zdieľajú svoje trápenia aj radosné momenty. V dvoch prípadoch sa stalo, že na záver si klient pripravil prekvapenie pre dobrovoľníka. V treťom vzťahu (VZ3) si klient navrhuje špeciálnu aktivitu na ukončenie ich spolupráce, čo je prejavom ich hlbokého priateľstva a významného momentu v ich vzťahu. V druhom vzťahu (VZ2) vytvoril klient dobrovoľníkovi materiálny dar.

- Jednotlivé vzťahy ponúkajú odlišné perspektívy na vývoj dôvery v rámci mentoringového vzťahu. Dôvera predstavuje základný pilier, ktorý umožňuje klientovi a dobrovoľníkovi vybudovať hlbšie a účinnejšie vzťahy. V prípade prvého vzťahu (VZ1) sa dôvera postupne rozvíjala prostredníctvom iniciatívy dobrovoľníka vytvoriť prostredie, kde sa klient môže zapojiť a postupne slobodne vyjadriť. Otvorené a detailné rozhovory prispievajú k prehĺbeniu vzájomnej dôvery, aj napriek výskytu konfliktov a nesúhlasov. Riešenie závažných situácií spolu zvyšuje dôveru a porozumenie. V prvom vzťahu môžeme označiť za mierne narušenie dôvery to, kedy klient zistil na reflektívnom rozvoze, že koordinátor vie o čom sa na stretnutiach rozprávajú. V prípade druhého vzťahu (VZ2) sa dôvera prejavovala spontánnym zdieľaním klienta, čo umožňovalo dobrovoľníkovi vstúpiť do klientovho života. Pri online stretnutiach sa dôvera ešte viac posilňovala, keďže klient nemal iné sociálne interakcie podporujúceho charakteru a zároveň prechádzal neľahkým životným obdobím. V prípade tretieho vzťahu (VZ3) sa dôvera vyvíjala prostredníctvom príjemných a podporujúcich stretnutí, kde klient dobrovoľníkovi dôveruje so zdieľaním osobných zážitkov. Obaja preukazovali vzájomnú podporu a boli schopní riešiť konflikty prostredníctvom komunikácie a dohody. Ich vzťah je plný radosti, smiechu a vzájomnej podpory, čo svedčí o vysokom stupni dôvery medzi nimi. Dôveru klient preukazuje aj tým, že zdieľa informácie zo svojho života, ktoré sú rizikové a môžu predstavovať jednanie klienta vedúce k patologickému jednaniu ako je napríklad užívanie alkoholu. Všeobecne sa dôvera v mentoringovom vzťahu sa tak prejavuje postupným otváraním klienta voči dobrovoľníkovi a vzájomným zdieľaním osobných zážitkov a informácií. Tento proces je kľúčovým krokom v budovaní hlbšieho vzťahu, pretože umožňuje vzájomné porozumenie a podporu. Aj keď sa vyskytnú konflikty a výzvy,

otvorená komunikácia a spoločné riešenie problémov prispievajú k posilneniu dôvery. Vývoj dôvery v mentoringových vzťahoch je teda postupným procesom, ktorý vytvára pevný základ pre efektívnu a podporujúcu spoluprácu medzi klientom a dobrovoľníkom.

- V mentorských vzťahoch sa podpora prejavuje rôznymi spôsobmi. Dobrovoľník aktívne vytvára priestor, kde sa klient cíti slobodne vyjadriť a viesť hlbšie rozhovory. Sleduje pokrok klienta v otváraní sa a snaží sa vytvoriť jasný plán pre ich stretávania. Keď klient zdieľa svoje emócie a hľadá podporu pri hľadaní riešení. Dobrovoľník vytvára príjemné prostredie pre stretnutia, poskytuje podporu a rady klientovi a aktívne ho motivuje k zapojeniu sa do vzťahu. V skúmaných vzťahoch zdieľali klienti s dobrovoľníkmi mnoho situácií, kedy si vypýtali podporu. Jednou z ich podôb boli napríklad telefonáty, kedy potrebovali zdieľať čo prežívajú a cítiť slovnú podporu, alebo aktívnu podporu napríklad v podobe vytvorenia plánu na osobnom rozvoji v témach, ktoré klient pokladal za dôležité. V jednom zo vzťahov (VZ3) klient pozval dobrovoľníka na akcie ako je napríklad divadelné predstavenie, besiedka, športová akcia, kde mohol byť dobrovoľník podporou.
- Reciprocita sa prejavuje v rôznych aspektoch vzťahu medzi klientom a dobrovoľníkom. Klient preukazuje recipročné správanie aktívnym vyjadrovaním záujmu o dobrovoľníka a spoločné stretnutia, iniciovaním návrhov na ďalšie aktivity a ich plánovaním, ako aj zdieľaním svojich osobných problémov a radostí. Dobrovoľník naopak reaguje na klientovu iniciatívu, aktívne načúva jeho potrebám a záujmom. (VZ2) Tento vzťah bol v oblasti reciprocity komplikovaný, pretože mal klient veľmi jasnú predstavu a očakávania ako sa má dobrovoľník správať, do akej hĺbky má s klientom zdieľať svoje súkromie. Podľa slov dobrovoľníka v tomto vzťahu, si klient osobnosť dobrovoľníka značne zidealizoval. Naopak v treťom vzťahu (VZ3) sa dobrovoľník s klientom po cca roku zhodli na tom, že občas sami nevedia kto je klient a kto dobrovoľník čo naznačuje veľmi vzájomný a nadštandardne vyrovnaný vzťah. Reciprocita vo vzťahu znamená, že sa obaja navzájom podporujú (v prípade mentoringových vzťahov pochopiteľne mentor podporuje viac mentee) v skúmaných vzťahoch sa ukazovala reciprocita viac vyvážená až po cca roku vzťahu. Dvojica si vzájomne poskytuje spätnú väzbu na svoje

činy a správanie. Tento recipročný vzťah vytvára vzájomnú dôveru, blízkosť a spokojnosť oboch strán.

- V mentorských vzťahoch má zábava významnú úlohu a prejavuje sa prostredníctvom rôznych aktivít a zážitkov, ktoré klient a dobrovoľník zažívajú počas svojich stretnutí. Na začiatku vzťahu klient a dobrovoľník postupne objavujú spoločné záujmy a aktivity, ktoré im prinášajú radosť a uvoľnenú atmosféru. Napríklad kreatívne činnosti, prechádzky alebo aj jednoduché rozhovory pri pití kávy môžu prispieť k vytvoreniu priaznivej atmosféry. V ich interakciách sa často objavuje humor, ktorý pomáha rozptýliť napätie a posilňuje ich priateľstvo. Tieto spoločné zážitky a aktivity budujú pevné väzby medzi klientom a dobrovoľníkom a prispievajú k posilneniu a rozvoju ich vzťahu. V treťom vzťahu (VZ3) sa v správach opakovalo najviac slovo humor a zábava, tento vzťah môžeme podľa krivky priebehu označiť za najviac pozitívny a harmonický.

## 8. Diskusia

V diplomovej práci skúmam vznik a priebeh vzťahov vrstovnickeho sprevádzania medzi klientmi a dobrovoľníkmi v programe Na ceste. A ich vybrané faktory, ktorými sú priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a zábava. Cieľom je detailne opísať proces tvorby týchto vzťahov, sledovať ich vývoj a identifikovať ich špecifiká. Hlavná výskumná otázka sa zameriava na pochopenie vývoja a prejavov týchto vzťahov.

Hlavné zistenia z výskumu vzťahov medzi klientmi a dobrovoľníkmi v rámci programu Na ceste poukazujú na niekoľko kľúčových bodov. Po prvé, proces nadviazania vzťahu je postupný a vyžaduje si čas. Výskum ma priviedol k rôznym otázkam, jedna v nich bola o skutočnom začiatku, teda vzniku vzťahu, ktorý nebolo jednoduché identifikovať. „Vzniká pri podpísaní zmluvy a párovaní? Alebo až keď sa dobrovoľník a klient spoznajú? Kedy môžem s určitosťou dokázať, že vzťah vznikol?” O začiatku tvorby vzťahu som z výskumu zistila, že obvykle začínajú klienti s istou rezervovanosťou a postupne sa otvárajú a budujú dôveru. Dôležitým faktorom je spoločné nájdenie oblasti záujmu, ktorá zaujíma oboch. Následné vykonávanie aktivít a zdieľanie informácií, emócií, postojov, názorov čo posilňuje vzájomné



porozumenie a dôveru. Ďalej som vo výskume identifikovala niekoľko fáz vývoja vzťahu. Počiatočná fáza je často formálna a neutrálna, ale s plynom času sa stáva otvorenejšou a hlbšie prepojenou. Dochádza k rastu, integrácii, konfrontácii s výzvami, adaptácii na zmeny, prehľbovaniu a stabilizácii vzťahu a nakoniec k jeho ukončeniu a reflexii. Ďalej som sa zamerala na kľúčové faktory vzťahu, ako sú priateľstvo, dôvera, podpora, reciprocita a zábava. Tieto faktory sú základom pre silné a vzájomne prospešné vzťahy medzi dobrovoľníkmi a klientmi. Priateľstvo sa prejavuje postupným budovaním blízkosti v neformálnom prijímajúcom prostredí, zatiaľ čo dôvera je kľúčovým pilierom, ktorý umožňuje klientom a dobrovoľníkom vybudovať hlbšie a účinnejšie vzťahy. Podpora je poskytovaná prostredníctvom aktívneho načúvania a motivácie klienta, taktiež má formu neformálneho poradenstva vychádzajúceho zo skúseností dobrovoľníka a jeho zdravých vzorcov správania. K podpore v skúmaných vzťahoch prispela aj tretia strana – koordinátor, a to hlavne v prípadoch riešenia konfliktných situácií, kedy si dvojica nevedela sama vykomunikovať. Reciprocita sa prejavuje vzájomným podporujúcim správaním, empatiou a pochopením, zdieľaním záujmov a aktivít. Zábava hrá významnú úlohu pri uvoľňovaní napätia a posilňovaní priateľstva. Celkovo možno teda povedať, že vzťahy vo vrstovníckom sprevádzaní medzi klientami a dobrovoľníkmi v programe Na ceste sú veľmi individuálne založené na postupnom budovaní dôvery, vzájomnej podpore (hlavne emočnej podpore) a zdieľaní záujmov a aktivít, ktoré prispievajú k zdravému tráveniu voľného času. Zároveň sú veľmi ovplyvniteľné osobnosťou klienta, jeho špecifikami, ale aj vonkajšími vplyvmi (ako bola v prípade skúmaných vzťahov pandémia).

Predložený výskum nadväzovania vzťahu medzi dobrovoľníkom a klientom v rámci programu Na ceste sa zhoduje s niektorými aspektmi teórie a už existujúcich výskumov (kapitoly 2.9.1 a 2.9.2), taktiež prináša nové poznatky a interpretácie, ktoré majú význam pre prax.

Vo výskume som zistila, že postupné nadväzovanie vzťahu medzi dobrovoľníkom a klientom je základom pre úspešné vzťahy. Každý z troch skúmaných vzťahov mal svoje špecifiká, avšak v každom prípade bola postupná budova dôvery a porozumenia rozhodujúca. To súhlasí s existujúcimi výskumami, ktoré poukazujú na dôležitosť týchto aspektov v mentorovských vzťahoch (Brumovská a Málková, 2010).

Pretože výskum Goldner, L., Ben-Eliyahu, A. (2021) potvrdil účinnosť dlhodobých vzťahov, kedy vzťahy s mentormi, ktoré sú dlhodobejšie a zahŕňajú častejší kontakt, vykazujú tendenciu byť účinnejšie než krátke a menej frekventované vzťahy. Z tohto dôvodu som zvolila trvanie vzťahu dva roky ako kritérium pri výbere skúmania vzťahov. A môžem potvrdiť že dlhodobosť a pravidelnosť kontaktu je dôležitá. No vo výskume sa ukázalo že vzťah, ktorý mal nadmieru kontaktu (VZ2 – 108 stretnutí, kedy mal klient obdobia potreby nadštandardného kontaktu – telefonáty a správy niekoľkokrát v týždni) nevedlo vzťah ku zdravému vývoju, pretože klient prekročoval hranice dobrovoľníka a taktiež nedodržal zmluvu a pravidlá.

Genderová diverzita bola zvolená pre výskum podľa štúdie DeWit a kol. (2016). Ich výskum ukázal, že dievčatá, ktoré mali dlhodobé mentorské vzťahy, mali menšie problémy so správaním a vyššie sebavedomie. Tiež sa ukázalo, že dievčatá, ktoré boli opakovane mentorované, dosiahli lepšie výsledky než tie, ktoré nikdy nemali mentora. Tieto zistenia naznačujú, že mentorské programy môžu byť pre dievčatá obzvlášť prospešné, pretože im poskytujú emocionálnu podporu a pomáhajú rozvíjať pozitívne stratégie zvládania. Dôležité je však poznamenať, že štúdia nepreukázala žiadne významné rodové rozdiely v účinnosti mentorských programov ako celku, čo znamená, že z mentorských vzťahov môžu mať prospech aj chlapci. Vo výskume diplomovej práce sme skúmali dvoch klientov mužského pohlavia a jednu klientku ženského pohlavia. Výskum ukázal, že vzťah klientky s dobrovoľníčkou sa vyznačoval najpozitívnejším priebehom a najrýchlejšim zosúladením sa pri tvorbe a priebehu vzťahu. Čo ale nemusí súvisieť s pohlavím, pretože do tvorby vzťahu zasahuje veľa ďalších faktorov.

Výsledky štúdie Raposu a kol. (2019) naznačujú, že mentoringové programy pre mládež majú pozitívny vplyv na rôzne aspekty mládežníckeho vývoja vrátane študijných výsledkov, sociálnych zručností a duševného zdravia. Taktiež podľa Rhodessa a kol. (2006) mladí ľudia so mentorom majú vyššiu pravdepodobnosť zotrvať v škole, dosahujú lepšie výsledky a sú aktívnejší vo vzdelávaní. Mentorské vzťahy taktiež prispievajú k sociálnemu a emocionálnemu rozvoju vrátane zlepšenia sebaúcty, sociálnych zručností a odolnosti. Okrem toho ponúkajú mladým ľuďom prístup k novým sieťam a príležitostiam a môžu im pomôcť v dôležitých životných prechodoch, ako je vstup na vysokú školu alebo na pracovné miesto. V skúmaných vzťahoch v tejto diplomovej práci sa potvrdilo, že klienti prejavovali záujem

a motiváciu o štúdium. Niektorí klienti dokonca prvýkrát uvažovali o vysokej škole, podobne ako študujú ich dobrovoľníci. Klienti pravidelne konzultovali svoj školský prospech a priebeh štúdia s dobrovoľníkmi. Sociálne zručnosti mali klienti možnosť rozvíjať komunikáciou s dobrovoľníkmi, plánovaním stretnutí a riešením konfliktov. Vplyv na duševné zdravie nebol jednoznačne stanovený kvôli nedostatku vhodných meracích nástrojov a vplyvu vonkajších stresorov, ako je COVID-19 či individuálne duševné poruchy klientov. Rozširovanie sociálnych sietí a interakcií sa prejavuje napríklad na stretnutiach v rámci programu, kde klienti prejavujú motiváciu k samostatnosti a prejavujú schopnosť komunikovať vo verejnom priestranstve.

Vo výskume Noam a kol., (2013) uviedli, že úspešný mentoring má pozitívny vplyv na vzťahovú väzbu a ovplyvňuje vnútorný pohľad na seba a očakávania od druhých. Mentoring poskytuje mladým ľuďom korektívnu emočnú skúsenosť, ktorá formuje ich pohľad na vzťahy. Goldner a Scharf (2014) naznačujú, že určitý typ vzťahovej väzby umožňuje mentee efektívnejšie využívať pozitívny vzťah s mentorom, čo viedlo k lepšiemu seba prijatiu na konci spolupráce. Zillberstein a Spencer (2017) zdôrazňujú praktické využitie hodnotenia vzťahovej väzby u mentees vstupujúcich do programu, najmä v kontexte ukončenia mentorského vzťahu. Autori zdôrazňujú, že je dôležité zabezpečiť pozitívne, plánované a na rast orientované ukončenie vzťahu, najmä pre klientov s neistou vzťahovou väzbou. Na základe výskumných zistení v diplomovej práci a existujúcich výskumov je možné identifikovať niekoľko zaujímavých korelácií. Pripútanosť a dôvera vo vzťahu – v diplomovej práci a existujúcich výskumoch vzniká zhoda, že úspešný mentoring má pozitívny vplyv na pripútanosť a dôveru vo vzťahu. Dôvera je postupne budovaná medzi dobrovoľníkom a klientom prostredníctvom zdieľania informácií a emócií, čo je kľúčové pre úspešný mentoring. Tento proces ovplyvňuje pohľad mladých ľudí na vzťahy, čo je podobné procesu vo vzťahu vo vrstovníckom sprevádzaní. Kvalita vzťahu a seba prijatie mentee – diplomová práca a existujúce výskumy zdôrazňujú vplyv kvality vzťahu na seba prijatie mentee. Určitý typ vzťahovej väzby umožňuje mentee efektívnejšie využívať pozitívny vzťah s mentorom, čo vedie k lepšiemu seba prijatiu na konci spolupráce. V skúmaných vzťahoch sa ukazovalo, že klient mal na stretnutiach bezpečný priestor skúmať svoju osobnosť, jednanie, konanie a využíva možnosť spätnej väzby a podpory od mentora, pre podporu seba prijatia. Ukončenie vzťahu vzhľadom k vzťahovej väzbe je zásadné postupne pripravovať

klienta na ukončenie vzťahu. Dať mu dostatok priestoru na vykomunikovanie si obáv a nejasností. Pozitívne ukončenie vzťahu je zdôraznené v diplomovej práci aj v existujúcich výskumoch, čo je dôležité najmä pre klientov s neistou vzťahovou väzbou. Každý ukončovací rozhovor má štruktúru a aktivity, ktoré by mali viesť k bezpečnému a pozitívnemu ukončeniu vzťahu. K pozitívnemu ukončeniu v skúmaných vzťahoch prispeli v dvoch prípadoch klienti tak, že vytvorili prekvapenie pre dobrovoľníka, čo ale neznamená, že klient ktorý nepripravil prekvapenie ukončil vzťah v negatívnom duchu.

Eriksonova teória zdôrazňuje dôležitosť rozširovania sociálnych sietí a formovania nových pohľadov na seba v mladom veku. V adolescencii mladí jedinci rozširujú svoje sociálne kontakty a formujú nové identity, ktoré zahŕňajú povedomie o ich minulosti, súčasnosti a budúcnosti. Paralelne s tým dochádza k transformácii vo vzťahoch s rodičmi a k rozvoju nových foriem reciprocity a intímnosti vo vzťahoch s rovesníkmi (Steinberg a Morris, 2001). Vo veku 12-18 rokov je dôležité, aby mladí jedinci pri hľadaní svojej identity mali vhodné vzory. Mentori predstavujú takéto vzory. Podľa Noama a Hermana (2002) je prítomnosť odhodlaného a povzbudzujúceho dospelého, ktorý verí v mentee a jeho budúcnosť, kľúčovou zložkou pre mnohých vytrvalých mladých ľudí, ktorí dokážu uspieť napriek ťažkostiam. Mentori, ako aktívni tvorcovia významu, systematicky zvažujú rozvojové kapacity, potreby a okolnosti svojich mentee s cieľom pomôcť im prekonať predchádzajúce rizikové skúsenosti a traumy. Tento proces je nevyhnutný pre hlboký a trvalý vzťah, pretože spôsob, akým dvojica vníma svet, seba navzájom a budúcnosť, ovplyvňuje dynamiku vzťahu. Eriksonov funkčný prístup poukazuje na to, že efektívne mentorovanie zohľadňuje očakávania mládeže v rôznych vekových skupinách. Mentori sa snažia podporiť mládež pri riešení typických dilem, výziev a úloh súvisiacich so vekovými špecifikami (Noam a kol., 2013). Vo výskume sa procesy formovania dôvery, priateľstva a reciprocity vo vzťahoch odrážajú Eriksonovu koncepciu intímnych vzťahov. Prejavovali sa napríklad tak, že pre klientov bolo dôležité zdieľať minulosť, emočné prežívanie, zážitky, trápenia, aktuálne prežívanie, zdieľanie negatívnych aj pozitívnych momentov. V prípade klienta z úplnej rodiny bolo veľmi dôležité zdieľať s dobrovoľníkom aktuálne prežívanie a konflikty v rodine. Vo všetkých troch vzťahoch sa opakovalo to, že klienti zdieľali s dobrovoľníkom ako trávia čas s rovesníkmi, aké sú ich predstavy a prania v nadväzovaní vzťahov (priateľských aj partnerských).

Dobrovoľník teda mohol poskytnúť jeho pohľad na dané situácie, poradiť ako tvoriť vzťahy, ako komunikovať, zdieľať skúsenosti z jeho života ktoré vyhodnotil, že môžu byť pre klienta inšpiratívne a prínosné.

Mentor by mal mať pochopenie pre menteeho, zároveň vypozerovať menteeho vlastné ciele, emócie, potreby a túžby v širšom kontexte mentorského vzťahu. Mentee by mal rozvinúť sociálno-kognitívne schopnosti, aby efektívne koordinoval rôzne sociálne perspektívy, vrátane vlastnej, perspektívy mentora a perspektívy rovesníkov. Tým by sa stal schopným spolupracovať a rešpektovať názory mentora počas rozhovorov na stretnutiach (Noam a kolektív, 2013). Na základe výskumných zistení z diplomovej práce a teórie Jeana Piageta o kognitívnom vývoji človeka sme identifikovali niekoľko zaujímavých korelácií. Vývoj dôvery a porozumenia – výskumné zistenia naznačujú, že vzťahy vo vrstovníckom sprevádzaní sa postupne rozvíjajú prostredníctvom budovania dôvery a porozumenia medzi dobrovoľníkom a klientom. Toto sa prelína s Piagetovou teóriou, ktorá zdôrazňuje dôležitosť porozumenia a koordinácie rôznych sociálnych perspektív. Schopnosť menteeho koordinovať svoju perspektívu s perspektívou mentora je kľúčovým aspektom jeho sociálno-kognitívneho vývoja. Aktivity a interakcie – dôležitosť rôznych aktivít a interakcií medzi dobrovoľníkom a klientom pri budovaní vzťahu je zrejmá. Podobne, Piagetova teória zdôrazňuje význam interakcie s prostredím pri kognitívnom vývoji. Menteeho aktívne zapojenie do rôznych aktivít a interakcií s mentorom a rovesníkmi môže pozitívne ovplyvniť jeho schopnosť porozumenia a spolupráce. Motivácia a angažovanosť – výskum a Piagetova teória tiež zdôrazňujú dôležitosť motivácie a angažovanosti v mentorských vzťahoch a kognitívnom vývoji. Menteeho motivácia a angažovanosť môžu ovplyvniť jeho schopnosť efektívne koordinovať rôzne sociálne perspektívy a aktívne sa zapájať do budovania vzťahu s mentorom.

Výskum Noamovho konštruktívneho vývinového modelu zdôrazňuje dôležitosť aktívnej konštrukcie významov, kontinuity a diskontinuity v procese vývinu vzťahu, vplyv sociálnych a kultúrnych faktorov, interakciu biologických a psychosociálnych faktorov a rozvoj identity. Pri hľadaní korelácií s výskumom troch vzťahov som našla nasledovné. Aktívna konštrukcia významov – zistenia o postupnom budovaní vzťahu medzi dobrovoľníkom a klientom sú zaujímavé, pretože poukazujú na aktívnu úlohu oboch strán pri tvorbe a formovaní tohto vzťahu. Klienti aj dobrovoľníci sa postupne otvárajú a zdieľajú svoje emócie a informácie, čo je príkladom aktívnej konštrukcie

ich vzťahu. Kontinuita a diskontinuita v procese vývinu – zistenia o rôznych fázach vývoja vzťahu, ako je počiatočná fáza, rast a integrácia, výzvy a konflikty, adaptácia na zmeny, prehĺbovanie a stabilizácia, a nakoniec ukončenie a reflexia, môžu byť interpretované v kontexte Noamovho modelu kontinuity a diskontinuity. Vývoj vzťahu môže prebiehať kontinuálne, ale môžu nastať aj diskontinuity v dôsledku rôznych faktorov, ako sú zmeny, krízy alebo nové skúsenosti. Význam sociálnych a kultúrnych faktorov – zistenia o vplyve vonkajších okolností COVID-19, alebo zdravotný stav klienta alebo dobrovoľníka, alebo spoločenské podmienky, na priebeh a dynamiku vzťahu naznačujú, že sociálne a kultúrne faktory sú dôležité pri formovaní vzťahov. Interakcia biologických a psychosociálnych faktorov – zistenia o vplyve zdravotného stavu klienta na priebeh vzťahu poukazujú na interakciu medzi biologickými a psychosociálnymi faktormi. Napríklad, v druhom vzťahu bol priebeh vzťahu ovplyvnený hospitalizáciou klienta. Rozvoj identity – zistenia o tom, ako klienti a dobrovoľníci postupne prezentujú svoje pocity, problémy a záujmy, a ako sa vzťahy budujú na základe vzájomnej dôvery a porozumenia, sú spojené s rozvojom identity. Tento proces zahŕňa sebahodnotenie, identifikáciu a formovanie vlastnej identity v kontexte ich vzťahu.

Teória sprostredkovaného učenia R. Feuersteina sa zameriava na vzájomný vzťah jednotlivca s jeho prostredím a jeho vplyv na kognitívny vývoj. Výskum a Freuersheinova teória majú nasledovné podobnosti. Zameranie na vzájomný vzťah - zistenia zdôrazňujú význam vzájomnej interakcie medzi dobrovoľníkom a klientom. V oboch prípadoch je kladený dôraz na komunikáciu a interakciu pri formovaní vzťahov. Zdieľanie cieľov - zistenia naznačujú, že zdieľanie prání a cieľov je kľúčové pre budovanie vzťahu medzi dobrovoľníkom a klientom, podobne ako teória sprostredkovaného učenia R. Feuersteina zdôrazňuje jasný a konkrétny cieľ v mentorovom vzťahu. Vzťahy vo vrtovníckom sprevádzaní nekladú veľký tlak na vydefinovanie jasných cieľov a ich postupné plnenie, pretože hlavným cieľom pokladáme vzťah medzi klientom a dobrovoľníkom. Medzi teóriou a výskumom nachádzam aj rozdiely a to hlavne: Časový faktor – výskum opisuje postupný vývoj vzťahu v čase, zatiaľ čo teória R. Feuersteina sa zameriava na kognitívny vývoj bez špecifického časového rámca. Fázy vývoja vzťahu – výskum identifikuje niekoľko fáz vývoja vzťahu, čo je odlišné od teórie R. Feuersteina, ktorá sa zaoberá kognitívnymi aspektmi bez špecifikácie fáz vývoja. Reciprocita a zábava – zistenia zdôrazňujú

recipročný charakter a dôležitosť zábavy, čo nie je výrazne zdôrazňované v teórii R. Feuersteina, ktorá sa viac zaoberá kognitívnymi aspektmi učenia.

Rhodes (2002) porovnáva mentorský vzťah s terapeutickým a niektoré štúdie (Dutton, 2018) naznačujú určité podobnosti. Avšak tento vzťah je prospešný iba v prípade, že spĺňa kľúčové kvalitatívne charakteristiky, ako je vzájomnosť, dôvera a empatia. Keď sú tieto charakteristiky prítomné, formálny vzťah sa postupne stáva neformálnym, trvalým a prospešným. Tieto kvality sa vo výskume preukázali nasledovne. Vzájomná dôvera – zistenia zdôrazňujú postupné budovanie dôvery medzi dobrovoľníkom a klientom prostredníctvom zdieľania informácií, emócií a spoločných aktivít. Podobne, Rhodes hovorí o dôležitosti dôvery a empatie v mentorskom vzťahu. Keď sú tieto charakteristiky prítomné, vzťah sa stáva prospešným. Reciprocita – výskumné zistenia opisujú, ako sa reciprocita prejavuje v rôznych aspektoch vzťahu medzi klientom a dobrovoľníkom, ako aj v aktívnom zdieľaní záujmu o seba navzájom. Podobne, Rhodes hovorí o vzájomnosti a reciprocite ako dôležitých aspektoch úspešného mentorského vzťahu. Spoločné aktivity – práca zdôrazňuje význam spoločných aktivít a zábavy pre budovanie vzťahov. Podobne, Rhodes hovorí o dôležitosti spoločných aktivít a zážitkov v mentorskom vzťahu ako spôsobe, ako upevniť vzťah medzi mentorom a mentee a vytvoriť priaznivú atmosféru.

Výskum Younginera a Elledgea (2021) skúmal vplyv osobnosti mentora a kvality vzťahu. Zistili, že prívetivosť mentora je silnejšie spojená s kvalitou vzťahu pri nízkom výskyte negatívnych interakcií. Otvorenosť mentora k skúsenostiam ovplyvňuje kvalitu vzťahu, najmä pri vysokej frekvencii negatívnych interakcií. Tiež sa potvrdila súvislosť medzi hodnotením vzťahu mentora a mládeže, čo ukazuje na ich vzájomnú zhodu vo vnímaní vzťahu. Nakoniec, negatívne interakcie hlásené mentormi neboli spojené so žiadnymi premennými, čo ukazuje, že nie sú hlavným faktorom ovplyvňujúcim kvalitu mentorských vzťahov. Korelácia medzi výskumom v tejto diplomovej práci s existujúcim výskumom aj napriek tomu, že sa daná diplomová práca zameriava na mentoringové vzťahy vo vrstovníckom sprevádzaní a štúdia Younginera a Elledgea (2021) sa zaoberá mentorskými vzťahmi v rámci školskej mentorskej intervencie, existujú určité spoločné body, na ktoré poukážem. Budovanie dôvery a porozumenia - výskumné zistenia zdôrazňujú postupné budovanie dôvery

a porozumenia medzi dobrovoľníkom a klientom, čo je tiež kľúčovým aspektom kvalitných mentorských vzťahov. Štúdia Younginera a Elledgea (2021) uvádza, že prívetivosť a otvorenosť mentora sú korelované s kvalitou vzťahu. To znamená, že vzťahy, kde mentor prejavuje prívetivosť a otvorenosť voči skúsenostiam, majú tendenciu byť kvalitnejšie. Výzvy a konflikty – výskumné zistenia aj existujúca štúdia poukazujú na skutočnosť, že v mentorských vzťahoch sa môžu vyskytnúť výzvy a konflikty. Dôležité je, ako sa s nimi obidve strany vyrovnávajú a ako to ovplyvňuje kvalitu vzťahu. Reciprocita – výskumné zistenia a štúdia zdôrazňujú význam reciprocity vo vzťahu medzi mentorom a mentee. Vzájomná podpora, zdieľanie, aktívna komunikácia a podpora sú kľúčovými faktormi, ktoré prispievajú k kvalite vzťahu. Zábava a priateľstvo – zaujímavé je aj to, že zistenia hovoria o zábave a priateľstve ako dôležitých aspektoch vzťahu. Štúdia Younginera a Elledgea (2021) síce priateľstvo explicitne nešpecifikuje, no zdôrazňuje prívetivosť a pozitívne interakcie medzi mentorom a mentee, čo môže byť interpretované ako aspekt priateľstva.

V rámci výskumov sa kladie veľký dôraz na dopady mentoringových vzťahov na klientov-mentee. V rámci skúmaných vzťahov v tejto diplomovej práci vnímam rovnocenne dobrovoľníka a klienta (samozrejme každý má jedinečnú úlohu v tvorbe vzťahu) a teda zdôrazňujem, že tvorba vzťahu má významný prínos aj pre dobrovoľníkov. Lakind a kol. (2015) vo svojom výskume zistili, že mentorské postupy sú formované na základe mentorovho vnímania silných stránok a problémov mentees, ako aj ich sociálneho a kultúrneho kontextu. Štúdia tiež poukázala na adaptívne prístupy mentorov, ktoré sú kontextualizované v rámci prostredia a okolností, v ktorých pôsobia. Mentori môžu prispôbiť svoj prístup na základe veku, pohlavia a kultúrneho prostredia mentees, ako aj dostupných zdrojov a podpory v komunite. Štúdia Goldnera a Golana (2017) sa zaoberala dlhodobými účinkami mentoringu mládeže na postoje a správanie študentov-mentorov v oblasti občianskej angažovanosti. Zistilo sa, že sebaobraz bývalých mentorov plne sprostredkoval súvislosť medzi ich vnímaním seba a kvalitou školenia o mentorstve mladých ľudí a ich súčasným občianskym angažovaným správaním. Výsledky naznačujú, že programy mentoringu mládeže môžu mať dlhodobý vplyv na postoje a správanie bývalých mentorov v oblasti občianskej angažovanosti. Štúdia tiež zistila,



že bývalí mentori uvádzali zvýšenú schopnosť nadviazať vzťah s malými deťmi a znevýhodnenými skupinami obyvateľstva. Korelácia medzi výskumnými zisteniami z diplomovej práce a existujúcimi výskumami nachádzam v nasledujúcich hľadiskách. Dôležitosť mentorského vzťahu – z výskumov vychádza dôležitosť vzťahu a to, že mentorské vzťahy môžu mať pozitívny dlhodobý vplyv na obidve strany. Dynamika a rozmanitosť vzťahov - diplomová práca analyzuje tri rôzne vzťahy vo vrstovníckom sprevádzaní s rôznymi dynamikami a výzvami. Podobne aj existujúce výskumy naznačujú, že vnímanie a prístupy mentorov môžu byť ovplyvnené osobnými skúsenosťami a kontextom ich mentee. Reciprocita a vzájomná podpora – výskumy zdôrazňujú dôležitosť reciprocity a vzájomnej podpory medzi mentormi a mentee. Diplomová práca popisuje, ako sa táto reciprocita prejavuje v rôznych aspektoch vzťahu, ako napríklad vo vyrovnanom zdieľaní a podpore. Rovnako aj existujúci výskum naznačuje, že mentori vnímajú a reagujú na potreby a záujmy ich mentee, čo naznačuje recipročný charakter vzťahu. Vplyv externých faktorov – obe práce spomínajú vplyv vonkajších faktorov na priebeh a dynamiku vzťahov. Diplomová práca uvádza príklady ako zdravotný stav klienta alebo dobrovoľníka, alebo sociálne podmienky, ktoré môžu ovplyvniť priebeh vzťahu. Podobne aj existujúci výskum spomína, že kontext, v ktorom žijú mentee, môže ovplyvniť mentorské postupy.

### **8.1 Silné stránky a limity výskumu**

Výskum disponuje významným množstvom spracovaných dát, ktoré predstavujú jeho silné stránky. Tento výskum zahŕňa dáta z troch vzťahov medzi mentorom a menteeom (dobrovoľníkom a klientom), ktoré pretrvali minimálne dva roky a ich častosť stretávania bola cca 1x za týždeň na dve hodiny. Analýza autentických vyjadrení dobrovoľníkov formou štruktúrovaných dokumentov – správ zo stretnutí, poskytuje vhľad na priebeh stretnutí a umožňuje efektívnu orientáciu v ich vzťahu. Tento výskum je jedinečný aj v tom, že zahŕňa dáta z dvoch vzťahov z obdobia pandémie COVID-19, čím dokumentuje vývoj atypického mentoringového vzťahu s prihliadnutím na obmedzenia a izoláciu, ktoré súviseli s touto pandemiou. Keďže výskum poskytuje dáta z konkrétneho programu, ktorý je stále aktívny a rozrastá sa. Silnou stránkou výskumu vidím jeho okamžitú využiteľnosť v praxi pre edukáciu koordinátorov, dobrovoľníkov a následné zefektívnenie a sprehľadnenie tvorby vzťahov vo vrstovníckom sprevádzaní. V diskusií práce pomenovávam spoločné rysy

a paralely medzi výskumom diplomovej práce a už existujúcimi výskumami, ktoré môžu posilniť ich význam a naznačiť konzistentné trendy v oblasti mentoringu a vzťahov vo vrstovníckom sprevádzaní.

Jedným z obmedzení výskumu je skutočnosť, že zameriava len na správy napísané dobrovoľníkmi. V dôsledku toho výskum pracuje s dátami iba z jednej strany, a to perspektívy dobrovoľníkov, pričom nezahŕňa spätnú väzbu – správu od klientov. Klienti po stretnutiach nič nepíšu aby neboli príliš zaťaženi a mohli sa sústrediť na aktuálne prežívanie a trávenie času so svojim dobrovoľníkom. V programe majú klienti možnosť podania spätnej väzby ako im v programe je a čo by potrebovali inak, aby sa cítili s dobrovoľníkom lepšie, a to na reflektívnych či individuálnych rozhovoroch s koordinátorom. No pre účely tohto výskumu neboli reflektívne rozhovory nahrávané, boli spätne spísané dobrovoľníkom prostredníctvom správy. Výskum sa taktiež nevzťahuje na reakcie koordinátora na správy od dobrovoľníka, kde často zisťuje dodatočne detailnejšie informácie a snaží sa preniknúť do kontextu stretnutie hlbšie. Správy dobrovoľníkov môžu občas pôsobiť ako vytrhnuté z kontextu, pretože každý dobrovoľník má inú schopnosť zaznamenávania priebehu stretnutia do slov. Správy sú teda subjektívnym pohľadom dobrovoľníkov a základom je pozorovanie z ich strany. Taktiež je možné skreslenie interpretácie dát zo strany výskumníčky. Taktiež na základe udržania anonymity a neporušenia mlčanlivosti vo výskume nemôžem uvádzať presné detailné informácie a špecifiká klientov a priebehu vzťahu, aby som neporušila etické zásady.

## **9. Záver a implikácie do praxe**

Z výskumu vyplýva, že postupné budovanie dôvery a porozumenia medzi dobrovoľníkom a klientom je kľúčové pre úspešné mentoringové vzťahy. Každý skúmaný vzťah mal svoje špecifiká, ale spoločným menovateľom bolo postupné nadväzovanie dôvery, hľadanie spoločných záujmov a aktivít a vytvorenie vzájomného porozumenia. Dlhodobé vzťahy s väčším množstvom kontaktu sa ukázali ako účinná avšak nadmerný kontakt môže viesť k problémom, ako je narušovanie hraníc a nedodržiavanie pravidiel programu. Genderová diverzita bola zohľadnená výskumom, pričom sa ukázalo, že dlhodobé mentorské vzťahy sú prospešné pre dievčatá, ktoré vykazujú menšie problémy so správaním a vyššie sebavedomie. Zároveň však štúdia nepreukázala významné rozdiely v účinnosti

mentorských programov medzi pohlaviami, čo naznačuje, že aj chlapci môžu profitovať z mentorských vzťahov. Štúdia ukázala významné rozdiely vo vzťahoch, ktoré boli v období COVID-19, preukázali sa ako významne dynamickejšie a rôznorodnejšie na konflikty s porovnaním so vzťahov, ktorý bol v dobe pred pandémiou. Mentoringové programy majú pozitívny vplyv na prehĺbovanie empatie, zdravé trávenie voľného času ale taktiez na pozitívny prístup ku štúdiu, rozvoj sociálnych zručností, samostatnosti klienta a podporu duševného zdravia. Mentorské vzťahy prispievajú k sociálnemu a emocionálnemu rozvoju, poskytujú prístup k novým príležitostiam a pomáhajú v dôležitých životných prechodoch. Dôležité je zabezpečiť pozitívne a plánované ukončenie vzťahu, čo je kľúčové pre klientov s neistou vzťahovou väzbou. Výsledky výskumu naznačujú, že mentorské vzťahy môžu mať pozitívny vplyv na klientov a môžu sa stať dôležitým faktorom v ich osobnostnom a sociálnom rozvoji. Pre prax je dôležité venovať pozornosť budovaniu dôvery, rozvoju vzájomnej reciprocity a plánovaniu kvalitných ukončení vzťahov. Jedným z mojich návrhov pre prax je dôkladnejšia príprava nových dobrovoľníkov na individualitu tvorby vzťahu. Každý budúci dobrovoľník musí v programe prejsť výcvikom pre dobrovoľníkov, ktorý je nepochybne veľmi kvalitný, no jedným z mojich návrhov je vytvoriť priestor pre hlbší vhlad do fáz a faktorov vzťahu. Domnievam sa, že ak by mal dobrovoľník viac zvedomené ako je tvorba a budovanie zdravého vzťahu vo vrstovníckom sprevádzaní kľúčové, ich pripravenosť by viedla k väčšej kvalite služby.

# LITERATÚRA

Bennett, C. (2003). Mentoring youth: trend and tradition. *British journal of guidance and counselling*, 31(1), 63-76.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (No. 79). Random House.

Břízová, B. (2018). *Manuál dobrovolnického mentoringového programu Pět P/Big Brothers Big Sisters*.

Břízová, B. (2010). Zhodnocení efektivity sociálně preventivního programu Pět P v České republice a jeho vývoj.

Brumovská, T., & Seidlová Málková, G. (2010). *Mentoring: výchova k profesionálně vedenému dobrovolnictví*. Portál.

Brumovská, T., & Málková, G. S. (2020). The methodological issues in the assessment of quality and the benefits of formal youth mentoring interventions: The case of the Czech Big Brothers Big Sisters/Pět P. In *Mentoring Children and Young People for Social Inclusion* (pp. 110-127). Routledge.

Cavell, T. A., Spencer, R., & McQuillin, S. D. (2021). Back to the future: Mentoring as means and end in promoting child mental health. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 50(2), 281-299.

DeWit, D. J., DuBois, D., Erdem, G., Larose, S., & Lipman, E. L. (2016). The role of program-supported mentoring relationships in promoting youth mental health, behavioral and developmental outcomes. *Prevention Science*, 17(5), 646-657.

DuBois, D. L., & Neville, H. A. (1997). Youth mentoring: Investigation of relationship characteristics and perceived benefits. *Journal of community psychology*, 25(3), 227-234.

DuBois, D. L., Holloway, B. E., Valentine, J. C., & Cooper, H. (2002). Effectiveness of mentoring programs for youth: A meta-analytic review. *American journal of community psychology*, 30(2), 157-197.

DuBois, D. L., & Silverthorn, N. (2005). Natural mentoring relationships and adolescent health: Evidence from a national study. *American journal of public health*, 95(3), 518-524.

DuBois, D. L., & Karcher, M. J. (2005). Youth mentoring: theory, research, and practice. In D. L. Dubois & M. J. Karcher (Eds.), *Handbook of Youth Mentoring* (s. 3-14). SAGE Publications.

DuBois, D. L., & Karcher, M. J. (2014). Youth mentoring in contemporary perspective. *Handbook of youth mentoring*, 2, 3-15.

Dutton, D. J., Forest, P. G., Kneebone, R. D., & Zwicker, J. D. (2018). Effect of provincial spending on social services and health care on health outcomes in Canada: an observational longitudinal study. *Cmaj*, 190(3), E66-E71.

Eby, L. T., Allen, T. D., Evans, S. C., Ng, T., & DuBois, D. L. (2008). Does mentoring matter? A multidisciplinary meta-analysis comparing mentored and non-mentored individuals. *Journal of vocational behavior*, 72(2), 254-267.

Encounter, Tereza Javornický Brumovská, PhD., Marie Skłodowska-Curie Research Fellow. Projekt č. 101027291, ENCOUNTER: Experiences of Youth in Natural Mentoring Relationships, Fakulta humanitních studií, Universita Karlova, Praha, CZ

Erikson, E. H. (1968). On the nature of psycho-historical evidence: In search of Gandhi. *Daedalus*, 695-730.

Ferreres, A. R. (2018). Brief history of mentorship. *Surgical Mentorship and Leadership: Building for Success in Academic Surgery*, 3-8.

Feuerstein, R., Rand, Y. A., Hoffman, M. B., Egozi, M., & Shachar-Segev, N. (1980). *Instrumental Enrichment Program*. Glenview, IL: Scott, Foresman and Co.

Goldner, L., & Ben-Eliyahu, A. (2021). Unpacking community-based youth mentoring relationships: An integrative review. *International journal of environmental research and public health*, 18(11), 5666.

Goldner, L., & Golan, D. (2017). The long-term effects of youth mentoring on student mentors' civic engagement attitudes and behavior. *Journal of Community Psychology*, 45(6), 691-703.

Goldner, L., & Scharf, M. (2014). Attachment security, the quality of the mentoring relationship and protégés' adjustment. *The Journal of Primary Prevention*, 35, 267-279.

Grossman, J. B., & Tierney, J. P. (1998). Does mentoring work? An impact study of the Big Brothers Big Sisters program. *Evaluation review*, 22(3), 403-426.

Herrera, C., Grossman, J. B., Kauh, T. J., & McMaken, J. (2011). Mentoring in schools: An impact study of Big Brothers Big Sisters school-based mentoring. *Child development*, 82(1), 346-361.

Inhelder, B., & Piaget, J. (1958). *The growth of logical thinking from childhood to adolescence: An essay on the construction of formal operational structures* (Vol. 22). Psychology Press.

Keller, H. (2014). Introduction: Understanding relationships-what we would need to know to conceptualize attachment as the cultural solution of a universal developmental task. *Different faces of attachment: Cultural variations on a universal human need*.

Keller, T. E. (2005). The stages and development of mentoring relationships. *Handbook of youth mentoring*, 1, 82-99.

Keller, T. E., & Blakeslee, J. E. (2014). Social networks and mentoring. *Handbook of youth mentoring*, 129-142.

Labáth, V., Ambrózová, A., Smik, J., & Štúrová, J. (2001). *Riziková mládež: možnosti potenciálních zmien*. Sociologické nakladatelství.

Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú. (2020). *Výroční zpráva 2019*. Praha: Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú.

Lata – programy pro mládež a rodinu, z. ú. (n.d.). Příběh Lata. Získané z <http://www.lata.cz/o-nas/kdo-jsme/>

Lata - Programy pro mládež a rodinu, z.ú., (n.d.) Jsem odborník. Získané z <https://www.lata.cz/sluzby/odbornici-2/>

Lakind, D., Atkins, M., & Eddy, J. M. (2015). Youth mentoring relationships in context: Mentor perceptions of youth, environment, and the mentor role. *Children and youth services review*, 53, 52-60.

Matějček, Z. (2003). Co děti nejmíc potřebují.

Matoušek, O., Kodymová, P., & Koláčková, J. (Eds.). (2010). *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál.

Matoušek, O., Matulová, A., Kopoldová, B., Chalupová, J., & Halík, T. (1996). *Práce s rizikovou mládeží: projekt LATA a další alternativy věznění mládeže*. Portál.

Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P., Barták, M., Bártík, P. (Eds.). (2015). *Prevence rizikového chování ve školství. Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze*.

Němeček, J., Šprynar, J., Zapletalová, Z. (2015). *Praxe Klubů Na cestě*. Olomouc: Sdružení D, z. ú.

Noam, G. G. (1988). The self, adult development, and the theory of biography and transformation. In *Self, ego, and identity: Integrative approaches* (pp. 3-29). New York, NY: Springer New York.

Noam, G. G., & Hermann, C. A. (2002). Where education and mental health meet: Developmental prevention and early intervention in schools. *Development and psychopathology*, 14(4), 861-875.

Noam, G. G., Malti, T., & Karcher, M. J. (2013). Mentoring relationships in developmental perspective. *The handbook of youth mentoring*, 99-115.

Pfaurová, P. (2017). Možnosti hodnocení efektivity mentoringového programu „Ve dvou se to lépe táhne“.

Petrášová, M. A., Prausová, I., & Štěpánek, Z. (2014). *Mentorink: forma podpory nové generace*. Portál.

Piaget, J., & Cook, M. (1952). *The origins of intelligence in children* (Vol. 8, No. 5, pp. 18-1952). New York: International Universities Press.

Piaget, J., & Cook, M. T. (1954). *The development of object concept*.

Piaget, J. (1952). *Jean Piaget*.

Pinkerton, J., & Dolan, P. (2007). Family support, social capital, resilience and adolescent coping. *Child & family social work*, 12(3), 219-228.

Pronyšynová, Iryna. Program Na cestě: Přínosy a dopad na sebepojetí a chování dětí. Olomouc, 2020. diplomová práce (Mgr.). Univerzita Palackého v Olomouci. Filozofická fakulta

Raposa, E. B., Rhodes, J., Stams, G. J. J., Card, N., Burton, S., Schwartz, S., ... & Hussain, S. (2019). The effects of youth mentoring programs: A meta-analysis of outcome studies. *Journal of youth and adolescence*, 48, 423-443.

Rhodes, J. (2002). Older and wiser: The risks and rewards of mentoring today's youth.

Rhodes, J. E., Reddy, R., & Grossman, J. B. (2005). The protective influence of mentoring on adolescents' substance use: Direct and indirect pathways. *Applied Developmental Science*, 9(1), 31-47.

Rhodes, J., Reddy, R., Roffman, J., & Grossman, J. B. (2005). Promoting successful youth mentoring relationships: A preliminary screening questionnaire. *Journal of Primary Prevention*, 26, 147-167.

Rhodes, J. E., Spencer, R., Keller, T. E., Liang, B., & Noam, G. (2006). A model for the influence of mentoring relationships on youth development. *Journal of community psychology*, 34(6), 691-707.

Sdružení D, z. ú. (2016). Výroční zpráva 2015. Olomouc: Sdružení D, z. ú.

Sdružení D, z. ú. (2019). Program vrstevnického provázení Na cestě – Příručka pro dobrovolníka. Olomouc: Sdružení D, z. ú.

Sdružení D, z. ú. (2020). Výroční zpráva 2019. Olomouc: Sdružení D, z. ú.

Sdružení D. (n.d.). Program Na cestě. Získané z <https://www.sdruzenid.cz/program-na-cestě-127>

Sdružení D, z. ú. (2023). Výroční zpráva 2022. Olomouc: Sdružení D, z. ú.

Selman, R. L. (1980). The growth of interpersonal understanding: Developmental and clinical analyses. Academy Press.



Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual review of psychology*, 52(1), 83-110.

Surynek, A., Komárková, R., & Kašparová, E. (2001). *Základy sociologického výzkumu*. Management press.

Tierney, J. P. (1995). *Making a Difference. An Impact Study of Big Brothers/Big Sisters*.

Urban, M. (2019). Psychologické potreby autonómie, kompetencie a spolupatričnosti v koučingu, mentoringu a supervízii. *Psychológia pre poradcov a poradkyne: Teoretické východiská a na riešenie zamerané techniky*. Praha: Institut vzdělávání a poradenství ČZU, 61-100.

Vágnerová, M. (2012). *Dětství a dospívání. Vývojová psychologie*. Praha: Nakladatelství Karolinum.

Věra, H. (1984). *Informační analýza dokumentu*. ÚVTEI.

Sdružení D olomouc. (n.d.). *Vrstevnické provázení*. Získané z <https://www.sdruzenid.cz/vrstevnicke-provazeni>

Younginer, S. T., & Elledge, L. C. (2021). Mentor personality and attachment as correlates of youth mentoring relationship quality within a school-based mentoring intervention: The moderating role of negative interactions. *Journal of Community Psychology*, 49(7), 2569-2589.

Zilberstein, K., & Spencer, R. (2017). Breaking bad: An attachment perspective on youth mentoring relationship closures. *Child & Family Social Work*, 22(1), 67-76.

# Prílohy

Príloha 1: Správa zo stretnutia

## ZPRÁVA ZE SCHŮZKY

Dobrovolník:

Klient:

Schůzka se konala dne:

Probíhá dohoda s klientem bez problémů?

Jak probíhalo samotné setkání, co jste dělali, čemu jste se s klientem věnovali.

Jaké jste měl ze schůzky pocity?

Jak na Vás působil klient? Byl podle Vás se schůzkou spokojen?

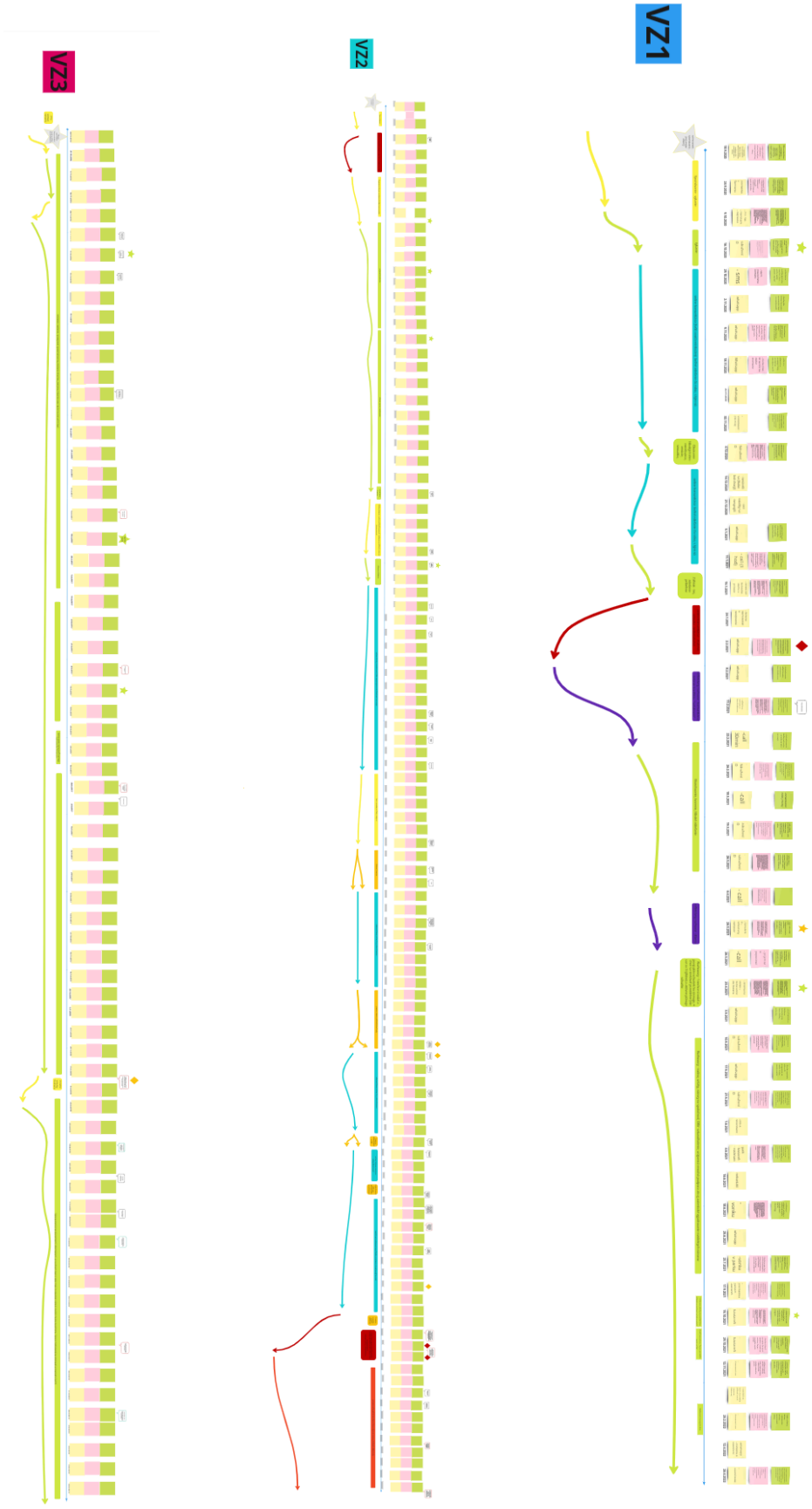
Vyskytly se v průběhu setkávání nějaké problémy, nebo situace, které Vás znejistily či uvedly do rozpaků? Uveďte je a popište, jak jste se zachoval/a. Potřebujete s něčím poradit?

Na kdy je naplánovaná další schůzka, máte už na ni konkrétní plán nebo alespoň představu?

Co podle Vás všechna setkání v tomto měsíci klientovi přinesla/umožnila mu/naučila ho? Měl klient možnost se v něčem zlepšit? Může se týkat jak jeho přístupu ke schůzkám, tak konkrétních činností. (Vyplňte prosím vždy po poslední schůzce v měsíci.)

Vaše poznámky, postřehy, náměty pro další práci:

Príloha 2: Grafy vzťahov



## **Zoznam skratiek**

BBBS - Hnutie Big Brother Big Sister

POE - Program Outcome Evaluation

ZDVOP - Zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc

OSPOD - Orgán sociálně-právní ochrany dětí

PPP - Pedagogicko-psychologická poradna

NRP - Náhradná rodinná péče

DBV - Dobrovolník

FYMR - formal youth mentoring