

**UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE
FILOZOFICKÁ FAKULTA**

**ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ZAMERANEJ KOMUNITE
AKO PREDIKTOR REZILIENCIE
A ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI**

Diplomová práca

2015

Bc. Monika Rusinová

**UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE
FILOZOFICKÁ FAKULTA**

**ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ZAMERANEJ KOMUNITE
AKO PREDIKTOR REZILIENCIE
A ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI**

Diplomová práca

Študijný program: Psychológia
Študijný odbor: 3.1.9. Psychológia
Školiace pracovisko: Katedra psychológie
Školiteľka: PhDr. Barbora Mesárošová, CSc.

2015

Bc. Monika Rusinová



Univerzita Komenského v Bratislave
Filozofická fakulta

ZADANIE ZÁVEREČNEJ PRÁCE

Meno a priezvisko študenta: Bc. Monika Rusinová
Študijný program: psychológia (Jednoodborové štúdium, magisterský II. st., denná forma)
Študijný odbor: 3.1.9. psychológia
Typ záverečnej práce: diplomová
Jazyk záverečnej práce: slovenský
Sekundárny jazyk: anglický

Názov: Členstvo v prosociálne zameranej komunite ako prediktor reziliencie a životnej spokojnosti
Membership in prosocially oriented community as a predictor of resilience and life satisfaction

Cieľ: Skúmať vplyv dlhodobého dobrovoľníctva v prosociálne zameranej komunite na vývin reziliencie a životnej spokojnosti u študentov v období vynárajúcej sa dospelosti

Školiteľ: PhDr. Barbora Mesárošová, CSc.
Katedra: FiF KP5 - Katedra psychológie
Vedúci katedry: doc. PhDr. Igor Brezina, CSc.
Dátum zadania: 29.09.2014
Dátum schválenia: 07.04.2015 doc. PhDr. Igor Brezina, CSc.
vedúci katedry

.....
študent

ČESTNÉ PREHLÁSENIE

Čestne prehlasujem, že som diplomovú prácu pod názvom ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ZAMERANEJ KOMUNITE AKO PREDIKTOR REZILIENCIE A ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI vypracovala samostatne, pod odborným vedením školiteľky PhDr. Barbory Mesárošovej, CSc. a s použitím uvedenej literatúry.

V Bratislave, 2015

.....
podpis študenta

POĎAKOVANIE

Touto cestou by sme chceli vyjadriť vďaku našej školiteľke PhDr. Barbore Mesárošovej, Csc. za trpezlivosť, podnetné pripomienky a ľudský prístup počas celého vedenia diplomovej práce. Vďaka patrí aj Lenke Hapákovej a Matejovi Mihalíkovi za stylistickú a gramatickú korekciu textov, Jele Rusinovej za pomoc s formálnou úpravou práce a Márii Koprňovej Rusinovej za zapožičanie nahrávacieho zariadenia. Špeciálne poďakovanie patrí zakladateľovi projektu Katarínka Petrovi Hercegov, za umožnenie realizácie výskumu a dvanástim participantom, ktorí boli ochotní sa podeliť o svoj príbeh. V neposlednom rade ďakujem rodine a priateľom za pomoc a podporu.

SLOVENSKÝ ABSTRAKT

RUSINOVÁ, Monika: *ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ZAMERANEJ KOMUNITE AKO PREDIKTOR REZILIENCIE A ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI* [Diplomová práca] / Monika Rusinová - Univerzita Komenského v Bratislave, Filozofická fakulta; Katedra psychológie. Školiteľka: PhDr. Barbora Mesárošová, CSc. Stupeň odbornej kvalifikácie: Magister psychológie. Bratislava: FF UK, 2015 110 s. a prílohy

Cieľom diplomovej práce so dlhodobým zmiešaným výskumným dizajnom bolo hlbšie pochopiť význam členstva v prosociálne orientovanej komunity pre rozvoj reziliencie a životnej spokojnosti u dlhodobých dobrovoľníkov v projekte Katarínka. Novým účastníkom projektu Katarínka, ktorí boli študenti strednej alebo vysokej školy vo veku 17 až 22 rokov, boli v štyroch vlnách výskumu administrované dotazníky zisťujúce ich úroveň reziliencie, sebahodnotenia, sebaúčinnosti a životnej spokojnosti a zároveň boli s nimi uskutočnené tri pološtrukturované rozhovory týkajúce sa ich motivácie, ochranných faktorov a spokojnosti so životom. Výsledky ukázali, že najčastejšie boli participanti motivovaní zapojiť sa kvôli sociálnej funkcii a funkcii porozumenia. Dlhodobé dobrovoľníctvo úzko súviselo s prijatím role dobrovoľníka. V rozhovoroch sa objavili štyri najvýznamnejšie ochranné faktory - vytváranie zmysluplných vzťahov, zdieľanie dôležitých hodnôt, nová identita a prvok výzvy. Úroveň životnej spokojnosti sa menila v závislosti od schopnosti adresovať vytýčené ciele vedúce k zmene nepriaznivých okolností..

Kľúčové slová: Reziliencia, Životná spokojnosť, Dobrovoľníctvo, Koncept vynárajúcej sa dospelosti

ENGLISH ABSTRACT

RUSINOVÁ, MONIKA: *MEMBERSHIP IN PROSOCIALY ORIENTED COMMUNITY AS A PREDICTOR OF RESILIENCE AND LIFE SATISFACTION*. [FINAL THESIS] / MONIKA RUSINOVÁ – COMENIUS UNIVERSITY IN BRATISLAVA. FACULTY OF ARTS; DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY. TUTOR: PHDr. BARBORA MESÁROŠOVÁ, CSc. DEGREE OF QUALIFICATION: MASTER OF PSYCHOLOGY. BRATISLAVA: FA CU, 110 P.

The aim of this diploma thesis is to investigate the influence of membership in prosocially oriented community on the development of resilience and life satisfaction in long-term volunteers in project Katarínka. Longitudinal mixed research design was used. Measures gauging the level of resilience, self-esteem, self-efficacy and life satisfaction were administered in four consecutive waves and three semi-structured interviews take place concerning motivation to volunteer, protective factors and satisfaction with life. to new attendants in project Katarínka, who were high school or university students aged 17 to 22 years. Results show that social and understanding functions were the most prevalent in our sample. Long-term volunteering was connected to volunteer role acceptance. Four most significant protective factors were identified – forming meaningful relationships, sharing important values, new identity and taking challenges. The level of life satisfaction was influenced by the ability to address the goals leading to changes in adverse circumstances.

Key words: Resilience, Life satisfaction, Volunteerism, Concept of emerging adulthood

PREDHOVOR

K nezameniteľnej náplni letných dní patrí opustenie každodenných stereotypov a podniknutie niečoho nepoznaného a dobrodružného. Cieľom je si oddýchnuť od povinností a načerpať energiu na ďalšie obdobie. Krok za hranice bežných dní však môže mať aj iný cieľ ako oddych a regeneráciu. Nevedome môže prebiehať neformálne učenie, rozvoj osobnosti alebo osvojovanie si nových hodnôt. Mladí ľudia sa môžu ponúknuť do služby druhým alebo spoločnosti. Zvyčajne je k tomu potrebný rámec – prosociálne zameraná komunita.

Na dlhodobej báze sme členmi niekoľkých prosociálne zameraných komunít, kde zastávame rolu dobrovoľníka, a v niektorých z nich aj pozíciu človeka, ktorí pripravuje iných dobrovoľníkov na novú úlohu. Mali sme možnosť pozorovať významné zmeny vo fungovaní účastníkov po zapojení sa do činností komunít. Sami sme prešli osobnostnou zmenou, ktorá mala signifikantný vplyv na náš život. Tento proces trval niekoľko rokov a prinútil nás pýtať sa, čo boli faktory, ktoré k nemu prispeli.

V rámci bakalárskej práce sme sa hlbšie zaoberali pojmom reziliencie, ktorý sa javil ako hodnotný rámec pre objasnenie mechanizmov vedúcich k zlepšeniu psychologického fungovania. Toto zlepšenie môže viesť k zvýšeniu kvality života. Uvedená úvaha nás viedla k zakomponovaniu pojmu životnej spokojnosti do našich výskumných snáh. Rozhodli sme sa pre zmiešaný výskumný dizajn, kedy sme okrem administrovania dotazníkov poprosili participantov o hĺbkový rozhovor orientovaný na motiváciu zapojiť sa do dobrovoľníctva a na prínosy, ktoré pre nich z tohto zapojenia vyplynuli.

Do výskumného súboru sme pozvali nových účastníkov projektu Katarínka. Ich spoločným znakom bolo, že prišli na Katarínku v rovnakom roku. Nevedeli sme, aká bude ich budúcnosť v projekte a vlastne sme ju mali možnosť sledovať od jej vzniku na dlhodobej báze. Takto koncipovaná výskumná stratégia

Práca je rozdelená na dve časti. V prvej sa venujeme teoretickému zarámcovaniu kľúčových pojmov, ktorými sú reziliencia, prosociálne správanie a dobrovoľníctvo, životná spokojnosť a koncept vynárajúcej sa dospelosti. Druhá časť práce je zameraná na podrobnú analýzu a následne porovnanie výsledkov u dobrovoľníkov s rôznou dĺžkou angažovania sa. V závere práce ponúkame podnety na ďalšie výskumy v tejto problematike.

1.	Reziliencia.....	12
1.1	Reziliencia ako črta	14
1.2	Reziliencia ako proces	15
1.3	Reziliencia ako príčina	16
1.4	Reziliencia ako následok	17
1.5	Typy reziliencie	18
1.5.1	Individuálny faktor reziliencie	22
1.5.2	Vzťahový faktor reziliencie.....	23
1.5.3	Faktor reziliencie na úrovni komunity resp. spoločnosti	23
1.5.4	Kultúrny faktor.....	25
2.	Prosociálne správanie a dobrovoľníctvo	28
2.1	Definícia prosociálneho správania.....	28
2.1.1	Teórie vysvetľujúce prosociálne správanie	29
2.2	Dobrovoľníctvo	32
2.2.1	Dobrovoľníctvo a socializácia.....	33
2.2.2	Dlhodobé modely dobrovoľníctva	34
3.	Životná spokojnosť.....	37
3.1	Kvalita života.....	37
3.2	Subjektívna pohoda	38
3.3	Životná spokojnosť	40
4.	Koncept vynárajúcej sa dospelosti	45
4.1	Charakteristiky obdobia vynárajúcej sa dospelosti	46
4.2	Vynárajúca sa dospelosť v Európe	48
4.3	Vynárajúca sa dospelosť v Českej republike.....	49
4.3.1	Kvantitatívna časť výskumu.....	49
4.3.2	Kvalitatívna časť výskumu.....	50

5. Členstvo v prosociálne orientovanej komunite ako rpediktor reziliencie a životnej spokojnosti	52
5.1 Výskumný problém	52
5.2 Výskumný cieľ	52
5.3 Výskumné otázky	53
5.4 Výskumný výber.....	53
5.5 Výskumná metodika	55
5.5.1 CYRM (Child an Youth Resilience Measure)	55
5.5.2 Rosenbergova škála sebahodnotenia (RSES).....	55
5.5.3 Coopersmithov dotazník sebaocenenia	56
5.5.4 Škála všeobecnej sebaúčinnosti (GSE - General Self-Efficacy).....	56
5.5.5 Škála spokojnosti so životom (SWLS - Satisfaction With Life Scale)	56
5.5.6 Pološtrukturovaný rozhovor	57
5.6 Realizácia výskumu	58
5.7 Spracovanie údajov.....	58
5.8 Analýza a intepretácia výsledkov	59
5.8.1 Motivácia pre dobrovoľníctvo.....	59
5.8.2 Dlhodobé dobrovoľníctvo	64
5.8.3 Členstvo v prosociálne orientovanej komunite a reziliencia'	76
5.8.4 Členstvo v prosociálne orientovanej komunite a životná spokojnosť	91
6. Diskusia	99

ÚVOD

Obdobie vynárajúcej sa dospelosti ponúka toľko možností realizácie, koľko je typov osobností mladých dospelých. Je to čas, ktorý môže významne určiť, kam sa bude mladý človek uberať neskôr vo svojom živote. Všetky rozhodnutie, ktoré spraví, môžu byť považované za dočasné (Arnett, 2000). Predstavuje ideálny priestor pre objavovanie a utváranie vlastnej identity (Mesárošová, 2013). Ľudia na prahu dospelosti majú už lepšie utvorené kapacity na zvládanie ťažkých situácií ako napríklad deti alebo mladší adolescenti, ešte stále im však chýbajú bohatšie skúsenosti (Hauser et al., 2006).

Je viac možností, ako rozvíjať v mládeži rezilienciu. Jedným z príležitostí, kde sa dajú nadobudnúť nové životné skúsenosti a osvojiť si konštruktívne spôsoby, ako odolávať nepriaznivým situáciám, je zapojenie sa do prosociálne zameraných komunít. Pre dobrovoľníkov môže mať dobrovoľníctvo viac funkcií (Clary et al., 1998). Dáva príležitosť k vytvoreniu nových vzťahov, pocitom kompetencie a samostatnosti (Ryan, Deci, 2000) a tak môže prispievať k pocitu životnej spokojnosti. V období vynárajúcej sa dospelosti sa naskytajú možnosti k experimentovaniu, kedy sa človek snaží nájsť rámec, v ktorom by sa mohol realizovať, zvyšovať spokojnosť a tým aj psychické a fyzické zdravie (Wilson, Musick, 2008).

Cieľom práce je zistiť, motiváciu pre vstup do takto ladených komunít, vývoj premeny prvotnej motivácie na dlhodobé zaangažovanie sa. Ďalej sa budeme snažiť pochopiť a podrobne opísať kumulatívny charakter ochranných faktorov pôsobiacich prostredníctvom členstva v prosociálne zameranej komunite a identifikovať faktory, ktorým prispieva k životnej spokojnosti.

1. REZILIENCIA

Reziliencia ako pojem sa objavuje v odbornej literatúre štyri dekády, no nájst' jednotnú definíciu je výzva pre teoretikov aj pre odborníkov z praxe. Je to komplikovaná situácia nielen z dôvodov, že existuje množstvo prístupov, ako sa dá reziliencia uchopiť, ale aj kvôli tomu, že v nadväznosti na definovanie tohto pojmu vznikol celý rad rôznych typov meracích metód. Často určitá metóda meria rezilienciu len okrajovo alebo len jeden jej aspekt, ktorý s ňou súvisí len čiastočne, čo môže spôsobovať problémy napr. aj pri porovnávaní výsledkov (Friborg et al. 2005, in Kebza a Šolcová, 2008).

Etymologicky sa slovo reziliencia vzťahuje k dvom latinským slovám: Po prvé je to „salire“, ktoré sa dá preložiť ako odpružiť, odskočiť, odpružiť sa a tiež rýchlo vyrásť; po druhé k slovu „resilire“, čo znamená odskočiť, skočiť späť. Davidson a kolegovia (2005 podľa Kebza, Šolcová, 2008) v kontexte tejto etymológie chápu rezilienciu ako schopnosť získať opäť sily, byť schopný sa zotaviť, vrátiť sa do pôvodnej podoby. Podobne nazerajú na rezilienciu aj Mastenová, Best a Garmezy (1990, in Boyden, Mann, 2005), ktorí opisujú rezilienciu ako schopnosť materiálu nadobudnúť svoj pôvodný tvar po tom, čo bol vystavený tlaku. Tento pojem sa pôvodne používal v oblasti aplikovanej fyziky a inžinierstva.

Wald, Taylor, Asmundson (2006, in Hermann a kol., 2011) definujú rezilienciu ako schopnosť uchovať si alebo opäť nadobudnúť mentálne zdravie, napriek vystaveniu nepriaznivým podmienkam. Lutharová, Cichetti a Beckerová (2000) považujú za kľúčovú prítomnosť závažnej hrozby, resp. silnej nepriazne a následne dosiahnutie pozitívnej adaptácie, napriek závažnému narušeniu vývinového procesu. Tiež zdôrazňujú dynamický aspekt reziliencie ako procesu. Zo slovenských autorov uvádzame E. Komárika (2009), ktorý považuje za behaviorálny indikátor reziliencie „prekonanie katastrof, protivenstiev, nepriaznivého životného prostredia, a iných traumatizujúcich udalostí, bez dôsledkov v podobe sociálneho, kultúrneho, zdravotného alebo mravného zlyhania“ (Komárik, 2009, s. 6). Kebza a Šolcová (2008) vo svojej teoretickej štúdii, venovanej hlavným konceptom psychickej odolnosti, vyjadrili názor, že celkovo zhoda v rámci definovania reziliencie panuje v jej vnímaní ako „multifaktoriálne podmieneného, viacrozmerného javu, charakterizovateľného v zmysle komplexnej dispozície, ktorá umožňuje človeku sa rozvíjať, dozrievať a rozvíjať kompetencie v nepriaznivých životných podmienkach“ (Gordon, 1985; Gordon, Coscarelli, 1996 in Kebza a Šolcová, 2008). Jednoducho povedané, reziliencia je dispozícia, ktorá má viac úrovní, môže sa aktivovať z rôznych príčin a napomáha prekonaniu ťažkých situácií.

Z uvedeného vyplýva niekoľko otázok, ktoré súvisia so spomínanou nejednotnosťou. Prvou z nich je pohľad na rezilienciu, na jednej strane, ako na črtu, osobnostnú dispozíciu, a na druhej strane ako na konštrukt, ktorý je dynamický a vznikajúci v procese (Luthar, Cicchetti, Becker 2000; Fergus, Zimmerman, 2005; Reich, Zautra, Hall, 2010). Druhá otázka má svoj pôvod v určovaní, či je reziliencia príčina pozitívnych následkov napriek nepriazni, alebo je to výsledok procesu prispôsobenia sa nepriazni (Reich, Zautra, Hall, 2010).

Prvý zmienený metodologický problém, týkajúci sa reziliencie ako črty alebo procesu, má svoju históriu. V zásade sa uplatňujú tri vzťahové rámce. Paulík (2010) ich uvádza podľa dôrazu, aký sa kladie na jednotlivé činitele vzťahu osobnosť – prostredie:

Dispozičné faktory. Adaptácia na záťaž nastane po tom, čo záťažová situácia aktivuje príslušné osobnostné dispozície. Dispozície predstavujú potenciál, ktorý sa podľa potreby môže, ale nemusí využiť. Považujú sa v podstate za trvalé charakteristiky osobnosti. Ich úlohou je reagovať na rôznych úrovniach regulácie a vyvinúť adaptačné aktivity potrebné k zvládnutiu záťažovej situácie.

Interakcie a transakcie medzi osobnosťou a prostredím. Dôležité sú v tomto prípade procesy v rámci interakcií a transakcií medzi dispozíciami (osobnosťou) a situáciou (prostredím). Kladie sa dôraz na tri zložky týchto procesov, konkrétne na kognitívnu (napr. ako človek využíva svoje schopnosti a skúsenosti), emocionálnu (napr. ako situáciu prežíva a aký majú pre neho význam situačné parametre vo svetle svojich vlastných schopností) a napokon motivačnú (o čo danému človeku ide, čo ho motivuje).

Záťažové situácie. Posledný vzťahový rámec predpokladá významný podiel samotnej záťažovej situácie, pôsobiaci na správanie jednotlivca. Predstavitelia situačného vzťahového rámca boli proti konceptu transsituačnej konzistencie dispozícií. Podľa nich sa človek správa rôzne podľa toho, v akej situácii sa nachádza, t.j. jeho správanie vychádza práve z týchto situácií a nie z uplatňovania určitých dispozícií v rôznych situáciách. Situačný činiteľ pozitívne ovplyvňujúci zvládanie záťaže je napr. sociálna opora. Negatívnym sú napr. nepriaznivé životné udalosti a drobné denné nepríjemnosti.

Je dôležité zdôrazniť, že aj napriek tomu, že spočiatku sa k dispozičným faktorom, ako faktorom adaptácie na záťaž, pristupovalo skepticky. Viac sa do úvahy zvykli brať faktory prostredia a situácie. Neskôr však aj vyslovene situacionalistický prístup rátať s príspevkom osobnostných dispozícií (Rotter, 1966; in Paulík 2010).

Paulík (2010) zdôrazňuje, že vnímanie odolnosti ako črty alebo ako procesu je umelé a je v záujme zjednodušenia opisu. Zvládanie záťaže ako zložitý komplex javov a udalostí, ktoré sú vzájomne prepojené a rôznym spôsobom spolu súvisia, vždy vychádza z konkrétneho

usporiadania podmienok a požiadaviek v danom čase a na danom mieste v rámci konkrétnej interakcie ľudskej osobnosti s prostredím (Paulík 2010).

1.1 REZILIENCIA AKO ČRTA

Najstaršie výskumy v tejto oblasti siahajú do 70. rokov 20. storočia, kedy Anthony (1974, in Luthar, Cichetti, Becker, 2000) skúmal osobnostné kvality „nezraniteľných detí“ – invulnerable children. Toto slovné spojenie môže viesť k mylnému záveru, že nezraniteľní jednotlivci vôbec neboli vystavení žiadnym rizikám alebo sa im vyhýbali. Naopak, zraniteľní jednotlivci boli takí, ktorí nevedeli efektívne čeliť nepriaznivým podmienkam, a tie mali nežiadúci vplyv na ich zdravie a pohodu (Mesárošová 2013). Neskoršie výskumy však poukazujú na opačnú situáciu - pre pozitívnu adaptáciu je dôležité vývinové napredovanie, ktoré má svoj pôvod práve v úspešnom zvládnutí ohrozujúcich situácií. Lutharová, Cichetti a Beckerová (2000) odporúčajú použiť slovo „rezilientný“ na zdôraznenie dynamickej povahy objavujúcich sa zraniteľných miest a s nimi súvisiacich silných stránok počas života.

Takisto Reich, Zautra a Hall (2010) v úvode svojej knihy, venovanej reziliencii dospelých, poukazujú na vnímanie črty reziliencie ako nemennej, stabilnej entity ako ochudobňujúcej nás o dynamickú schopnosť adaptačných systémov nás prekvapiť novými stratégiami, ktoré sa naučili v procese adaptácie.

Fergus a Zimmerman (2005, s. 405) sa tiež vyjadrujú kriticky k používaniu prídavného mena „rezilientný“. V spojitosti s opisom jednotlivca môže evokovať rezilienciu ako črtu osobnosti. Uvádzajú nasledujúce dôvody:

- Ak by bola reziliencia črtou, v prípade niektorých adolescentov by sa neaktivovala v niektorých konkrétnych doménach, v ktorých by nepreukazovali dostatočnú odolnosť.
- Črta môže a nemusí podliehať zmenám – je teda otáznne, či sú v prípade rozvíjania reziliencie potrebné prevencie.
- Črtový prístup má tendenciu ignorovať kontextuálne faktory.

Pre kompletný obraz o reziliencii ako črte uvádzame aj prácu Jeanne a Jacka Blockových (1980, in Luthar, Cichetti, Becker, 2000). Autori zaviedli pojem „ego-resiliency“, ktorý vymedzujú ako osobnostnú charakteristiku jednotlivca. Slovenský ekvivalent ego-reziliencia je mierne mätúci, preto ho uvádzame v pôvodnom znení. Podľa nich zahŕňa všeobecnú húževnatosť a vynaliezavosť charakteru a tiež funkčnú flexibilitu v reakciách na meniace sa okolnosti v prostredí. Dali by sa zhrnúť ako subjektívne predpoklady pre

zvládanie záťaže (Paulík 2010; Šolcová 2009). V slovenskej a českej literatúre a výskume sa odporúča využívať pri opise odolnosti v zmysle osobnostného rysu pojmy ako odolnosť v zmysle hardiness, odolnosť v zmysle sebauplatnení, ako aj v zmysle súdržnosti (Kebza, Šolcová, 2008; Šolcová, 2009; Baštecká, Goldmann 2001).

Kontrastne pôsobí anglický pojem resilience, ktorý na rozdiel od ego-resiliency je dynamickým vývinovým procesom. Ego-resiliency vzhľadom na svoj črtový charakter nepredpokladá prítomnosť výrazne nepriaznivých okolností. Naopak, pri resilience je prítomnosť nepriazne jednou z dvoch základných podmienok (Luthar, Cicchetti, Becker, 2000).

1.2 REZILIENCIA AKO PROCES

Vzhľadom na uvedené metodologické nejasnosti pri črtovom prístupe sa dôraz presúval na vnímanie reziliencie ako procesu. V Paulíkovom vymedzení (2010) sa výskumné snahy sústreďujú na interaktívnu perspektívu druhého vzťahového rámca. Otázka teda znie, *ako* prispievajú rôzne faktory k pozitívnym výsledkom (Cowen a kol., 1997, Luthar, 1999, in Luthar, Cicchetti, Becker, 2000). Prvoradá je kvalita interakcie osobnosti (osobnostného rysu) a prostredia (situácie), kde osobnosť má aktívnu rolu (Luthar, Cicchetti, Becker 2000; Liebenberg, Ungar, 2009; Masten, Obradovič, 2006). Meraním protektívnych aj rizikových faktorov ako kontextuálnych faktorov sú výskumníci schopní zachytiť kontextuálnu kvalitu reziliencie spolu s jej fluktuáciami. Hodnotenie reziliencie by sa z tohto uhla pohľadu dalo chápať ako spoločná zodpovednosť jednotlivcov, ich rodín a formálneho spoločenského systému a nie ako bremeno ležiace výlučne na pleciah jednotlivca (Kolar 2011).

Aktivita osobnosti spočíva vo využívaní možností, ktoré sú k dispozícii (schopnosti, zručnosti, znalosti, skúsenosti a možnosti konkrétnej situácie), no tiež k vyhýbaniu sa stresorom, ich odstráneniu, prípadne prevencii. Keď všetko z uvedeného zlyhá, do úvahy prichádza ešte zmena reakcií v kontakte so situačnými podnetmi (Šolcová, 2009; Paulík, 2010). Reziliencia je teda schopnosť úspešne zvládnuť nepriaznivé podmienky a vrátiť sa späť do pôvodného funkčného stavu (Rutter, 1985, in Earvolino-Ramirez, 2007).

Treba zdôrazniť, že reziliencia môže prameniť z rôznych zdrojov a vyvíjať sa rôznymi spôsobmi. Podľa Herrmanovej a kolegov (2011) prispievajú k reziliencii ako procesu dve podmienky. Po prvé, pri prítomnosti určitej nepriaznivej okolnosti môže protektívne pôsobiť viac faktorov (biologické, psychologické, dispozičné charakteristiky, prítomnosť sociálnej opory a pod.) a systémov (rodina, škola, priatelia, komunita a pod.). Po druhé, je vysoko

pravdepodobné, že reziliencia neoperuje v rámci všetkých domén rovnako, ale je špecifická pre konkrétny kontext resp. obdobie (Herrman a kol., 2011). V rovnakom čase môže byť jednotlivec vystavený iným typom rizík, kde pri jednom sa prejaví ako rezilientný, no pri druhom nie (Fergus, Zimmerman 2005). Zároveň však platí určitá uniformita, ktorá sa týka teoreticky podobných domén (napr. školská úspešnosť a školská usilovnosť) a logicky sa nevzťahuje na konceptuálne odlišné domény (Luthar, Cicchetti, Becker, 2000).

Hlavnou podmienkou pre rozvoj reziliencie ako procesu je podľa Earvolinovej-Ramirezovej (2007) nepriaznivá situácia s rušivými vplyvmi, pri ktorej je *nutná zmena* a táto zmena predstavuje pre daného jednotlivca *výzvu*. Atmosféra výzvy otvára možnosti pre vytvorenie nových kapacít. Autorka uvádza ako dôsledky tejto situácie efektívny coping, ovládnutie situácie a pozitívnu adaptáciu.

Toto je však len jeden uhol pohľadu, ako fungujú príčiny a následky v procese reziliencie. Nasledujúca podkapitola nám bližšie objasní metodologickú otázku reziliencie vzhľadom na jej poňatie ako príčiny alebo následku.

1.3 REZILIENCIA AKO PRÍČINA

Už na začiatku skúmania alebo aplikovania konceptov reziliencie je potrebné sa zamyslieť, kam zaradíme rezilienciu v sekvencii príčina - následok. Môžeme si položiť otázku, či sa dá reziliencia považovať za proces, ktorý spôsobuje pozitívnu adaptáciu alebo je to opis následku, ktorý vznikol z predtým existujúcich premenných alebo procesov (Reich, Zautra, Hall 2010).

V prípade pristupovania k reziliencii ako k príčine sa podľa Reicha a kolegov (2010) presunie dôraz na stav jednotlivca alebo spoločnosti predtým, než nastala chyba v adaptačnom systéme. Tento stav závisí od toho, akú má jednotlivec možnosť od raného detstva rozvíjať vnútorné dispozície v interakcii s prostredím. Zohrávajú úlohu pri tom aj prvky prostredia a v tomto prípade zohľadňujeme, či pozitívne vplyvajú na rozvoj jednotlivca (protektívne faktory) alebo jeho zdravý bio-psycho-sociálny vývin ohrozujú (rizikové faktory). Čo je však pre jednotlivca už ohrozujúce, závisí od jeho veku, kontextu, od jeho schopností, ako danú udalosť chápe a akú má daná udalosť pre neho význam. Zároveň v rámci každej spoločnosti si jej členovia osvojujú efektívne spôsoby, ako v nej úspešne fungovať (Boyden a Mann 2005).

Pre kompletný obraz v tejto problematike je dôležité spomenúť aj *aktíva (assets)*. Sú to pozitívne faktory, ktoré majú svoj pôvod priamo v osobnosti jednotlivca. Sú to tie vlastnosti, ktoré vo významnej miere podporujú adaptívne správanie a následne umožňujú obmedziť

negatívne účinky (Fergus, Zimmerman, 2005). Komárik (2009, s. 8) ich definuje ako „prostriedky, ktorými jednotlivci, rodina, obec, štát a cirkev disponujú a môžu ich použiť na budovanie reziliencie.“ Šolcová (2009) upozorňuje na rozdiel medzi protektívnymi faktormi a aktívami. Protektívne faktory sú tie, ktoré pôsobia priamo v interakcii s rizikovým faktorom. Ich pôsobenie by sa dalo nazvať intervenčným. Aktíva sú vlastnosti osobnosti alebo prostredia, ktoré zamedzujú, aby riziko vôbec vzniklo, takže pôsobia preventívne. Opäť platí, že pri protektívnych faktoroch je nutná prítomnosť nepriaznivých okolností, aktíva sú samostatne stojace pozitívne vlastnosti, ktoré sa uplatňujú, aj keď nie sú prítomné rizikové faktory (Šolcová 2009).

Pri skúmaní rizikových a protektívnych faktorov sa odborníci stretávajú s množstvom metodologických úskalí. Napríklad výzva určiť, do akej miery sú daní jednotlivci vystavení konkrétnemu riziku (Luthar, Cichetti, Becker, 2000); dvojznačnosť jedného faktora, ktorý môže byť aj rizikový aj protektívny v závislosti od kontextu a intenzity (Fergus a Zimmerman 2005); alebo častá otázka týkajúca sa a rozdielneho vnímania rizikových faktorov z pohľadu dospelých, adolescentov a detí (Boyden, Mann, 2005).

1.4 REZILIENCIA AKO NÁSLEDOK

Zameranie sa na rezilienciu ako následok otvára otázky týkajúce sa úspešnej krátkodobej a dlhodobej adaptácie. Inak treba navrhnuť výskum týkajúci sa generácie “baby boomers” a tiež úplne inak, keď je vzorka z iného ako majoritného kultúrneho prostredia (Reich, Zautra, Hall, 2010). Práve citlivosť na kultúrne rozdiely je čoraz viac rozšírenou výskumnou témou štúdií venovaných reziliencii (napr. Ungar 2008). Osobitne plodným obdobím, ktoré je zdrojom bohatých poznatkov o reziliencii je obdobie, kedy mladí ľudia veľmi intenzívne uvažujú nad vlastnou identitou. (adolescencie a vynárajúcej sa dospelosti). Tento prístup k výskumom je kritizovaný za redukovanie vysvetlenia interakcie medzi faktormi a jej poňatie ako nemeniacej sa vlastnosti (Kolar 2011).

Mastenová (2001) opisuje efekt kaskády (*cascading effect*), ktorým lepšie objasňuje dilemu *príčina verus následok*. Pri efekte kaskády hrá rolu situácia a životné obdobie, kedy boli adolescenti skúmaní. V jednej situácii, resp. životnom období môže byť určitý pozitívny konštrukt príčinou a inokedy zas následkom adaptačného procesu. Do celkovej interakcie vstupuje aj *efekt kumulatívnosti*– každý jednotlivec môže využiť určité množstvo vonkajších zdrojov, má k dispozícii množstvo aktív (assets) a zároveň naňho pôsobí zvyčajne viac ako

jeden rizikový faktor. Málokedy pôsobí na jeden rizikový faktor práve jeden ochranný faktor resp. preventívne pôsobí jedno z aktív – naopak, viaceré sa kumulujú.

Oba efekty môžu byť príčinou nepresných výsledkov vo výskumoch koncipovaných v zmysle „závislá a nezávislá premenná“. Výskumné dizajny postavené na štúdiu interakcie jedného rizikového faktoru s jedným ochranným faktorom poskytujú len časť celkového procesu. Fergus a Zimmerman (2005) odporúčajú odborníkom zamerať sa na kumulované zdroje, aktíva a riziká v dlhodobom časovom horizonte. Takto navrhnuté výskumné dizajny umožnia odkryť a následne obohatiť oblasť výskumu reziliencie o mechanizmy a procesy, ktoré nie je možné zachytiť v prierezových výskumoch.

Práve sústredenie sa na rezilienciu, ako na následok, odpútava našu pozornosť od modelu zameraného na príčiny (resp. na črty, ktoré má mať rezilientný jednotlivec alebo spoločnosť) a orientuje výskumné iniciatívy na analýzu viacerých vrstiev tohto komplexného problému súčasne. Reich a kolegovia (2010) však neodporúčajú opustiť klasický model príčiny resp. črty, ale skôr ho začleniť do komplexnejšieho prístupu k sekvencii príčina-následok (Reich, Zautra a Hall 2010).

1.5 TYPY REZILIENCIE

V predchádzajúcej časti tejto kapitoly boli načrtnuté rôzne pohľady na rezilienciu a hlavné metodologické otázky a výzvy týkajúce sa tohto konštruktu. Pri skúmaní reziliencie ako pri každom inom psychologickom konštrukte je potrebné si vybrať rámec, podľa ktorého bude daný konštrukt meraný a vysvetľovaný.

Vzhľadom na ciele našej diplomovej práce sme si pre účely nášho výskumu, v ktorom sa chceme identifikovať zdroje a ochranné faktory vyplývajúce z členstva v prosociálne orientovanej komunite, vybrali metodiku CYRM (Ungar a Liebenberg 2009). Je výslednou metodikou z Medzinárodného výskumu reziliencie (International Resilience Project), ktorý prebiehal v 14 komunitách rôznych štátov, ktoré sa líšili svojím kultúrnym pozadím. Jedným z cieľov bolo identifikovať faktory, ktoré sú spoločné pre deti a mládež v rôznych kultúrach a vytvoriť metodiku, ktorá by ich umožňovala efektívne zachytiť.

Ungar (2008) poukazuje na nové vnímanie reziliencie, ktorá by bola viac kontextuálne a kultúrne ukotvená. Aj napriek snahám rozšíriť rezilienciu o kultúrne a komunitné faktory, stále prevažuje nazeranie na tieto faktory z pohľadu západného vedeckého diskurzu.

Pre lepšie pochopenie uvádzame definíciu reziliencie, ktorá implicitne nesie v sebe koncepty smerovania k zdraviu (*navigation*) a koncepty výsledkov vyjednávania-interakcie

(*negotiation*) medzi prostredím a jednotlivcom pri získavaní potrebných zdrojov (Ungar 2008; Šolcová 2009). Koncept navigácie hovorí nielen o schopnosti jednotlivca vyhľadávať zdroje, ale aj o možnosti komunity takéto hľadané zdroje ponúknuť. Podobne, aby mohol jednotlivec získať zdroje, je potrebné vyhľadávať vzťahy a zážitky, ktoré ich dokážu poskytnúť.

Pri koncepte vyjednávania (*negotiation*) je kladený dôraz na dohadovanie sa o tých zdrojoch, ktoré podporujú zdravie (*health-enhancing*). V každej kultúre môže byť koncept zdravia vnímaný inak, nakoľko každá kultúra má inak zakorenený zdravý biologický, psychologický a sociálny vývin. Ungar (2008) uvádza príklad so vzdelaním. Pre člena minoritnej kultúry nemusí byť vzdelanie, ako ho ponúka majoritná spoločnosť, zdrojom hodným vyjednávania. Výhody ako vyššie vzdelanie a dobré zamestnanie, vzhľadom na jestvujúce riziká (ohrozenie možnou chudobou a skúsenosti s rasovou diskrimináciou) súvisiace s marginalizáciou, nie sú želaným výsledkom, nakoľko mu neumožňujú nájsť si želané uplatnenie a finančné zabezpečenie. Preto si tento jednotlivec bude hľadať cestu, ako dosiahnuť pre neho výsledok, ktorý by bol viac v zhode s jeho pozíciou v spoločnosti a tiež taký, ktorý by lepšie vystihol jeho kontextovú a kultúrnu realitu. V tomto prípade nie je jednotlivec tým, kto vykazuje nízku úroveň reziliencie, ale samotná spoločnosť, ktorá nie je schopná poskytnúť zdroje šité na mieru (Mesárošová, 2013).

V svetle týchto poznatkov Ungar (2008) definuje rezilienciu nasledovne:

„V kontexte vystavenia sa výraznej nepriazni, či už psychologickej, enviromentálnej alebo obom, reziliencia je schopnosť jednotlivcov sa nasmerovať na zdravie podporujúce zdroje, vrátane možnosti zažiť pocity psychickej pohody, a tiež podmienky rodiny, spoločnosti a kultúry jednotlivca poskytnúť tieto zdroje a zážitky v danej kultúre zmysluplným spôsobom“ (Ungar, 2008, s. 255).

Uvedená rámcová definícia je v porovnaní s definíciami v úvode prvej kapitoly viac zameraná na interakciu a na dôležitosť nielen schopností jednotlivca si vybrať to najvhodnejšie pre seba z prostredia, ale aj na reálne možnosti, ktoré sú k dispozícii. Inak povedané, jednotlivec môže mať naozaj nízku úroveň svojich vnútorných zdrojov, no ak má schopnosť vyhľadať vzťahy, ktoré sú prínosné a žije v spoločenských a kultúrnych podmienkach, ktoré poskytujú zdroje na zlepšenie celkovej psychickej pohody (*well being*), je schopný prekonať aj nakumulované rizikové faktory. Záverom opäť zopakujeme, že pre každú komunitu môže byť rizikovým faktorom niečo iné.

Uvádzame prehľad 32 domén skúmania, ktoré boli relevantné pre každú zo 14 komunít. Mladí participanti v každej z komunít zdieľajú rovnaký súbor vlastností a

procesov spojených s rezilienciou a zároveň preukazujú jedinečné vzorce spôsobov smerovania (*navigation*) a interakcie (*negotiation*), ktoré sú pre nich kontextovo a kultúrne relevantné (Ungar, 2008).

Týchto 32 domén, stanovených vďaka Ungerovmu výskumu (2008), bolo identifikovaných prostredníctvom kvantitatívnych dát a konzultácií v daných komunitách. Rôzne vzorce správania vychádzajú na svetlo v porovnávaní jednotlivých rozhovorov s mladými participantmi. Kultúrna heterogenita sa prejavila v kvalitatívnej línii výskumu. Ich presné znenie uvádzame, lebo v rámci nášho výskumného projektu sa na ne bude klásť dôraz. Patria k nim :

Individuálny faktor reziliencie:

- | | |
|--|---|
| • Asertivita | • Rovnováha medzi |
| • Schopnosť riešiť problémy | závislosťou a nezávislosťou od druhých |
| • Sebaúčinnosť | • Vhodné užívanie alebo |
| • Schopnosť sa vysporiadať s neurčitou | abstinencia od návykových látok ako drogy a |
| • Schopnosť sebareflexie | alkohol |
| • Optimizmus | • Zmysel pre humor |
| • Empatia | • Zmysel pre povinnosť |
| • Prítomnosť cieľov a aspirácií | |

Vzťahový faktor reziliencie:

- Kvalita rodičovstva (je schopný naplniť potreby dieťaťa, rodina je emocionálne expresívna a rodičia vhodne kontrolujú dieťa)
- Sociálna kompetencia (jednotlivec vie ako konať v sociálnych interakciách)
- Prítomnosť pozitívneho mentora a vzorov
- Zmysluplné vzťahy s inými v škole a doma
- Vnímaná sociálna opora
- Prijatie od príslušníkov rovesníckych skupín

Faktor reziliencie na úrovni komunity/spoločnosti:

- Príležitosti pre vekovo vhodnú prácu
- Vyhybanie sa násiliu v rodine, v komunite a medzi rovesníkmi
- Vláda hrá rolu v zabezpečovaní ubytovania, bezpečnosti, rekreácie a zamestnania detí, keď budú staršie
- Komunita/spoločnosť je znášavivá voči rizikovému a problémovému správaniu
- Potreby bezpečia a istoty sú naplnené
- Vnímaná sociálna rovnosť
- Prístup do škôl a k vzdelaniu, k informáciám, k zdrojom vzdelania

Kultúrny faktor reziliencie

- Príslušnosť k náboženskej organizácii
- Mládež a ich rodiny sú navzájom tolerantní voči rôznym ideológiám a presvedčeniam (ako napríklad genderové role)
- Premiestnenie do inej kultúry a zmena (posun) v hodnotách je dobre zvládnutá
- Sebzdokonaľovanie (nie v ekonomickom zmysle, ale skôr ako vylepšovanie osoby a komunity)
- Životná filozofia
- Byť kultúrne zakorenený – vedieť odkiaľ pochádzam a byť súčasťou kultúrnej tradície, ktorá sa prejavuje v každodenných aktivitách

Pre prehľadnosť a vzhľadom na kvantitatívny a kvalitatívny výskum sú tieto faktory rozdelené na štyri základné skupiny. Faktorová analýza opäť ukázala, že jednotlivé aspekty štyroch faktorov sa líšia na základe príslušnosti ku komunite. Pre západnú mládež (dievčatá aj chlapcov) bolo rozdelenie jednotlivých aspektov rovnaké, kým rozdelenie

dievčat z nezápadných kultúr bolo iné a dokonca aj rozdelenie chlapcov z nezápadných kultúr sa líšilo na základe úrovne sociálnej kohézie v tej-ktorej komunite (Ungar, 2008).

Na základe týchto zistení odporúča Ungar (2008) nevyčleňovať individuálne, vzťahové, komunitné a kultúrne faktory reziliencie, ale skôr sledovať opakujúce sa témy. Príkladom môže byť vnímanie seba ako aktívneho činiteľa (*agency*) – pôvodne je zaradený v rámci individuálneho faktoru, no v rozhovoroch sa tento aspekt objavil aj v logickej spojitosti so vzťahmi napr. v schopnosti presvedčiť rodičov a pod. Opäť sa potvrdila dôležitosť kvalitatívnych dát.

V nasledujúcich podkapitolách bude kladený dôraz na jednotlivé aspekty zo štyroch faktorov, ktoré sa ukazujú ako relevantné pre náš výskumný návrh. Treba zdôrazniť, že rozdelenie je umelé, a že vzhľadom na efekty kumulovanosti a kaskády (Fergus, Zimmerman, 2005) sa môže viac aspektov spojiť, prípadne, ako už bolo spomínané, byť súčasťou viacerých faktorov.

1.5.1 INDIVIDUÁLNY FAKTOR REZILIENCIE

Z vyššie uvedených aspektov problematiky je vidieť, že zahŕňali rôzne osobnostné charakteristiky, ktoré dokážu jednotlivca nasmerovať k zdravému vývinu. Jednou z nich je schopnosť *sebareflexie*. Zelinová (2004) ju radí medzi zložky sebaregulácie, ktorá je dôležitá pre udržiavanie disciplíny v školách. Na jej rozvoj odporúča okrem kritiky dávať žiakom a študentom pozitívnu spätnú väzbu na ich talenty a schopnosti, aby získali reálny obraz o sebe a svojich možnostiach. Hauser a kolegovia (2006) menujú schopnosť sebareflexie ako jednu z troch hlavných charakteristík adolescentov, ktorí sa napriek rizikóvemu správaniu v mladosti stali plnohodnotnými rodičmi a členmi spoločnosti. Bola to práve sebareflexia, ktorá im pomohla vidieť súvislosti s minulosťou a vedieť si vybrať smer, ktorým sa pohnú vpred.

Podobne sa vyjadrujú k *sebaúčinnosti* – byť si vedomý vlastnej účinnosti (*self-efficacy*) znamená byť presvedčený o schopnosti uplatniť a zorganizovať také postupy správania, ktoré vedú k dosiahnutiu cieľa (Bandura, 1997, in Macek, 2008). Mladí pacienti vedeli, že sú „strojcovia vlastného osudu“ a často išli proti rozhodnutiam rodiny, terapeuta a personálu na oddelení, ktoré sa týkali ich budúcnosti po ukončení liečenia. Podobne, ako dospelí robili vedomé rozhodnutia o výchove svojich detí (Hauser, Allen, Golden 2006; Hauser, 1999). Sebaúčinnosť ako smerodajný aspekt reziliencie uvádzajú vo svojich zisteniach aj ďalší výskumníci (napr. Earvolino-Ramirez, 2007; Fergus, Zimmerman

2005). Ungar (2012) ju radí k siedmim faktorom letných táborov, ktoré podporujú rezilienciu u detí a mládeže. Dôvodom je vzniknutá vzdialenosť od rodiny, ktorá dieťa vedie k samostatnému rozhodovaniu a tiež buduje v ňom presvedčenie, že zvládne prípadné problémy .

Na záver len pripojíme túžbu a výzvu Hausera a kolegov (2006), ktorí by radi našli spôsoby, ako vybudovať vnútorné zdroje pomáhajúce deťom a mládeži formovať podporujúce vzťahy.

1.5.2 VZŤAHOVÝ FAKTOR REZILIENCIE

Aspekt, nachádzajúci sa vo viacerých faktoroch, je *vnímaná sociálna opora*. Achour a Mohd Nor (2014) v štúdiu venujúcej sa aktuálnej problematike rozšírených depresií na stredných školách v Malajzii skúmali vplyv sociálnej opory a reziliencie na životnú spokojnosť študentov. Výskum ukázal, že ako reziliencia, tak aj sociálna opora, významne a pozitívne súviseli so životnou spokojnosťou malajzských študentov. Autori však upozornili, že obe sú síce nevyhnutnou podmienkou, ale nie postačujúcou podmienkou pre životnú spokojnosť a vyzývajú na zakomponovanie aktuálnych zistení do stratégie ako zvýšiť spokojnosť študentov vo vzdelávacích inštitúciách (Achour, Mohd Nor, 2014).

Mastenová (2009) uvádza „kladnú vzťahovú väzbu s osobou poskytujúcou starostlivosť“ a „pozitívne vzťahy s inými starostlivými a kompetentnými dospelými osobami“ vo svojom zozname protektívnych faktorov. Autorka upozorňuje na všeobecnosť tohto zoznamu, nakoľko sú z neho vynechané rôzne detaily a tiež na spôsob, ako fungujú v rôznych vekových obdobiach, v odlišných situáciách a doménach fungovania. Napríklad, priateľstvo s prosociálnymi priateľmi je oveľa dôležitejšie pre adolescentov ako pre predškolákov (Masten 2009).

Aj Hauser (1999) v rozhovoroch v jeho vzorke adolescentov, liečených na psychiatrii, uvádza ako rozhodujúcu túžbu po vzťahoch a osobný význam, ktorí títo mladí prikladali vytvoreniu a udržaniu vzťahov. Osobný význam a jeho priradenie k udalostiam môže deti a mládež dostať z nepriaznivého do konštruktívneho prostredia a vzťahov.

1.5.3 FAKTOR REZILIENCIE NA ÚROVNI KOMUNITY RESP. SPOLOČNOSTI

Komunita resp. spoločnosť, kde deti a mládež vyrastajú, formuje ich schopnosti a obraz o sebe ako vnímajú samy seba (Kotrusová, 2009). Pozoruhodný opis komunity ponúka Peck

(1995). Podľa neho je to „skupina jednotlivcov, ktorí sa naučili spolu úprimne komunikovať a ich vzťahy sú hlbšie ako predstieraná vyrovnanosť; vytvorila sa u nich akási príznačná oddanosť spoločnej radosti a smútku a tešenie sa jeden z druhého a prijímanie stavu druhého za vlastné“ (Peck, 1995, s. 45). Sám autor považuje pravú komunitu za niečo, čo presahuje človeka, preto je tak ťažké ju definovať. Aj jednotlivé fázy jej vytvárania vidí ako korešpondujúce s fázami spirituálneho vývinu (Peck, 1995).

Haľamová (2001, s. 137) definuje zmysel pre komunitu ako „pocit, ktorý má jednotlivec o tom, čo patrí do skupiny, a ktorý obsahuje silu väzby, ktorú ľudia cítia k svojej komunite alebo skupine.“ Na tomto mieste treba zdôrazniť dva významy slova komunita. Prvý sa v odbornej literatúre používa vo význame celkovej spoločnosti v konkrétnom štáte alebo meste, resp. obci a druhý je zameraný skôr na konkrétne skupiny ľudí, ktorých spája spoločné presvedčenie alebo cieľ (porov. Reich, Zautra, Hall 2010).

V mladých študentoch je veľa potenciálu, ktorý sa dá využiť v budovaní lepšej spoločnosti. K lepšiemu angažovaniu sa v rámci spoločenského diania by prispelo aj sprístupnenie vzdelania a informácií všetkým mladým s touto túžbou a tiež zmysluplné prepojenie vzdelávania a praxe. Aby sa nemuseli deti a mladí pýtať „Na čo sa potrebujem toto naučiť?“ (Ungar, 2008; Fiske, 2002)

Fiske (2002) ponúkol konkrétnu platformu ako výsledok jeho výskumu na stredných školách v Amerike. Ukázalo sa, že sa študenti stredných škôl necítia byť zaangažovaní do diania vo svojich komunitách. „Učenie sa službou“ (*Service Learning*) zvyšuje podľa autora motiváciu študentov sa učiť a napredovať k tradičným akademickým cieľom. Zároveň zasahuje aj do širšej oblasti vzdelania a výchovy, akou je práve učenie sa občianstvu. Učiteľ, kým študenti vytvárajú plán a rozdeľujú si úlohy (učia sa byť lídrami), premýšľa, ako do tohto procesu zakomponovať poznatky z osnov (Fiske, 2002). Toto prepojenie má tri výhody – nové poznatky študentov, ktoré bolo možné hneď aplikovať v praxi, zaangažovanie mladých do diania v ich komunite a reálne zlepšenie podmienok života v konkrétnej komunite.

Muellerová (2010) ako terapeutka starajúca sa o voľnočasové aktivity rizikovej mládeže, vidí v komunitnom angažovaní rizikovej mládeže príležitosť, ako rozvinúť sociálne zručnosti a budovať sebahodnotenie. Súčasťou jej programu pre rizikovú mládež sa stalo *dobrovoľníctvo* vo forme venovania sa starým ľuďom. Autorka povzbudzuje k využívaniu prevencií a intervencií pri rizikovej mládeži, ktorá je smerovaná k pomoci druhým. Najdôležitejšie je, aby svojim dobrovoľníctvom mládež naplňala nejakú autentickú ľudskú potrebu (Brendtro, Ness, Nicolaou, 1983, in Mueller 2010).

Uvedomenie si, že moja pomoc je pre niekoho potrebná a následné využitie svojich talentov a zručností v službách druhých, je veľmi účinná prevencia proti „inštitucionálnej mentalite“ – závislosti od dospelých a od nimi ponúkaných služieb. Pri návrate ku klasickému výroku „Najlepší spôsob ako pomôcť sebe, je pomôcť druhým“ presúva riziková mládež zameranie z „dostávať“ na „dávať“ (Mueller, 2010).

Z uvedených príkladov vyplýva, že už od raného veku sa dá budovať vzťah ku komunite, začleniť deti a adolescentov do diania s pridanou hodnotou obohacovania osobnosti. Ako možno vidieť z úvah Muellerovej (2010) a Fiskeho (2002), táto situácia prináša želateľné výsledky pre obe strany.

1.5.4 KULTÚRNY FAKTOR

Táto podkapitola sa bude podrobnejšie zaoberať miestom náboženstva v prekonávaní ťažkostí. Do kultúrneho faktoru patria aj iné aspekty, no tie nevykazujú vyššiu relevanciu pre náš výskum. Téma náboženstva sa objavila ako jedna z kopingových stratégií u našich participantov.

Pargament (1997, in Pargament, Cummings, 2010) definuje náboženstvo ako hľadanie zmyslu v spojitosti s posvätnom. Posvätno v tomto zmysle zahŕňa predstavy Boha alebo inú vyššiu silu a tie aspekty života, ktoré majú vyššiu hodnotu, keď sa asociujú s nadprirodzeným.

Aký je rozdiel medzi jednotlivcami, ktorí využívajú náboženstvo vo svojich kopingových stratégiách a medzi tými, ktorí tak nespravajú? Pargament (1997, in Pargament, Cummings 2010) uvádza dva faktory v zhode s predstavou Ungara (2008) o kontextovej a kultúrnej charakteristike reziliencie. Po prvé, zohráva rolu miera, do akej je náboženstvo ako také prístupné pre jednotlivca. Po druhé, keď je splnená prvá podmienka, vplýva na zapojenie náboženstva do copingových stratégií stupeň, do akého je náboženstvo vnímané ako vhodné na riešenie konkrétnej udalosti. Jednoducho povedané, každá spoločnosť ponúka v nejakej miere náboženské princípy a praktiky, kým člen danej spoločnosti si vyberá, či sú pre neho relevantné alebo nie.

Pargament a Cummings (2010) opisujú tri východiská vo vzťahu reziliencia a náboženstvo:

- Nábožnosť môže prispieť k lepšej adjustácii, ktorá neskôr vedie k pozitívnej zmene od jadra osobnosti.

- Prítomnosť zdrojov vychádzajúcich z náboženstva v intervenciách, ktoré podporia individuálnu rezilienciu jednotlivca voči životným stresorom.
- Niektoré formy nábožnosti môžu skôr znovu vyvolať ako upokojiť efekty plynúce zo stresových udalostí.

Pergament a Park (1995, in Pargament, Cummings 2010) vo svojej prehľadovej štúdii dokladujú množstvom výskumov, že náboženstvo vyzýva k tomu, aby sme čelili problémovým situáciám. V mnohých prípadoch náboženstvo podporuje aj odmietanie existencie problému alebo pasivitu. Ale podľa autorov sú to skôr výnimky z pravidla. Naopak, nábožní ľudia prehodnotia svoju situáciu v znesiteľnejších duchovných pojmoch, tak, aby sa stala menej ohrozujúcou.

Pri zapojení náboženstva do riešenia nepriaznivých situácií záleží aj od prístupu daného človeka – iné následky bude mať copingová stratégia, kde sa veriaci bude spoliehať na Boha, že spraví zázrak v porovnaní s aktívnou spoluprácou s Bohom pri riešení daného problému (Yangarber-Hick, 2004; in Pargament, Cummings 2010).

Viera môže byť tiež jedným zo zdrojov vytvárania zmyslu - *meaning making*. Všeobecnejšie poňaté ako spiritualita, je základom vytvárania zmyslu pre mnohých ľudí a s tým úzko súvisí zdravie a prekonávanie závažných chorôb. Delgadová (2005) rozumie pod pojmom spiritualita hľadanie životného zmyslu a cieľa, prasiahnutie (transcendenciu) seba a pocit spojenia s inými ľuďmi. Spiritualita v tomto zmysle môže prinášať vnútorný pokoj a životnú spokojnosť. Lukasová (2009) nazýva naplnenie vnútorného zmyslu šťastím. Autorka poukazuje na fakt, že telesné a duševné blaho hrá pri hľadaní zmyslu druhoradú úlohu – ľudia sú pripravení sa zriekať pre zmysluplnú úlohu.

V modeli vytvárania zmyslu (*Meaning making model* in Park, 2013) sa nachádzajú dve úrovne zmyslu. Jedna je všeobecná (*global*), ktorá sa týka všeobecného orientačného systému – presvedčení, predpokladov a očakávaní od sveta a seba samých, vytyčujú ciele, ktorými je potom riadené správanie (Park 2013; Park, Folkman, 1997).

Druhá úroveň je situačná (*situational*), ktorá sa týka zmyslu konkrétnej záležitosti (Park, 2013). Jednotlivec sa rozhoduje o dôležitosti danej životnej udalosti a jeho schopnosti sa s ňou vysporiadať. Je to zvyčajne situácia, ktorá vytvára diskrepanciu medzi všeobecným videním zmyslu a tým situačným, t.j. aktuálna situácia nezapadá do všeobecného orientačného systému. Zvyčajne sa jednotlivec pokúša znížiť túto diskrepanciu a to rezultuje do vzniku distresu (Park, 2013).

Odtiaľto vedú dve cesty – buď nastane zmena zmyslu pripisovaná stresoru (prehodnotený zmysel) v procese asimilácie, alebo naopak, zmenia sa všeobecné

presvedčenia tak, aby sa prehodnotený zmysel stresoru viac hodil do všeobecných presvedčení a cieľov (Park, 2013).

Parková (2013), vo svojej prehľadovej štúdii týkajúcej sa modelu vytvárania zmyslu poukazuje na to, že všetky tri aspekty všeobecného zmyslu (presvedčenia, ciele a subjektívny pocit zmyslu) súvisia so všeobecnými činiteľmi zdravia a psychickej pohody. Ako bolo spomínané vyššie, majú významný vplyv na zvládanie závažných ochorení a autorka odporúča sledovať zmenu vytvárania všeobecného aj situačného zmyslu u pacientov pred alebo tesne po oznámení vážnej diagnózy. Takisto neobchádza negatívne náboženské významy, ktoré môžu mať vysoko nepriaznivé účinky na zdravie. Preto aj spiritualita ako osobitný konštrukt potenciálne súvisiaci so zmyslom vyžaduje do budúcnosti hlbšie preskúmanie (Park, 2013).

Obsah kapitoly ponúkol stručný prierez teoretickými koncepciami reziliencie, ako aj jej aplikáciami v rôznych oblastiach života. Utvára východisko pre identifikáciu významných zdrojov a ochranných faktorov vo výpovediach participantov.

2. PROSOCIÁLNE SPRÁVANIE A DOBROVOĽNÍCTVO

Obsahom tejto kapitoly bude vysvetlenie mechanizmov prosociálneho správania. Je to problematika, ktorá je študovaná približne štyri dekády, čiže relatívne krátke obdobie. Poznatky sú zároveň značne fragmentované, nakoľko prosociálne správanie je komplikovaný jav (Mlčák 2013). Táto téma je dôležitá najmä z hľadiska motivácie našich participantov zapojiť sa do komunity, ktorej základnou funkciou je pomoc bez finančnej odmeny. Prosociálne správanie je v kapitolách učebníc sociálnej psychológie (napr. Výrost a Slaměník 2008; Hewstone a Stroebe 2006) definované na všeobecnej rovine, my sa ho budeme snažiť prepojiť na dobrovoľníctvo ako určitú formu občianskej angažovanosti.

2.1 DEFINÍCIA PROSOCIÁLNEHO SPRÁVANIA

Definovať prosociálne správanie nemusí byť vždy jednoduché. Podľa Hubera (2004) možno akt správania považovať za prosociálny, ak prináša zisk príjemcovi, ale aktér nemá z neho zjavné výhody. Slovné spojenie prosociálne správanie sa často objavuje v spojitosti s pojmom *altruizmus*. V rámci odbornej obce vládne nejednotnosť v jasnom vymedzení oboch pojmov. Jedni ich považujú za synonymické, iní za významovo odlišné (Janoušek a Slaměník 2008).

Janoušek a Slaměník (2008) vidia významový rozdiel najmä v nezištnosti pomoci. Kým prosociálne správanie je akýkoľvek akt správania, vykonaný v prospech druhého človeka alebo skupiny, jeho cieľom je priniesť úžitok iným, naproti tomu je altruizmus viac zameraný na nezištnosť. Pomáhajúci neočakáva odmenu ani sociálny súhlas, taktiež neočakáva opätovanie a nezvažuje prípadné náklady. Podľa niektorých autorov je nutne spojený so sebaobetovaním. Za zmienku stojí aj názor, že prosociálne správanie je vzorec správania a altruizmus je motivácia. V odbornej literatúre sa objavuje aj pojem „čistý altruizmus“, kde jedinec poskytuje pomoc bez ohľadu na vlastný prospech, pretože je v súlade s jeho vlastnou hodnotovou orientáciou (Janoušek a Slaměník 2008).

Bierhoff (2006) vysvetľuje vzťah medzi pomáháním, prosociálnym správaním a altruizmom nasledovne – *pomáhanie* zahŕňa všetky formy sociálnej opory (platenej aj neplatenej) v bežných aj mimoriadnych situáciách, ktorá môže byť zameraná na rôznorodé objekty. Na rozdiel od pomáhania, *prosociálne správanie* sa vzťahuje na slobodne zvolenú ľudskú činnosť, ktorej cieľom je zlepšiť situáciu druhej osoby. Autor zdôrazňuje, že poskytovateľ pomoci nie je motivovaný profesionálnym záväzkom a príjmom pomoci nie je priamo organizácia. Môže byť motivované altruisticky, egoisticky alebo kombináciou oboch.

Napokon, altruizmus je typ prosociálneho správania, kedy jednotlivец koná niečo v prospech druhej osoby, bez toho, aby očakával odmenu z vonkajších zdrojov. Dôležitú rolu zohráva prijatie perspektívy druhého a empatia.

Mlčák (2013) vo svojej publikácii venujúcej sa osobnosti dobrovoľníkov uvádza príklady pre jednotlivé pojmy. Správanie psychológa, ktorý poskytuje svojmu klientovi krízovú intervenciu, sa podľa definície dá nazvať pomáhajúcim. Príkladom prosociálneho správania môže byť finančná pôžička priateľovi, od ktorého očakávame jej vrátenie, a altruistické správanie je, napr. anonymný večný (bez nároku na vrátenie) dar neznámemu človeku v núdzi.

2.1.1 TEÓRIE VYSVETLJÚCE PROSOCIÁLNE SPRÁVANIE

Rovnako, ako je veľa rôznych názorov na základnú definíciu prosociálneho správania a altruizmu, aj pri hľadaní odpovede na otázku, *prečo* sa ľudia správajú prosociálne, nájdeme odlišné stanoviská. Ako najčastejšie príčiny sa uvádzajú vplyv prostredia a výchova k prosociálnemu správaniu. Nasledujúce teórie nevysvetľujú však úplne fenomén prosociálneho správania, ale navzájom sa doplňujú.. Janoušek a Slaměník (2008) ponúkajú tri teórie, ktoré vysvetľujú prosociálne správanie, k nim pridávame ešte jednu teóriu relevantnú pre našu problematiku, ktoré uvádza Mlčák a Záškodná (2013):

Teória sociálnej výmeny. Táto teória vychádza z predpokladu, že v sociálnej interakcii ľudia zvažujú na základe vynaloženého úsilia a predpokladaného zisku, či pomoc poskytnú alebo nie. Odmena nemusí byť hmotná, môže to byť aj uspokojenie, príjemný pocit z vykonaného dobrého skutku. S tvrdením sa ponúka otázka, či sa jedinec bude vyhýbať poskytovaniu pomoci v prípade, že po nej nasleduje trest, a nie odmena. Zlá skúsenosť môže byť dôvodom váhania pri poskytovaní pomoci v budúcnosti, vedie k starostlivému prehodnoteniu „nákladov a ziskov,“ no nemusí úplne utlmiť pripravenosť k prosociálnemu správaniu. Z toho vyplýva, že ak sú náklady vyššie ako potenciálny zisk, je to nevýhodná situácia pre daného jedinca a zvyčajne nepodnikne žiadne kroky, smerujúce k pomoci. Do úvahy prichádzajú náklady spojené s pomocou (množstvo energie, času, prekážky, potenciálne poškodenie organizmu), náklady pri neposkytnutí pomoci (sebaobviňovanie, kritika od iných), odmena spojená s pomocou (sebaocenenie, ocenenie od človeka, ktorému bola poskytnutá pomoc, ocenenie od iných) a napokon, odmena pri neposkytnutí pomoci (prospech z vlastnej práve prebiehajúcej činnosti). Zvláštnym typom princípu „náklady - zisk“

je túžba získať ocenenie a uznanie od iných. Za účelom zisku uznania od iných môžu niektorí jedinci mať túžbu vykonávať okázalé (verejne viditeľné) dobré skutky.

Teória sociálnych noriem. Norma predstavuje predpísané správanie očakávané spoločnosťou (Janoušek a Slaměník 2008, s. 288). Ak dôjde k zvnútorneniu normy, stáva sa morálnym princípom, ktorý sa uplatňuje a usmerňuje správanie. Počas socializácie si osvojujeme množstvo noriem, pričom ich dodržanie je spojené so sociálnym súhlasom a nedodržiavanie so sociálnym nesúhlasom až trestom (pri extrémne antisociálnom správaní). Pri dodržovaní noriem, ktoré sú hlboko zvnútornené je správanie z nich plynúce sprevádzané pozitívnymi emóciami, zvyšujúcim sa sebaocenením a sebauspokojením. Pri nedodržaní môžu vzniknúť negatívne emócie, negatívny sebaobraz a sebaobviňovanie. Mnohí ľudia si osvoja normy na takej úrovni, že sa stávajú základom motivačnej štruktúry a za konkrétnych podmienok sa podieľajú na riadení spoločensky požadovaného správania. Väčšina ľudí má však niektoré normy zvnútornené len na úrovni, „čo sa patrí a čo nie“ (čiže nie na úrovni morálnej zásady), a teda pri ich porušení sa u nich neobjavujú negatívne pocity. Vzťah sociálny súhlas – pozitívne emócie, sociálny nesúhlas – negatívne emócie nie je lineárny a moderátorom je práve úroveň zvnútornenia.

Janoušek a Slaměník uvádzajú dve najčastejšie normy súvisiace s prosociálnym správaním. Prvou je *norma reciprocity*. Funguje na princípe „Ty pomôžeš mne, ja pomôžem tebe.“ Platí to aj opačne – nebudem pomáhať človeku, ktorý mi poškodil. Môžeme ju sledovať v rôznych vzťahoch od pracovných, cez rodinné a priateľské až po vzťahy v mafiánskych gangoch. Môže byť dočasne narušená, no neskôr sa očakáva vyrovnanie vzťahu dávania a prijímania. Druhou je *norma sociálnej zodpovednosti* a týka sa poskytnutia pomoci bez očakávania, že bude opätovaná. Takáto situácia vzniká na základe odkázanosti osôb, ktoré danú pomoc potrebujú. Základným faktorom poskytnutia alebo neposkytnutia pomoci je posúdenie príčiny, kvôli ktorej sa objekt pomoci do tejto situácie dostal. Inak budeme posudzovať jedinca, ktorý sa do nepriaznivej situácie dostal vlastným zavinením alebo nedbanlivosťou a inak jedinca, ktorý sa stal obeťou živeľnej pohromy, nešťastnej náhody a pod.

Teória empatie. Výsledkom empatie je veľmi blízke, skoro až identické prežívanie situácie s iným človekom. Zákonite má však aj kognitívny základ, nakoľko keď sa dokážem prispôbiť niekoho prežívaniu, som schopný rozpoznať toto prežívanie a podniknúť kroky k redukcii negatívneho prežívania. Paradoxné je, že táto redukcia obsahuje rovnako prosociálne pohnútky k činu, ako aj egoistické. Je tomu tak preto, že empatické osoby majú okrem podobného emocionálneho prežívania aj podobný fyziologický stav. V prípade, že je

daný empatický jedinec schopný zlepšiť negatívny psychický stav človeka v núdzi (charakterizovaný úzkosťou, bolesťou, strachom, nešťastím a pod.), zlepši si zároveň aj svoj psychický stav a fyziologickú aktiváciu (Janoušek a Slaměník 2008).

Teória prosociálnej osobnosti. V súvislosti s existenciou prosociálnej, resp. altruistickej osobnosti, prevláda skepsa, nakoľko poskytovanie pomoci je závislé skôr na situačných faktoroch ako na osobnostných dispozíciách (Ross a Nisbett 1991 Podľa Mlčák a Záškodná 2013). Avšak, rozličné štúdie, či už idiografické alebo nomotetické, preukázali možnosť stability prosociálneho správania v mnohých rôznych situáciách počas veľmi dlhého obdobia (napr. Oliner a Oliner 1988; Bierhoff 2006; Omoto a Snyder 1995).

Medzi štúdie s idiografickým zameraním patrí už klasický výskum Olinerovcov (1988), ktorí sa retrospektívne zamerali na štúdium židovského obyvateľstva na území nacistického Nemecka v čase druhej svetovej vojny. V porovnaní s kontrolným súborom sa záchrancovia štatisticky významne líšili vyšším počtom priateľských kontaktov so židovským obyvateľstvom, vyššou mierou rodičovskej podpory a vyššou mierou zapojenia sa do skupín odporu. Z retrospektívnych rozhovorov vyberáme nasledovné zistenia: v experimentálnej skupine bola zistená vyššia úroveň osobnej a sociálnej zodpovednosti, vyššia miera rešpektu k etickým princípom a nižšie miera egocentrizmu. Taktiež vykazovali vyššiu mieru empatie, vyššiu mieru self-efficacy a zodpovednosti za vlastné činy a za vyrovnanosť iných ľudí. V tejto súvislosti zaviedli pojem *extenzivita*, t.j. prežívanie väčších obáv o iných, od nich odlišných ľudí (Oliner a Oliner 1988).

Štúdia ukázala aj významné rozdiely medzi rodičmi záchrancov – boli viac dobrosrdeční, menej využívali vo výchove fyzické tresty a viac dohováranie a vysvetľovanie. Čo je, podľa nás, pozoruhodné, rodičia záchrancov, podľa ich slov, boli pre nich morálne vzory, s ktorými sa viac dokázali identifikovať. Príklad rodičov, ktorých chceli nasledovať, teda zohrával významnú úlohu (Oliner a Oliner 1988).

Bierhoff (2006) navrhol jednotiaci *model prosociálnej osobnosti*. Má tri základné komponenty:

- Prosociálna motivácia.
- Prosociálne rysy osobnosti, (v zmysle sociálnej zodpovednosti), vnútorné miesto kontroly (*inner locus of control*) a empatiu
- Predstava spravodlivého sveta, teda zovšeobecnená predstava, že ľudia dostanú len to, čo si zaslúžia.

K podobným záverom prišiel Penner a Fritzsche (1993 Podľa Mlčák a Záškodná 2013). Vo svojej nomotetickej štúdii zistili súvislosť empatie orientovanej na druhých s pocitom zodpovednosti, záujmom o prosperitu ostatných a s ochotou pomáhať. Empatia orientovaná na druhých koreluje s termínom extenzivita, ktorý používali Olinerovci (1988). Ľudia s touto vlastnosťou pomáhajú viac, prejavujú väčší súcit a záujem o ~~druhých~~ jedincov v núdzi. Teória prosociálnej osobnosti je najviac skúmaná na dobrovoľníkoch. Jedným z faktorov stability dobrovoľníckej činnosti môže byť práve prítomnosť dispozícií, ktoré tvoria prosociálnu osobnosť. My sme stručne uviedli len súhrn niektorých zistení. Odborníci sa však nevedia zhodnúť na jednotnom súbore osobnostných atribútov.

2.2 DOBROVOĽNÍCTVO

Vo svojej podstate je dobrovoľníctvo neoddeliteľnou súčasťou ľudskej spoločnosti. Vyjadruje hlbokú zodpovednosť človeka za seba, za ostatných a za svet ako celok. Snaha pomáhať, byť solidárny alebo inak budovať sociálnu kohéziu je prítomná od vzniku civilizácie Haski-Leventhalová (2009 Podľa Mlčák 2010). Počiatky vedeckého bádania v tejto oblasti sa datujú do polovice 19. storočia, keď Comte zaviedol pojem altruizmu, ktorému sme sa obšírnejšie venovali v predchádzajúcej podkapitole (Mlčák 2010; Mlčák a Záškodná 2013).

Definície dobrovoľníctva sa rôznia v závislosti od uhla pohľadu, ktorý zvolí daný autor. Pojem dobrovoľníctva (ang. *volunteering*) má svoje korene v latinskom „voluns“, čo znamená voľba, alebo je odvodený zo slova „velle“, čo sa dá preložiť ako „chcenie“. Etymológia ukazuje, že jadrom dobrovoľníctva je slobodná voľba pomôcť.

Z množstva definícií vyberáme systematické ponímanie L. A. Pennera (2002), ktorý zdôrazňuje štyri základné atribúty: *dlhodobosť, plánovitosť, nepovinnú pomoc a organizačný kontext*. Zakomponovaním všetkých štyroch atribútov definuje Penner (2002) dobrovoľníctvo ako „pomáhajúce konanie jedinca, ku ktorému nie je donútený inými a je pre neho hodnotné, i keď nie je zamerané na materiálny zisk“ (Penner 2002, s. 448).

Autor sa vo svojej prehľadovej štúdii venuje predovšetkým dlhodobosti a organizačnému kontextu dobrovoľníctva. V prípade dlhodobosti, uvádza osobnostné dispozície ako určujúce pri vytrvaní v konkrétnom správaní.

Iný pohľad na problematiku dlhodobého a príležitostného dobrovoľníctva spočíva v posune od klasického modelu k novému, resp. postmodernému, modelu dobrovoľníctva. Klasický model spočíval v dlhodobom angažovaní sa, v dôraze na kultúrnu identitu, v tradičných

kultúrnych normách, v potrebe organizácie a štruktúry. Častou podmienkou, keď chcel jedinec byť súčasťou komunity bola taktiež povinnosť byť jednostranne a altruisticky zaangažovaným. Postmoderné poňatie dobrovoľníctva je, podľa Hustinx, charakteristické nepravidelnosťou, krátkodobosťou osobných záujmov, vnímaním biografickej podobnosti (Hustinx 2001 podľa Mlčák a Záškodná 2013). V novšom článku Hustinx (Hustinx a Lammertyn 2003) upravuje svoje vnímanie. Miesto jednoduchého prechodu od klasického k postmodernému modelu dobrovoľníctva, pričom každý dobrovoľník si môže vybrať, ktoré prvky sú mu bližšie. Dobrovoľník sa následne môže zaradiť v rámci línie, ktorá vzniká medzi klasickým a postmoderným chápaním dobrovoľníckej práce. (Hustinx a Lammertyn 2003). Podobne, dôležitosť organizačného rámca primäla Pennera (2002) podrobnejšie sa zaoberať premennými na úrovni organizácií. Zdôrazňuje, že ani organizačné a ani osobnostné premenné komplexne nevysvetlia, prečo sa konkrétni jedinci rozhodli pre dobrovoľníctvo. Taktiež, oba typy premenných sa navzájom ovplyvňujú a sú v interakcii, čím majú dosah na dobrovoľníctvo. Ich rozdelenie je umelé s cieľom lepšieho pochopenia. Nakoľko sme sa už venovali osobnostným dispozíciám, v nasledujúcej kapitole sa budeme podrobnejšie venovať organizačnému rámcu.

2.2.1 DOBROVOENÍCTVO A SOCIALIZÁCIA

Ako sme spomínali vyššie, jedným z faktorov je aj príklad rodičov. Dobrovoľníkmi sa častejšie stávajú ľudia, ktorých rodičia majú skúsenosti s dobrovoľníckymi aktivitami. Zvyk dobrovoľníctva sa často prenáša z generácie na generáciu, pričom treba uviesť, že matky sú účinnejšími sociálnymi vzormi než otcovia (Wilson 2000; Wilson a Musick 2008).

Možné vysvetlenie poskytuje štúdia Capraru a Stecovej (2007), ktorí replikovali výskum na veľkej talianskej vzorke rozdelenej na šesť vekových kategórií, aby zistili či bude mať presvedčenie o sebaúčinnosti (týkajúcej sa činnosti súvisiacich s prosociálnym správaním) a sebaapresahujúce hodnoty (univerzalizmus a benevolencia) vplyv na podporu prosociálneho správania. Tento vplyv sa potvrdil u žien, no len čiastočne u mužov (štatistické spracovanie ukázalo nízku významnosť v mužskej vzorke). Autori pripisujú tento rozdiel rozdielnej socializácii mužov a žien v talianskej spoločnosti – starostlivosť o pohodu druhých hrá významnú rolu v podporovaní presvedčenia o sebaúčinnosti u žien, zatiaľ čo u mužov sú zdôrazňované iné skúsenosti počas socializácie, iné očakávania spojené s rodovou rolou a taktiež iné konkurujúce hodnoty. To mohlo u mužov znížiť významnosť transcendentálnych

hodnôt (Caprara a Steca 2007). Otázne je, či by sa tieto zistenia potvrdili na iných populáciách, čiastočne však objasňujú dôležitosť matky ako modelu pre prosociálne správanie.

Odpoveď na otázku, prečo to tak je, nám ponúkajú dve nasledujúce teórie (podľa Wilson a Musick 2008):

Teória socializácie. Táto teória predpokladá, že dobrovoľnícka rola bola jedincovi vštepovaná v priebehu socializácie prostredníctvom rodičov, ktorí svojim deťom sprostredkovali hodnoty späté s dobrovoľníctvom: súciti, sociálnu spravodlivosť a pod. –Ako je uvedené vyššie, význam má aj výchovný štýl rodičov a vyššia rodičovská opora. Mimoriadne pozitívny vplyv má vrelosť, pochvala a povzbudzovanie. Teória sa uplatňuje napr. pri rozvoji širšej komunity.

Teória modelovania role. Ústrednou myšlienkou tejto teórie je dôležitosť pozorovania rodičov deťmi pri dobrovoľníckej činnosti. Rodičia totiž predstavujú relevantné vzory očakávaného správania, ktoré deti zvyknú napodobňovať a neskôr sa s ním identifikovať. Teória sa uplatňuje napr. pri dobrovoľníctve, ktoré je zamerané výhradne na podporu vlastných členov skupiny.

V oboch prípadoch je vysoká pravdepodobnosť, že deti rodičov, ktorí majú skúsenosť s dobrovoľníckou činnosťou zostanú v rovnakej alebo aspoň v podobnej organizačnej štruktúre ako ich rodičia. Ak nie, obvykle nadobudnú k dobrovoľníctvu kladný vzťah. Mlčák (2010) opisuje krivku dobrovoľníctva ako klesajúcu pri prechode z adolescencie do ranej dospelosti, následne sa zvyšuje až do svojho vrcholu v strednom veku.

2.2.2 DLHODOBÉ MODELY DOBROVOĽNÍCTVA

Vzhľadom na dôraz, ktorý kladieme v našej diplomovej práci na motiváciu k dlhodobému dobrovoľníctvu, je potrebné si vybrať rámec, resp. model, podľa ktorého budeme pristupovať k tejto problematike. Z množstva modelov (Omoto a Snyder 1995; Clary, Snyder et al. 1998; Grube a Piliavin 2000; Penner 2002) si pre naše potreby vyberáme modely Pennera (2002) a Claryho a kolegov (1998), ktorým sa budeme venovať podrobnejšie.

Konceptuálny model príčin dlhodobého dobrovoľníctva. Penner (2002) vo svojej teórii kombinuje procesuálny model (Omoto a Snyder 1995) a model rolovej identity (Grube a Piliavin 2000). Ako bolo opísané vyššie, dobrovoľníctvo významne ovplyvňuje interakcia dispozičných a organizačných parametrov. Dispozičné parametre sú o.i. osobnostné rysy, hodnoty, postoje a motívy. Podľa autora, je rozhodnutie stať sa dobrovoľníkom silnejšie

ovplyvnené dispozičnými faktormi ako organizačnými, i keď nevylučuje ani situačné faktory (napr. organizačné vzťahy a praktiky). Organizačné parametre sa týkajú predovšetkým prežívania toho, ako sa k dobrovoľníkovi správa organizácia a samotná reputácia organizácie (sem patrí aj personálna stratégia).

Tento model sleduje časovú líniu začínajúcu rozhodnutím stať sa dobrovoľníkom. Do tohto procesu významne vstupuje sociálny tlak, vyvíjaný na dobrovoľníka blízkymi ľuďmi, ktorý sa vzťahuje k jeho vnímaniu vlastného rozhodnutia. Ak nakoniec rozhodnutie definitívne zrealizuje, vybuduje si rolu dobrovoľníka. Postupne sa s ňou stotožní, resp. prevezme rolu dobrovoľníka v konkrétnej organizácii a tu sa otvára cesta k dlhodobému dobrovoľníctvu.

Funkcionálny prístup k dobrovoľníctvu. V tomto modeli ide o identifikáciu motívov, resp. funkcií (odtiaľ názov modelu), ktoré vedú jedincov k dobrovoľníckym aktivitám. Užitočnú teóriu vypracovali Clary a jeho kolegovia (1998). Ich model vychádza z premisy, že dobrovoľníci uspokojujú určitý komplex pre nich významných motívov. Platí, že rovnaká dobrovoľnícka aktivita môže byť podložená inými motívmi a, naopak, rozdielne aktivity podobnými motívmi. Podľa autorov, sa motívy vzťahujú k nasledujúcim šiestim kategóriám. Patria k nim:

- *Hodnoty.* Dobrovoľníctvo poskytuje rámec, v ktorom človek môže vyjadriť hodnoty súvisiace s prosociálnym alebo altruistickým záujmom o druhých.
- *Porozumenie.* V tomto prípade dobrovoľníctvo figuruje ako možnosť sa naučiť niečo nové a rozvíjať špecifické schopnosti a zručnosti.
- *Sociálne funkcie.* Dobrovoľníctvo odráža aj motiváciu zameranú na vzťahy – umožňuje byť s inými ľuďmi, vytvárať a upevňovať s nimi väzby a angažovať sa spolu v obľúbených aktivitách.
- *Kariéra.* Dobrovoľníctvo slúži ako prostriedok k zlepšeniu možností budúceho povolania a k rozvoju zručností potrebných na rozvoj pracovnej kariéry.
- *Protektívne funkcie.* Dobrovoľníctvo funguje ako ochrana ega, ako únik pred negatívnymi pocitmi alebo vedie k zníženiu viny, že dobrovoľník má viac šťastia ako ľudia, ktorým pomáha.
- *Posilnenie.* Posledná funkcia sa týka pohľadu na dobrovoľníctvo ako prostriedok osobného rozvoja, získania sebaúcty, k dosiahnutiu pocitov osobnej dôležitosti.

Z uvedených motívov vyplýva, že nielen altruistické motívy zohrávajú rolu v dlhodobom dobrovoľníctve. Bierhoff (2001) Podľa Mlčák (2010) dokonca poznamenáva, že altruistické

motívy sú dôležité pri formovaní primárnej motivácie, no v prípade dlhodobejšej zaangažovanosti sú relevantnejšie egoistické motívy.

Okrem užitočného vplyvu dobrovoľníctva na spoločnosť a konkrétne komunity, sa sekundárne objavujú aj pozitívne následky pre jednotlivcov. Majú skôr pôvodne nezamýšľaný a neplánovaný charakter. Systematicky sa ich pokúsili identifikovať Wilson a Musick (1999) a ako výsledok uvádzajú týchto 5 oblastí:

- Dobrovoľníctvo prispieva k rozvoju občianskej spoločnosti.
- Dobrovoľníctvo pomáha redukovať antisociálne správanie.
- Dobrovoľníctvo u dobrovoľníkov pomáha udržať fyzické zdravie.
- Dobrovoľníctvo má pozitívny vplyv na psychické zdravie.
- Dobrovoľníctvo zvyšuje šancu na profesijný úspech.

Z uvedeného vyplýva, že dobrovoľníctvo môže pozitívne pôsobiť na rôzne oblasti života. Pre našu diplomovú prácu je významný príspevok k zníženiu antisociálneho správania, nakoľko vo vhodne navrhnutých dobrovoľníckych aktivitách sa dobrovoľníci učia prosociálnym hodnotám, ktoré zas normatívne obmedzujú antisociálne formy správania. Toto obmedzenie je podrobené neformálnemu dohľadu a kontrole. Úspešný príklad sme uvádzali v predchádzajúcej kapitole (Mueller 2010). Príspevkom Wilsona a Musicka (1999) sa do istej miery potvrdila vzájomná interakcia dobrovoľníctva a reziliencie. Čo je podľa nás pozoruhodné, na základe zistení týchto autorov je kvalita dobrovoľníctva dôležitejšia ako kvantita. Tiež je dôležité rozlišovať medzi členstvom v dobrovoľníckej organizácii a reálnou dobrovoľníckou činnosťou (Wilson a Musick 2008).

Záverom by sme chceli poukázať na nepriamu súvislosť všetkých oblastí na životnú spokojnosť. Vplyv jednotlivých oblastí musí byť podrobnejšie preskúmaný a nie je lineárny. Do všetkých uvedených oblastí vstupuje množstvo faktorov. Možno však konštatovať, že príspevok dobrovoľníctva vedie k fyzickému a psychickému zdraviu, k zlepšeniu podmienok zamestnať sa, k možnosti rozvíjať svoju komunitu a obmedzovať antisociálne správanie a môže tak významne vplývať na pozitívne hodnotenie a zlepšenie životnej situácie.

3. ŽIVOTNÁ SPOKOJNOSŤ

3.1 KVALITA ŽIVOTA

Štúdium kvality života je v posledných dekádach zamerané na hľadanie a identifikovanie faktorov prispievajúcich k dobrému a zmysluplnému životu a pocitu ľudského šťastia. Pre výskumníkov je tiež zaujímavá interakcia a vzájomné vzťahy medzi týmito faktormi (Hnilicová, 2005). Napriek vysokému počtu monografií a štúdií, ktoré sa venujú problematike kvality života, nebol prijatý jednotný koncept vysvetľujúci tento pojem (Švehlíková, Heretik ml., 2008).

Kvalita života je medziodborový konštrukt (Hnilicová, 2005; Švehlíková, Heretik ml., 2008). Kováč (2004, in Švehlíková, Heretik ml., 2008) na základe voľnej etymologickej interpretácie latinského slova *qualis* (aký?) ponúka možnosť nazerať na kvalitu života, ako na určenie odlišností života jednotlivca v porovnaní s inými jednotlivcami. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) ponúka definíciu kvality života ako toho, “ako človek vníma svoju pozíciu v živote v kontexte svojej kultúry a hodnotového systému, pričom sa prihliada k jeho cieľom, očakávaniam a normám” (WHOQOL Grou, 1995; in Slezáčková 2012, s. 23).

Každá z relevantných vedných disciplín nahliada na človeka z iného pohľadu a v iných súvislostiach, čo spôsobuje komplikácie pri úsilí jednoznačne vymedziť tento pojem a pri riešení metodologických otázok. Švehlíková a Heretik, ml. (2008) vyberajú z množstva vedných odborov psychológiu, sociológiu a medicínu ako tri rámce, podľa ktorých je možné roztriediť definície kvality života. Psychologickému rámcovaniu sa budeme venovať podrobnejšie, nakoľko je základom pre náš výskum.

Problematiku kvality života je možné vnímať cez tradičnú dichotómiu objektívnosť verus subjektívnosť. Džuka (2004) definuje objektívne premenné ako tie, ktoré môžu byť pozorované viacerými ľuďmi a dá sa odhadnúť ich frekvencia alebo kvantita. Subjektívne premenné majú viac vnútorný charakter. Predstavujú prežívanie konkrétnej osoby a sú určené ako stupeň pocitu šťastia alebo spokojnosti.

3.2 SUBJEKTÍVNA POHODA

Psychológovia prispôsobili konštrukt kvality života tak, že kládli dôraz na jeho subjektívny aspekt a vytvorili originálny psychologický koncept subjective well-being. Je ťažké nájsť preň vhodný slovenský ekvivalent. Inšpiráciou nám bola prehľadová štúdia Kebzu a Šolcovej (2003), kde je tento pojem preložený ako subjektívna (osobná) pohoda. V nasledujúcom texte ho budeme používať tak, ako to odporučili vyššie uvedení autori.

Myers a Diener (1995) považujú za zložky subjektívnej osobnej pohody relatívnu prítomnosť pozitívnych emócií, neprítomnosť negatívnych emócií a spokojnosť so životom. Všetky tri faktory navzájom korelujú, zároveň však figurujú samostatne, ako osobitné skupiny premenných. Uvedení autori poukazujú na zistenie, že negatívne a pozitívne emócie nie sú dva konce jedného kontinua. Pozitívna osobná pohoda nie je spôsobená len neprítomnosťou negatívnych emócií (Myers, Diener, 1995). V novších publikáciách venovaných subjektívnej osobnej pohode Diener a Biswas-Diener (2008) dopĺňajú do svojej teórie aj pojem *flourishing*. Slezáčková (2012) ponúka opisný preklad tohto pojmu ako všestranné optimálne prosperovanie osobnosti a definuje ho ako zhodnotenie spokojnosti v dôležitých oblastiach života.

Podľa Ryffovej a spolupracovníkov (Ryff, Keyes, 1995; Ryff, Singer, 2002; Slezáčková, 2012; Kebza, Šolcová 2003) je štruktúra subjektívnej osobnej pohody zložená zo šiestich komponentov. Patria k nim:

- Sebaaprijatie (pozitívny postoj k sebe, poznanie seba samého, prijatie svojich dobrých aj zlých stránok, vyrovnanie sa s minulosťou).
- Osobný rozvoj (pocit nepretržitého rastu a rozvoja, otvorenosť novým skúsenostiam, realizácia vlastného potenciálu, schopnosť vidieť na sebe zmeny k lepšiemu).
- Zmysel života (pocit zmysluplnosti súčasného aj uplynulého života, schopnosť klásť si životné ciele, uvažovať o zmysle a účele života).
- Zvládanie prostredia (pocit kompetencie a zvládnuteľnosti svojho prostredia, prehľad o okolitom dianí, efektívne využívanie príležitostí, schopnosť zvoliť si a vytvoriť si prostredie, vhodné pre uspokojenie svojich potrieb a dosahovanie svojich hodnôt).
- Autonómia (nezávislosť a sebaurčenie v zmysle self-efficacy, schopnosť odolávať sociálnym tlakom a zachovať si svoj spôsob myslenia a konania, nezávislosť na posudzovaní druhými).
- Pozitívne vzťahy s druhými (srdečné, uspokojujúce a dôverné vzťahy s ľuďmi, záujem o blaho druhých, schopnosť empatie, intimity a vzájomnosti vo vzťahoch).

Slezáčková (2012) zdôrazňuje, že o uvedených komponentoch sa neuvažuje len ako o zložkách subjektívnej osobnej pohody, ale aj ako o jej významných zdrojoch. Šolcová (2009a) vo svojej štúdii venovanej osobnej pohode vysokoškolských študentov zistila vysokú koreláciu s dimenziou sebaaprijatia a zvládania prostredia. Podľa autorky tri z uvedených dimenzií úzko korešpondujú s teóriou sebaurčenia Deciho a Ryana (2000). Ústrednou témou ich teórie je vnútorná motivácia (intrinsic motivation), t.j. ako a čím určujeme svoj život. Ako podmienku spokojného života autori určili naplnenie troch základných potrieb. Patrí k nim: *kompetencia* (competence) vyjadrujúca presvedčenie, že jednotlivec má potrebné schopnosti na zvládnutie svojho života; *autonómia* (autonomy), t.j. jednotlivec riadi svoje správanie tým, čo považuje za dobré a dôležité a tzv. *sociálna začlenenosť* (relatedness; in Slezáčková, 2012) ako vedomie, kam daná osoba patrí. Teória sebaurčenia nachádza uplatnenie v oblastiach výchovy, vzdelania a pracovnej sfére.

Gagnéová a Deci (2005) zistili, že teória sebaurčenia spolu s teóriou kognitívneho hodnotenia vytvárajú vhodný teoretický rámec pre vysvetlenie vnútornej motivácie (motivácia na základe záujmu), autonómnej vonkajšie motivácie (motivácia na základe dôležitosti) a procesu premeny vonkajšej motivácie na autonómnu (t.j. zvnútornenie určitých prejavov regulácie správania a hodnoty na ňu naviazanej) v pracovnej sfére. Ukázalo sa, že oba typy motivácie majú súvis s výkonom, spokojnosťou, dôverou a osobnou pohodou na pracovisku. Štúdia venovaná subjektívnej pohode českých vysokoškolákov potvrdila pozitívnu koreláciu subjektívnej pohody a všetkých troch základných potrieb teórie sebaurčenia (Šolcová, 2009a). Mnoho autorov (Kebza a Šolcová, 2003; Lašek, 2004; Hnilicová, 2005; Švehlíková, Heretik ml., 2008) rozoznáva aktuálnu (emočnú) a habituálnu (osobnostnú) subjektívnu osobnú pohodu. *Aktuálna subjektívna pohoda* závisí od aktívnych faktorov. Dosiahnuť sa dá priamou cestou (cieľenými pozitívnymi zážitkami) alebo nepriamo (odstránením alebo znížením vplyvu nepriaznivých podmienok). *Habituálnu subjektívnu pohodu* získame uspokojením prirodzených alebo získaných potrieb. Nepohodlie vzniká, keď dané potreby nemôžu byť naplnené.

Subjektívna osobná pohoda (*subjective wellbeing*) má kognitívnu aj afektívnu dimenziu (Švehlíková a Heretik ml., 2008; Hnilica 2005; Babinčák, 2008) a je zameraná na hodnotenie života osoby na základe kognitívnych a afektívnych reakcií (Babinčák, 2008; Diener, Lucas a Oishi, 2005).

Kognitívna dimenzia predstavuje racionálne hodnotenie vlastného života, t.j. ako sme spokojní alebo nespokojní so životom ako celkom alebo s konkrétnymi oblasťami (Hnilicová 2005). Je porovnávaný aktuálny stav s očakávanou alebo ideálnou situáciou. Rozdiel medzi

aktuálnou a vytúženou situáciou je index SWB - ak je nulový alebo kladný, osoba pociťuje spokojnosť (Lašek, 2004). Podľa Hřebíčkovéj a kolegov (Hřebíčková, Blatný a Jelínek, 2010) je súčasťou kognitívnej dimenzie životná spokojnosť, spokojnosť s jednotlivými oblasťami a sebahodnotenie.

Emocionálna dimenzia zahŕňa citové prežívanie a prevažujúci typ emócií - pozitívnych alebo negatívnych (Hnilicová, 2005). Tie získame vyhodnotením každodenných zážitkov ako emočne kladných alebo záporných a stanovením ich rozdielu (odčítanie záporných od kladných), ktorý vyjadruje celkové naladenie. Kognitívna zložka sa dá považovať za vedomé ohodnotenie vlastného života, kým emočná zložka je súhrn nálad, emócií a afektov, ktoré fungujú aj na nevedomej úrovni (Blatný, 2001; Hřebíčková, Blatný a Jelínek, 2010).

Šolcová (2009a) pridáva aj sociálnu a kultúrnu komponentu, ktorá zahŕňa rozvíjanie pozitívnych vzťahov k druhým, autonómiu, zvládanie životného a sociálneho prostredia a spiritualitu. Myers a Diener (1995) uvádzajú znalosť osobnostných čŕt, blízkych vzťahov, pracovné skúsenosti, kultúru a nábožnosť ako aspekty dokresľujúce predstavu o subjektívnej pohode tej-ktorej osoby.

3.3 ŽIVOTNÁ SPOKOJNOSŤ

Životná spokojnosť je kognitívne hodnotenie života, je relatívne stálou charakteristikou a podľa Ondrejku a Mažgútovej (2003) Podľa Babinčák, (2008) je potrebné ju odlišiť od subjektívnej pohody, ktorá obsahuje aj emocionálnu zložku. Dá sa charakterizovať ako subjektívny úsudok - nie je určená vonkajšími predpísanými štandardmi. Ľudia si konštruujú určitý prijateľný štandard, ktorý je potom porovnávaný s aktuálnymi podmienkami.

Myers a Diener (1995) opisujú životnú spokojnosť ako kognitívnu úroveň subjektívnej pohody. Je to celkový pocit spokojnosti so životom, sýtený úrovňou spokojnosti v konkrétnych doménach ako je manželstvo, práca a pod. Pavot a kolegovia (1991, in Babinčák, 2008) upozorňujú na fakt, že celková životná spokojnosť nie je jednoduchou sumou spokojnosti so zoznamom explicitne určených životných oblastí. Ak je životná spokojnosť meraná globálne, tak vykazuje vysokú úroveň stability v čase (Pavot et al., 1991, in Babinčák, 2008). Aj napriek tomu, že jestvujú oblasti, ktoré sú pre posúdenie životnej spokojnosti dôležité pre väčšinu ľudí (partnerské šťastie, blahobyť, zdravie), je nízka pravdepodobnosť, že jednotlivci priradujú rovnakú váhu každej z týchto oblastí (Babinčák, 2008).

Lašek (2004) skúmal rozdiely medzi subjektívne vnímanou životnou spokojnosťou v troch skupinách rôzneho veku. Pozitívny postoj a pocit osobnej hodnoty vytvárala nízka úroveň problémov, zdravotných ťažkostí a depresie a vysoká úroveň sebaúcty a pocitu radosti zo života. V prípade nárastu problémov sa zvyšuje výskyt depresí, no nemá vplyv na sebaúctu a radosť zo života. Môžeme to považovať za potvrdenie zistenia Myersa a Dienera (1995), že kladné a záporné emócie nie sú dva konce jedného kontinua.

Výskum životnej spokojnosti je podľa Švehlíkovej a Heretika ml. (2008, s. 195) zameraný na hľadanie odpovedí na otázku, čo robí ľudí spokojnými, aká je štruktúra faktorov, ktoré k tomu prispievajú a akú rolu pri tom zohrávajú spoločenské inštitúcie.

Aké sú faktory životnej spokojnosti? K odpovedi na túto otázku existujú dva prístupy: “top down” a “bottom up” (Diener, Scolon, Oishi, Dzokoto a Suh, 2000; Pavot a Diener, 2008; Babinčák, 2008;). “*Top down*” prístup predpokladá, že ľudia majú predispozíciu interpretovať životné udalosti viac pozitívnym alebo negatívnym spôsobom. Od tohto nastavenia závisí hodnotenie spokojnosti s jednotlivými oblasťami života. Z uvedeného vyplýva, že udalosti života nie sú objektívne dobré a zlé, ale sú subjektívne interpretované ako dobré a zlé (Babinčák, 2008). Schusterová (2007) uvádza ako najčastejšie top-down faktory osobnostné črty, adaptáciu, kopingové stratégie a porovnávanie sa so štandardami ako sú potreby, hodnoty a ciele.

Myers a Diener (1995) vo svojom súhrne na tému šťastia uvádzajú štyri osobnostné črty, ktoré sú prítomné u šťastných ľudí: sebaúcta, pocit vlastnej kontroly, optimizmus a extravergia.

Extroverti v testoch sebahodnotenia odpovedajú kladne na položky “je so mnou veľká zábava” a “Mám dobré nápady”. Sú šťastnejší, či sú sami alebo v spoločnosti druhých, či žijú na dedine alebo v meste, či pracujú samostatne alebo v skupinách. Kauzalita v tomto prípade nie je jasná - či sú šťastnejší preto, že majú viac kontaktov a širšiu sociálnu sieť alebo spokojnosť spôsobuje ich lepšie vychádzanie s druhými. Autori tiež prízvukujú, že zosobášení ľudia oboch pohlaví vykazujú vyššiu úroveň šťastia ako slobodní, rozvedení alebo žijúci oddelene (Myers a Diener, 1995). Diener a Scollonová (2014) však zdôrazňujú, že ako manželstvo môže byť príčinou šťastia, tak môže byť aj jeho následkom. Zaujímavé je zistenie Lašeka (2004), že extroverti majú vyššiu hladinu pozitívnych emócií, ale pri negatívnych emóciách neboli zistené rozdiely.

V oblasti práce, poskytuje zamestnanie osobnú identitu (definuje, kým človek je) a zmysel pre komunitu (ponúka sieť podporujúcich vzťahov a pocit spolupatričnosti). Práca môže dať

životu zameranie a zmysel. Šťastie pochádza zo zapojenia sa do výzvy absorbujúcej myseľ a nie z bezmyšlienkovitej pasivity (Myers a Diener, 1995).

Predpokladá sa, že jedinci, ktorí si stanovujú cieľ a sú schopní na ňom systematicky pracovať, si v spoločnosti počínajú efektívnejšie. Svedomitosť je v tomto prípade významný prediktor pri meraniach spokojnosti so životom. Extraverzia a neuroticizmus sú jedny z najvýznamnejších prediktorov životnej pohody, pravdepodobne kvôli neurofyziológickému základu, ktorý má za následok vysokú stabilitu v čase. Ukázalo sa, že osobnostné vlastnosti determinujú osobnú pohodu výraznejšie v mladosti, ako v staršom veku (Hřebíčková, Blatný a Jelínek, 2010).

Sebaúcta sa ukazuje tiež ako významná osobnostná črta. Harterová (1996) Podľa Lašek, (2004) ju opisuje ako základný indikátor subjektívnej pohody jednotlivca. Považuje ju za index mentálneho zdravia a emočného prispôsobenia, za faktor podporujúci všeobecné schopnosti vyrovnávať sa s rôznymi životnými situáciami a tiež za faktor prispievajúci k spokojnosti so životom. Šťastní ľudia sa tiež vyznačujú vysokou sebaúctou a sebaapriatím, pozitívnym vzťahom k sebe, vysokou úrovňou sebauplatnenia (self-efficacy) a presvedčením, že úspech dosiahli vlastným pričinením (Ryff a Singer, 1998; Deci a Rayn, 2000; Lašek, 2004). Nízke sebahodnotenie vedie k úniku do fantázie, čo podľa Balaščíkovej a kolegov (2014) podporuje zistenia, že zvyčajne ľudia s nízkou úrovňou sebahodnotenia vykazujú nízku úroveň aktívnych riešení záťažových situácií. Autori v rovnakej štúdii zistili, že byť si vedomý možnosti vlastného sebauplatnenia (self-efficacy) paradoxne súvisí so stratégiou vyhýbania sa problému. Vyhýbanie sa problému v zmysle kopingovej stratégie môže byť interpretované ako "sociálne žiadúci spôsob prístupu k problému a vývinove špecifické vyjadrenie vlastnej kompetencie a autonómie" (Balaščíková et al. 2014, s. 413-414).

Znamená byť šťastným a byť spokojným to isté? Podľa Hallera a Hadlera (2006) je šťastie aj životná spokojnosť výsledkom procesu interakcie medzi individuálnymi charakteristikami a aspiráciami na jednej strane a interakcie sociálnych vzťahov s makrosociálnymi štruktúrami na strane druhej. Základný rozdiel vidia autori na úrovni emotivity a kognitívnych funkcií: Spokojnosť je viac hodnotiacim procesom zahrňujúcim materiálne a sociálne aspirácie spolu s úspechmi, kým šťastie je výsledkom pozitívnych skúseností najmä s blízkymi osobnými vzťahmi. Mikrosociálne začlenenie a sociokultúrna integrácia sú vysoko relevantné pre šťastie. Pre spokojnosť sú dôležité makrosociálne ukazovatele, ako je, napr. rozsah štátneho blahobytu, politickej slobody a pod (Haller a Hadler, 2006). Podobne, Gundelach a Kreiner (2004) zistili ako hlavný zdroj životnej spokojnosti úroveň krajiny, kde respondent býva a pocit kontroly nad svojim životom. Šťastie definujú ako difúzny cit ovplyvnený životom v

stabilných vzťahoch. Makrosociálne faktory nepôsobia naň tak silno ako na životnú spokojnosť.

“*Bottom-up*” prístup kladie na vrchol hierarchie celkovú životnú spokojnosť. Je ovplyvňovaná spokojnosťou v jednotlivých životných doménach a subdoménach (Sirgy, 2005, in Babinčák, 2008). Pôsobenie v rámci konkrétnych životných domén sa vertikálne prelieva do domény života ako celku a tak determinuje životnú spokojnosť. Takto je celková spokojnosť funkčne spojená so všetkými doménami a subdoménami. Inak povedané, spokojnosť so zážitkami v rámci konkrétnych domén má vplyv na spokojnosť s týmito doménami a tieto spokojnosti vplývajú na spokojnosť so životom ako celkom.

Diener, Scollonová a kolegovia (2000) porovnávali vplyv top-down (optimizmus) a bottom-up faktorov (finančný príjem a významné oblasti) na subjektívnu pohodu na individuálnej a národnej úrovni. Zistili, že optimizmus signifikantne ovplyvnil subjektívnu pohodu na národnej úrovni, kým príjem ich ovplyvnil len mierne a významné oblasti neboli skoro vôbec dôležité. Autori navrhujú, že bottom-up faktory vysvetľujú individuálne rozdiely v subjektívnej pohode a optimizmus zas kultúrne rozdiely v rámci životnej spokojnosti. Podporilo to predpoklad autorov, že top-down procesy sú dôležitejšie pre subjektívnu pohodu ako bottom-up procesy.

Pavot a Diener (2008) pridali k uvedeným dvom prístupom ďalšie dva modely. Prvý z nich je top-down model, ktorého základom je temperament. Druhý je integratívny, ktorý podľa autorov predstavuje priamy vplyv na celkovú životnú spokojnosť. Na záver autori zhrnuli, že životnú spokojnosť ovplyvňujú situačné faktory v spolupráci s temperamentom.

Vzhľadom na dôležitosť pre náš výskumný projekt, uvádzame štyri relevantné oblasti sociálnych vzťahov pre rozvoj šťastia, resp. životnej spokojnosti (Haller a Hadler 2006): základné sociálne vzťahy a siete, sociokultúrna integrácia, pracovné výsledky a sociálny status a sociálne a politické štruktúry a inštitúcie. Na nasledujúcich riadkoch sa budeme podrobnejšie venovať sociokultúrnej integrácii.

Podľa Hallera a Hadlera (2006) sociokultúrna (religiózna) integrácia a altruizmus znamenajú, že najvyššia úroveň šťastia môže byť dosiahnutá, keď človek slúži druhým, komunite alebo Bohu. V tejto oblasti môžu viesť k šťastiu dva druhy sociálnych vzťahov - členstvo v dobrovoľníckych spoločenstvách a participácia na členstve v cirkevných a náboženských zoskupeniach. Autori vidia dve príčiny, ktoré vedú k nadobudnutiu pocitu šťastia v cirkevných a náboženských zoskupeniach: Po prvé, poskytuje sociálne usporiadanie a chráni pred individualizmom a anómiou. Po druhé, výhodou náboženstva je jeho spirituálno-

transcendentný komponent. Členom takto ladených skupín ponúka praktiky, ktoré pomáhajú vysvetliť javy, ktoré nepodliehajú ľudskej kontrole a nedajú sa vedecky vysvetliť.

Oba typy zoskupení (cirkevné aj dobrovoľnícke) by sa dali nazvať komunitou, nie v zmysle sociologickom, ako vymedzené geografickou polohou alebo z pohľadu klinickej psychológie ako podpornej komunity. Tieto zoskupenia majú prvky záujmových a vzťahových komunít. Predstavujú možnosť pre členov rozvíjať siete dôvery a reciprocity. Výhody komunity nespočívajú len v lepšom prístupe ku zdrojom, ale aj v znížení sociálnej izolácie a v celkovo vyššej subjektívnej pohode a životnej spokojnosti. Okrem toho transcendentálny komponent je pre subjektívnu výhodu dôležitejší, ako členstvo v inak ladených spoločenstvách (politické organizácie, charitatívne organizácie, voľnočasové spolky a pod.).

4. KONCEPT VYNÁRAJÚCEJ SA DOSPELOSTI

Obdobie prechodu z adolescencie do dospelosti je mimoriadne dôležité a plné zásadných zmien. Mladý človek sa už necíti byť natoľko závislým od svojej pôvodnej rodiny, ako počas detstva a adolescencie, no zároveň ešte neprebral roly a zodpovednosti typické pre dospelosť (Arnett 2000). Kladie základy svojho budúceho povolania, či už dosahovaním vyššieho vzdelania, alebo získavaním praxe v ním zvolenom odbore. Postupne sa osamostatňuje od pôvodnej rodiny a vytvára potenciálne stále romantické vzťahy. (Arnett 2000; 2011).

Pre množstvo ľudí v industrializovaných krajinách je to čas experimentovania v oblastiach povolania, vzťahov a svetonázoru (Arnett 2000). Arnett (2000) uvádza tri základné vlastnosti obdobia vynárajúcej sa dospelosti:

Je špecifické *demograficky*. Paradoxom je, že špecifickosť spočíva vo variabilite – v kvante možností, ktoré si človek môže zvoliť. Dá sa povedať, že v tomto období nie je nič normatívne dané. Častá premenlivosť vyplýva z minimálnych obmedzení, ktoré súvisia so slabo štruktúrovanou rolou a s dôrazom na objavovanie a neustálu zmenu. Demografický status sa nedá predpovedať, nakoľko ani bývanie, ani vzdelanie a s ním súvisiace zamestnanie nie je zvyčajne stále. Vynárajúca sa dospelosť je obdobím, kedy je všetko dočasné a kedy má mladý človek najviac príležitostí objavovať.

Je špecifické *subjektívne*. Mladí ľudia nachádzajúci sa v období vynárajúcej sa dospelosti sa už necítia byť adolescentmi, no ešte nie sú plnohodnotnými dospelými. Môže sa to javiť ako logické vyústenie súvisiace s demografickou nestabilitou tohto obdobia. Zdá sa, že človek sa stáva dospelým v momente, keď má stále bývanie, ukončené vzdelanie, stále zamestnanie a je zosobašený (prípadne aspoň v dlhodobom zväzku). Opak je však pravdou – tieto charakteristiky sa ocitajú na posledných priečkach kritérií dospelosti, zoradených podľa dôležitosti. Na prvých pozíciách sa umiestňujú skôr charakterové vlastnosti ako „prevziať za seba zodpovednosť“, „vedieť robiť rozhodnutia nezávisle od iných“ a „byť finančne nezávislý“. Všetky uvedené kritéria smerujú mladého človeka k samostatnosti (Arnett 1998). Rodičovstvo je pre mnoho mladých rodičov dostatočným kritériom pre subjektívny pocit dospelosti (Arnett 1998; Reifman et al 2007).

Je typické *objavovaním vlastnej identity*. Teoretici ako Erikson umiestňujú hľadanie vlastnej identity do obdobia adolescencie. Faktom však ostáva, že hľadanie identity málokedy dosiahne svoj vrchol pred ukončením strednej školy (Arnett 2007). Väčšina procesu „hľadania sa“ prebieha počas vynárajúcej sa dospelosti. Erikson ju nazýva predĺženou adolescenciou, typickou pre industrializované krajiny.

Mesárošová (2013) a podobne aj Meeus (1999) považujú status uzavretej identity za pokročilejší stupeň jej vývinu a tým pre jednotlivca aj za menej rizikový, ako status moratória a status difúznej identity. Rizikovosť nesprevádza výraznejšie ani status predčasne uzavretej identity, hoci v tomto prípade ide o status, ktorý je menej diferencovaný a menej flexibilný, v ktorom absentuje presvedčivejšia exploračia a neprejavujú sa ani známky krízy. Moratórium sa dá považovať za typický tranzitný status. Javí sa ako obdobie najväčšej krízy identity a najvýraznejšej exploračie, ktoré môže účinkovať ako podstatný krok na ceste k progresívnemu vývinu, nie však konečný. Obdobie difúznej identity je typické tým, že mladí ľudia počas neho najviac podliehajú cudzím vplyvom, ktoré môžu mať u nich nežiaduce účinky.

4.1 CHARAKTERISTIKY OBDOBIA VYNÁRAJÚCEJ SA DOSPELOSTI

Arnett opísal vo svojom neskoršom príspevku (2011) päť vlastností, typických pre obdobie vynárajúcej sa dospelosti:

- Hľadanie identity - mladý človek zisťuje, kým je a postupne robí dôležité rozhodnutia v oblasti práce a vzťahov. Snaží sa zladiť dostupné možnosti s jeho preferenciami a záujmami.
- Nestabilita - v období vynárajúcej sa dospelosti nič nie je nastálo - mladí ľudia často menia partnerov, prácu, smerovanie vo vzdelávaní, záujmové aktivity a tiež bývanie. Je to čiastočne spôsobené hľadaním vlastnej identity a hľadaním vhodných možností.
- Zameranie sa na seba - podľa Arnetta (2011), zameranosť na seba je dôsledkom nízkeho počtu denných povinností vyplývajúcich z (momentálnej) role. Z toho pramení aj možnosť nezávislého rozhodovania.
- Obdobie "niekde medzi" - v tomto veku sa už mladí ľudia necítia byť adolescentmi, no zároveň ani úplnými dospelými. Cítia sa byť na ceste, niekde medzi dvomi obdobiami.
- Obdobie možností - pred mladými ľuďmi sa otvára nový svet. Je jedno, ako vyzerá ich život teraz, no dúfajú v dosiahnutie takého života v dospelosti, aký si predstavujú. Obdobie vynárajúcej sa dospelosti ponúka možnosti formovať/utvárať si život podľa svojich predstáv (Arnett 2011).

Reifman, Colwellová a Arnett (2007) vytvorili merací nástroj IDEA (Inventory of Dimensions of Emerging Adulthood). Položky pokrývajú všetky uvedené vlastnosti

vynárajúcej sa dospelosti. Autori pridali ešte vlastnosť “zameranie sa na druhých”. Položky zisťujúce zameranie sa na druhých nie sú síce súčasťou konceptualizácie vynárajúcej sa dospelosti, no boli zaradené ako protipól k zameraniu sa na seba.

Ukázalo sa, že subškály v rámci IDEA mali vhodnú faktorovú štruktúru, vo všeobecnosti silnú reliabilitu a niektoré významné korelácie s už existujúcimi konštruktmi. Napríklad respondenti s vysokým skóre v subškále negativita/nestabilita mali nízku životnú spokojnosť, kým subškála “zameranie sa na druhých” so životnou spokojnosťou korelovala pozitívne. Nízka životná spokojnosť bola zistená u respondentov s nízkymi hodnotami zmyslu pre ovládanie vlastného života (Reifman et al 2007).

Ak sa respondenti opisovali ako nachádzajúci sa v období hľadania identity a v období nestability (negativity), ich identita bola spojená s vyšším počtom potenciálnych Ja (Self). Obdobie hľadania sa súviselo s vyšším počtom potenciálnych Ja v doméne zamestnania, no s nižším počtom v rodinnej doméne. Vyššie skóre v subškále “zameranie sa na seba” je spojené s vyšším percentom Ja vo voľnočasovej doméne.

V akom zmysle sa dá považovať obdobie vynárajúcej dospelosti za osobitú vývinovú etapu v živote človeka? Jej jedinečnosť spočíva vo vysokej miere rôznorodosti, ktorá bola opísaná vyššie. Arnett (2012) poukazuje na negatívne hodnotenie, ktoré získali vývinoví teoretici dvadsiateho storočia - odborníci ako Freud, Piaget, Erikson a Kohlberg. Vytýka sa im, že predkladajú svoje teórie ako predpísané programy. Jednotlivé vývinové fázy charakterizovali ako univerzálne a uniformné. Univerzálne v zmysle, že všetci ľudskí jednotlivci by nimi mali prejsť a uniformné v tom, že by mali nimi prechádzať rovnakým spôsobom. Ak niekto nespĺňa jednu z dvoch podmienok, jeho vývin sa považuje za nenormatívny (Arnett 2012).

Podľa Arnetta (2000) formovanie identity spočíva v skúšaní rôznych možností a v postupnom prikláňaní sa k jednej z nich ako definitívnej. Do problematiky hľadania identity spadajú najmä oblasti vzťahov, práce a svetonázoru. Skúšanie možností začína vo všetkých troch oblastiach už počas adolescencie, no väčšina z tohto procesu prebieha až počas obdobia vynárajúcej sa dospelosti. Vzťahy a pracovné skúsenosti nadobudnuté počas adolescencie majú dočasný charakter, ktorý sa vo vynárajúcej sa dospelosti postupne premieňa na potenciálnu trvalú dráhu životom. Treba však dodať, že vynárajúca sa dospelosť je typická experimentovaním pre samotné experimentovanie, s cieľom rozšíriť si svoje obzory a skúsenosti ešte predtým, než začnú naplňovať záväzky plynúce z role dospelého (Arnett 2000). Fenomén odkladu normatívnych úloh dospelosti, akými sú stále zamestnanie, manželstvo a založenie rodiny, sa postupne objavuje vo väčšine industrializovaných krajín. V rozvojových krajinách môžeme vidieť prvé náznaky tohto javu, a to hlavne v

mestskej populácii. Predpokladá sa, že v mestách je lepší prístup k vyššiemu vzdelaniu a väčší výber potenciálnych kariérnych ciest. Obyvatelia vidieckych oblastí rozvojových krajín (napr. Čína, India), disponujú možnosťami limitovanými na prácu v poľnohospodárstve (Arnett 2000). Nutnosť dosiahnuť vyššie vzdelanie potrebné k zaisteniu lukratívnejšej práce, posúva založenie rodiny do neskoršieho obdobia. Vo vidieckych oblastiach sa mladí ľudia sobášia v nižšom veku (Arnett 2000). Smithová a kolegovia (2015) vo svojom výskume zisťovali prítomnosť črt vynárajúcej sa dospelosti v závislosti od socio-ekonomického statusu (ich osobného alebo ich rodiny) a od typu vzdelania. Výsledky ukázali, že viac črt vynárajúcej sa dospelosti vykazovali mladí ľudia s vyšším vzdelaním a príslušníci strednej triedy.

4.2 VYNÁRAJÚCA SA DOSPELOSŤ V EURÓPE

Viacerí výskumníci nastolili otázku, či sa fenomén vynárajúcej sa dospelosti prejavuje v Európe v podobnej forme, aká je badateľná vo výskumoch v severoamerických reáliách. (Douglass 2007; Buhl a Lanz 2007; Macek at al. 2007).

Douglassová (2007) vo svojom výskume zisťovala dôvody klesajúcej pôrodnosti naprieč celou Európou. Prišla k záveru, že vynárajúca sa dospelosť je kultúrne špecifická, t.j. existujú odlišnosti v Amerike v porovnaní s rôznymi regiónmi Európy. Predtým ako sa vynárajúca sa dospelosť stane reálnou dospelosťou, mladý človek by mal prejsť všetkými úlohami obdobia vynárajúcej sa dospelosti (dokončiť vyššie vzdelanie, opustiť rodný dom, nájsť si stálu prácu, cestovať, nájsť si partnera a zabezpečiť si vlastný domov). Mladí ľudia túžia po deťoch, no odkladajú založenie si rodiny na neskoršie. Ak je uzavretie manželstva považované za prechod do dospelosti, v niektorých krajinách Európy (najmä južanské krajiny) sa posúva pôvodne určená veková hranica z 25 rokov na 30 rokov. V severských krajinách je vysoké percento detí narodené mimo manželstva. Môžeme pozorovať postupne miznúce prepojenie medzi manželstvom a rodičovstvom (Douglass 2007; Buhl a Lanz 2007).

Ukazuje sa, že v rámci európskej kultúry existuje viac spôsobov ako odstrániť neistotu týkajúcu sa finančnej a bytovej otázky. V severských krajinách je to štát, ktorý podporuje mladých pri preskúmaní ich možností, čo sa týka práce, bývania a vzdelávania. Kým sa mladí v severských krajinách usadia, vystriedajú rôzne typy bývania - s priateľmi, s pôvodnou rodinou, s romantickým partnerom. Výnimkou nie je ani minimálne ročná pauza medzi dokončením strednej školy a zahájením vyššieho vzdelania. Táto prestávka slúži na objavovanie vlastnej identity, zvyčajne prostredníctvom cestovania alebo inej aktivity

budujúcej identity (Douglass 2007; Arnett 2011). Podobne je to s anglosaskými krajinami, kde sa mladí ľudia snažia o skorý odchod z rodného domu a z toho vyplývajúcu slobodu (Douglass 2007).

Odlíšny trend pretrváva na juhu Európy, podľa niektorých autorov aj vo východnej Európe (Douglass 2007). Vzhľadom na silné väzby a spoločné bývanie s pôvodnou rodinou a s tým spojené povinnosti (Douglass 2007; Macek et al 2007), sa nedá o niektorých vynárajúcich sa dospelých povedať, že majú len veľmi málo povinností a limitovaný počet väzieb ako to opisuje Arnett (2000). Rodina má hlavnú funkciu v poskytovaní podpory a bývania pre svoje dospievajúce deti, niekedy aj po 30. roku života. Pre južanské krajiny je sobáš hlavným dôvodom na odsťahovanie sa z pôvodnej rodiny (Buhl a Lanz 2007; Douglass 2007). Mať romantický vzťah je považované za jeden z predpokladov k úspešnému prechodu do dospelosti (Buhl a Lanz 2007).

Krajinám bývalého východného bloku, kde boli pri vláde komunistické režimy, sa po páde železnej opony otvorili dlho odopierané možnosti. Podľa výsledkov výskumov v krajinách bývalého východného bloku (Macek et al. 2007; Buhl a Lanz 2007; Negru 2012), sa vynárajúca dospelosť objavuje aj v tejto oblasti Európy. Možnosť cestovať, pracovať a študovať v zahraničí má za následok odklad usadenia sa a s tým spojených záväzkov. Mladá aj stará generácia, napr. v Česku, nepovažuje odkladanie založenia rodiny za prejav krízy, ale za vítaný prejav slobody, ktorú Česi aj okolité krajiny (vrátane Slovenska) získali pádom komunizmu. Mladí ľudia nevstupujú do manželstva, no vychutnávajú si slobodu v zameraní sa na seba a na napĺňanie voľného času podľa svojich predstáv. Rodičia ich podporujú v tomto objavovaní a vychutnávaní, nakoľko oni mnohé veci vyskúšať nemohli (Arnett 2011).

4.3 VYNÁRAJÚCA SA DOSPELOSŤ V ČESKEJ REPUBLIKE

Fenoménu vynárajúcej sa dospelosti sa v Českej republike venoval Macek a kolegovia (2007). Nakoľko Česká republika prekonala podobné sociálne a politické zmeny ako Slovensko, sústredíme na ne v diplomovej práci zvýšenú pozornosť. Výskum pozostával z kvantitatívnej a kvalitatívnej časti.

4.3.1 KVANTITATÍVNA ČASŤ VÝSKUMU

V kvantitatívnej časti sa autori zamerali na subjektívny pocit dospelosti u respondentov vo veku 17 až 27 rokov. Dve tretiny sa vyjadrili, že sa cítia byť medzi adolescenciou a dospelosťou, čo prináleží obdobiu vynárajúcej sa dospelosti. Nenašli sa žiadne významné rozdiely medzi mužmi a ženami. Na pomedzí medzi adolescenciou a dospelosťou sa častejšie cítili byť umiestnení študenti a pracujúci študenti. Autori však zdôrazňujú, že aj medzi pracujúcimi na plný úväzok sa nachádzalo veľké množstvo mladých ľudí v období vynárajúcej sa dospelosti (39%).

Výsledky ukázali významný súvis medzi subjektívnym vývinovým statusom a manželským a rodičovským statusom. Väčšina zosobášených a rodičov sa cítili už ako dospelí. Treba však podotknúť, že vo vzorke tvorili zosobášení a rodičia malú čiastku. I napriek tomu, že s uzavretím manželstva a rodičovstvom prichádzajú povinnosti a úlohy podporujúce pocit dospelosti, opačná príčinnosť v tomto prípade neplatí. Sú ľudia, ktorí sa cítia dospelí a nechcú sa sobášiť alebo stať rodičmi. Okrem toho, Česi vnímajú manželstvo a rodičovstvo ako vzájomne prepojené a do manželstva často nevstupujú skôr, ako dosiahnu vek 30 rokov. V neposlednom rade súvisí vnímaný status s ekonomickou závislosťou od rodičov. Tí, ktorí sa považovali za mladých ľudí na prahu dospelosti, boli z veľkej časti ekonomicky závislí od svojich rodičov. Polovica mladých, považujúcich sa za dospelých, bola tiež ešte závislá od podpory svojich rodičov, takže sa nedá urobiť jasná čiara medzi oboma skupinami. V rámci psychologických charakteristík bolo najčastejšie spájané s vynárajúcou sa dospelosťou objavovanie seba samého, čo korešponduje so zisteniami Arnetta (2000).

4.3.2 KVALITATÍVNA ČASŤ VÝSKUMU

Kvalitatívna časť výskumu bola zameraná na hĺbkové rozhovory na tému všeobecných predstáv o dospelosti, prežívania prebiehajúcej vývinovej etapy, na opis súčasných vzťahov a pocitov autonómie. Rozhovory sa nakoniec zamerali aj na záväzky a očakávania do budúcnosti.

Pocity plynúce z tohto životného obdobia sa pohybovali od pozitívnych cez ambivalentné až po negatívne. Pozitívne emócie boli spojené s pocitmi slobody, spoznávaním a skúšaním nových vecí a veľmi často sa týkali aj bezstarostnosti a vychutnávania si prítomnosti. Negatívne pocity súviseli s úzkosťou a obavami z nedostatku skúseností, z neochoty prijať zodpovednosť za svoje konanie a tiež z nerozhodnosti pri výbere z toľkých možností. Mladí Česi vysoko hodnotia slobodu a príležitosti, ktoré ponúka. Sloboda sa nespája len s kompetenciami a možnosťami, ale aj so zodpovednosťou voči iným.

Špecifikom českej (ako aj slovenskej) kultúry je silná väzba na pôvodnú rodinu. Spoločné bývanie zohráva v tomto prípade významnú úlohu, nakoľko poskytuje pohodlie a istú podporu od rodičov, ale tiež možnosti experimentovania a objavovania. Z toho však plynú aj budúce pocity zodpovednosti voči rodičom, kedy budú oni odkázaní na pomoc svojich detí. Odpovede respondentov sa ukázali ako významné témy: uvedomovanie si blízkej a vzdialenej budúcnosti, jednoduché alebo komplikované dosahovanie svojich cieľov (ich náročnosť), a opäť ochota prebrať zodpovednosť za svoje činy. Blízku budúcnosť (zahŕňa obdobie do dovŕšenia 30 rokov) vnímali respondenti optimisticky, ako priestor na vzdelávanie, rozvíjanie záujmov a sebanaplnenie. Pohľad na vzdialenejšiu budúcnosť sa však javil z ich rozprávania negatívnejšie, a to najmä kvôli obavám, či budúcnosť dopadne dobre vzhľadom na tradičné úlohy dospelosti (manželstvo, rodina, kariéra). Zároveň sa báli straty vecí, ktoré na sebe momentálne oceňovali. Premýšľali o budúcnosti síce v dlhodobejšej perspektíve, no svoje dlhodobé záväzky odkladali na koniec tretej dekády života (Macek et al 2007).

5. ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ORIENTOVAanej KOMUNITe AKO RPEDIKTOR REZILIENCIE A ŽIVOTNEJ SPOKOJNOSTI

5.1 VÝSKUMNÝ PRoBLÉM

Mladí ľudia, ktorí sa nachádzajú na pomedzí adolescencie a dospelosti sú vystavení na jednej strane množstvu príjemných a lákavých možností, na druhej strane, nemajú jasne určený smer, ktorým sa uberať (Arnett, 2000). Formovanie identity naberaá reálne obrisy. Obdobie moratória by však malo byť len jedným z krokov ku koherentne utvorenej identite. Dozrievanie v identite prispieva všeobecne k spokojnosti so životom (Mesárošová, 2013). Jedným z následkov hľadania svojho miesta môže byť aj nízka spokojnosť so životom. Eklundová so spolupracovníkmi (2011) zdôrazňujú dôležitosť zvýšenia vnútornej kontroly študentov vysokých škôl, nakoľko presvedčenie o kontrole nad vlastným životom môže viesť k realizácii zmien, ktoré budú mať pozitívny vplyv na vnímanie vlastného života (Schwarzer, 1997).

Spokojnosť so životom môže slúžiť ako nárazník alebo zvládacia stratégia v nepriaznivých situáciách a môže viesť k prevencii klinických príznakov a k zvýšeniu osobnej pohody. K zvýšeniu životnej spokojnosti prispieva vďačnosti a nádej. (Eklund et al., 2011). Nájdenie zmysluplnej činnosti, kde sa má človek možnosť rozvíjať, je jedna z alternatív, ako dať svojmu životu vhodnú náplň. Prosociálne zamerané komunity, okrem primárneho cieľa pomôcť spoločnosti, sú prospešné aj pre samotných ľudí ponúkajúcich svoje schopnosti (Wilson, Musick, 2008).

Dlhodobé a aktívne členstvo v prosociálne zameranej komunite môže mať priaznivý vplyv na viac oblastí života mladého človeka. Treba však zodpovedať na otázku, aké sú faktory stojace za pozitívnym vplyvom, čo mladých ľudí vedie k zapojeniu sa, aké majú z toho výhody a ktoré konkrétne prvky sú navzájom v interakcii.

5.2 VÝSKUMNÝ CIEĽ

Hlavným cieľom našej práce bolo skúmanie vplyvu dlhodobého dobrovoľníctva v prosociálne zameranej komunite na vývin reziliencie a životnej spokojnosti. Zamerali sme sa na ľudí v období vynárajúcej sa dospelosti. Zvolili sme si zmiešaný výskumný dizajn. Okrem batérie testov boli jeho súčasťou pološtrukturované rozhovory. Prostredníctvom nich sme sa snažili hlbšie pochopiť motiváciu zapojiť sa do dobrovoľníctva a následne v ňom pokračovať. Naším ďalším cieľom bolo identifikovať faktory, ktoré pomáhali účastníkom prekonávať

nepriaznivé situácie a tiež faktory, ktoré podporovali životnú spokojnosť. Výskum mal dlhodobý charakter.

5.3 VÝSKUMNÉ OTÁZKY

Vzhľadom na nadobudnuté poznatky sme sa rozhodli formulovať nasledujúce výskumné otázky:

VO 1: Aká bola motivácia participanta zapojiť sa do dobrovoľníctva v prosociálne zameranej komunite?

VO 2: Ako sa vyvíjala jeho dobrovoľnícka aktivita v rámci prosociálne zameranej komunity?

VO 3: Pomáhala členstvo v prosociálne zameranej komunite v prekonávaní nepriaznivých situácií?

VO 4: Malo členstvo v prosociálne zameranej komunite vplyv na životnú spokojnosť participantov počas nasledujúceho obdobia?

5.4 VÝSKUMNÝ VÝBER

Nábor participantov bol spojený s vysvetlením účelu výskumu. Uskutočnil sa v rámci záverečnej letnej akcie projektu Katarínka a prostredníctvom e-mailovej komunikácie v auguste a septembri 2013. Podmienkou zapojenia bol vek 17 až 25 rokov a štúdium na strednej alebo vysokej škole. Pri neplnoletých participantoch sme vyžadovali zákonným zástupcom podpísaný informovaný súhlas.

Výskumný výber mal nakoniec 12 participantov - 3 mužov a 9 žien. Vekové rozmedzie sa pohybovalo od 17 do 22 rokov pri prvej vlne merania. V Tabuľke 1 je uvedený prehľad aj s údajmi o type štúdia. Z tohto pohľadu to bola rôznorodá vzorka.

Všetci boli noví účastníci projektu Katarínka, t.j. cez leto sa prvýkrát zapojili do zachraňovania ruín Kláštora a Kostola sv. Kataríny Alexandrijskej. Tento dobrovoľnícky projekt je zameraný na záchranu ruín a ponúka záujemcom dva týždne mimo civilizácie (bez elektorniky a času), kde okrem pracovného programu prebieha zábavný program s dôrazom na aktívne trávenie voľného času a spoznanie histórie tohto miesta. Vzhľadom na náboženský charakter miesta (bývalé sídlo rádu františkánov) je možnosť zapojiť sa do duchovného programu. Z uvedeného vychádzajú štyri piliere projektu - duch miesta (Genius Loci), práca,

spoločenstvo a duchovno (Združenie kresťanských spoločenstiev mládeže, OC Katarínka, 2011).

Tabuľka 1: Prehľad veku a typu štúdia participantov

Meno (zmenené)	Vek (počas 1. vlny)	Ročník a typ štúdia
Dominik	20 rokov	Prvý ročník VŠ
Roman	19 rokov	Druhý ročník VŠ
Ivana	20 rokov	Prvý ročník VŠ
Eva	22 rokov	Tretí ročník VŠ
Soňa	20 rokov	Prvý ročník VŠ *
Denisa	19 rokov	Druhý ročník VŠ
Natália	20 rokov	Prvý ročník VŠ
Adam	17 rokov	Tretí ročník SŠ
Barbora	22 rokov	Tretí ročník VŠ**
Kristína	21 rokov	Tretí ročník VŠ
Lenka	20 rokov	Prvý ročník VŠ
Radka	20 rokov	Druhý ročník VŠ

*Prerušenie štúdia na predchádzajúcej škole a začatie nového štúdia na novej škole

**Medziročník medzi tretím a štvrtým ročníkom na absolvovanie jednej skúšky

Centrom letnej sezóny sú štyri dvojtyždňové turnusy. Na každom z nich je 12 vedúcich a 5 pomocných vedúcich, ktorí zabezpečujú chod celého turnusu. Tvorí ich hlavný vedúci, štyria vedúci lešenia, ktorí sú odborne školení na učenie tradičných techník konzervovania pamiatky, štyri dievčatá starajúce sa o stravu, dvaja vedúci určení na poobedňajší zábavný program a jeden na duchovný program. Pomocní vedúci zastávajú úlohy zdravotníkov, turistických sprievodcov, miešačov malty, zásobovačov (majú na starosti zásobovacie auto) a pod. Všetkých 17 ľudí pochádza z turnusov z predchádzajúcich rokov, ktorí sa osvedčili a ponúkli svoje schopnosti do služby, bez nároku na honorár. Je to jedinečná možnosť zostať zapojený v dobrovoľníctve a pre projekt je to spôsob, ako personálne obsadiť ďalšiu sezónu. Počas celého roka prebiehajú školenia a iné akcie, kde sa prípadní záujemcovia môžu angažovať (Združenie kresťanských spoločenstiev mládeže, OC Katarínka, 2011).

5.5 VÝSKUMNÁ METODIKA

V následnej podkapitole budú opísané metódy, ktoré použijeme pri zbere odpovedí na naše výskumné otázky. Fergus a Zimmerman (2005) odporúčajú využiť dlhodobý výskumný dizajn, nakoľko môže poskytnúť podrobnejší a hlbší pohľad na kumulované zdroje, aktíva a riziká, ako poskytujú prierezové výskumné dizajny. Inšpiráciou nám bol dlhodobý výskum Hausera a kolegov (2006), ktorí okrem kvantitatívnych metód, použili klinické rozhovory. Postupovali sme podobne.

Výskum pozostával z dvoch veľkých celkov - z batérie testov, merajúcich rôzne aspekty reziliencie a životnú spokojnosť a z kvalitatívneho pološtruktúrovaného rozhovoru. Prvá vlna merania kvantitatívnych dát (považovaná za základné meranie) prebiehala od konca septembra do polovice novembra 2013. Pri každej ďalšej vlne prebehol, po vyplnení dotazníkov, rozhovor. Ponúkame podrobnejší opis meracích nástrojov a realizácie rozhovorov.

5.5.1 CYRM (CHILD AN YOUTH RESILIENCE MEASURE)

Dotazník je výstupom realizácie Medzinárodného výskumného projektu (International Reseach Project; Ungar, Liebenberg 2009), ktorý sa uskutočnil v 11 krajinách sveta. Autori spolupracovali v rámci týchto krajín s predstaviteľmi 14 komunít. Výsledný merací nástroj má postihovať úroveň reziliencie u ľudí v prechodnej fáze medzi detstvom a dospelosťou (vek 12 až 23 rokov) a zároveň sa nachádzajú v nepriaznivých podmienkach (Ungar, Liebenberg 2005).

Výsledkom je dotazník s 28 položkami, kde respondenti hodnotia na päťbodovej Likertovej škále (1 - Vôbec nie, 2 - Trochu, 3 - Tak stredne, 4 - Trochu viac, 5 - Veľmi), do akej miery platí pre nich daný výrok. Dotazník mapuje zdroje mladých ľudí v štyroch faktoroch - vzťahovom, individuálnom, spoločenskom a kultúrnom. Pre účely našej práce bola použitá verzia upravená na slovenské pomery (Szobiová, Kuklišová, 2011).

5.5.2 ROSENBERGOVA ŠKÁLA SEBAHODNOTENIA (RSES)

RSES patrí k najčastejšie používaným meracím nástrojom globálneho sebahodnotenia. Je to najmä kvôli jej vysokej úrovni reliability v porovnaní s inými doteraz vytvorenými škálami globálneho sebahodnotenia (Baumeister et al., 2003). Obsahuje 10 položiek, ktoré môžu byť

hodnotené na štvorbodovej Likertovej škále (0 - úplne nesúhlasím, 1 - čiastočne nesúhlasím, 2 - čiastočne súhlasím, 3 - úplne súhlasím). Vyhodnotenie spočíva vo vypočítaní sumačného skóre. Päť položiek sa hodnotí reverzne. Čím je vyššie sumačné skóre, tým je aj vyššie sebahodnotenie (Marsh, 1993).

5.5.3 COOPERSMITHOV DOTAZNÍK SEBAOCENENIA

V porovnaní so RSES ponúka Coopersmithov dotazník sebaocenenia príležitosť merať vnímanie seba v štyroch rôznych doménach - osobné Self, vrstovnicke Self, rodinné Self a školské Self. Hauser a kolegovia (2006) ho zaradili do svojej batérie, odkiaľ sme čerpali inšpiráciu. Jeho nespornou výhodou je pokrytie významných oblastí pre náš výskum.

Obsahuje spolu 58 položiek, na ktoré sa dá odpovedať "Súhlasím" alebo "Nesúhlasím." Vzhľadom na malý výber možností je jeho súčasťou aj lži skóre. Tri odpovede lži skóre môžu znamenať problematickú vierohodnosť vyplnenia dotazníka alebo sociálnu žiadúcnosť participanta (Medved'ová 2000).

5.5.4 ŠKÁLA VŠEOBECNEJ SEBAÚČINNOSTI (GSE - GENERAL SELF-EFFICACY)

Uvedený dotazník zisťuje úroveň sebeúčinnosti (self-efficacy). Bandura (1994) ju opisuje ako presvedčenie ľudí, že majú pod kontrolou udalosti, ktoré majú vplyv na ich život. S týmto presvedčením sa budú cítiť povzbudení konať a ich konanie bude následne efektívne. Kľúčom je očakávanie tejto účinnosti. Je to o presvedčení, že dokážeme urobiť všetko preto, aby sme splnili vytýčený cieľ. Je však treba vyhodnotiť, či naše správanie povedie aj k reálnym výsledkom.

Dotazník obsahuje 10 položiek, pri ktorých má respondent zhodnotiť, nakoľko pre neho platia. Má k dispozícii štvorbodovú škálu (1 - Vôbec to pre mňa neplatí, 2 - trochu to pre mňa platí, 3 - značne to pre mňa platí, 4 - úplne to pre mňa platí). Výsledné skóre sa rovná sumačnému skóre, škála neobsahuje reverzne kódované položky (Schwarzer, 1997).

5.5.5 ŠKÁLA SPOKOJNOSTI SO ŽIVOTOM (SWLS - SATISFACTION WITH LIFE SCALE)

Škála bola konštruovaná za účelom stanovenia komplexného úsudku o životnej spokojnosti. Tento úsudok sa dá teoreticky predpovedať – závisí is porovnania životných okolností s

určitými štandardami daného jendotllivca. Je tvorená piatimi položkami, ktor skôr globálneho charakteru, poukazujúce na spokojnosť so životom ako celkom. Nekonkretizujú určité životné domény. Respondent môže vyjadriť, nakoľko súhlasí resp. nesúhlasí s daným výrokom na sedembodovej Likertovej škále. (1 - vôbec nesúhlasím, 2 – nesúhlasím, 3 – skôr nesúhlasím, 4 – ani nesúhlasím, ani súhlasím, 5 – skôr súhlasím, 6 – súhlasím, 7 – úplne súhlasím.)

Celková dimenzia životnej spokojnosti môže nadobúdať hodnoty v rozmedzí 5 – 35 získaných bodov. Bodové skóre spadajúce pod interval 5 – 9 reprezentuje extrémnu nespokojnosť, interval 10 - 14 nespokojnosť, dosiahnutie skóre medzi 15 a 19 poukazuje na mierne nespokojných jedincov, interval 20 – 24 reprezentuje čiastočnú životnú spokojnosť, interval 25 – 29 zahŕňa veľmi spokojných jedincov so životom, a dosiahnutie skóre 30 a vyššie znamená extrémne vysokú životnú spokojnosť (Diener et al., 1985).

5.5.6 POLOŠTRUKTUROVANÝ ROZHOVOR

Správne vedenie rozhovoru si vyžaduje zladit' niekoľko vecí - určiť správne tému rozhovoru, vybrať vhodných respondentov a položiť správne otázky (Kaufman, 2010). Pre osobnosť výskumníka sú dôležité vlastnosti ako citlivosť, koncentrovanosť, disciplinovanosť a interpersonálne porozumenie (Hendl, 2005). Okrem toho je dôležité si určiť hlavnú tému, aby sme predišli nahromadeniu prebytočného materiálu. S pribúdajúcimi rozhovormi sa môže téma pružne meniť - konkretizovať (Kaufman, 2010). Pološtruktúrovaný rozhovor sa vyznačuje vopred pripravenými okruhmi otázok a špecifickými otázkami, ktoré je možné počas rozhovoru dopĺňať, príp. meniť ich znenie (Hendl, 2005). V našom prípade sme sa v rozhovoroch pohli od opisovania celkového zážitku z tábora a opisovania prípadných prínosov v rôznych oblastiach ku konkrétnym otázkam, týkajúcim sa participantmi vnímaných protektívnych faktorov a zmien od jedného rozhovoru k druhému.

K tomu nám pomohlo zostavenie osnovy - vytvorenie okruhov a s nimi súvisiacich otázok. Od rozhovoru k rozhovoru sme odhaľovali relevantnosť jednotlivých okruhov a spresňovali formuláciu otázok. Tvorenie otázok je dynamickým procesom (Kaufman 2010). Nakoľko patrí formulácia otázok medzi najdôležitejšie prvky určujúce, ako bude respondent odpovedať, mali by byť otvorené, jasné, citlivé a neutrálne (Hendl, 2005). V koncipovaní otázok do pološtruktúrovaného rozhovoru sme použili ako inšpiráciu Hauserovu príručku *Guide for Narrative Analyses of the Adolescent and Young Adult Interview* (Hauser, 1999). Príručka bola upravená tak, aby odrážala zámer nášho výskumu.

5.6 REALIZÁCIA VÝSKUMU

Zapojenie sa do prosociálne orientovanej komunity bolo dobrovoľné. Participanti boli oboznámení s možnosťou kedykoľvek ukončiť výskum, možnosťou odmietnuť odpovedať na otázky v kvalitatívnom rozhovore a možnosťou viesť rozhovor bez nahrávania. Ubezpečili sme ich o anonymite výskumu (bude im zmenené meno) a o tom, že získané údaje sa použijú iba na účely diplomovej práce. V úvode batérie dotazníkov bol podrobne uvedený účel výskumu, predbežný opis jeho dlhodobého charakteru (intervaly stretávania). Miesta stretávania sa líšili v závislosti od možností participantov a autorky.

Najprv participanti vyplnili batériu testov. V niektorých prípadoch boli testy vyplňané online v deň rozhovoru alebo zaslané poštou. Následne prebiehali rozhovory.

V prvom rozhovore to bolo predovšetkým zisťovanie prvej motivácie sa prihlásiť, očakávania, spokojnosť, resp. nespokojnosť s turnusom, motivácia pokračovať a vnímanie prínosu v niektorých oblastiach. Otázky pre prvé interview sa nachádzajú v prílohe 1.

Druhý rozhovor sa uskutočnil v priebehu februára a marca 2014. Otázky sčasti vychádzali z predchádzajúceho rozhovoru a sčasti boli rovnaké pre celú vzorku. V nich sme sa explicitnejšie zaoberali miestom projektu v ich živote, ťažkými obdobiami a ich zvládaním a životnou spokojnosťou (príp. kroky zamerané na zvýšenie životnej spokojnosti). Zoznam jednotne formulovaných otázok sa nachádza v prílohe 2.

Tretí rozhovor slúžil najmä na overenie pokračujúcich tendencií, resp. návratu do projektu a na zhodnotenie zvládacích stratégií a zmien k vyššej životnej spokojnosti. Táto vlna rozhovorov nemá jednotný set otázok, skôr slúžila na dokreslenie.

Tretia a štvrtá vlna merania (analogicky druhý a tretí rozhovor) poznačila časová tieseň, spôsobená vonkajšími okolnosťami, ktorým bola vystavená autorka i participanti. Z tohto dôvodu mali niektoré rozhovory formu otvorených otázok v online dotazníku. Podobne ako uvádza Halamová a kolegovia (Halamová, Timuľák a Adamovová, 2013), nahradenie verbálnych výpovedí písomnými redukuje bohatstvo dát, ktoré sa potenciálne dajú získať prostredníctvom rozhovoru uskutočneného tvárou v tvár. Nie je umožnené priame dopytovanie, ak je nám nejaká časť výpovede nejasná. V priebehu výskumu to bolo riešené dopytovaním sa v ďalšej vlne rozhovorov.

5.7 SPRACOVANIE ÚDAJOV

Vzhľadom na charakter nášho výskumu sme postupovali podľa krokov, ktoré uvádza Plichtová (2002). Po realizácii rozhovorov je dôležitá ich doslovná transkripcia, príp.

opakované počúvanie záznamov. Odporúča sa robiť si poznámky vo forme predbežnej analýzy, kedy sa výskumník snaží identifikovať spoločné a rozdielne prvky v jednotlivých výpovediach, resp. hľadá spoločné znaky, ktoré sa u každého z participantov mohli prejaviť rôzne. Rozhovor sa takto stáva mikrovýskumom, v ktorom si výskumník overuje, rozširuje a prehĺbuje pôvodnú konceptualizáciu problému. Zohráva významnú úlohu, nakoľko výskumníkovi umožňuje učiť sa na vlastných chybách (Plichtová, 2002).

Ďalšou fázou je analýza a interpretácia. Má cyklický charakter - výskumník si číta prepisy alebo počúva záznamy a robí si k nim poznámky, ako jednotliví participanti rozvíjali témy a podtémy (Plichtová, 2002). V našom prípade sme si vybrali troch participantov, ktorí sa stali v lete 2014 vedúcimi na turnusoch a v lete 2015 boli opäť pozvaní ponúknuť svoje schopnosti projektu Katarínka. Rozhovory sme segmentovali na analytické jednotky na základe výskumných otázok a hľadali spoločné a rozdielne prvky vo výpovediach. K tým sme potom priradzovali symboly, aby sa nám jednoduchšie kategorizovali. Po ich identifikovaní sme začali prechádzať rozhovory s pomocnými vedúcimi v sezóne 2014, či sa tieto prvky nachádzajú aj vo výpovediach pomocných vedúcich, resp. či neobjavia nové.

Vyhodnotili sme všetky dotazníky a škály za účelom poskytnutia uceleného obrazu dynamickej zmeny v priebehu jedného roka a siedmich mesiacov (od septembra 2013 do apríla 2015). Kvantitatívne ukazovatele môžu ponúknuť dodatočné objasnenie niektorých výpovedí a tiež možnosť monitorovať oblasti života, ktoré nie vždy sú priamo pertraktované v rozhovore.

5.8 ANALÝZA A INTERPRETÁCIA VÝSLEDKOV

Nasledujúca kapitola bude venovaná analýze získaných výsledkov. Podkapitoly sme rozčlenili na základe výskumných otázok.

5.8.1 MOTIVÁCIA PRE DOBROVOLENÍCTVO

5.8.1.1 Vedúci

V tejto podkapitole sa budeme venovať prvej výskumnej otázke: *Aká bola motivácia participanta zapojiť sa do dobrovoľníctva v prosociálne zameranej kominute?* Výsledky uvádzame v prvom rade podľa respondentov, ktorí sa stali vedúcimi v sezóne 2014 a pokračujú v sezóne 2015 (Dominik, Roman, Ivana). Naše zistenia porovnávame s výpoveďami pomocných vedúcich v sezóne 2014, ktorí nepokračujú v sezóne 2015 (Eva, Natália, Denisa a Soňa). Vo výnimočných prípadoch siahneme k porovnaniu s nepokračujúcimi účastníkmi, nakoľko sa mohli stať členmi tímov alebo stretávajúcich sa

skupiniek aj bez účasti na turnuse (Adam, Lenka, Radka, Kristína, Barbora). Na záver tejto kapitoly ponúkame zhrnutie získaných výsledkov.

Dominik

Téma prvej motivácie zapojiť sa do projektu sa vyskytuje v prvom rozhovore. Uskutočnil sa na začiatku marca 2014. Rozhovor bol v celej dĺžke zvukovo zaznamenaný na diktafón. Predchádzalo mu druhé vyplnenie batérie testov (Prvé vyplnenie prebehlo na konci septembra 2013).

Dominik je 20-ročný študent prvého ročníka technicky zameranej vysokej školy v Trenčíne. O dobrovoľníckom projekte Katarínka sa dozvedel od svojich známych. Bližšie informácie o prácach na zručanine si vyhľadal na internete a hneď ako to bolo možné, sa prihlásil na turnus. Katarínka ho lákala z viacerých dôvodov. *“Mal som voľno cez prázdniny...ma bavila takéto činnosti a tak život s druhými v prírode. Môžem druhých spoznať.”*

Roman

Prvotná motivácia bola opäť súčasťou úvodného rozhovoru. Rozhovor sa uskutočnil na konci februára 2014, opäť mu predchádzalo druhé vyplnenie batérie testov (prvé prebehlo na začiatku októbra 2013) a v celej dĺžke bol zaznamenaný na diktafón.

Roman má 19 rokov a v tú jeseň nastupoval do druhého ročníka technicky zameranej školy v Bratislave.

Prvá informácia bola v čase prvého rozhovoru stará 5 rokov a pochádzala z Katolíckych novín. Na turnus ho presvedčil istý spolužiak zo školy, ktorý ho intenzívne prehováral. Pozval ho na ten istý turnus, na ktorý sa tiež chystal. *“On ma začal s tým otravovať...a neprestal (smiech). On to nechal na mňa, to rozhodnutie bolo slobodné a moje, ale on ma tak namotivoval.”* Spolužiak mu opísal základné veci ako to, že tábor bude prebiehať v lese, a že sa nejakú časť dňa bude pracovať. Romanove leto bolo veľmi bohaté na program, nemal veľa času na zistenie si podrobnejších informácií. *“Ja som proste vedel ešte menej ako som mohol. Akože... vedel som niečo...no dobre, tak jest' nám tam dajú, bude sa tam nejakú dobu robiť a vedel som, že to bude bez mobilu a internetu, bez počítačov. To mi nevadilo, bez počítačov. Bez hodín to som nevedel, ale to bolo okej a poobede, že na výlety alebo niečo”*

Ivana

K identifikovaniu prvej motivácie nám opäť poslúžil prvý rozhovor. Uskutočnil sa v prvej polovici marca 2014. Rozhovor bol zvukovo zaznamenaný a predchádzalo mu druhé vyplnenie batérie testov (prvé vyplnenie prebehlo na začiatku októbra 2013).

Ivana má 20 rokov a v jeseni 2013 nastupovala do prvého ročníka vysokej školy s pedagogickým zameraním v Bratislave. O Katarínke sa dozvedela od svojej spolužiačky zo strednej školy a svojej mamy. Aj napriek tomu, že ju jej spolužiačka veľmi presviedčala, trvalo ešte pár rokov,

kým nakoniec šla. Tábor na Katarínke mal byť odmenou za úspešné maturity: *“Práve tento (rok)...lebo som mala takú, že keď zmaturujem z angličtiny, tak idem na Katarínku, ak nie...idem do Anglicka sa tú angličtinu doučiť.”* Maturita z angličtiny sa nakoniec podarila. *“Mám čas a tak môžem ísť! (smiech)”*

Čím viac sa približoval jej turnus, tým viac bola neistá, či má ísť. Nakoniec ju namotivovala tá istá spolužiačka, ktorá jej o projekte povedala. Ivana to zhrnula takto: *“Nemôžem voči niečomu furt utekať, keď viem, že mi to neodkusne nič z tela, že je to výzva, že niečo nové, že nemusím byť furt zahrabaná v jednom...aj spoznať nových ľudí, že vlastne jedna etapa života - maturity - mi skončila a že nastúpim na vysokú a že je to nejaká nová príležitosť aj tu v Bratislave byť v nejakej komunite a stretávať sa a nebyť taká odpažená, že nebyť na vysokej s ľuďmi, ktorí sú tu iba kvôli titulu, že mať aj v Bratislave nejaké také, čo ma naplňa, čo by som ešte chcela robiť aj pomimo školy.”* Nakoniec teda bola Ivana rada, že išla. *“Niekedy mám veľký strach a potom že: To bolo super! Nemala som veľké očakávania, tak potom neboli ani veľké sklamanie.”*

5.8.1.2 Pomocní vedúci

Eva

O prvej motivácii sme sa rozprávali v prvom rozhovore, ktorý sa uskutočnil na konci marca 2014. Pred rozhovorom Eva vyplnila druhýkrát batériu testov (prvú vlnu vyplnila v polovici októbra 2013). Eva mala v čase rozhovoru 23 rokov a nastúpila do tretieho ročníka v jednom z odborov na Prírodovedeckej Fakulte UK. Prvýkrát počula o Katarínke od svojej mamy, no vtedy sa na to ešte necítila. Situácia sa však zmenila, keď jej priateľ mal na dlhšiu dobu odísť. *“...vtedy mi to prišlo také, šak ostanem tu sama a neviem čo, a tak som možno chcela nových ľudí spoznať prostredníctvom tohto, lebo som videla, že tí starí kamarati boli takí...že sme si až tak nesesedeli...to že som možno chcela spoznať niekoho na lepšej vlnovej dĺžke, tak potom ma aj tak napadlo a aj mamina mi hovorila, že čítala kedysi dávno o Katarínke, takže som to vyskúšala.”*

Eva nám pri opisovaní svojich očakávaní spomenula aj svoju túžbu ísť mimo mesto do prírody. Katarínka sa aj z tohto pohľadu javila ako dobrá alternatíva. *“Tešila som sa do lesa...strašne mi už liezlo na nervy aj mesto a možno aj to bola jedna z tých motivácií, že už som mala plné zuby Bratislavy a že som chcela ísť do lesa...takže aj na ten les som sa tešila, na tú prírodu možno a na tie zážitky...ako na tábor.”*

Natália

Prvý rozhovor s Natáliou bol na začiatku marca 2014, ktorému predchádzala druhá vlna vyplňania testovej batérie (prvú vlnu vyplňala na začiatku októbra 2013). Prvú informáciu o Katarínke

počula v televíznych novinách veľmi dávno a postupne sa o tom dozvedala aj od kamarátov. Veľmi dlho bola motivovaná ísť, ale podarilo sa jej to až po troch rokoch. Vysvetľuje to nasledovne: *“No lebo ma rodičia takú ešte veľmi nechceli pustiť a až teraz mi dali takú slobodu a ja úplne mám strašne rada stredovek, proste úplne také staré veci a rozpadnuté a staré budovy a toto mi prišlo také rozpadnuté (smiech).”* Jej očakávania odrážali jej túžby, a aj keď vnímala nejaké prekážky, motivovala ju práca na zrúcanine a pobyt v prírode. *“V podstate, že tam budeme pracovať, to sa mi páčilo, a že budeme tam pracovať na zrúcanine, ktorá je zrúcaná (smiech), že tam budeme takí...že to tam bude také na prírodno...desila som sa toho, že nebudem mať mobil, ale...nejako som si povedala, že to bude dobré, takže som sa na to tešila.”*

Soňa

Soňa prišla na prvý rozhovor na začiatku marca 2014 a prvú vlnu testovej batérie vyplňala na začiatku októbra 2013. Soňa patrí k ľuďom, ktorí sa na Katarínku dostávali postupne dlhé roky. Ešte na strednej škole sa o nej dozvedela od starších kamarátov, potom sa na Katarínku prihlásili niektorí rodinní príslušníci a nakoniec sa dohodla s tromi dobrými kamarátkami, že tam pôjde. Zladenie letných plánov trvalo tri roky, takže sa Soňa dostala na Katarínku až uplynulé leto.

Podľa Soniných slov svoju motiváciu akoby objavovala. *“...hlavným motivátorom...to bolo u mňa, lebo som si vravela, že každý chodí na tú Katarínku a pritom som si bola vedomá, že ja o tom nič neviem, ja neviem, čo tam budem robiť, ľudia niečo hovoria kde tu, niečo povedia, ale v skutočnosti som nevedela, že do čoho pôjdem. Keď som sa prihlasovala, tak som mala taký entuziazmus vo mne veľký, že “Jo! Že idem na Katarínku konečne!” a pritom som ani nevedela do čoho idem hej a keď som prvý deň vyšlapala to Bradlo, tak tiež to bolo také, že jaj, tak do tohto vlastne?”* Opýtali sme sa Soni, že či to nie je nejaký druh protestu. *“U mňa to bol taký protest, ale tá motivácia bola vlastne poznať nepoznané a je to úplne niečo také iné a ja mám rada nové veci, aj také proste odlišné...rada skúšam nové veci, takže prečo nie, takže tá motivácia bola taká, že “Raz tam určite chcem ísť”, že či už sama alebo s tými kamoškami, ale sme si to tak sľúbili s tými kamarátkami, tak preto...sme si povedali proste, že raz tam pôjdeme a ja som bola taký hlavný (motivátor).”*

Denisa

S Denisou sme absolvovali spoločný rozhovor a druhú vlnu vyplňania v prvej polovici marca 2014. Prvá vlna prebehla na začiatku októbra 2013. O možnosti ísť na Katarínku sa dozvedela od svojej kamarátky Alexandry. *“Najväčšia motivácia bola asi tak ona, hej, že ona ma tak presviedčala, že to bude fajn, že však tam budeme dva týždne spolu že budeme robiť somariny, ma sme dobrá dvojka v tomto (smiech). Že bude to niečo nové pre mňa, aj pre ňu.”* Alexandra má podľa slov Denisy veľmi dobré presviedčacie schopnosti, takže ju veľmi namotivovala. Pred turnusom nevedela veľa o projekte, dozvedela sa o ňom z rozprávania Alexandry a z pozývacieho listu. Očakávala napríklad, že nebudú môcť používať mobily a že spozná veľa nových ľudí a zažije veľa nových zážitkov. Nečakala však, že

bude aj miesto na duchovný rast. Hlavnú motiváciu zhrnula nasledovne: *“Taká tá moja motivácia bola ísť tam s tou kamarátkou a zažiť niečo nové cez leto a fakt, také som leto mala, že málokde som bola a chcela som niečo nové zažiť, asi tak.”*

5.8.1.3 Zhrnutie

Z uvedených výpovedí je vidieť, že participanti sa vo veľa prípadoch dozvedeli o projekte Katarínka od svojich blízkych a kamarátov, ktorí ich motivovali tam s nimi ísť. Je to efektívny spôsob, ako nájsť nových účastníkov, ktorí sa neskôr môžu stať potenciálnymi vedúcimi a pomocnými vedúcimi. Letný tábor ponúka priestor na nadviazanie nových vzťahov. Z tohto pohľadu začlenenie sa do prosociálne zameranej komunity plnilo sociálnu funkciu (Clary et al., 1998).

Častou motiváciou bolo aj spoznanie nových ľudí a všeobecne zažitie niečoho nového. Prázdninový čas ponúka na tieto aktivity ideálnu príležitosť. Niektorí účastníci prejavili záujem o prácu na zručanine a o aktívny oddych v prírode. Katarínka ako projekt ponúka možnosti neformálneho vzdelávania, či už učenia sa tradičných techník konzervovania, vzdelávaní sa v histórii miesta v poobedňajšom zábavnom programe (OC Katarínka, 2015). Vzhľadom na opísané skutočnosti môžeme konštatovať funkciu porozumenia podľa Claryho funkcionálneho prístupu (Clary et al., 1998).

Zoznam motivácií priradených k jednotlivým participantom je uvedený v Tabuľke 2. Tabuľka je rozdelená na dve časti podľa funkcie (vedúci alebo pomocní vedúci), ktorú zastávali participanti v sezóne 2014. Dá sa z nej vidieť, že nie sú výraznejšie rozdiely v prvotnej motivácii medzi týmito dvomi skupinami.

Mohli by sa objaviť rozdiely medzi participantmi v tabuľke a tými, ktorí už nepokračovali ďalej na turnuse v sezóne 2014. Ide však o prvotnú motiváciu. Pre dlhodobé angažovanie je dôležité identifikovať motívy pre zotrvanie v projekte. Bude tomu venovaná nasledujúca podkapitola.

Tabuľka 2: Motivácia participantov prihlásiť sa na turnus

Meno participanta	Funkcia (v sezóne 2014)	Motivácia
Dominik	Vedúci	Záujem o manuálnu prácu Pobyt v prírode Spoznanie nových ľudí
Roman	Vedúci	Motivovaný spolužiakom
Ivana	Vedúca	Odmena za úspech Spoznať nových ľudí Zažiť niečo nové

		Motivovaná spolužiačkou
Eva	Pomocná vedúca	Spoznať nových ľudí Pobyt v prírode Zažiť niečo nové
Natália	Pomocná vedúca	Záujem o manuálnu prácu Pobyt v prírode
Soňa	Pomocná vedúca	Motivovaná kamarátkami Spoznať nových ľudí Zažiť niečo nové
Denisa	Pomocná vedúca	Motivovaná kamarátkou Zažiť niečo nové

5.8.2 DLHODOBÉ DOBROVOLENÍCTVO

Táto podkapitola bude venovaná druhej výskumnej otázke: *Ako sa vyvíjala jeho dobrovoľnícka aktivita v rámci prosociálne zameranej komunity?* Podobne ako v predchádzajúcej podkapitole, výsledky uvádzame najprv od dobrovoľníkov, ktorí sa dlhodobo zaangažovali a následne spracujeme aj výpovede pomocných vedúcich, ktorí v čase posledného rozhovoru vedeli, že sa z rôznych dôvodov ďalšieho turnusu nezúčastnia.

Vystihnúť premenu jednorazového dobrovoľníctva na dlhodobé je komplikovaná úloha. Je treba premyslieť, akú stratégiu zvolíme. Na konci prvého rozhovoru sme sa pýtali na ich túžbu vrátiť sa na turnus prípadne sa stať vedúcim. Odpoveď považujeme za ich smerovú voľbu, čo by chceli robiť ďalej. V nasledujúcich rozhovoroch sa pýtame na zhodnotenie družín. Budeme sa riadiť prevažne odpoveďami na tieto otázky, vždy uvedieme, z ktorého rozhovoru dané výroky pochádzajú.

5.8.2.1 Vedúci

Dominik

Na konci prvého rozhovoru (marec 2014) Dominik vyjadril túžbu ísť opäť na turnus, či už ako vedúci alebo pomocný vedúci. Ak by sa to nepodarilo, išiel by na niektorú letnú akciu mimo letných turnusov. Dostal aj pozvanie prísť na hlavné školenie pre ľudí, ochotných pomôcť projektu. „...to, že ma pozvali na hlavné školenie, tomu sa teším, že sa môžem viac

dozvedieť a viac sa začleniť do tých štruktúr, akoby (smiech).“ Záujem a pochopenie a začlenenie sa do štruktúr môže svedčiť o túžbe dlhodobo sa zaangažovať.

Druhý rozhovor (tretia vlna testovej batérie, december 2014, učebňa na katedre psychológie FiFUK, na požiadanie participanta nebol zvukovo zaznamenaný) sme začali rozoberaním aktuálneho miesta Katarínky v Dominikovom živote. Spomedzi svojich záujmov ju položil na prvé miesto a vysvetlil to takto: *“Pretože sa v tom nachádzam, je tam viac vecí, ktoré ma zaujímajú a môžem sa tomu venovať. Tiež to, že môžem prijímať zodpovednosť a učiť sa novým veciam. Je to výzva.”* Dominik sa v sezóne 2014 stal vedúcim. Jeho nová rola ho motivovala do ďalšej práce. *“Ešte ma to viac zaujíma, viac sa zapájam. Mám nové úlohy a zodpovednosti, ktoré som prijal...sa snažím viac zaangažovať a dosiahnuť, aby boli odo mňa výsledky. Dali mi dôveru, tak sa snažím podať čo najlepší výkon.”*

Dominik vnímal seba ako niekoho, kto nielen prijíma, ale aj vedie a dáva. Na jeho druhom turnuse bolo pre neho novým zážitkom posúvať ďalej svoje zručnosti a poznatky. Veľmi ho potešilo, keď videl u nových účastníkov tú istú radosť, akú mal on na svojom prvom turnuse: *“Tí noví účastníci, čo so mnou pracovali, mali z toho zážitok, že som ich niečo naučil (...) a potom sa vrátili a dá sa s nimi rátať do budúcnosti.”* Byť dobrovoľníkom na Katarínke spája pre Dominika viac vecí. *“No...som medzi ľuďmi, s ktorými si rozumiem, ktorí sú aj vekovo podobní. Tiež sú to veriaci ľudia, s ktorými sa môžem o všetkom možnom baviť...pomôžeme si, porozprávame sa...som si našiel medzi nimi priateľov. Druhá vec, vždy ma tak zaujímali história a pamiatky, hrady a môžem sa na tom podieľať...som obdarený určitou šikovnosťou, ktorú môžem na to využiť. Starší, ostatní, čo boli predtým, mi dali, čo som sa na Katarínke naučil alebo hodnoty nadobudol, môžem poslať ďalej. Pomáham tak aj spoločnosti...nie je to o tom sa len sťažovať, ale aj niečo zmeniť k lepšiemu. Okrem toho, dobrovoľníctvo môže byť aj zábava, že väčšinou človek príde makať a takto si to ani nevšimne.”*

Tretí rozhovor (koniec apríla 2015, štvrtá vlna meraní, na požiadanie participanta nebol zvukovo zaznamenaný) prebehol v reštaurácii rýchleho občerstvenia. V tom čase bolo po ďalšom hlavnom školení a postupne sa ujasňovali funkcie jednotlivých vedúcich na nadchádzajúcu sezónu. Dominik bol pozvaný do role hlavného vedúceho lešenia pre jeden z turnusov. Mal zodpovednosť za celé lešenie a prácu na ňom a pod sebou troch vedúcich. Takto opisoval svoje pocity: *“Nemyslel som, že to tak rýchlo pôjde. Vedel som o tom dostatočne včas, som schopný sa s tým vysporiadať, nebolo to také, že hneď teraz som sa to dozvedel, viem to už dlhšie. Nebojím sa toho, čo budem robiť a ako to budem robiť, ale skôr*

ako budem o tom rozprávať pred druhými. Vieš, nie som zvyknutý tak veľa rozprávať. Skôr urobím, ako poviem.” Vrátili sme sa ešte do obdobia prvého turnusu, keď Dominik spomínal, že musel čeliť zodpovednosti. Zaujímalo nás, ako to konkrétnejšie myslel. *“Chcel som to robiť, bolo to mojim cieľom byť vedúci lešenia, nebolo to tak, že by ma tam niekto nanominoval, bola to túžba. Asi tak. Nebolo to také, že by som musel nejaké prekážky prekonávať. Nebol som v tom sám, ďalší traja vedúci lešenia boli so mnou.”*

Roman

Roman sa ku koncu prvého rozhovoru (koniec februára 2014) mal vyjadriť aj k tomu, či chce ešte prísť na Katarínku. *„Na Katarínku by som sa určite chcel vrátiť.“* Zaujímalo nás, či by sa chcel vrátiť aj ako vedúci. Videl to ako jednu z možností, ale nedal si to za cieľ – bol voči tomu slobodný. *„Myslím, že hej. Ja som to tak pochopil aspoň, že na Katarínke sa karierizmus dosť ťažko buduje (smiech). Mi to prišlo, že ak by prišli za mnou, že treba toto a toto a pôjdeš tam a tam, tak by som s tým nemal problém. A nebolo to tak, že ak nebudem vedúci, tak nebudem vedieť, čo budem robiť celé leto, a keď budem len pomocný vedúci, tak tam budem od vecí. Keď tak hej, tak okej, keď nie, tak to prežijem.“*

Prvá otázka tretieho rozhovoru (november 2014, tretia vlna meraní, centrum kresťanského spoločenstva) sa týkala miesta Katarínky v Romanovom živote. Podľa jeho slov sa stala významnou súčasťou jeho života, nakoľko bol prizvaný do úzkeho kruhu ľudí, ktorí ju riadia. *„Katarínka má mimoriadne veľké miesto. Dostal som ponuku ísť do jadra a povedal som áno, čiže tak.“* Pozvanie do „jadra“ znamená, že aktuálni členovia v ňom vidia potenciál prispieť pre budovanie Katarínky. Zlomový bod vidí v tom, že sa stal členom ich stretnutí, ktoré sú raz za týždeň a týkajú sa rozvíjania ich viery. Potom sa to už len nabaľovalo.

„Momentálne som v tom dosť hlboko a dosť sa mi to páči.“ Kvôli čomu sa mu to tak páči? Roman vraví, že to prichádzalo postupne a najviac mali na tom podiel ľudia, ktorých spoznal. *„Stretol som týchto ľudí a chcem ich stretnúť o týždeň a chcem ich stretnúť o mesiac.“* Zhodnotenie družiny začal výrokom o tom, že ju konečne absolvoval celú. Bola to zaujímavá situácia v tom, že už mal nejakú funkciu a mal ju nejako vykonávať, ale nemal zažitý ani celý turnus kvôli chorobe. Roman sa na to pozerá ako na vtipnú a pozitívnu skúsenosť. Zo začiatku však mal pocit, že nevie, ako má viesť prácu na lešení. *„Mne keď došla ponuka (stať sa vedúcim), tak aj som si uvedomil, že ja som tam dokopy nič nerobil...neviem, ako sa tie veci robia. (...) potom prišli školenia.“* Na nich sa mal možnosť zdokonaľiť, resp. znovu naučiť to, čo bude učiť nových účastníkov, učiť počas leta.

Vzhľadom na úvod rozhovoru, kde nám Roman povedal o jeho členstve v riadiacom orgáne celého projektu, sme chceli poznať jeho postoj ku karierizmu v rámci projektu. „*Nemám nejakú potrebu si na seba nahádzať veci, ono to nejako samo prichádza.*“ Roman priznal, že sa učí povedať nie. Dostáva ponuky aj z iných spoločenstiev a na pomoc s akciami na Katarínke. Prijatie ponúk vysvetľuje nasledovne: „*Nemám zvlášť túžbu si toho viac nakladať, ale deje sa to. To áno na vedúceho bolo o tom, že...no ja som s tým mal vnútorné problém. Bol som na tom turnuse päť dní.*“ Roman si uvedomoval, že neodrobil tak veľa a dokonca nevedel o niektorých veciach, o ktorých by ako účastník celého turnusu vedel. No dôveroval skúsenosti ľudí, ktorí ho pozvali do služby „*Tí ľudia si ma vybrali a nevybrali si ma len tak náhodne. Asi vidia vo mne niečo, čo ja osobne nevidím, a keď ma vybrali a prejavili mi tú dôveru, tak ja do toho idem a budem sa snažiť to urobiť čo najlepšie.*“

Istotu nabral až na školení murovania. Podobne to bolo so vstupom do „jadra. Prijal to ako výzvu. Roman si hovoril, že, „*títo ľudia si myslia, že to zvládneš, sú o tom presvedčení, chcú ťa tam, ty to nejako nerieš. Budeš robiť to čo budeš zvládať a čo budeš vedieť a čo nebudeš vedieť, ťa môžu naučiť.*“ Svoju pozíciu vedúceho nevnímal ako riadiacu, no skôr ako spoluprácu. „*Nejdem tam s tým, že budem tam mať nejakých ľudí pod sebou a budem to tam manažovať, ale že to tam budeme spolu robiť.*“ Našiel aj spôsob ako zbúrať bariéru medzi vedúcimi a novými. „*Bolo to o tom vyjsť k tým ľuďom počas práce, ale aj počas tých zvyšných aktivít. A tak s nimi prežívať tie bežné dni a bežné veci, aby tam tá bariéra nezostávala.*“

Náš posledný rozhovor sa konal približne mesiac po hlavnom školení (cca polovica apríla 2015, štvrtá vlna meraní, centrum kresťanského spoločenstva) a už v tom čase Roman vedel, že na jednom z turnusov bude hlavným vedúcim. Je to osoba, ktorá má na starosti celú organizáciu turnusu. Opýtali sme sa ho teda na to, ako vníma tohtoročné leto. „*Teším sa...no hej...asi. Nevieť, nejako tak veľa emócií sa strieda vo vnútri mojej hlavy – aj sa bojím a mám taký rešpekt. Nevieť to teraz popísať...aj radosť, že pôjdem na turnus a že tam proste budem s ľuďmi, z toho sa veľmi teším a potom je tam tá obava, ten strach z tej funkcie, neviem, čo to presne je, ale niečo také tam je.*“

Chcel by s Katarínkou pokračovať aj po lete, len si uvedomuje, že si musí dávať pozor, aby nevyhorel. „*Baví ma to, naplňa ma to, dávam si pozor, aby som nevyhorel a tak. Nemám nejako dôvod to obmedzovať, keď to nejako obmedzím, tak z toho, že som to ja chcel, ale momentálne to nechcem obmedzovať.*“ Jediné, čo by ho mohlo obmedziť, je písanie záverečnej práce.

Opýtali sme sa, ako vníma zverenie dôvery v tomto prípade. Roman to nečakal a nemyslel si, že je vhodný na túto funkciu. „Teraz to bolo ťažšie vzhľadom k tomu, že ja som si myslel, že keď ti dajú dôveru v nejakú službu, tak to máš tak rozkúskované, že okej, toto by som aj chcel robiť a poteší ma, ak mi to ponúknu. Okej tu sa namakám, okej ale na toto mám ešte čas alebo teda teraz nie.“ Roman dostal ponuku, o ktorej si myslel, že má na ňu ešte pár rokov. „Z toho to bolo také ťažké, moja reakcia bola, že NIE! Musel som to prekusávať aj časovo aj cez rozhovory. Bolo to také, že...ja som bol presvedčený, že poznám seba najlepšie a oni ma nepoznajú, lebo nevedia, čo sa so mnou deje. Takže som bol presvedčený, že oni sa nejako pomýlili, nie že pomýlili, ale nevidia všetky súvislosti, ktoré sa v mojom živote dejú, všetky tie krízy, a všetky tie veci proste a kebyže to vidia, tak mi to proste určite neponúknu.“ Roman sa nakoniec rozhodol, že povie o svojich myšlienkových pochodoch, pomenuje problém (nie úplne komplexne, ale tak, aby sa to dalo pochopiť). Po tomto rozhovore ostal prekvapený. „Som čakal takú reakciu, že okej, my sme o tom nevedeli, tak si to premyslíme. Niečo také – ale to sa neudialo. Oni sa mi snažili pomôcť, oni to nejak neriešili, tú spojitosť medzi tým, my sme pevní v tom našom rozhodnutí, my by sme chceli, aby si to zobral ty. Budeme sa ti snažiť pomôcť, akokoľvek to pôjde.“

Roman ponuku napokon prijal a rozhodol sa, že pôjde do tejto funkcie najlepšie ako vie, aj keby bolo jednoduchšie ísť si riešiť do úzadia svoju krízu. Bol upozornený na to, že aj v prípade rozhodnutia pre riešenie krízy, len rozhodnutie nevyrieši situáciu hneď. Bolo mu to vysvetlené na príklade: „...že kedy mal Ježiš krízu počas toho trojdnia? V getsemanskej záhrade bola kríza, to bolo vtedy, keď prosil, aby otec zobral od neho tento križ...a proste to bola kríza a reálne až potom nastala križová cesta. Tak mi bolo povedané, že kríza skončí, ale nastane potom nejaká cesta, nejaký smer, ktorý bude strašne ťažký.“

Ivana

Počas prvého rozhovoru (marec 2014) Ivana odpovedala na otázku týkajúcu sa pokračovania kladne a tiež obdržala pozvanie na hlavné školenie. Cítila sa však neistá ohľadom funkcie, akú bude zastávať a v akom termíne bude môcť ísť na turnus. „Neviem či mám mať nejakú funkciu, či nejako dokážem poslúžiť niekomu, s tým, čo budem robiť a či vôbec ma vyberú, lebo tam je úzky výber na tých 4 družinových (miestach) a či vôbec budem mať čas v tom období, keď tam pôjdem. Asi budem braná ako záložník, že nebudem to brať na surovku, že toto a túto družinu budem, neočakávam niečo že viac, kam ma dajú, tak tam budem a príjmem to, že mala som tam byť.“

Druhý rozhovor (začiatok januára 2014) mal formu online dotazníka s otvorenými otázkami. Takto bolo riešená neschopnosť dostaviť sa na stretnutie tvárou v tvár, či už zo strany participantov alebo autorky práce. Participanti mali na ne čo najobširnejšie odpovedať, aby sa dali čo najjednoduchšie analyzovať. Ivanine odpovede boli však stručné (nemala prístup na internet doma a učila sa na skúšky), a tak sme sa pri najbližšom rozhovore rozhodli dopytovať na niektoré odpovede. Tretí rozhovor prebehol na konci apríla. Pre prehľad budeme uvádzať z ktorého z rozhovorov pochádzajú jednotlivé výpovede.

Ivana bola jednou z vedúcich v kuchyni na jednom z turnusov a zdá sa, že jej táto rola sadla: *“Bola to nová skúsenosť, výzva, ale aj super možnosť do niečoho takého ísť. Nachádzam sa v tom.”* Miesto Katarínky hodnotí vo svojom živote ako pozitívne, ako *“miesto, kde môžem byť sama sebou a spoznať nových ľudí, ale vždy s dobrým úmyslom.”* Oba výroky pochádzajú z online dotazníka. Poprosili sme Ivanu o objasnenie časti vety o spoznávaní nových ľudí. Ivana nám to vysvetlila tak, že Katarínka priťahuje podobné typy ľudí, ktorí chcú skôr niečo budovať ako rozbúrať systém alebo robiť vandalizmus. *“Nikto tam nejde so záujmom rozbúrať systém, proste berie Katarínku takú, aká je, že prečo a čo má za úmyslom...”* Ivana si myslí, že už čítanie o projekte jednoducho zaujme určitý typ ľudí a iných zas niečo odradí, napríklad zákaz alkoholu, náboženské pozadie programu alebo nie je človek oduševnený pre podobné veci *“....keď sa povie, keď si s niekým sedíš, je to tvoja krvná skupina - tak to je podľa mňa tiež, sa tam nachádzajú podobné krvné skupiny, buď takí historici alebo divadelníci...proste také zmesky, ktoré si majú čo povedať...napríklad ľudová kultúra alebo skauti...taká zmeska, čo má k niečomu bližšie, buď k tej dejinnej kultúre alebo prírodnej, alebo bezelektrickej alebo proste bezmodernej...niečo ich spája.”*

Čo sa týka budúcej perspektívy, počas tretieho rozhovoru v druhej polovici apríla 2015 sme sa dozvedeli, že sa Ivana opäť chystá na turnus. Ide spoločne s priateľom, ešte nevie presne, akú funkciu bude zastávať a opäť sa nebojí aj niečoho nového: *“...ale také je skôr zaujímavé, že ešte neviem, akú funkciu by som chcela, aj keď oni majú už približne vybraté, mne to príde take, že ma obsadili na nejaký typ, nejaký žáner a pritom možnože by som sa vedela nájsť v niečom inom....akože nemienim im odmietnuť, keď by mi položili nejakú ponuku, ale možno by som chcela vyskúšať ešte niečo iné, že na čo mám alebo teda aspoň jedno nejaké školenie...a zistiť svoje možnosti alebo čo...”* V čase nášho rozhovoru ešte bolo procesné prideľovanie vedúcich na jednotlivé pozície. Z Ivaninho rozprávania je vidieť túžbu objavovať projekt z iného uhla pohľadu.

5.8.2.2 Pomocní vedúci

Eva

V čase prvého rozhovoru (koniec marca 2014) sa Eva vyjadrila, že by sa chcela vrátiť ešte na turnus a sa stať pomocným vedúcim, konkrétne turistickým sprievodcom. Mala možnosť si vyskúšať úlohu gazdinky v kuchyni na jednej z víkendových akcií. Zdá sa, že jej táto úloha nesesedela. Z role turistického sprievodcu vyplývali pre ňu väčšie výhody. *“Ja neviem... gazdinka... ja som to skúšala na duchovnej obnove a ja neviem stáť kvôli chrbtu 12 hodín pri sporáku...aj tá duchovná obnova bola taká, že stále sme boli v kuchynke sme si nevedeli zadeliť čas aj keď nebolo čo robiť, ale stále sme tam museli nejaké drobnosti robiť. Predstavujem si, že tam na družine stále byť v kuchyni a stále stáť... Tak stoja a že varia a stoja...aj krájanie bez operadla...tie stoličky...ten chrbát..aj to by ma asi...aj to, že študujem cestovný ruch, dá sa tak povedať a neviem sa vyjadrovať a neviem pred ľuďmi rozprávať. Tak by som to brala ako taký tréning z tohto hľadiska, no...”*

Počas druhého rozhovoru (november 2014) sme sa dotkli aj témy jej druhého turnusu. Vzhľadom na jej schopnosti tam mala naraz dve funkcie – okrem turistického sprievodcu sa stala aj zdravotníčkou. Mala pocit, že sa oveľa viac pracovalo ako na prvej družine. *„...keď bol človek turizológ (skratka pre turistického sprievodcu), tak sa aj poobede pracovalo každý druhý deň, vlastne tam som pracovala celý deň a každý prvý pol dňa, takže každého pol dňa z tých dní bez práce...a nebolo to také zlé, ale som zistila, aké strašne ťažké je to turizológia... som si predstavovala, veď však sa budem iba rozprávať s tými ľuďmi, šak to je fajn...som zistila, že však pre pána, že človek má z toho tak veľkú hlavu, a že je to ťažšie ako pracovať na lešení. Je to oveľa ľahšie je to zaujímavá práca...som sa tešila viac na tie dni, keď som nemusela ísť medzi turizológov.*

Sprevádzanie turistov sa javí ako ťažšia práca ako práca na lešení. Eva tam však vidí aj pozitíva, ktoré jej to prinieslo. Jeho sklbenie s ďalšou úlohou sa zdalo veľmi zložitým úkonom. *„...ale no bolo to také, že...človek má pozitívnu energiu od tých ľudí a mám dobré skúsenosti s ľuďmi, s ktorými som rozprávala...super...a aj to, že keď už mal človek pol dňa voľno, tak bolo treba prevozovať nohy (smiech) a bolo to také, že som ani šľofika pomaly nemala, možno raz, vždycky to bolo také, že bolo treba utekať cez šľofika dole a tak.“*

V treťom rozhovore mali participanti na výber, či sa stretnú osobne alebo vyplnia otázky v online dotazníku. Eva si vybrala druhú možnosť. Dotazník vyplnila na konci marca

2015. Dotazník sme aktivovali po hlavnom školení na sezónu 2015. Eva sa ho nezúčastnila z viacerých dôvodov: Po prvé, neobdržala pozvanie. Po druhé, v tom čase mala doma iný program a po tretie, cez prázdniny sa chystala pracovať do zahraničia. Eva je v poslednom ročníku vysokej školy, takže musí venovať čas písaniu záverečnej práce. Popri prípravách na prácu v zahraničí má len veľmi málo voľného času. *„Kebyže ostávam tu, určite by som sa chcela zapojiť aj v lete, aj na akciách pred, ale v terajšej situácii mi na Katarínku neostáva čas, lebo s prácou v zahraničí sú spojené viaceré školenia, kurz, vybavovačky.“*

Eva víta túto prestávku aj z iného dôvodu. Ako neveriaci človek bola fascinovaná rozhovormi o viere a mala obdobie po svojom prvom turnsue, keď sa chcela o nej viac dozvedieť. Teraz sa však cíti presýtená a potrebuje prestávku. *„Teraz mi to aj celkom dobre padne, lebo si potrebujem na chvíľku oddýchnuť od Katarínky. Teda nie od projektu Katarínka, ani od ľudí tam, skôr od viery, s ktorou sa inde ako na Katarínke nestretávam. Cítim sa presýtená kresťanstvom a tak ako ma prvý rok na Katarínke bavilo sa filozoficky debatiť na tému viery, modlitby, života s Bohom a pod., tak už tento rok som sa tomu vyhýbala, čo nie je dobré pre pomocného vedúceho. Verím, že budúci rok po návrate sa zase vrhnem s chuťou do projektu.“* Uvažovala aj nad zmenou funkcie z pomocnej vedúcej na vedúcu v kuchyni. Nevie však ako na tom bude s prácou a časom.

Natália

Počas prvého rozhovoru na začiatku marca 2014 nám Natália ponúkla najrýchlejšiu a najjednoduchšiu odpoveď na otázku, týkajúcu sa budúceho pôsobenia na Katarínke. Chcela sa určite vrátiť a jednoznačne vedela, že chce mať na starosti poobedný zábavný program.

Jej želanie sa nesplnilo, nakoniec sa stala pomocnou vedúcou. Natáliina úloha na turnuse spočívala v sprevádzaní turistov, ako sme sa dozvedeli z druhého rozhovoru v októbri 2014 (tretia vlna meraní, centrum kresťanského spoločenstva). Veľmi sa však na svoju úlohu tešila a zodpovedne sa pripravovala. Realita však bola ťažká, najmä nadviazať prvý kontakt s turistami. *“To bolo len, že turisti, pomoc, turisti!”* Veľmi ju tešili tí, ktorí sa pýtali na detaily a naozaj sa zaujímali. Po určitom čase sa však táto služba stala pre Natáliu stereotypnou. Nemala skoro žiadnu spätnú väzbu a cítila sa nedostatočne.

Natália bola veľmi nadšená zo služby pomocného vedúceho. Potom si však uvedomila, že je niečo “medzi” - ani vedúcou ani novou účastníčkou. Necítila sa zapojená do diania, nakoľko pomocní vedúci nemali prístup na organizačné stretnutia počas tábora, a tak

sa stávalo, že nevedela, aký program nasleduje. Noví účastníci ju a ďalších pomocných vedúcich nebrali medzi seba, lebo si mysleli o nich, že sú vedúci.

Tiež spomenula náročnosť svojej služby, kedy mali menej času na oddych a musela si stále opakovať, že *“Je to služba, je to služba!”* Niekedy sa Natália už zobudila namotivovaná, inokedy ju motivovali ostatní vedúci svojím nasadením. V druhom rozhovore spomínala, že by sa chcela Katarínke venovať, ale už nechce ísť na dva týždne na družinu.

V treťom rozhovore (apríl 2015, štvrtá vlna meraní, pokojnejšia časť jedného parku) sme sa zaujímali o to, ako plánuje leto. Natália a jej priateľ sa rozhodli ísť na stavačku, čo je otváracia akcia leta, kedy sa stavia tábor, v ktorom budú fungovať turnusy počas leta. Stavačku oceňuje hlavne kvôli väčšej voľnosti. *“No, ale...asi kvôli tomu, že minulý rok, keď sme boli, že ten turnus je taký chaotický a sme chceli taký trošku pokoj. Akože robiť a mať tak trošku pokoj.”* Minuloročnú stavačku považuje Natália za najkrajší čas, aký zažila na Katarínke, práve kvôli voľným chvíľam, kedy mohla len tak ľahnuť na lúku a pozorovať prírodu. Presne preto sa chystá aj na tú v sezóne 2015, berie ju ako odmenu za úspešné štátnice.

Soňa

Soňa si uvedomuje svoje danosti, no zatiaľ jej vyhovuje nebyť na vedúcej pozícii a počkať, čo ukáže čas. Toto je jej odpoveď na otázku ohľadom jej návratu a vodcovstva: *“Určite by som sa rada vrátila ešte niekedy na Katarínku. V akom postavení, neviem, a aj som bola rada, že som tam bola taká podriadená. Nieкто tam bol pre mňa a ja som nemusela vymýšľať, lebo aj som si navymýšľala v živote, lebo som bola na takýchto táboroch dosť veľa. Takže som rada teraz, keď mňa nieкто tak nejak zabáva...proste, že mne to takto vyhovuje. Možno mám v sebe takého ducha nejakého, že by som dokázala niečo robiť viac niečo organizovať alebo niečo alebo byť vedúcim...možno to mám v sebe, čo je pravda, možno to nezakryjem, ale mne je zatiaľ takto fajn a neviem, uvidíme, čo to prinesie časom.”*

Soňa sa nakoniec stala pomocnou vedúcou v role turistického sprievodcu (druhý rozhovor, tretia vlna meraní, november 2014, učebňa FiFUK). Svoju úlohu vnímala ako spojenie medzi novými a vedúcimi, no priznala, že niekedy to bolo o prinášaní veľkej obety. *“No že pre mňa to tam bolo také dosť o...pre mňa to bolo teraz dosť také, také skúškové, také skúška odvahy a veľa obety tam bolo (...) ono keď sú noví účastníci, tak sa upriamuje pozornosť na nich, samozrejme, a keď už človek zmení tú funkciu, tak zrazu sa to upriamuje zase na tých novicov, s tým, že ja som si už bola vedomá, že to není o mne, ale že to je hlavne*

o tých nových a ja som bola iba tak v úzadí, že.. aj tá moja funkcia alebo to postavenie tam dosť ovplyvňovalo vlastne to, ako to vnímam teraz.” Vysvetlila nám, že si bola vedomá, že to bude o prekonávaní sa, ale postupne boli niektoré veci a povinnosti nad rámec a už to začala byť len čistá obeta. *“...teda u mňa to tak bolo, a jednoducho už to bolo niekedy také, že už som to brala len čisto ako obeť a som si to ani nevedela užiť, že jednoducho už som nemala z toho takú radosť, z tej obety, že to bolo skôr také, že “ musím” alebo “mala by som” alebo “aby som niekoho nenahnevala” alebo “hmmm nechcem si pokaziť vzťah” tak to radšej spravím, že budem mlčať a spravím to, lebo mi na tom záležalo a záležalo mi na tých ľuďoch, čiže pre mňa to bolo práve preto také trochu obetné (smiech).”*

Prekonať ťažké situácie jej pomohlo uvedomenie, že tam je hlavne pre nových účastníkov. Dávala to správaním najavo vedúcim (nechcela na nich vyskočiť, robila to s úctou) a oni to prijali. Motivovať nových účastníkov jej robilo radosť, hlavne, keď jej dávali pozitívnu spätnú väzbu na jej konanie. *“...uvedomila jednu vec, že za to, že si nerozumiem s nejakými vedúcimi, neznamená, že si nerozumiem s novými, že ja som tam v podstate pre nich a je super, že mám tu možnosť proste byť s nimi a...baviť sa s nimi a to bolo možno ešte viac, ako si mohli vedúci dovoliť pri tých všetkých ich starostiach. Takže ja som mala ako keby také trochu privilégium.”*

Soňa sa cítila zo strany vedúcich nedocenená. *“neviem ja som asi taký typ človeka, taká povaha, čo potrebuje občas počuť niečo také, že...žeee obyčajné ďakujem alebo žee “ super sme to zvládli” alebo také povzbudzujúce slovo...no a tam to bolo tak, že som proste robila tie veci a proste tma, ticho, nič a potom ma to začalo tak ubíjať a myslím si, že je to prirodzené, že človek potrebuje občas trochu počuť niečo, čo ho motivuje zase robiť niečo nové alebo tak, že nie je to len tak, že stačí mi spánok a zajtra budem úúúplne v pohode a zase budem robiť super veci. (...) A nemusí to byť vôbec, že “tebe ďakujeme” a nemusia ma ani vychváliť v niečom, len...proste obyčajné slová, hej.”* Soňa si uvedomovala, čo potrebuje a vedela, že bez povzbudení sa postupne uzatvárala a rola, kvôli ktorej tam prišla sa stala čistou obeťou.

V treťom rozhovore (online dotazník, štvrtá vlna meraní, apríl 2015) čakala ešte na pozvanie, ale aj keby neprišlo, na Katarínku sa na pár dni vyberie. *“Vidím to asi tak, podľa toho, či ma zavolajú alebo nie . Ale cez leto sa na Katarínku chystám, aj keby to nebola celá družina.”* Názor na uplynulú skúsenosť na družine hodnotila rovnako: *“Boli lepšie časy, ale aj ťažšie. Na tie ťažšie chcem zabudnúť a na tie krásne vždy pamätať.”*

DENISA

Na konci prvého rozhovoru Denisa vyslovila túžbu sa vrátiť a tiež sa stať vedúcou. Najviac by chcela byť turistickou sprievodkyňou. *"Hovorila som jednému pomocnému vedúcemu, čo sa nás pýtal, že by som chcela byť turizμάčkou, lebo jazyky tie mi zatiaľ idú a myslím, že by ma bavilo tých ľudí sprevádzať a aj to, že by som nahliadla viac do histórie Katarínky."* Zamyslela sa aj nad rolou vedúceho zábavného programu, no tam videla u seba nedostatky. *"To by som rada, ale na to sú lepší. Ja som strašne taký organizačný typ, že toto zorganizovať, ale neviem, či mám nápady najlepšie."* Gazdinkou nechcela byť, lebo si myslí, že nemá dostatočne dobré kulinárske schopnosti a na vedúceho duchovného programu nemá odvalu.

V druhom rozhovore počas novembra 2014 (tretia vlna meraní, reštaurácia rýchleho občerstvenia) sme sa dotkli témy zhodnotenia uplynulej družiny. Denisa sa chcela stať turistickou sprievodkyňou ako pôvodne plánovala. O družine a jej službe na nej povedala toto: *"No, v prvom rade musím povedať, že je to úplne niečo iné. Fakt, tá družina bola diametrálne odlišná od tej prvej, lebo byť už človek dva týždne na družine ako účastník a potom byť už niekto, kto má nejakú službu a niečo robí pre tých ľudí, to sa nedá proste porovnať. Musím povedať, že bola super; páčila sa mi. Ja som bola rada, že môžem slúžiť tým novicom (skratka pre nových účastníkov), proste fakt som tu pre nich a...ako turizμάčka som mala na to aj dostatok času, si myslím. Že fakt to bola jedna z tých úloh, tých všetkých, čo vlastne boli k dispozícii, aj pre vedúcich aj pomocných vedúcich, tak jedna z tých najlepších, v tom ohľade, že sme sa skutočne mohli venovať tým novicom."*

Jej práca ju naplňala, no mala zložitú situáciu ohľadom neabsolvovanej praxe. *"čo sa týka teda tej úlohy turizμάčky, čisto len tej úlohy, tak bolo to fajn, lebo som sa mohla rozprávať s ľuďmi, bola som v tom kontakte, jasné vedela som o histórii Katarínky veľa toho a stále som sa učila, ja som išla na družinu s tým, že ja som nemala vôbec prax, takže to bolo dosť ťažké."* K tomu všetkému nastalo v prvých dňoch nedorozumenie medzi ňou a jedným z hlavných vedúcich. Celkovo mala pocit, že sa až tak dobre nepozná s vedúcimi a že nevedia tak dobre držať spolu. V prvých dňoch ich hlavný vedúci zabudol predstaviť, takže noví účastníci nevedeli, aká je ich úloha.

V treťom rozhovore Denisa vyjadrila pochybnosti nad tým, či sa dostane opäť na turnus, nakoľko nebola na hlavnom školení. Jeho absolvovanie je jednou z podmienok získania miesta na turnuse. Má však v pláne tam opäť ísť počas leta. *"Hlavného školenia som"*

sa nezúčastnila, preto to s nadchádzajúcim letom a mojím pôsobením na Katarínke nevidím moc reálne. Veľmi rada by som navštívila Katarínku ako čarovné miesto, kde si prídem oddýchnuť, načerpať nové sily a pokochať sa prírodou, ale keďže viem, že sa na dvojtýždňovú družinu nedostanem, tak prídem snád' aspoň na búračku alebo na nejaký víkend. Dohodla som sa s, že pôjdeme na Katarínku spolu, keďže dva roky po sebe sme tam boli spoločne, tak si to chcem opäť zopakovať. "

5.8.2.3 Zhrnutie

Pre každú skupinu participantov (vedúci aj pomocní vedúci) sme sa snažili nájsť spoločné prvky. Cesta k dobrovoľníctvu je každého z nich jedinečná, takže to bola ťažká úloha. Avšak vedúci, ktorí opäť dostali pozvanie sa stať vedúcimi a toto pozvanie prijali, mali jednu vec spoločnú – v určitom momente sa stotožnili so svojou rolou. Penner (2002) predpokladá, že pre prvotnú motiváciu zohrávajú dôležitú rolu dispozičné premenné, ale pre zotrvanie práve prijatie role dobrovoľníka v danej organizácii.

Všetci traja vedúci sa podľa svojich výpovedí v danej role našli. Pri prvej smerovej otázke ich prístup bol úplne rozdielny (Dominik vedel isto, že sa chce začleniť, Roman to bral slobodne, podľa toho, či ho zavolajú a Ivana si nebola úplne istá, či sa hodí na vedúcu alebo pomocnú vedúcu), no po prvej skúsenosti ako vedúceho vedeli, že chcú pokračovať (Dominik a Ivana sa jednoducho našli vo svojej role a Roman dôveroval skúsenostiach tých ľudí, ktorí ho vybrali a rozhodol sa ponúknuť to najlepšie).

Za zaujímavý prvok sa dá považovať aj postupné rozšírenie funkcií dobrovoľníctva. Najvýraznejšie to môžeme pozorovať na komplexnej výpovedi Dominika, ktorý podrobne opísal, čo všetko pre neho spája dobrovoľníctvo na Katarínke. Isté náznaky sú aj u ostatných dvoch vedúcich, no pri Dominikovi sú najvýraznejšie.

Pri pomocných vedúcich bola situácia iná. Existuje ešte jeden vzorec, ktorý sa vôbec neobjavil v našej vzorke – prechod od role pomocného vedúceho do role vedúceho. Rozhodli sme sa bližšie pozrieť na dôvod, prečo u našich pomocných vedúcich tento prechod nenastal.

Všimli sme si spoločný prvok vo všetkých štyroch rozhovoroch – pre pomocných vedúcich ďalší turnus nesplnil ich očakávania. Či už sa tie očakávania týkali množstva a charakteru práce vyplývajúcej z ich role (Eva a Natália), prístupu ostatných k ich role

(Natália, Soňa a Denisa), alebo aj objektívnych dôvodov (Eva a Denisa), nestotožnili sa s ich rolou.

Z rozhovorov vyplýva aj potreba ocenenia. Pomocní vedúci sa cítili nezapojení do diania a ich aktivita nebola dostatočne ocenená. Zdá sa, že im chýbal pocit, že patria na turnus, a že ich prítomnosť nie je dôležitá. Bola narušená potreba sociálnej začlenenosti (Ryan, Deci, 2000) a to malo za následok zníženie vnútornej motivácie (viditeľné najmä pri Soni, Denise a Natálii). Svoju rolu zohrala aj nedostatočne naplnená potreba kompetencie, kedy ostala dobre vykonaná práca nepovšimnutá (napr. Soňa). Takto boli ochudobnené o pocit spolupatričnosti, ktorý by mal byť jeden zo stavebných kameňov budujúcich rezilienciu na táboroch (Ungar, 2012).

Zážitok komunity, ktorí pomocní vedúci zažili na svojom prvom turnuse, túžili zažiť opäť. Veľa z nich spomína pre nich kladné dôsledky, ako napríklad vyššiu sebaúčinnosť (Natália), akceptáciu seba a väčšiu schopnosť byť samým sebou (Denisa, Natália), zvýšenie sebaúcty (Denisa) a pod (Haľamová, 2013). Na ďalšom turnuse však nemali tento zážitok.

Táto situácia nevylučuje pozitívny zážitok z turnusu (všetky participantky uviedli, že sa chcú vrátiť na Katarínku na iné akcie resp. na budúcu sezónu), no významne ovplyvňuje ich zaangažovanie v ďalšej sezóne. Avšak je to podnet pre vedúcich a školiteľov, ktorí vedúcich pripravujú, aby vytvárali motivujúce podmienky a pocit prijatia aj pre pomocných vedúcich.

5.8.3 ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ORIENTOVAanej KOMUNITE A REZILIENCIA'

Nasledujúca kapitola bude venovaná hľadaniu odpovede na tretiu výskumnú otázku: Pomáhala členstvo v prosociálne orientovanej komunite v prekonávaní nepriaznivých situácií?

Úroveň reziliencie bola zisťovaná prostredníctvom screeningového nástroja CYRM a prostredníctvom otázok v rozhovoroch, ktoré sa týkali ťažkostí počas turnusov alebo ťažkých období v prestávkach medzi rozhovormi. Citlivo sme sa snažili položiť otázku, čo im pomohlo prekonať menované nepriaznivé situácie.

Sme si vedomí potenciálnych rozdielov v odpovediach na túto otázku v závislosti od dĺžky členstva v komunite. Preto sme sa rozhodli nájsť spoločné prvky v rozhovoroch vedúcich. Patria k nim tieto štyri: *vytvorenie významných vzťahov, príležitosť zdieľať pre nich dôležité hodnoty, nová identita a prvok výzvy*. U každého z vedúcich budeme dokladovať tieto prvky

a potom sa ich pokúsime identifikovať aj u pomocných vedúcich, príp. objaviť nové prvky. Uvedieme aj krátke zhrnutie výsledkov testovej batérie.

5.8.3.1 Vedúci

Dominik

Pre Dominika bola *oblasť vzťahov* jednou z motivácií vôbec prísť na Katarínku a podľa jeho výpovedí sa zdá, že túžba spoznať nových ľudí sa splnila nad jeho očakávania. Prijemne ho prekvapila otvorenosť a priateľskosť ľudí na turnuse. To ho posmelilo a malo pozitívny vplyv na vytváranie vzťahov aj mimo Katarínky. „...*som nemal nejak veľa dobrých kamarátov a to, že som nebýval v meste, a že tam kde sa stretám s ľuďmi druhými, sú väčšinou neveriaci ľudia. Keď prídem do školy, tam sú neveriaci ľudia, tak som tam bližšie kontakty nenadväzoval.*“ Ľudia, ktorých spoznal, boli pre neho inšpiráciou, čo sa týka dôležitosti vzdelania. „*Po ďalšom turnuse mal vytvorené vzťahy, ktoré boli pre neho dôležité z viacerých pohľadov. „No...som medzi ľuďmi, s ktorými si rozumiem, ktorí sú aj vekovo podobní. Tiež sú to veriaci ľudia, s ktorými sa môžem o všetkom možnom baviť...pomôžeme si, porozprávame sa...som si našiel medzi nimi priateľov.*“

So získaním vzťahov súvisí aj *zdieľanie pre neho dôležitých hodnôt*. V tomto dobrovoľníckom projekte je posúvanie hodnôt zabezpečené cez skúsenejších vedúcich, kedy ich zdieľajú s novými vedúcimi a tí potom s novými účastníkmi (novicmi). „*Starší, ostatní, čo boli predtým, mi dali, čo som sa na Katarínke naučil alebo hodnoty nadobudol, môžem poslať ďalej. Pomáham tak aj spoločnosti...nie je to o tom sa len sťažovať, ale aj niečo zmeniť k lepšiemu.*“ Priame prepojenie zdieľania hodnôt a vzťahov je vidno na Dominikovom výroku o nových účastníkoch, s ktorými pracoval. „*Tí noví účastníci, čo so mnou pracovali, mali z toho zážitok, že som ich niečo naučil...a potom sa vrátili a dá sa s nimi rátať do budúcnosti.*“ Svoju radosť potvrdil aj v treťom rozhovore, keď sme sa pýtali na jeho pohľad na generáciu vedúcich, ktorá „rastie“ z jeho novicov. „*Som šťastný (úsmev). Radosť mi robí, že sme to nerobili nadarmo, že sa niekto chytil. Ale nie je to také, že je zbytočné, keď niekto príde a nechce pokračovať. nemyslím si, že človek odchádza nešťastný z Katarínky, že tam premárnil časť života, ale som ešte o trošku šťastnejší, keď to niekoho osloví natoľko, že chce pokračovať a pomáhať ďalej.*“

Prvok novej identity je úzko prepojený s prijatím role dobrovoľníka a prijatím výzvy, ktorá bola podrobne opísaná v predchádzajúcej kapitole. „Pretože sa v tom nachádzam, je tam viac vecí, ktoré ma zaujímajú a môžem sa tomu venovať. Tiež to, že môžem prijímať

zodpovednosť a učiť sa novým veciam. Je to výzva.“ Je si vedomý svojich silných stránok. „...vždy ma tak zaujímal história a pamiatky, hrady a môžem sa na tom podieľať...som obdarený určitou šikovnosťou, ktorú môžem na to využiť.“ V prípade Dominika bolo vedenie na lešení splnená túžba. „Chcel som to robiť, bolo to mojím cieľom byť vedúci lešenia, nebolo to tak, že by ma tam niekto nanominoval, bola to túžba. Asi tak. Nebolo to také, že by som musel nejaké prekážky prekonávať. Nebol som v tom sám, ďalší traja vedúci lešenia boli so mnou.“

Získanie role zodpovedného za celé lešenie dokáže spracovať, pretože bol o tom dostatočne skoro informovaný, no obáva sa rozprávania pred všetkými (ako hlavný vedúci lešenia to musí robiť často, aby rozdelil úlohy). Rolu však prijal.

Podľa slov Dominika, ťažšie obdobie počas deviatich mesiacov (medzi prvým a druhým rozhovorom), čo sme sa nevideli, sa týkalo sklamania zo vzťahu. V čase rozhovoru to už neprežíval tak intenzívne, no Dominik z toho nebol nadšený. Nechcel sa tým trápiť, keď vedel, že to nemá zmysel. Pomohlo mu nasledovné: *“Zmieriť sa s tým...nebudem sa s tým trápiť, keď to nemá zmysel...a možno viera.”* V treťom rozhovore sa už netrápil vôbec. Stratégiu, ktorá mu pomohla, opísal ako že zabudol, že si proste povedal, že sa musí s tým vyrovnáť, keď to nemá zmysel. Významný podiel na zmiernení sklamania má podľa neho čas.

Vyrovnanosť je aj charakteristikou všetkých štyroch vlín, ktoré sme mali možnosť s Dominikom absolvovať. V CYRM metodike dosahoval vo všetkých 4 meraniach (september 2013 - marec 2014 - december 2014 - apríl 2015) vysoké hodnoty vo všetkých 4 faktoroch, vždy na úrovni 75% možného počtu bodov, len pri kultúrnom faktore to bolo vyššie. Vzťahový a kultúrny faktor bol stabilný. Skóre Individuálneho faktora v posledných dvoch meraniach stúplo, čo môžeme pripísať osobnostnej zmene, ktorú Dominik uvádzal v poslednom rozhovore. Spoločenský faktor stúpil od merania k meraniu, avšak pri poslednom meraní klesol pod prvú nameranú hodnotu. Pozreli sme sa bližšie na jednotlivé položky. Okrem položiek “Cítiš sa bezpečne so svojou rodinou” a “Máš možnosť rozvíjať také pracovné zručnosti, ktoré budú užitočné neskôr v živote?” boli všetky položky hodnotené nižšie ako pri treťom meraní v decembri. Pravdepodobne to súviselo s vnímaním školy viac ako povinnosti než životného povolania. Zníženie ohodnotenia pri ostatných položkách v spoločenskom faktore je nám nejasné. Pozitívne je, že sa cíti so svojou rodinou bezpečne (to vyplýva aj zo stabilného vzťahového faktoru) a že rozvíja pre neho významné pracovné zručnosti. Môže to mať súvis so zvýšenou aktivitou v rámci projektu Katarínka.

Skóre globálneho sebahodnotenia sa mierne zvýšilo od prvého základného merania v septembri, vo všeobecnosti však dosahovalo cca 75% celkovej výšky možného skóre.

Diferencovanejší opis nám poskytne Coopersmithov test Self. Pri každom ďalšom meraní sa celkové skóre zvyšovalo, vždy sa nachádzalo nad 50% celkového počtu bodov. Počty bodov boli relatívne stabilné, najmä pri vrstovníckom a školskom Self. Pri poslednom meraní Dominik nesúhlasil len s položkou „So mnou je veľká zábava.“ Školské Self dosahovalo hodnotu polovice celkových bodov, čo je opäť v súlade s jeho vzťahom k aktuálnemu štúdiu. Pri posledných dvoch meraniach sa zvýšilo skóre pri všeobecnom Self. Pozoruhodný je plný počet v rodinnom Self pri druhom meraní. Treba brať do úvahy výsledky aj iných testov (CYRM), kde sa ukázal vzťah s rodinou ako veľmi dobrý. Treba však upozorniť na fakt, že v tom istom meraní sa v rámci Coopersmithovho dotazníka vyskytuje najvyššia hodnota lži skóre. Nie je to alarmujúca hodnota, no môže poukazovať na sklon k sociálnej žiadúcnosti. Vysoké boli aj Dominikove hodnoty sebaúčinnosti, v každom meraní sa pohybovali okolo 75% celkového skóre, a pri poslednom meraní boli najvyššie (31 bodov). Dominik vníma seba ako toho, kto riadi svoj život, a je to vidno najmä na spôsobe riešenia problému zo sklamaní vo vzťahu, na prevzatí zodpovednosti pri významných funkciách, a tiež v jeho vzťahu ku škole a budúcej práci. Celkovo sa Dominik radí k participantom s najvyššími skóre vo vyplňovaných testoch.

Ivana

Aj Ivanina motivácia ísť na Katarínku bola o hľadanie novej komunity, kde by mohla pôsobiť. Motivácia spočívala nielen v spoznaní nových ľudí, ale aj v zmysluplne strávenom čase. *„jednom...aj spoznať nových ľudí, že vlastne jedna etapa života - maturity - mi skončila a že nastúpim na vysokú a že je to nejaká nová príležitosť aj tu v Bratislave byť v nejakej komunite a stretávať sa a nebyť taká odpažená, že nebyť na vysokej s ľuďmi, ktorí sú tu iba kvôli titulu, že mať aj v Bratislave nejaké také, čo ma naplňa, čo by som ešte chcela robiť aj pomimo školy.“* Na turnuse sa stretla zmes ľudí, ktorí boli veľmi rozdielni, to im však nezabránilo vytvárať hlbšie vzťahy. *„Bolo to také zaujímavé, boli sme tam taká zmeska, že študáci, vysokoškoláci, aj dospelí strašne, bol tam taký veľký rozptyl a bolo to také...že až po Katarínke po tých dvoch týždňoch, kto chcel teda, sme sa tak začali vyhľadávať hlbšie.“* Ivana mala pocit, že na Katarínke sú vzťahy brané tak „vnútornejšie“, človek je viac ako jeho titul alebo status. Nové vzťahy spomína aj pri otázke týkajúcej sa zdrojov, ktoré Katarínka poskytla pri prekonávaní ťažkostí. *„...možno tí ľudia, že som s nimi bližšie a viem sa s nimi podeliť a že sú mi blízki a vedia mi povedať, keď sa ja trápim a vedia mi povedať, že navrhnúť to riešenie.“* V neposlednom rade treba spomenúť, že najvýznamnejším novým vzťahom je jej priateľ. *„Kvôli Katarínke som si našla priateľa.“*

Prvok výzvy je spojovacím prvkom všetkých Ivaniných rozhovorov. Objavila sa pri definitívnom rozhodnutí ísť na turnus: „Nemôžem voči niečomu furt utekať, keď viem, že mi to neodkúsne nič z tela, že je to výzva, že niečo nové, že nemusím byť furt zahrabaná v jednom...“, výzvu spätne videla aj v prijatí role gazdinky, a to aj napriek tomu, že si nebola istá svojimi schopnosťami, ani či bude pre ňu kapacitne miesto. Nakoniec jej rola gazdinky sadla. „Bola to nová skúsenosť, výzva, ale aj super možnosť do niečoho takého ísť. Nachádzam sa v tom.“ Dokonca v rozhovore, ktorý predchádzal jej tretiemu turnusu sa nebála výzvy zobrať aj nejakú novú funkciu. „...mne to príde také už, že ma obsadili na nejaký typ, nejaký žáner a pritom možnože by som sa vedela nájsť v niečom inom....akože nemienim im odmietnuť, keď by mi položili nejakú ponuku, ale možno by som chcela vyskúšať ešte niečo iné, že na čo mám alebo teda aspoň jedno nejaké školenie...a zistiť svoje možnosti.“

Z uvedeného je jasný súvis s prijatím novej identity. Ivana vzala všetko od prihlásenia až po skúsenosť vedenia ako výzvu a zdá sa, že sa nebojí ísť ďalej.

Vďaka Katarínke sa stala otvorenejšou a spontánnejšou. Naučila sa veriť v seba, v druhých a hneď druhých neodsudzovať. „Dala mi viac spontánnosti. Som bola taká viac uzavretá a na Katarínke, že môžem byť (spontánna) a nemusím sa za to tak nejak hanbiť, že povedať niečo vtipné, alebo niečo také bláznivé.“ Všimli si to aj jej priatelia z pôvodného spoločenstva. Ivana si uvedomila, aké je super môcť spontánne povedať, ako sa cíti a neuzatvárať sa do seba. Naučilo ju to byť aj otvorenejšou. V treťom rozhovore rozprávala v súvislosti so šťastím práve o rozdávaní seba a svojej spontánnosti. „...ja momentálne som šťastná, ale v tom, že viem rozdávať, lebo chcem aj rozdávať seba, alebo taký zážitok a svoju spontánnosť druhým alebo cítiť sa potrebná. To je možno také tiež že môžem sa usmievať

na niekoho alebo nemusím byť odkázaná na druhých...“ Ivana v online dotazníku spomínala, že Katarínka je pre ňu miestom, kde môže byť sama sebou a spoznávať nových ľudí s dobrým úmyslom. Okrem toho, že objavila Ivana svoje skvelé vlastnosti, nebojí sa ich posúvať ďalej ľuďom, čo súvisí *s prvkom zdieľania dôležitých hodnôt*.

Keď sme sa v prvom rozhovore pýtali, čo jej na turnuse prekážalo, spomenula len príležitostné nedorozumenia. „Akože ľudia sú všelijakí, sme tam boli taká zmeska, takže nikdy to nebude nejaké dokonalé. Keď aj bolo niečo tak sa dopĺňalo, boli aj nejaké slnečné dni aj rozhádané dni.“ Ivana to vysvetlila tak, že veľmi záleží od toho, ako kto vstane a napríklad

dočasné napätie bolo aj z nepriaznivého počasia.

Inak nemala výhrady, naopak, veľmi oceňovala službu dievčat v kuchyni. *“Niekoľko pre teba niečo slúžil a máš to! To bolo ako keď som bola malé dieťa a babka nám napiekla, také vzácne.”* Približne v tom čase o rok robila niečo podobne vzácne pre iných ľudí.

Počas trvania nášho výskumu mala viac ťažkých období. Prvé bolo počas jej druhého turnusu, kde bola vedúcou. Oproti prvému turnusu bola na ňom iná atmosféra, poznačená stresom a slabou súhrou. Zaujímali nás stratégie, pomocou ktorých sa s tým vyrovnávala. Vo všeobecnosti sa vyjadrila, že keď sú nejaké problémy, treba si ich vydiskutovať a tiež považovala za dôležité vytváranie hlbších vzťahov medzi vedúcimi. Keď už niektorí vedúci odmietli navzájom komunikovať, hlavný vedúci to začal diskkrétne s každým zaangažovaným vedúcim riešiť, ako zlepšiť situáciu. Vzniklo z toho dočasné napätie, ktoré bolo spôsobené práve tým, že vedúci mali každý svoju povahu a nevedeli, ako majú spolu komunikovať. Ivana ocenila, že nakoniec sa celú situáciu snažil riešiť ich hlavný vedúci, aj keď už bola do značnej miery eskalovaná.

Uzavrela to tým, že celá situácia nevyvrcholila do nejakého výraznejšieho konfliktu. Naskytá sa otázka, že čo pomohlo Ivane prekonať najkritickejšie obdobie. *“Tak mne, ako žene, vždy pomôže, keď to môžem povedať, inak sa to nemusí viac menej riešiť, že stačí o tom porozprávať a potom povedať svoj názor, že ako by to mohlo byť a môže to byť aj, že nikdy nezmením toho človeka a nikdy nezmením všetkých podľa seba a na svoj obraz, takže mne to stačilo vykomunikovať.”* Veľkou oporou jej bol aj priateľ, ktorý bol tiež na tomto turnuse vedúcim a vždy si našli večer príležitosť, aby sa porozprávali o tom, aký mali deň. *“...proste každý potreboval tú ventiláciu a spätnú väzbu ako to riešiť, ako sa zlepšiť v komunikácii s ľuďmi aj teda s novicmi alebo aj s vedúcimi alebo čo povedať, keď ti to nejde ani miernym naznačovaním a nechceš sa ani uraziť, takže to bolo také...taká nápomoc, takže to ventilovanie takou nejakou slovnou dopomocou...ako to riešiť.”* Podporujúci vzťah Ivany a jej priateľa im pomohol prečkať ťažké obdobie na tábore.

Na otázku týkajúcu sa spomienok na ťažké obdobie, Ivana uviedla, že nič také nebolo, okrem skúšok a rozvrhu. Systém výučby sa na jej škole zmenil. Štúdium sa jej zdá náročnejšie aj kvôli písaniu ročníkovej práce, ktorá má rozsah takmer toľko, čo bakalárska práca. Okrem toho, väčšinu skúšok musela Ivana dokončovať už počas zápočtového týždňa a skúšky zaradené na skúškové obdobie boli tak ťažké, že ich niekoľkokrát opakovala: *“...a niektorí nám to zas dali vyžrať, že sme tam mohli byť až do posledného dňa skúškového a vlastne ďalší týždeň začal ďalší semester...a mne sa to dosť tak stalo, že začala som to už...že priebežné som ešte neurobila a už bolo skúškové a cez skúškové som spravila priebežné na ten predmet a skúšku som skončila až posledný termín vlastne skúškového.”* Pre Ivanu to bola nevyhovujúca

situácia, nakoľko chcela po absolvovaní skúšok ísť na výlet s priateľom. Aj napriek tomu, že ešte pred výletom mala pred sebou dve skúšky, odcestovala. Po návrate späť zistila, že opäť ide na opravnú skúšku. Jedna vyučujúca bola v tomto veľmi prísna. Ivana si to vysvetľovala po svojom. *“...ona bola taký typ, že asi má rada, že byť využitá naplno na škole úplne, dá sa povedať, že tam dusila tých študentov, dá sa povedať, že aspoň videla, že je ako keby užitočná...No ona je tam na polovičný úväzok a nemá čo lepšie robiť a má to asi v rámci socializácie...akože v pohode...nič mi to ani nevzalo, iba možno stres, šedivý vlas mi to pridalo, ale v pohode, toho ešte bude.”* Ivana zvolila benevolentný prístup k celej situácii aj k osobe vyučujúcej, najviac jej počas tohto dlhého skúškového obdobia znižovali stres úspešne absolvované skúšky.

Hodnotiť Ivanine kvantitatívne ukazovatele nás stavia do ťažkej pozície - po prvom základnom meraní, ktoré prebehlo v priebehu októbra 2013, mala relatívne vysokú hodnotu skóre v CYRM, avšak všetky ostatné meracie nástroje zaznamenali len približne polovicu množstva bodov (v Coopersmithovom dotazníku bolo celkové skóre pod polovicou celkového počtu bodov, skóre sebaúčinnosti a globálneho sebahodnotenia bolo mierne nad polovicou). V druhom meraní nastal pokles pri všetkých meraniach, najvýraznejší pri CYRM (konkrétne spoločenský a kultúrny faktor). Jedine úroveň všeobecnej sebaúčinnosti zostala stabilná (sebaúčinnosť sa dá považovať za silnú stránku Ivany). V ďalších dvoch meraniach nastalo konštantné zvyšovanie (okrem sebaúčinnosti - pri štvrtom meraní klesla).

Tretia a štvrtá vlna si zaslúži precíznejšie spracovanie. Ukázalo sa, že v Coopersmithom teste pri tretej vlne dosiahlo Iži skóre tak vysokú hodnotu, že výsledky sa dajú považovať za málo vierohodné, považujeme to za výraz sociálnej žiadúcnosti. Tretie meranie prebiehalo počas skúškového obdobia, čo môže byť považované za jeden silný faktor, ktorý ovplyvnil výsledky testov. Každopádne v oboch meraniach nastal rast, okrem skóre v CYRM, kde bol zaznamenaný výrazný pokles, konkrétne v individuálnom faktore. Môže mať súvislosť s ťažkým obdobím v škole, najmä s neustálym opakovaním jednej skúšky. Ivana počas rozhovoru uvádzala, že jej to v tom čase spôsobovalo najväčší stres. Opakujúci sa neúspech môže mať nepriaznivý vplyv na sebaobraz. Skóre spokojnosti sa pohybuje na hranici medzi čiastočnou spokojnosťou a veľmi vysokou spokojnosťou, čo je cítiť aj na Ivaniných výpovediach.

Štvrté meranie tiež vykazuje zvýšené Iži skóre, no nachádza sa ešte v akceptovateľných medziach. Zaujímavý je nárast bodového zisku v osobnom Self, len tu opäť treba rátať s potenciálnym skreslením sociálnou žiadúcnosťou (nakoľko je porovnávaná s treťou vlnou). V

porovnaní s prvou a druhou vlnou, vo všetkých škálach okrem CYRM nastalo zvýšenie, výraznejšie v metodikách zisťujúcich výšku sebahodnotenia. Mierny nárast zaznamenalo skóre sebaúčinnosti a čo je zaujímavé, nastal pokles v skóre reziliencie. Každý faktor mierne klesol, okrem kultúrneho, ktorý mierne stúpol. Výsledky sa javia ako dosť nehomogénne, čo môže byť s veľkou pravdepodobnosťou spôsobené snahou javiť sa v lepšom svetle a zachovať si pozitívny self koncept.

Roman

V oblasti vzťahov to bolo u Romana veľmi pestré. Na konci svojho prvého turnusu si uvedomil, že Katarínka mu dala nové, nie až tak intenzívne vzťahy. „Čo som tak vnímal, tak asi tak ľudí, to by som tak povedal, že najviac. (...) Dala mi nejaký počet ľudí, s ktorými sa nepotrebujem stretávať každý druhý deň, ale že sa s nimi stretnem a viem sa s nimi porozprávať. Možno len to, že tých ľudí poznám a asi to tak celkovo.“ Situácia sa zmenila, keď si úzky okruh organizačných vedúcich Katarínky všimol jeho kvality a pozval ho do tohto okruhu (nazývajú to „jadro“ – je to skupina ľudí, ktorá vedie všetky akcie, Katarínku ako takú). *„Momentálne som v tom dosť hlboko a dosť sa mi to páči.“* Kvôli čomu sa mu to tak páči? Roman vraví, že to prichádzalo postupne a najviac mali na tom podiel ľudia, ktorých stretal. *„Stretol som týchto ľudí a chcem ich stretnúť o týždeň a chcem ich stretnúť o mesiac.“* Dva týždne, ktoré strávil na Katarínke ako vedúci považuje za svoje najlepšie v živote. Cítil sa viac doma, nakoľko na prvom turnuse bol chorý a netrúvil časť turnusu s ostatnými. *„Toto bolo také, že toto je môj turnus, na ktorom som, cítil som sa tam dobre, že sem patrí, že som tu od začiatku do konca. Necítil som sa nijako vylúčený ako minulý rok, ale bolo to také, že som sa vrátil po piatich dňoch a ono sa všetci ľudia nejako spoznali a ono to postúpilo ďalej. Necítil som sa od vecí, ale tie rozhovory s nimi mali iný level ako s ostatnými. Nebolo to negatívne, ale bolo to iné.“*

Na druhom turnuse mu bolo tak dobre, že mal pocit, že si to nezaslúži. „Ja som chytil nejakú takú depresiu, že sa tam mám až moc dobre. Prišlo mi, že všetko dobro, čo tam dostávam si nezaslúžim. Oproti bežnému životu bolo toho veľa, od veľa ľudí a proste vkuse.“ Situáciu sa snažil riešiť rozumovo a rozhovorom s niektorými vedúcimi priamo na turnuse. Uvedomoval si, že to ľuďom nemôže vyhovoriť, považoval to za svoj vnútorný konflikt. Rozmýšľal nad tým a po rozhovore s inými prišiel k nasledujúcim záverom. Hlavným motívom bolo, že Katarínka je miesto, ktoré je usporiadané na dávanie: „Začínam si tak vo svojom živote uvedomovať, snažím sa prijímať veci, najmä dobré veci. Naučiť sa prijať od druhého nejakú dobrú vec bez toho, aby som sa cítil nejak špeciálne zaviazaný a mal som nejakú nutkavú potrebu mu to vrátiť (...) v tom zmysel, že...pocit nebyť zaviazaný voči

niekomu tým, že mi on preukáže nejakú láskavosť. Toto bolo úplne moc (dobrého) – bolo mi povedané, že ja som o tom nerozhodoval, koľko som toho dostal alebo koľko toho dostávam. Ja to neviem objektívne zhodnotiť, či si to zaslúžim alebo nezaslúžim, takže to prijmem, sám v sebe sa s tým vysporiadam. Bolo by to proti tomu, čo mi chcú dať tí ľudia. Nie, už nechcem, už mám toho vyše hlavy a pritom by sa to v pohode zmestilo, len mi bolo potrebné to tak vnútorne prijať.“

V treťom rozhovore nás zaujímalo, ako Roman vyriešil dilemu so zaviazaním sa druhým a chcieť im vrátiť dobré veci, ktoré dostal. Priznal sa, že je to čoraz ťažšie to prijímať a spracovávať, keď ide o veľké veci. Vysporiadal sa s tým nasledovne: „*Prijať to v takom, že okej a dať si z ponúknutého a mať z toho blbý pocit. A nie je možno dôležité to vrátiť tomu konkrétnemu človeku, ale dať to niekomu inému. Kebyže to nepošleš ďalej, tak to je vyslovene o tom, že tá filozofia toho prijímania bez dávania je dosť sebecká. Keď človek niečo dostane, treba to odovzdávať ďalej.(...) Dávanie bez toho, aby si dostával je také, že dávaš, dávaš a zrazu nemáš čo dávať, proste, že to nejde jedno bez druhého.*“ Roman sa jednoducho rozhodol, že nemusí dobro vrátiť tým istým ľuďom, ale môže ho poslať niekomu ďalšiemu.

Okrajovo s tým môže súvisieť aj prijatie ponuky na najzodpovednejšiu úlohu – hlavného vedúceho turnusu. Na Romanovi najlepšie vidno, čo dokáže zmeniť rozhodnutie a prevzatie zodpovednosti. Už pozvanie na miesto vedúceho lešenia bolo pre neho nepochopiteľné.

„Mne keď došla ponuka (stať sa vedúcim), tak aj som si uvedomil, že ja som tam dokopy nič nerobil...neviem, ako sa tie veci robia. (...) potom prišli školenia.“ Na nich sa mal možnosť zdokonaľiť, resp. znovu naučiť to, čo bude učiť nových účastníkov počas leta. Aj keď si nevedel predstaviť seba ako vedúceho a potom aj ako člena organizačného tímu Katarínky, dôveroval úsudku skúsenejších „Tí ľudia si ma vybrali a nevybrali si ma len tak náhodne. Asi vidia vo mne niečo, čo ja osobne nevidím, a keď ma vybrali a prejavili mi tú dôveru, tak ja do toho idem a budem sa snažiť to urobiť čo najlepšie.“ Istotu nabral až na školení murovania. Podobne to bolo so vstupom do „jadra“. Prijal to ako výzvu. Roman si hovoril, že, „títo ľudia si myslia, že to zvládneš, sú o tom presvedčení, chcú ťa tam, ty to nejako nerieš. Budeš robiť to čo budeš zvládať a čo budeš vedieť a čo nebudeš vedieť, ťa môžu naučiť.“

Iné to bolo s prijatím ponuky na hlavného vedúceho turnusu, ktorú sme spomínali vyššie. Emócie mal z toho zmiešané aj radosť, aj obavy. Keď mu ju prvýkrát ponúkli, povedal rezolútne nie a priblížil im, že sa nachádza v kríze. Ich reakcia ho prekvapila. „*Som čakal takú reakciu, že okej, my sme o tom nevedeli, tak si to premyslíme. Niečo také – ale to sa neudialo. Oni sa mi snažili pomôcť, oni to nejak neriešili, tú spojitosť medzi tým, my sme*

pevní v tom našom rozhodnutí, my by sme chceli, aby si to zobral ty. Budeme sa ti snažiť pomôcť, akokoľvek to pôjde.“ Roman vedel, že sa môže na nich obrátiť, keď sa bude potrebovať porozprávať. Ponuku využil. Tu môžeme vidieť, akí môže mať vplyv podporujúci vzťah na budovanie identity a dôvery v seba. „Bolo to proste, že potrebujem niečo vyriešiť, okej tak dojde za dve hodiny a proste som to riešil v takom. . A ten problém, ktorý som mal , bol taký komplexný, asi vyhorenie, proste celkovo duchovno-rodinno-školský. To boli menšie problémy, aj väčšie problémy všade, ktoré som nevládal riešiť ďalej.“

Roman si uvedomil, ako niektoré rozhodnutia zmenili celkovú situáciu. „Späťne, keď sa na to pozerám, to bola jedna z vecí, ktoré ma nakopli. Druhá vec bola taká, že keď som sa rozhodol, že čo a ako, okej, máš krízu, že teraz si ju môžeš ísť niekde riešiť a takto ti to môže trvať tri roky alebo sa môžeš začať a ísť do toho, čo najlepšie ako vieš.“ Roman sa rozhodol pre druhú možnosť. Priatelia, ktorí mu pomáhali, ho upozornili, aby si nemyslel, že s rozhodnutím riešiť to sa to vyrieši hneď. A vysvetlili mu to na biblickom príklade. „...že kedy mal Ježiš krízu počas toho trojdnia? V getsemanskej záhrade bola kríza, to bolo vtedy, keď prosil, aby otec zobral od neho tento kríž...a proste to bola kríza a reálne až potom nastala krížová cesta. Tak mi bolo povedané, že kríza skončí, ale nastane potom nejaká cesta, nejaký smer, ktorý bude strašne ťažký.“ V Romanovom rozhodnutí je vidno výber ťažšej cesty, dá sa povedať, že nová rola na turnuse bola opäť výzvou. Dostal dôveru od druhých a on dôveroval im, že majú dôvod pre svoje rozhodnutie , a tak sa začal.

Ťažšie obdobie pretrváva u Romana už dlhšiu dobu a je komplexné. Týka sa absencie zmyslu hlavne v oblasti rodinných vzťahov, školy a duchovného života. Roman vníma minimálnu až chýbajúcu návratnosť, ktorú do nich investuje. Katarínka pre neho predstavuje miesto, kde veci do seba zmysluplne zapadajú. *„Čas na Katarínke je zmysluplne strávený a to jej dávalo zmysel, všetky veci, to prostredie, tí ľudia, to duchovno, všetky piliere, všetko, čo tam človek zažíva, vidí z toho, nie hneď vyslovene nejaké výsledky alebo...vizia je veľmi konkrétna a viditeľná pre človeka. Ľahšie sa to znáša, keď vidíš, čo za tým je. Úplne jednoduché a konkrétne dôvody, prečo robíš, to čo robíš, pre to, aby si tam investoval čas.“*

Roman prirovnal svoj život, duchovný život a vzťahy v rodine k váze, ktorá sa pravidelne rozbíja už rok a pol a pravidelne sa snaží presvedčiť, aby ju zložil späť. Opisuje to ako etapy – najprv sa váza rozbije, potom prichádza smútok, kedy Roman rozmýšľa, či má vôbec zmysel ju lepiť späť, a keď ju zlepi, váza sa opäť rozbije.

Momentálne sa nachádza vo fáze, keď chce svoju vázu opäť lepiť. Robí pre to opatrenia, snaží sa svoj život ukotviť do bodov. Jeden z týchto bodov, resp. kotiev, ako to nazval neskôr, je chodenie na „stretnú“ organizované v rámci Katarínky: *„To je ten čas, že keď tam prídem,*

tak to ľudia zo mňa vypáčia a im to poviem a keď sa budem mať lepšie, tak im to poviem. Som sa zaviazal, že tam budem chodiť. Ak nepôjdem, budú sa pýtať, prečo som tam nebol.“

Vyššie sme spomínali, že Roman, sa zapojil aj do iného spoločenstva, kde vedie stretná ako animátor. „Vždy som mal odovzdávať ďalej veci, čo som ja dostal. Mám pocit, že som dostal veľa v živote, aj keď v tom teraz nevidím zmysel, mám pocit, že som týchto vecí dostal veľa.“ To, že sa Roman rozhodol stať sa animátorom vníma ako záväzok. „Toto budem pre vás robiť, že budem mať takú nejakú povinnosť, že keď tú vázičku znova roztrepem, že nebudem mať nejaký taký luxus, že sedieť si a čakať dva mesiace a kukať na to, či to má zmysel alebo nemá zmysel začať to zliepať.“ Roman sa jednoducho rozhodol, že to ide zliepať, lebo tým ľuďom dal záväzok, lebo to považuje za potrebné. Ak by nechcel zlepiť svoju vázičku, radikálne by sa mu zmenil život. Prestal by navštevovať miesto, na ktoré chodil doteraz (prevažne nábožensky zamerané spoločenstvá) a postupne by sa odcudzil všetkým kamarátom. Uvedomil si, že problémy treba riešiť v čase, keď ide zbierať črepiny a nie keď sa vázička práve rozbila. Vtedy to nie je možné riešiť, práve vtedy sa zdá, že to nemá zmysel.

Čo dáva Romanovi elán opäť začať so skladaním? Roman pre nás identifikoval dve formy. Po prvé je to jednoducho rozhodnutie, že ide skladať, aj keď to nedáva zmysel. Po druhé, namotivuje ho nejaký rozhovor alebo niečo iné, čo ho osloví. Považuje ich za impulzy na zbieranie. Mylné sme tieto impulzy považovali za kotvy. Upozornil nás, že to nie je to isté. Kotvy redukovujú čas, kým zvažuje, či začne skladať vázičku, dávajú sa do konfliktu s tým, čo prežíva (napr. stretnutie, ktoré nabáda k sebareflexii). Fungujú predtým, než sa rozbije vázička, ale aj potom. „*Sú to veci, ktoré nastavujú zrkadlo.*

Roman žije na internáte mimo rodiny. „Nemám nič ani nikoho, komu sa musím zodpovedať, za to, ako žijem svoj život. Nemám nejaké záväzky voči niekomu, niečomu.“

Vrátili sme sa ku „kotvám“ z druhého rozhovoru. Ich charakter sa mení s tým, ako sa mení Roman a jeho funkcia. Predtým kotvičky spočívali v tom, že vyslovene vyhľadával povzbudenie. Teraz si uvedomil zodpovednosť, ktorou sa zaviazal v spoločenstvách a podľa toho sa správa. Kotvičky fungujú, ale už sú iné. „*Tak to nejako vnímam, že kotvičky nejako fungujú, ale už to nie je to, čo ma nejako tak držalo. Taký ten pocit zodpovednosti...čo je myslím, že dobré, lebo ak človek chce mať niekedy rodinu alebo aj vzťah, tak nemôže proste, že okej ja si teraz tri týždne budem riešiť svoje vnútro, že sorry! Dám sa dokopy za tri týždne a potom sa ti ozvem!*“ V projekte Katarínke vedia, že mal ťažké obdobie, ale urobil rozhodnutie celú situáciu zmeniť. „*Okej, takže viete, ako som na tom zle a čo môžem spraviť, čo najviac sa posunúť a vyslovene s tým, že sa idem hýbať, že sa chcem pohnúť.*“

V škole sa situácia tiež zlepšila, nakoľko v druhom semestri tretieho ročníka sa znížil časový stres vyvíjaný na Romana a aj bakalárska práca mu dávala zmysel a naplňovalo ho jej písanie. Súviselo to aj so stabilizovaním v rámci „vázičky“ a rozhodnutím, že keď sa ustálila táto oblasť, treba dokončiť aj školu.

Skóre vo všetkých metodikách odrážalo celkovú Romanovu situáciu. Úvodné meranie sa ukázalo v celkovej vzorke ako priemerné v niektorých ukazovateľoch (reziliencia) sa Roman nachádzal v prvej polovici participantov. No už v druhom meraní (v čase keď sme viedli prvé interview) celkové hodnoty začali klesať. Celková hodnota CYRM bola jedna z najnižších spomedzi všetkých participantov v druhej vlne. Podobne to bolo s meraním sebahodnotenia a všeobecnej sebaúčinnosti.

Pri ťažkých životných situáciách sa môže reziliencia prechodne znížiť (Mesárošová 2013). Z celkového pohľadu sa celkové skóre CYRM s každým ďalším meraním od priepastného pádu zvýšilo, a to najmä pričinením individuálneho a spoločenského faktoru. Vzťahový a kultúrny faktor boli veľmi nestabilné. Možnosti, ktoré Roman dostal, zodpovednosť v rámci spoločenstiev a rozhodnutia, ktoré vedome urobil, vyvážili horšie vzťahy a hľadanie zmyslu.

Globálne sebahodnotenie bolo už v prvej vlne merania pod hranicou polovice potenciálnych bodov a potom sa ešte znížilo. Bližšie nám situáciu osvetlili výsledky v Coopersmithovom teste, kde sme zaznamenali pokles v globálnom a školskom Self. Rodinné Self bola počas celého obdobia meraní pod hranicou polovice bodov a rovesnícke zas tesne nad hranicou. Lži skóre významne neovplyvnilo výsledky.

Všeobecná sebaúčinnosť sa v poslednom meraní výrazne zvýšila, čo môže byť aj dôsledkom prevzatia iniciatívy v aktivitách a škole. Z Romanovho rozprávania sme vnímali, že v poslednom rozhovore videl význam v písaní záverečnej práce a aktivitách, ktoré podnikal. Vráťane prevzatia veľkej zodpovednosti na katarínkovskom turnuse.

Žiadne z hodnôt neskorších vlín merania sa nedostala na úroveň skóre prvého merania. Postupný nárast skóre reziliencie a Romanove výpovede nám dávajú nádej, že celá situácia okolo Romanovej „vázičky“ sa bude zlepšovať.

5.8.3.2 Pomocní vedúci

Úlohou tejto časti bude dať odpoveď na otázku, nakoľko sa prvky objavujúce sa u vedúcich prejavili aj u pomocných vedúcich. Pri každom prvku budú uvedené príklady výrokov.

Vytvorenie významných vzťahov

Výroky sa v určitej forme objavili u všetkých pomocných vedúcich. Soňa bola príjemne prekvapená kvalitou niektorých vzťahov aj dávno po turnuse: „*A neviem ako, no musím povedať, že možno mám iba pár ľudí, s ktorými sa bavím alebo s ktorými sa stretávam raz za čas, ale musím povedať, že to sú úplne kvalitné vzťahy a myslím si, že je to úplne úžasné, čiže ja som úplne spokojná s tým, aké mám vzťahy s tými ľuďmi. Aj keď niektorých samozrejme som odvtedy nevidela, ale myslím si, že tým, ktorým som sa viac otvorila a oni sa otvorili mne, tak tá naša komunikácia a vzťahy fungujú aj naďalej. A to je super na Katarínke!*“ Obzvlášť ju prekvapilo jedno dievča, v ktorej našla svoju krvnú skupinu: „*...lebo kým človek nájde rovnakú krvnú skupinu, nejakého človeka, tak dovtedy sa toľkokrát sklame v ľuďoch a potom, keď to príde, až tomu neverí, že waaaau, šupa!*“

V prípade Evy to bolo tiež o objavení podobnej krvnej skupiny a o zmysluplnom naplnení voľného času. Mala rada stretká aj sväté omše, ktoré boli organizované v katarínkovskom duchu. Postupne však mala čoraz menej času a chcela rozvíjať priateľstvá len s určitým počtom ľudí. Duchovno už nebolo pre ňu také dôležité. Takto to zhrnula v poslednom on-line dotazníku. „*V tom období mi chýbali ľudia, tak som hľadala spôsob, ako to vyplniť, ale teraz som už v tomto ohľade okej, takže to už nevyhľadávam. Aj som dospela do štádia, že už mám pocit, že mám okolo seba príliš veľa super ľudí, takže sa chcem viac venovať tým, ktorých už poznám, ako nadväzovať nové známosti. S niektorými kamošmi, čo ich poznám roky máme na seba čas niekedy iba raz za rok a podobne, takže teraz viac uprednostňujem starých kamarátov, ako sedenie večer na stretku s, zo začiatku, novými ľuďmi.*“

Natália si našla na Katarínke priateľa, ktorý jej najviac pomohol v ťažkom období choroby jej sestry. Celú situáciu s ňou prežívala. Vedel jej poskytnúť komfort, ktorý potrebovala a mala možnosť rozprávať o tom, čo prežívala.

Denisa si našla kamarátku, ktorá jej pomohla uvedomiť si nerovnováhu vo vzťahu s inou kamarátkou, s ktorou tam pôvodne prišla. Cítila sa vedľa nej menejcenne, ako jej poslík a nie úplne sama sebou v komunikácii s druhými. Už na turnuse nastalo zlepšenie, keď sa o tom porozprávali. Na turnuse, kde sa stala pomocnou vedúcou, jej pomohli ostatní pomocní vedúci prekonať horšie vzťahy s vedúcimi. Po tom turnuse mala krízu vzťahu s Bohom, tú jej pomohli prekonať spolubývajúce a ľudia z iného spoločenstva.

Zdieľanie dôležitých hodnôt

Soňa si v ťažkom období (nezhody s vedúcimi) na družine uvedomila, že najdôležitejší sú na družine noví účastníci, po tom, čo ju jeden z nich povzbudil „*...potom tam bol aj jeden novic, ktorý...on mne zlepšoval náladu a potom som si uvedomila, že práve proste*

kvôli tebe som tu! Práve kvôli tebe! Aj keď si možno jediný z družiny, kvôli tebe, “ A podobne aj ona neskôr povzbudila iného novica, pre ktorého toto povzbudenie malo priaznivé účinky aj do budúcnosti. „...potom som sa zrazu stretla s jedným chalanom z tej družiny, s takým novým, ktorého som raz povzbudila úplne...proste som mu povedala nejaké slová, že to je v pohode, že aj keď sa mu nedarí s nejakými kameňmi, šutrami tam dať...lebo on tam staval nejaký plot a proste sa mu to nedarilo a bol z toho taký nespokojný, tak som mu tak hovorila, prirovnávala som a ja neviem čo, som ho povzbudila a proste on potom, keď sme sa stretli po mesiaci, akože “Počúvaj, že minule mi išlo niečo tak strašne ťažko a ja som si úplne na to spomenul ako si ma vtedy povzbudila a hneď som sa začal usmievať” To bolo také super! Ja že čoooo, proste to človek nikdy nevie a to je práve to ovocie, o ktorom ani my nevieme. Aj napriek tomu, že máme ťažšie dni s tými ľuďmi niektorými, tak stále máme myslieť na to, že jednoducho nie sme tam len pre nich, sme tam aj pre iných.” Pre Soňu bolo dôležité povzbudenie, a jeho praktizovanie a prijímanie jej pomohlo prekonať ťažšie momenty turnusu. Natáliino nadšenie vystriedala konfrontácia s realitou. Cítila sa málo zapojená do diania a občas demotivovaná. Povahy niektorých nových účastníkov boli veľmi ťažké. Vtedy jej pomáhal príklad vedúcich. Ich obetavosť bola pre ňu inšpiráciou, aby prekonala samu seba. „Aj keď ich to teraz nebaví a chceli by oddych, aj tak idú.”

V ostatných rozhovoroch sa nám nepodarilo identifikovať, nejaké viditeľné zdieľanie hodnôt. Eva bola kresťanskými hodnotami presýtená, tak sa radšej stiahla, ale s perspektívou návratu. Denisa mala krízu vo vzťahu s Bohom tiež a stresujúce obdobie v bakalárskom ročníku a ohľadom vyhliadky do budúcnosti.

Nová identita

Veľmi výrazne sa v tomto ohľade prejavili všetky štyri pomocné vedúce, avšak v inom ohľade ako hlavní vedúci. Denisa a Natália sa stali viac samými sebou; Eva zmenila životný štýl a na určitý čas sa zaujímala o vieru (nie je veriaca, bolo spomenuté už vyššie) a Soňa získala pokoj, z ktorého čerpala v neskorších situáciách. Nebolo to prijatie identity, resp. role v zmysle prevzatia zodpovednosti a rozhodnutie sa pre službu, ako to bolo u vedúcich (nevylučujeme, že toto rozhodnutie neprebehlo implicitne), bolo to o prijatí seba, zmena osobnosti.

Denisa sa necítila sama sebou na svojom prvom turnuse (kvôli dominancii jej kamarátky, ako sme spomínali vyššie), no na druhom turnuse vie presne určiť moment, keď bola úplne sama sebou. „ Na tej družine môžem povedať, že som sa cítila sama sebou, že ma tam nikto neobmedzoval, proste nemusela som sa pozerať na to, že čo na to povie Alexandra

(kamarátka, ktorá ju zavolala, meno bolo zmenené)...na to, čo aj spravím, že vieš, nemusela som sa pozerat' na takú stranu a mohla som byť úplne sama sebou. To sa mi páčilo...a najviac asi, úplne najviac, čo som sa odviazala a bola úplne sama sebou, v jeden deň, keď som bola s novicmi, lebo tam nebol nikto z vedúcich, z pomocných vedúcich tam bola len jedna dievčina a fakt som si to s tými novicmi užila...proste zábava všetko, proste fajn...tam som sa fakt tak cítila najviac sama sebou, aj to, že som sa proste nebála niečo niekomu povedať, že keď som mala niečo na srdci a mi to vadilo, tak som išla proste za hlavným vedúcim a som mu to povedala a som rada, že sa to nejak riešilo a tak... “

Natália ako keby prijala seba už počas svojho prvého turnusu, keď ešte nemala status pomocného vedúceho. Berie sa taká, aká je, bez prikrášľovania make-upom a farbou na vlasy. Predtým mala problém sa rozprávať s rovesníkmi a staršími, teraz to tak už nie je. „...som si tak začala celkovo viac veriť...akože nie že nejaké že predtým vôbec a teraz veľa, ale iba možno tak trochu viacej, hmmm, keď som mala napríklad predtým problém, napríklad s tými rovesníkmi alebo staršími ľuďmi sa rozprávať alebo tak som im dávala také že a oni sú takí vyšší a oni majú aj viac zažitého a tak. A teraz som práve pochopila, že sme si všetci rovní a že aj na tej Katarínke aj tí vedúci, sa snažili byť takí ako my - vôbec sa nad nami nepovyšovali a tak no a tak som si začala aj ja veriť, že som na takej rovnakej úrovni, možno v tom, že som nadväzovala viacej tých nových kontaktov, keď som prišla z búračky napríklad a úplne som mala chuť sa so všetkými skamarátiť.“

Soňa považuje za hlavný prínos po prvom turnuse novú motiváciu do života a určitý pocit pokoja, ktorý tam nadobudla. „...proste mi to dalo aj iný pohľad na život istým spôsobom, lebo ja, keď to tak hovorím pre seba, že po Katarínke som začala istú svoju novú etapu v živote, lebo to bol fakt taký zlom v mojom živote, keď som išla na Katarínku a bolo to ako keby taký nový štart, čiže dalo mi to fakt akože taký, ako keby iný, uhol pohľadu alebo také...nechcem povedať znovuzrodenie, lebo to je silné slovo, ale také, že ako keby som...ako keby ma to naštartovalo znovu, že proste to niektorí ľudia mávajú po duchovných obnovách že proste jednoducho žijem naplno a proste som šťastný...takisto ten pocit takú tú pohoda, ten pokoj a také to vnímanie sveta tými, ako keby ma povzbudilo a ako keby motivovalo tak do života...dala mi tú takú motiváciu, že tak neviem, ako by som to zhrnula jedným slovom.“ Odvtedy u nej tento pokoj pretrváva a snaží sa ho si zachovať aktívnym duchovným životom (modlitbou). „...tak ten pokoj sa odvtedy u mňa drží, mám pocit...do určitej miery a je to pre mňa veľmi dôležité, to je pravda, že aj keď sa naštvem, tak si poviem, že “pokoj nebudem sa rozčuľovať, nebudem sa hnevať, nestojí mi to za to, proste...” u mňa je to tak. A je to myslím si, že je to stále na rovnakej, na rovnakej úrovni a mám pocit, že ten pokoj, on pomáha

prehlbovať nielen takú dospelosť, ale taktiež aj duchovný život. (...) Ja sa do pokoja dostávam zvyčajne aj modlitbou, čo je u mňa dosť taký dôležitý aspekt v mojom živote. To je všetko to prepojené - tam to...ten pokoj, modlitba a duchovný život. A pre mňa je to tak, že ak sa človek v živote nemodlí, tak jeho duchovný život ako keby ani nemal zmysel. Lebo proste modlitba...modlitba je niečo oveľa viac ako si my môžeme vôbec predstaviť a je to tak dôležité, že to je základná zložka ako keby.“

Prvok výzvy

Prvok výzvy bol u pomocných vedúcich z nášho pohľadu súčasťou prvej motivácie, ktorá bola témou jednej z predchádzajúcich kapitol. Môžeme pozorovať nadšenie (Natália), spokojnosť s rolou (Denisa), ale aj sklamanie so sebou v súvislosti s rolou (Eva a čiastočne Denisa).

5.8.3.3 Zhrnutie

Z uvedených príkladov môžeme vidieť, že podobné prvky sa nachádzajú aj u pomocných vedúcich, len v nižšom množstve alebo v obmenách. Vzťahy pre obe skupiny sú platiaci ochranný faktor, významne pomáhajúci v ťažkostiach. V skupine pomocných vedúcich sa nedá hovoriť o novej identite, ktorú mali možnosť prijať, ale skôr o prijatí svojho ja, o autentickejšť. Podobným prijatím svojho ja prešli aj vedúci, no u nich nová identita spočívala v rozhodnutí o prevzatí zodpovednosti.

Zdá sa, že zdieľanie dôležitých hodnôt nie je až tak prítomné, aj z dôvodu presýtenia sa (Eva a viera), nežičlivým podmienkam na zdieľanie (Natália a nesplnené očakávania) a v neposlednom rade mohlo prebiehať zdieľanie hodnôt mimo Katarínku (Denisa, keď vyriešila krízu, mohla zdieľať získané hodnoty v druhom spoločenstve). Je povzbudzujúce vidieť schopnosť ponúkať a zdieľať nadobudnuté hodnoty aj mimo kontextu Katarínky.

Prvok výzvy nebol explicitne pomenovaný, skôr bol spomínaný v súvislosti s prvotnou motiváciou sa prihlásiť na tábor.

5.8.4 ČLENSTVO V PROSOCIÁLNE ORIENTOVAanej KOMUNITE A ŽIVOTNÁ SPOKOJNOSŤ

V tejto podkapitole sa budeme zaoberať odpoveďou na štvrtú výskumnú otázku: Malo členstvo v prosociálne zameranej komunite vplyv na životnú spokojnosť participantov počas nasledujúceho obdobia?

K zodpovedaniu tejto výskumnej otázky boli k dispozícii dva zdroje – dve merania životnej spokojnosti (škála spokojnosti so životom bola zaradená v tretej a štvrtej vlnе meraní) a odpovede na explicitné otázky položené v druhom, príp. treťom rozhovore. Kvantitatívne nám umožňujú zaznamenať zmeny v čase a kvalitatívne nám objasnia pôvod týchto zmien.

5.8.4.1 Vedúci

Dominik

Celkovo sa Dominik radí k participantom s najvyššími skóre, aj v dvoch meraniach životnej spokojnosti sa to prejavilo - v prvom meraní (december 2014) bola jeho spokojnosť veľmi vysoká a druhom meraní (apríl 2015) dosiahla hodnotu nad 30 bodov, čo indikuje extrémnu spokojnosť.

Čo sa týka verbálnych výpovedí, vždy odpovedal na otázky týkajúce sa spokojnosti a šťastia jednoznačne kladne. Nijako veľmi ich nerozvíjal a my tiež nie, vzhľadom na vývoj rozhovoru.

V decembrovom rozhovore predchádzala otázke o spokojnosti a šťastí diskusia o dôležitosti vzdelania, ku ktorému má Dominik síce ambivalentný vzťah, avšak presne vie, čím sa chce živiť (rezbárstvo) a vie, že sa prostredníctvom neho potrebuje zabezpečiť, aj keď ho štúdium teraz nenapĺňa.

V treťom rozhovore skóroval jednou z najvyšších hodnôt životnej spokojnosti spomedzi všetkých participantov vo všetkých meraniach. Predtým sme sa zaoberali jeho osobnostnou zmenou v časovom rozmedzí od vstúpenia do projektu po deň rozhovoru. Zmenu hodnotil pozitívne, nakoľko sa týkala jeho komunikačných schopností, ktoré mohol rozvíjať v rámci množstva nových kontaktov, ktoré si tam vytvoril.

Roman

Romanovo skóre v škále spokojnosti so životom dosahovalo v druhom (november 2014) rozhovore hranicu medzi nespokojnosťou a miernou nespokojnosťou. V treťom rozhovore (apríl 2015) sa zisk bodov posunul do úrovne miernej nespokojnosti.

V novembrovom rozhovore aj explicitne vyjadril nespokojnosť. Kládli sme aj doplňujúcu otázku, čo konkrétne by zmenil. Roman by chcel hlavne znížiť interval medzi pokazením niečoho a opätovným naprávaním (pre lepšie pochopenie odporúčame pozrieť jeho stať v podkapitole o ochranných faktoroch), zmeny by chcel spraviť aj v duchovnom živote. „*Chcel by som nejaké ustálenie, čo sa týka duchovného života, pripadáam si ako neriadená strela.*“ Roman by chcel získať vyššiu kontrolu nad svojim životom, nad sebou a chcel by zmeniť ako vníma seba.

Neuvažoval veľmi nad tým, o čom je vlastne šťastie. Šťastie alebo nešťastie, je podľa Romana „*niečo, čo sa udialo, ovplyvnilo to nejako môj život a ja s tým nejako žijem.*“ Aj pokazenie nejakých vecí v živote sa dá zakryť. Podľa Romana sa spätne v uplynulom roku udiali aj svetlé momenty, a že celkovo šťastie má dlhodobejší charakter. „*Či je človek šťastný alebo nešťastný...to je priveľmi čierno-biele. Nie som ani-ani, záleží od obdobia.*“

Zvýšenie skóre v teste životnej spokojnosti môže súvisieť s vyriešenými záležitosťami ohľadom školy a prijatie role hlavného vedúceho a práce na sebe, ktorá s tým bola spojená.

Ivana

V otvorených otázkach sa vyjadrila, že je spokojná a že by zmenila len to, aby mala bakalársky titul a našetrené nejaké financie do života. Šťastná je tiež, až na nejaké malé detaily. Pri osobnom stretnutí nás zaujímalo, či tie detaily, kvôli ktorým nebola šťastná, nemali súvis so zmenami, ktoré chcela uskutočniť (bakalársky titul a financie). Ivana nás však hneď vyviedla z nášho omylu: „*Hmmm, to si veľmi nepamätám, ale podľa mňa určite nie...že to bolo také...asi niečo, čo som práve vtedy prežívala možno niečo v rodine nejaká hádka alebo nejaký výbuch tam možno bol...*“

Ivana priznáva, že skúškové obdobie jej dalo zabráť a chcela mať istotu aspoň s prvým stupňom vysokoškolského vzdelania, „neviem či to bolo skúškové obdobie, keď som ti to posielala...možno som mala trochu pocít so skúškami, že mať aspoň toho bakalára a potom sa

môžeš na niečo vybodnúť a povedať si, že máš niečo vo vačku, že nie iba maturu...neviem, tak nejako a nie byť len na brigádach a to hovorím iba tak zo zúfalstva...tak každý deň môžeš povedať také obmeny, či si šťastná alebo nie.

V osobnom rozhovore (januárový bol prostredníctvom online dotazníka) sme sa Ivany opýtali, či je aktuálne spokojná a šťastná. Participantka nám ponúkla svoj názor najprv na životnú spokojnosť. *“To je tak na filozofickú otázku, že spokojnosť to je také relatívne...si spokojná v tom zmysle, že čo ti nejako neprekáža...vtedy si ako spokojná...momentálne mne neprekáža ako nič...som najedená a mám svoju spokojnosť...to je podľa toho, čo myslíš, napr. systém alebo na niečom takom...je to veľmi široký pojem spokojnosť a nespokojnosť...vždy sa nájde, či politika - to je úplne, že nespokojnosť alebo zlé chodníky, alebo cesty alebo doprava alebo výluka na železnici smerom na Vinohrady ktorá ťa donúti ísť kolobežkou do školy.”*

Postupne prešla od všeobecnej roviny k jej osobnej, *“... momentálne som (spokojná), neviem povedať, že nie som a povedala by som, že aj nadmieru spokojná, že nič mi nechýba, alebo tak skôr, že neviem, čo by mi momentálne tak chýbalo alebo tak, bez čoho by som sa nemohla zaobiť, takže mám aj priateľov, oporu aj rodinu, že mám aj priateľa mám aj vieru, nikto mi ju nezoberie a nie som stíhaná na Slovensku za vieru, no takže v pohode je to.“*

Podobne nám odpovedala na otázku o šťastí: *“Šťastie? Akože je to také zaujímavé, veľa ľudí alebo teda jeden konkrétny sa ma vždy pýta, či som šťastná, ale to môžeš tiež tak filozofovať, že šťastie...stále ti to niekto praje na narodeniny na sviatky veľa šťastia, ale pritom je to tiež také, že šťastie to ti druhý človek povie, si tvoríš sám, že ty budeš šťastný alebo či sa budeš robiť nešťastným. Tiež je to taký uhol pohľadu, či budeš sa v tragédii smiať alebo smútiť alebo budeš vyhľadávať alebo pestovať nenávisť alebo zase odpustenie...tvoríme, tvorí ten človek sám, takú tu povahu, taký ten charakter, že či si šťastný a niekto môže byť šťastný aj keď je vrah...je to také zaujímavé...ja momentálne som šťastná, ale v tom, že viem rozdávať, lebo chcem aj rozdávať seba, alebo taký zážitok a svoju spontánnosť druhým alebo cítiť sa potrebná. To je možno také tiež, že môžem sa usmievať na niekoho alebo nemusím byť odkázaná na druhých...”*

5.8.4.2 Pomocní vedúci

Eva

Eva vyjadrila v druhom rozhovore spokojnosť so svojim životom, len jej nevyhovuje veľmi hustý denný program a hromadenie sa správ v elektronickej pošte a na Facebooku. Nestíha udržiavať vzťahy s ľuďmi, ktorí sa snažia s ňou skontaktovať. *„Inak som úplne spokojná vo všetkom, ale možno to, že nemôžem byť občas s ľuďmi, ktorí mi napíšu, že by so mnou chceli byť a že ma to mrzí, a ešte, keď sa aj zaujímajú.“* Eva verí v zlepšenie, nakoľko jej veľa času zaberá jeden predmet, ktorý keď skončí, bude už len písať záverečnú prácu. *„Si potom myslím, že bude viac času, keď budem písať diplomovku doma a myslím si, že po večeroch sa to dá poriešiť, niečo s niekým.“*

Eva si myslí, že je šťastná a spája to s tým, že sa môže venovať veciam, ktoré ju zaujímajú a nemá nejaké vážne záväzky. *„Myslím, že ma všetko baví, mám pocit, že aj kebyže ma nebaví tak to nerobím, zatiaľ nie som tak, že musím niečo, že si môžem vyberať, že nemusím ani platiť dlhy ani nič také, ani záväzky ani také veci rôzne vzťahové takže si myslím, že zatiaľ sa snažím vyberať si to, čo ma naplňa, jasne, že to, čo ma nenaplnia to ide preč a tým, že mňa baví celá robota, to sú také veci, čo ľudia, že sú tam nasilu a ten voľný čas mám asi to, čo by ma bavilo.“*

Posledný rozhovor ukázal pokroky vo všetkých oblastiach. Už predtým bola Eva aj podľa Škály spokojnosti so svojim životom veľmi spokojná, no v poslednej vlne meraní dosiahla jej spokojnosť extrémnu úroveň.

Bola úspešná v zladení práce, školy a voľnočasových aktivít. *„Diplomovku stíham, som zistila, tak sa snažím si viac organizovať aj voľný čas, nielen sedieť doma za počítačom. Prácu som už vypustila, nie je to dôležité v súčasnosti, skôr sa venujem diplomovke, rodine a po večeroch kamarátom a cvičeniu. Mám teraz dobré obdobie, som motivovaná v škole, mám dobré vzťahy s kamarátmi, s ktorými sa mi darí stretávať, cvičenie doplnia endorfíny, všetko okej.“*

Nedostatok sociálneho styku vyriešila tiež tým, že na každý alebo každý druhý deň si naplánovala nejakú príjemnú aktivitu, či už športovú alebo nejaké stretnutie. Nesedí stále pri písaní diplomovky a vidí v tom aj iné výhody: *„Rýchlejšie robím veci, keď mám pred sebou vidinu zaplneného večera/rána/obeda. Tiež je príjemná ľudská spoločnosť, človek si pokecá,*

uľaví, príde motivovaný, s nápadom, dobrým pocitom a pod. Mám pocit, že som aj menej vystresovaná, keď počujem, ako rôzne sú na tom ľudia.“

V prvom rozhovore (vtedy nebola sledovaná životná spokojnosť) sa vyjadrovala veľmi pozitívne k tomu, že sa mohla zapojiť do diania na Katarínke a oproti svojim spolužiakom má zaujímavú aktivitu. „...*mám pocit že Katarínka je jedna z takých možností, na také, na tešenie sa zo života...si nájde človek takú nejakú novú aktivitu, a aj tých nových ľudí spoznáš určite.*“

Natália

Natália zaznamenala opačný trend, ako to bolo v prípade Evy – v prvom meraní dosiahla úroveň extrémnej spokojnosti a v druhom meraní klesla úroveň jej životnej spokojnosti na hranicu úrovni „veľmi spokojná so životom“ a „čistočne spokojná so životom.“

Verbálne výpovede nám poskytli čiastočné vysvetlenie pre uvedenú situáciu. V druhom rozhovore sa vyjadrila, že už je spokojná so svojim životom a že sa hýbe dobrým smerom. Pohyb k lepšiemu pripísala tomu, že sa berie taká, aká je. *“Nemám komplexy, som sama sebou a som taká, aká som.”* Zmena súvisí aj s „naturálnym spôsobom života,” čo pre Natáliu znamená, že sa nemaľuje a nefarbí si vlasy. Opisuje prvotný šok po odmaľovaní počas svojho prvého turnusu *“Keď som sa prvýkrát odmaľovala, cítila som sa taká odhalená.”* Ale potom zhodnotila, že aj keď vyzerá prirodzene, nemusí to byť „špatne.” Ďalším významným faktorom pre spokojnosť, je jej priateľ a pocit, že sú stabilizovaní vo vzťahu. Natália má nádej, že by mohol byť tento vzťah vážny, vedúci do manželstva. Na otázku o šťastí odpovedala, že sa cíti viac menej šťastná.

Je pochopiteľné, že Natália bola veľmi šťastná, no otázkou ostáva, čo spôsobilo pokles spokojnosti. Odpoveď sa nachádza na konci posledného rozhovoru. Vyjadruje tam svoj názor, že jej kvalita života by mohla byť vyššia. *“Ono to súvisí aj s tou svadbou, že žijem na polceste. Neviem, kde mám domov, a to tak intenzívne, že keď som doma, necítim sa tam doma, som na intráku a necítim sa tam doma...a neviem, dost' mi to uberá na kvalite... Už sa odpútavam od rodičov a s priateľom sa cítim super, ale viem, že sa musíme rozlúčiť a stále to nie je ono...mi to vadí. Už mať domov, také bezpečie mi chýba. Inak som spokojná, ale to je mojou povahou”*

Sonja

Pri Soni sme získali dojem, že byť spokojný, resp. šťastný je rozhodnutím. Z kapitoly o reziliencii môžeme vidieť, aké ťažké obdobie prežívala a napriek tomu, odpovedala na otázku rozhodným *“Áno som (spokojná).”* Nechcela ani nič meniť, prijala život taký, aký ho mala. Môže tam byť určitá súvislosť s pokojom, ktorý získala ešte na svojom prvom turnuse a s rozvinutím jej

duchovného života. V čase druhého rozhovoru (November 2014) dosiahla v Škále spokojnosti so životom úroveň čiastočnej spokojnosti.

V poslednom rozhovore sa o svojej spokojnosti vyjadrila nasledovne: *“Som spokojná. V škole by toho mohlo byť menej. Kamaráti by si mohli nájsť viac času na míting, ale to nie je môj problém asi (smiech) Všetko je ako má byť. A učíme sa naďalej žiť...pretože život je fantastický.”* Priznáva, že sú nedostatky v živote, no napriek tomu si zachováva pozitívny pohľad na vec. A podľa Škály spokojnosti so životom sa nachádza na hranici medzi “veľmi spokojná” a “extrémne spokojná.” Posledný rozhovor bol vo forme on-line dotazníka, takže sme nemali možnosť tento bodový nárast hlbšie preskúmať.

Denisa

Denisa v obidvoch vlnách, keď bola meraná životná spokojnosť, vykazovala rovnakú úroveň, konkrétne čiastočnú životnú spokojnosť. K svojej spokojnosti sa vyjadrila nasledovne: *“...som celkom spokojná, lebo keby nie som spokojná, tak to ako keby znamená, že sa priechim tomu, čo mi dal Boh. Hej, že dal mi takú rodinu, takých priateľov a takéto veci...aspoň ja si myslím...nie že priechim, ale...určite sa dá niečo zlepšiť v mojom živote a chcela by som. Som tak, že: celkom spokojná som, ale nemôžem povedať, že som úplne spokojná.”* Zaujímali sme sa o veci, ktoré by zmenila, aby bola spokojnejšia. Uznala, že ich je veľa, no najmä v oblasti svojho odboru by chcela prekonať strach a viac sa angažovať, tiež by chcela zlepšiť svoj vzťah s Bohom a tak celkovo sa zvnútra zmeniť. *“...ale to je celoživotný process. To sa nedá, že hsknem prstom...ale ako som spokojná...som. Takto - nemôžem povedať, že mi niečo strašne chýba v živote, lebo mám rodinu, nie je to nejaká úplne úžasne milujúca rodina, ale proste mám rodinu, mám rodičov, nemôžem povedať, že sme nejakí na tom nejako sociálne zle, hej, že som zabezpečená, čo sa týka školy a takýchto vecí, že som spokojná, ale dalo by sa to ešte zlepšiť, a to je hlavne tým, že ja sa uspokojím s priemerom, to som si všimla na sebe...”*

Pri otázke, či je šťastná sa jej neistý tón zmenil na veľmi presvedčený a dôrazne povedala: *“Áno! som šťastná...Som, nemôžem povedať, že nie som...ved’ každý deň sa nájde niečo, z čoho sa môže človek tešiť...aj keď ma človek proste zlý deň, ja si myslím, že vždy sa nájde niečo na čo sa môže tešiť alebo z čoho. (...)Treba sa tešiť a ja som šťastná...”*

Témou posledného rozhovoru boli aj zmeny, o ktorých sa vyjadrila, že by zlepšili jej spokojnosť so životom. Takto opísala svoj pokrok v angažovaní sa v rámci svojho odboru a vo vzťahu s Bohom: *“Čo sa týka môjho odboru - strach mám jedine z mojej budúcnosti a z toho, že neviem, kde sa o rok budem nachádzať, keďže práve prebieha obdobie podávania prihlášok a sama len tak skúšam a tápem, kde by som mohla ísť. Inak som sa určite vo veľa veciach posunula, to sa ani inak asi nedá za ten čas. Človek stále skúša niečo nové a každá skúsenosť ho niekam posunie. A týchto skúseností som mala za ten čas celkom dost, za čo som opäť veľmi vďačná. Vo vzťahu s Bohom som sa určite posunula ďalej, keďže som tento rok spoznala skvelých ľudí, v ktorých vidím zapálenie pre Pána*

Ježiša, tak ma to tak povzbudzuje v tom, aby som naďalej zotrvala a rástla vo vzťahu s Bohom. Momentálne som mala také menšie kritické obdobie po bakalárke, ale už sa to opäť dostáva do normálu, tak sa tomu celkom teším.” Aj napriek zlepšeniu, zostala životná spokojnosť na približne rovnakej úrovni.

5.8.4.3 Zhrnutie

V skupine vedúcich sa u všetkých zvýšila úroveň životnej spokojnosti. V skupine pomocných vedúcich sa u dvoch participantiek zvýšila úroveň životnej spokojnosti, u jednej znížila a u jednej ostala na pôvodnej úrovni zistenej počas tretej vlny meraní.

Vo verbálnych výpovediach je ťažké nájsť spoločný vzorec, nakoľko, elaborovanosť odpovedí v niektorých prípadoch, nie je postačujúca. Pri niektorých participantoch môžeme len odhadovať podľa informácií, ktoré máme k dispozícii. Treba však poukázať na to, že spokojnosť u vedúcich mala tendenciu rásť (v prípade Ivany len veľmi mierne, no spôsobili to rozdiely v úrovniach, nakoľko sa nachádzala na hranici dvoch úrovní).

Za spoločný prvok rastu môžeme považovať adresovanie potenciálu na zmenu z predchádzajúceho rozhovoru. Inak povedané, tie „slabé miesta“, ktoré participant pomenovali, sa snažili aj zmeniť (Neplatí to pre všetkých - Denisa opisuje zlepšenie v sledovaných oblastiach, no neodráža sa to na výsledku škály). Analogicky pokles môže mať za následok neúspech pri jeho riešení. Napríklad, Natália v prvom rozhovore na túto tému spomínala nádej, že by sa mohla v dohľadnej dobe vydať, no v čase druhého rozhovoru túžila po vytvorení spoločného domova so svojim priateľom. Významným faktorom mohli byť aj problémy spojené s neistým nástupom na magisterský stupeň.

Spokojnosť aj šťastie mohli súvisieť so získaním významných vzťahov na Katarínke (všetkým priamo alebo nepriamo pomohli), zmysluplného naplnenia voľného času (najmä Dominik, Roman a Eva) a s duchovným a osobnostným rozvojom počas a po turnusoch (Soňa a Dominik). Naše zhrnutie je skusmé, nakoľko na spokojnosť a šťastie vplýva množstvo faktorov, ktoré nemuseli byť explicitne pomenované.

6. DISKUSIA

Obdobie vynárajúcej sa dospelosti je veľmi tvárnym obdobím plným rôznych možností, ktorým smerom sa vydať v živote. Pre úspešné adaptovanie sa na úlohy dospelosti je potrebné nájsť zdroje, ktoré by slúžili na prekonávanie ťažkostí a vytvárať si podmienky na spokojnosť so životom. Štúdie zaoberajúce sa týmito témami nahliadajú na rezilienciu a životnú spokojnosť z viacerých hľadísk. Naša práca má kvalitatívny charakter a je zameraná na identifikovanie faktorov reziliencie a životnej spokojnosti v kontexte dlhodobého dobrovoľníctva. Autorka si je vedomá nedostatkov kvalitatívnej výskumnej stratégie, akými sú napríklad slabá validita a spoľahlivosť výsledkov alebo nemožnosť vyvodiť všeobecné závery. Zároveň však umožňuje hlbšie nahliadnuť do toho, akú úlohu zohráva prosociálne orientovaná komunita v budovaní reziliencie a životnej spokojnosti u ľudí vo vynárajúcej sa dospelosti. V našom výskume sme si položili štyri výskumné otázky, na ktoré sme hľadali odpovede v uskutočnených rozhovoroch. V nasledujúcej časti práce sa budeme snažiť objasniť získané výsledky v svetle teoretických poznatkov uvedených v teoretickej časti práce. Dlhodobejšie monitorovanie reziliencie nám dovoľuje chápať ju ako proces v súlade s poňatím Mastenovej (2001), keďže sledujeme dynamiku zmien vo vymedzenom čase (a nesledujeme ju iba ako osobnostnú črtu).

Výskumná otázka č. 1: Aká bola motivácia participanta zapojiť sa do dobrovoľníctva v prosociálne zameranej kominute?

Ako môžeme vidieť v Tabuľke 1, prvotná motivácia prihlásiť sa na turnus bola u účastníkov, pokračujúcich ďalej v projekte, veľmi podobná. Zvyčajne boli motivovaní sa pridať k priateľom, ktorí ho už absolvovali alebo túžili zažiť niečo nové. Častý bol aj záujem o prácu, ku ktorej sa bežne mladí ľudia nedostanú a pobyt v prírode. Tieto typy motivácií plnili pre nových dobrovoľníkov sociálnu funkciu a funkciu porozumenia (skúsiť nové veci, naučiť sa niečo nezvyčajné) podľa Claryho typológie (Clary a kol., 1998). To je čiastočne konzistentné s výsledkami McCabeovej a spolupracovníčok (2002), ktorí vo vzorke austrálskych mladých dobrovoľníkov, identifikovali ako najdôležitejšiu funkciu- funkciu porozumenia (McCabe, White, Obst, 2002).

Participantí nepokračujúci v projekte na dlhodobejšej báze vykazovali tiež pestrú škálu motivácií. Patrí sem motivácia pochádzajúca od kamarátov (Kristína, Barbora), zakúsenie tvrdej práce (Lenka), duchovno a pokoj (Lenka a Adam), prírodné prostredia a atmosféra (Radka), osamostatnenie sa a spoznanie nových ľudí (Radka). Zaujímavé je, že ich hlavná

motivácia a očakávania sa nie vždy zhodovali s realitou. Radke, napríklad, chýbal čas na hlbšie rozhovory, Lenka očakávala, že práca bude zložitejšia a ťažšia, no duchovno ju príjemne prekvapilo a prinútilo sa zamyslieť. Mala však podobné pocity smútku ako mal Roman, len boli iného pôvodu. Adam hľadal pokoj na premýšľanie nad životom, ktoré tam nenašiel podľa svojich očakávaní. Prvok spomalenia a pokoja na premýšľanie prípadne rozhovory sa nachádzal aj v rozhovoroch Evy a Barbory. Sebareflexia a následná zmena vnímania seba je jeden z významných ziskov, ktoré zistila Pohlová a Borrie (2000) vo svojej štúdii venovanej zmene pohľadu na seba po absolvovaní zážitku v divočine u žien. Sebareflexia je dôležitá aj pre iných autorov z pohľadu integrácie zážitkov a nájdenia nových perspektív (Hauser a kol., 2006; Kotrusová 2009).

Podľa Bierhoffa (2001, in Mlčák, 2010) by mali pri prvotnej motivácii hrať významnejšiu rolu altruistické motívy. V jednej zo svojich publikácií (Bierhoff, 2006) uvádza model prosociálnej osobnosti, ktorého základnými zložkami sú prosociálna motivácia, rysy osobnosti ako sú sociálna zodpovednosť, vnútorné miesto kontroly a empatia a predstava spravodlivého sveta. Zdá sa, že pre zapojenie sa do prosociálnej činnosti sú potrebné určité vlastnosti a konkrétny pohľad na okolitý svet.

Participantí opisujú vo svojich výpovediach opačný trend. Prevažná väčšina bola motivovaná dobrodružstvom, novými zážitkami, novými ľuďmi a všeobecne opustením každodenného stereotypu, čo sa dá pokladať za (egoistickú) orientáciu, sústredenú na seba. Motívy zamerané na blaho druhých alebo spoločnosti sa objavili až po absolvovaní ďalšieho turnusu. Možno tento výsledok súvisí so skutočnosťou, že participantí sa nachádzajú v období vynárajúcej sa dospelosti, kedy ešte dokončujú proces vyzrievania v osobnej identite a sú príliš zahľadení do seba v porovnaní s tými, ktorí už dosiahli osobnostnú zrelosť typickú pre obdobie dospelosti

. Obrátená postupnosť sa dá vysvetliť charakterom tábora – veľa z našich participantov bolo oslovených svojimi priateľmi, že majú možnosť zažiť niečo nové. Leto je na to ideálna príležitosť. Až pochopením odkazu projektu dokážu vidieť súvislosti prospešné pre iných ľudí alebo spoločnosť. Dramaturgia turnusu je ladená tak, že povzbudzuje v účastníkoch šírenie pokoja a dobra ako odkazu rádu františkánov, ktorí storočia pôsobili na miestach, ktoré sú dnes rekonštruované (Združenie kresťanských spoločenstiev mládeže, OC Katarínka, 2011; OC Katarínka 2015). Egoistické motívy boli v štúdii Hustinx a jeho spolupracovníkov (2008) identifikované u pravidelných aj príležitostných dobrovoľníkov, čo je konzistentné s našimi výsledkami (Hustinx, Haski-Leventhal, Handy, 2008).

V prehľade motivácií, ktorý uvádzame v Tabuľke 1, vieme participantov rozdeliť na základe vnútornej a vonkajšej motivácie, kým vonkajšia motivácia je reprezentovaná nejakou druhou osobou, ktorá participanta povzbudila, (príp. inými vonkajšími okolnosťami), aby sa rozhodol ísť. Bolo pre nás prekvapujúce, že aj napriek prevahy vonkajšej motivácie, niektorí participanti zotrvali v projekte. Vysvetlenie ponúka Gagnéová a Deci (2005), ktorí zistili, že aj vonkajšia motivácia sa môže transformovať na vnútornú (nastáva zvnútornenie regulácie správania a hodnoty na ňu naviazanej) a tiež, že oba typy motivácie môžu mať priaznivé následky v podobe výkonu, spokojnosti, dôvery a osobnej pohody na pracovisku. Na našich participantoch (Ivana, Roman, Soňa, Denisa) môžeme pozorovať túto transformáciu a tiež priaznivé následky.

Katarínka ako projekt stojí na štyroch pilieroch – práci, spoločenstve, duchovne a genius loci (z lat. duch miesta). Bez konkrétneho miesta by projektu chýbal spájajúci prvok. U participantov sa objavila motivácia, ktorá bola spojená s tzv. enviromentálnymi dispozičnými štruktúrami. Sú to trvalejšie aspekty osobnosti (relevantné vo vzťahu k prostrediu), ktoré vznikli ako dôsledok vzájomného pôsobenia človeka a miesta. Na toto miesto je konkrétny človek buď emocionálne viazaný, alebo je na ňom istým spôsobom závislý (Naništová,). McKechieho dotazník ERI (in Naništová,) umožňuje postihnúť individuálne rozdiely pri výbere viac alebo menej obľúbených miest.

V našom výbere sa objavili *prvky pastoralizmu* ako prirodzenej vnímavosti a ústretovosti voči prírodnému prostrediu (Veľmi výrazne prítomné u Evy, prvky aj u Dominika a Natálie). Výrazný bola aj *prvok mechanickej orientácie* (Dominik a sčasti Natália) v podobe záujmu o manuálnu prácu, mechaniku a technologické procesy a *prvok antikvarizmu* (veľmi výrazne u Natálie), ktorý vyjadruje pozitívny vzťah k historickým veciam a starým veciam. Uvedené poznatky prispeli k pochopeniu vyššej príťažlivosti projektu Katarínka pre niektorých dobrovoľníkov.

Výskumná otázka č. 2: Ako sa vyvíjala dobrovoľnícka aktivita participanta v rámci prosociálne zameranej komunity?

Výskumný výber sa v tejto otázke rozdelil na tri skupiny. Po prvé, to boli dobrovoľníci, ktorí boli pozvaní do role vedúceho a pozvanie prijali. Po absolvovaní turnusu ako vedúci, dostali pozvanie pokračovať a opäť prijali túto ponuku. Po druhé, to boli dobrovoľníci, ktorí prijali pozvanie stať sa pomocnými vedúcimi, no na svoj tretí nešli/ nedostali pozvanie (uvádzajú subjektívne aj objektívne dôvody). Tretou skupinou sú dobrovoľníci, ktorí zo subjektívnych alebo objektívnych dôvodov nepokračovali na akejkoľvek pozícii.

Spoločný bod pri prvej skupine dobrovoľníkov je stotožnenie sa s rolou. Vedeli, že chcú pokračovať a podnikali kroky k tomu, aby boli viac angažovaní. Postupne pribúdajúce povinnosti súvisiace s poskytnutím dôvery od ľudí, ktorí ich zavolali do služby. Vedia, že to nebude jednoduché, ale budú sa snažiť vydať zo seba to najlepšie. Penner (2002) považuje opísanú situáciu za prijatie role. Je určujúce pre dlhodobé dobrovoľníctvo a závisí viac na faktoroch organizácie, ako na dispozičných faktoroch. Z rozhovorov je vidieť, že traja vedúci (najmä mužská časť) videli oporu v členoch organizácie. To je v súlade aj so zisteniami Hustinx a spolupracovníkov (Hustinx, Haski-Levethal, Handy, 2008), ktorí spájajú motiváciu pravidelných dobrovoľníkov s pevne vytvorenými vzťahmi v rámci dobrovoľníckej organizácie. Na rozdiel od príležitostných dobrovoľníkov, ktorí spájali svoju aktivitu s už vytvorenými sociálnymi väzbami mimo organizáciu, pravidelní dobrovoľníci sa kontaktujú viac s dobrovoľníkmi v organizácii, ktorých predtým nepoznali.

Vzťah medzi dobrovoľníckou organizáciou, najmä jej hlavnými predstaviteľmi (ich úlohou je napríklad aj vyberanie vedúcich a pomocných vedúcich na jednotlivé turnusy) a dobrovoľníkmi, ktorí poskytujú svoje zdroje v prospech tejto organizácie má prvky psychologickéj zmluvy. Hlavní predstavitelia organizácie nie sú v pravom slova zmysle zamestnávateľmi dobrovoľníkov, no sú navzájom spojení psychologickým vzťahom, do ktorého premietajú vzájomné očakávania, ktoré môžu mať implicitnú formu (Rošková, 2013). V súvislosti s naplnením, resp. nenaplnením očakávaní (naplnením/porušením psychologickéj zmluvy) a organizačným záväzkom, uskutočnili Lemire a Roullard (2005) výskum, kde skúmali vplyv porušenia/neplnenia zmluvy na organizačný záväzok. Uvedený vplyv zisťovali prostredníctvom zámeru zamestnanca zostať v organizácii. Výsledky potvrdili, že porušenie psychologickéj zmluvy znižuje záväzok voči organizácii a zvyšuje zámer odísť. Na druhej strane, plnenie psychologickéj zmluvy bolo v pozitívnom vzťahu s pracovným výkonom (Lemire, Roullard, 2005).

Z uvedeného vyplýva, že nesplnenie očakávaní, ktoré dobrovoľník mal, môže mať za následok zníženie záväzku voči organizácii alebo až odchod z organizácie. Tento fenomén môžeme v istom zmysle pozorovať u pomocných vedúcich. Veľmi výstižne (najmä jeho implicitný charakter) pomenovala Radka: *„Očakávania...hmmm...ja mám trochu problém s očakávaniami alebo predstavou, keď sa ma niekto pýta, keď som na nejakej akcii, neviem čo mám povedať, lebo očakávania nemám, ale poviem ti úprimne, že nemôžem povedať, že som bola sklamaná...(…), dajme tomu že som nemala očakávania, preto to bolo to, čo som si že vysnívala alebo zidealizovala, chápeš...“* Jednoducho povedané, Radka si explicitne nepomenovala svoje očakávania, automaticky očakávala od projektu veci, ktoré neviem

pomenovať a potom ostala sklamaná a neskôr nemala až tak motiváciu sa zapojiť. Z neskorších výrokov vyplynulo, že očakávala viac priestoru na hlbšie rozhovory.

Znalosť mechanizmov psychologickej zmluvy môže byť užitočný pre ľudí organizujúcich dobrovoľníkov, hlavne z hľadiska zisťovania nielen motivácie, ale aj očakávaní, ktoré majú od organizácie. Funguje to však obojstranne, aj projekt Katarínka má určité očakávania od dobrovoľníkov pracujúcich pod ich hlavičkou. Splnenie vzájomných očakávaní má za následok spomínaný kvalitný pracovný výkon. Tento aspekt je viditeľný v podrobne rozpracovaných rozhovoroch vedúcich (viď najmä state z rozhovoru s Dominikom vo výsledkoch na výskumné otázky 1 a 2).

Vzťahy s organizáciou a jej predstavenými členmi a tiež očakávania, aké majú od seba navzájom dobrovoľníci a vedúci organizácie a ich úspešné napĺňanie, vedú k dlhodobému zaangažovaniu a stabilným výkonom.

Výskumná otázka č. 3: Pomáhala členstvo v prosociálne orientovanej komunite v prekonávaní nepriaznivých životných situácií?

V rámci príbehov troch vedúcich sa objavili štyri charakteristiky, ktoré sa stali spájajúcim prvkom, typickým pre dlhodobých dobrovoľníkov v našom výbere. Boli to vytvorenie významných vzťahov, zdieľanie pre nich dôležitých hodnôt, prijatie novej identity a vnímanie udalostí ako výzvy.

Uvedené charakteristiky sa prekrývajú s faktormi, ako ich uvádza Ungar (2008) – vytvorenie významných vzťahov sa prejavilo najmä vo vnímaní sociálnej opory a tiež vo vytváraní zmysluplných vzťahov, ktoré sú súčasťou vzťahového faktora reziliencie. Schopnosť nadviazať vzťahy sa v niektorých prípadoch preniesla aj do iných kontextov (napr. Dominik, Natália, Denisa).

Môžeme vidieť dôležitosť mentorov a vzorov v prípade zvládnutia ťažkého obdobia (napr. Roman), dôležitosť sociálnej opory pre zvýšenie sa životnej spokojnosti (Eva, Dominik, Denisa, Soňa) a úrovne reziliencie (Natália, Ivana), čo je v zhode s výsledkami štúdie Achoura a Mohd Nora (2014), ktorá bola realizovaná medzi malajzijskými stredoškolskými študentmi. Podľa Hausera a spolupracovníkov (2006) zohráva túžba po vzťahoch a dôležitosť vytvorenia a udržania týchto vzťahov kľúčovú rolu v tom, ako sa mladý človek môže dostať z nebezpečného do podnetného prostredia.

Ungar (2012) zaradil vytvorenie nových vzťahov a pocit prináležania medzi sedem faktorov, ktoré robia z táborov miesta, kde si deti a mládež budujú rezilienciu. Pri vytváraní

vzťahov nemal na mysli vrstovnicke, ale aj vzťahy s vedúcimi a pomocnými vedúcimi. Byť schopný vyjednať svoje potreby s dospelým patrí k jednému z predpokladov reziliencie (Ungar, 2008). Zdá sa, že od toho, ako bola potreba nových vzťahov saturovaná, záviselo aj následné angažovanie sa v projekte. Pocit, že niekam patrím sa najlepšie odráža v spoločnom účele a v naviazanosti na identitu, ktorú tábor podporuje. Projekt Katarínka vidí spoločný cieľ nielen v konzervovaní kultúrnej pamiatky a jej sprístupnení ostatným ľuďom, ale aj v zachovaní odkazu františkánov, ktorí tu žili. Spoločná identita spočíva v určitej jednoduchosti, v žití prítomného momentu (bez elektroniky a hodínok), v šírení pokoja a dobra (OC Katarínka, 2015). Sú to hodnoty, ktoré sú prítiažlivé aj pre účastníkov, ktorí sa nehlásia k žiadnemu vierovyznaniu.

Zdieľanie pre dobrovoľníkov dôležitých hodnôt malo v našom výskume niekoľko úrovní. Prvá z nich sa týkala hodnôt, ktoré mali možnosť participanti prijať od iných, alebo ich objaviť, (napr. Roman prijímal dobro od iných, a posielal ho ďalej, adresáti nemuseli byť tí istí ľudia). Najdôležitejšie však je, že ich „poslali ďalej.“ Ďalšia úroveň sa týka objavenia vlastností, ktoré by mohli byť prospešné pre iných a tie poskytovať druhým (Pre Ivanu bola po prvom turnuse objavom jej spontánnosť a neváhala ju dávať ďalej).

Účastníci mali možnosť rásť vo viere na „strečkách“, ktoré prebiehali mimo leta, počas akademického roku. Mohli sa takto zdokonaľovať a tvarovať svoju životnú filozofiu v skupine ľudí. Pre Romana to bolo miesto, kde sa mohol naozaj podeliť o to, ako sa má. Soňa našla v „stretku“ duchovnú formáciu, po ktorej dlho túžila. Lenka nemohla kvôli nedostatku času pokračovať, no „stretko“ ju tiež lákalo. Lenka vo všeobecnosti patrí k tým participantom, ktorí boli už zaangažovaní v inom spoločenstve a rozhodli sa zotrvať v ňom. Museli si vybrať a zvolili si svoje „pôvodné“ spoločenstvo. Podobne to bolo aj v prípade Adama a Radky, ktorí sa rozhodli pokračovať v pôvodných spoločenstvách najmä kvôli pocitu, že chceli dávať, nielen prijímať. Objektívne dôvody a ich vlastné rozhodnutie im síce zabránilo pokračovať ďalej, no aj tak zdieľali pre nich dôležité hodnoty (podrobne o tom rozprával Adam, ktorý na Katarínke objavil iný pohľad na spiritualitu a chcel ju ponúknuť vo svojom spoločenstve) v iných kontextoch.

Zdokonaľovanie seba a prítomnosť životnej filozofie patria k významným prvkom kultúrneho faktora, nehovoriac o členstve v náboženskej organizácii (Ungar, 2008). Tábor Katarínka približuje vo svojom zábavnom programe a prostredníctvom turistických sprievodcov časť histórie našej krajiny. Ponúka kresťanské hodnoty a priestor na diskusiu s ľuďmi, ako rôzne sa dá duchovno vnímať. Ungar (2012) spomína „kultúrnu zakorenenosť“ ako významnú

súčasť táborov, budujúcich rezilienciu. Sem sa zaraďuje aj možnosť pochopiť kultúru a hodnoty iných. Takto môžu účastníci konfrontovať v sebe svoje hodnoty a hodnoty iných.

Pre niektorých participantov zohrávala dôležitú rolu viera. Uviedli sme tri východiská pre vzťah reziliencie a náboženstva (Pargament a Cummings, 2010) a pre každý z nich sme našli potvrdenie v prehovoroch našich participantov. Nábožnosť v prípade Sone pomohla udržať nadobudnutý pokoj počas prvého turnusu a pomohla k celkovému upokojeniu jej náladovej osobnosti. Tak sa potvrdila funkcia nábožnosti v adjustácii, neskôr vedúcej k pozitívnej zmene osobnosti. Pre druhé východisko – súvisiace s prítomnosťou náboženských zdrojov reziliencie v intervenciách, ktoré podporia jej individuálnu variantu u jednotlivca, pri zvládaní životných stresorov – máme veľa podporných dôkazov v rozhovoroch. Predovšetkým modlenie sa (Lenka pri vážnej chorobe blízkeho človeka) a návšteva svätej omše (pri Denisinom strese zo školských povinností) sa ukázali ako dôležité. Všeobecne vzťah s Bohom pôsobil ako ochranný faktor pri Barbore a Denise, kedy si uvedomili, že je dôležité dať Bohu a Božej vôli správne miesto v ich živote. Napokon, niektoré formy nábožnosti môžu skôr znovu vyvolať ako upokojiť efekty plynúce zo stresových udalostí. To sa prejavilo v Romanovom prehovore, kedy nevidel zmysel v náboženských úkonoch, akou bola návšteva svätej omše a svätá spoveď. Klasické vysvetlenia, prečo sú dôležité pre život kresťana, čiže aj pre ten jeho, mu spôsobovali viac stresu ako upokojenia.

Roman počas celého trvania výskumu sa snažil nájsť zmysel nielen v náboženských úkonoch, ale aj vo svojom štúdiu a udržovaní rodinných vzťahov. Nastala situácia, ktorú opisuje Parková (2013), kedy sa musel vyrovnáť s diskrepanciou medzi všeobecným a situačným videním zmyslu. Dlhodobu sa mu zdalo, že „opravovanie“ niektorých vecí vo vyššie uvedených oblastiach nemá zmysel, no opravovanie zručností mu pomohlo vidieť aspoň v niečom zmysel (nebolo to abstraktné, ako raz spomenul) a stretnúť ľudí, ktorí mu pomohli s touto krízou.

V rámci individuálneho faktora (Ungar, 2008) sa objavila aj sebaúčinnosť, vnímanie vlastnej kontroly nad životom. V rozhovoroch sa objavila vo forme výziev, kedy si participant povedali, že prijímajú funkciu a dávajú zo seba to najlepšie. Je to rozhodnutie veriť sebe a veriť druhým. Nie je to „rebelantské“ rozhodnutie, ako to bolo u participantov v Hauserovom výskume (Hauser et al., 2006), no je to o schopnosti riadiť svoje správanie určitým smerom podľa svojho rozhodnutia. Dávať ľuďom pocítiť, že majú sami pod kontrolou svoj život a počínanie, spomínal aj Ungar (2012)

Napokon sa v rozhovoroch objavilo vytváranie novej identity, či už ako dobrovoľníka alebo celkovej osobnosti. Niektorí participantí sa naučila akceptovať seba, byť samým sebou medzi inými, ďaleko od múrov Katarínky. Vytvorenie silnej novej identity spomína aj Ungar (2012) v rámci vlastností táborov budujúcich rezilienciu. Počas tohto obdobia by mali účastníci tábora dokázať niečo, na čo by boli hrdí. Katarínka je na to skvelé miesto – či už preto, že človeku sa mení zručanina pred očami, skúša veci, ktoré nerobí bežne, osmeľuje sa pri budovaní vzťahov alebo prekonáva sám seba na dvojdnovom putovaní – príležitostí sa nájde mnoho. Množstvo participantov (Ivana, Dominik, Denisa a ďalší) vedeli nadobudnuté sebavedomie zúročiť aj mimo kontext Katarínky.

Čo sa týka spoločenského faktora reziliencie podľa Ungara (2008), v našom súbore sa výraznejšie neprejavil. Je pravda, že niektorí mali možnosť rozvíjať zručnosti, potrebné pre svoje budúce povolanie (Dominik sa môže realizovať v manuálnych prácach, Denisa v mediálnom tíme), no inak sa veľmi tento faktor neprejavil.

Zo siedmich vlastností táborov budujúcich rezilienciu (Ungar, 2012) sa prejavila väčšina, len „spravodlivé zaobchádzanie“ a „zdravý životný štýl“ ostali v úzadí. Z Hauserových zistení (2006) sa v našom výskume potvrdili všetky tri – dôležitosť vzťahov, potreba sebareflexie a byť aktívnym činiteľom vo svojom živote.

Výskumná otázka č. 4: Malo členstvo v prosociálne zameranej komunite vplyv na životnú spokojnosť participantov počas nasledujúceho obdobia?

Už v zhrnutí v časti výsledkov sme uviedli, že sa nedal nájsť jednotný vzorec u dlhšie alebo kratšie zapojených participantov. Prevažne vnímanie spokojnosti súviselo s budovaním zmysluplných vzťahov, zmysluplným naplnením času a duchovným, príp. osobnostným rastom.

V Ivaninom prehovore môžeme vidieť potvrdenie rozdielneho základu pre šťastie a životnú spokojnosť. Šťastie môže byť ovplyvnené tým, či človek žije v stabilných vzťahoch (Gundelach a Kreiner 2004). Ivanina odpoveď korešponduje s názorom Hallera a Hadlera (2006), ktorí šťastie považujú skôr za výsledok pozitívnych skúseností v blízkych vzťahoch a spokojnosť skôr za výsledok zhodnotenia materiálnych, sociálnych aspirácií a úspechov. “Výbuch doma” ako to nazvala Ivana, môže mať za následok zníženie úrovne šťastia a finančné zabezpečenie a dosiahnutie určitého statusu získaním titulu sa dá považovať za aspirácie tvoriace životnú spokojnosť (Haller a Hadler 2006).

Za limity našej práce považujeme striedanie formy získavania kvalitatívnych dát. Príležitostný online kontakt značne ochudobňoval získané dáta. Takisto meniace sa miesto pre rozhovor mohlo spôsobovať participantom nepohodu. Vzhľadom na to, že autorka nemala až tak veľa praxe s vedením kvalitatívnych rozhovorov, v rámci realizácie a spracovania projektu sa môžu nachádzať viaceré metodologické chyby a nedostatky. Domnievame sa však, že táto skutočnosť podstatne neovplyvní význam dosiahnutých výsledkov v kontexte angažovanosti mladých ľudí v prosociálne orientovaných spoločenstvách.

ZÁVER

V predloženej diplomovej práci sme sa snažili ponúknuť hlbší pohľad na dobrovoľníctvo prostredníctvom ľudí, ktorí sú k tomu najviac povolani – dobrovoľníkov. Veľa cenných údajov nám poskytli použité dotazníky a škály. Zmiešaný výskumný dizajn umožnil postihnúť komplexný charakter vzťahu medzi motiváciou začať s dobrovoľníctvom, motiváciou pokračovať a pozitívnymi následkami, ktoré z tejto interakcie vyplývajú. Na nasledujúcich riadkoch budú ponúknuté z nášho pohľadu najvýznamnejšie zistenia.

Prvé zistenie sa týka prvej motivácie sa zapojiť. Ukázalo sa, že nemá až tak významný vplyv na rozhodnutie nastálo sa zapojiť v do dobrovoľníckych aktivít (či už išlo o vnútornú alebo vonkajšiu motiváciu). Prijatie a stotožnenie sa s rolou sa v rozhovoroch prejavilo ako najsilnejší vplyv na motiváciu zotrvať v dobrovoľníckej organizácii.

Participantí pokračujúci v dobrovoľníckej činnosti prijali radosti, výzvy, ale aj povinnosti spojené s ich rolou s predsavzatím, že ich budú robiť najlepšie, ako vedia. Schopnosť prevziať zodpovednosť je považovaná za jednu z podmienok dospelosti pre mladých ľudí (Arnett, 2000).

Keď je nová rola akceptovaná, selfkoncept je rozšírený o vnímanie seba ako dobrovoľníka. Ak je s ním daný človek stotožnený, dá sa považovať za nový stavebný kameň identity. Z rozhovorov môžeme vidieť vzájomné pozitívne pôsobenie identity vo vzťahu dobrovoľní – organizácia. Angažovaný človek, ktorý sa cíti zaviazaný voči organizácii a je stotožnený s jej hodnotami, je pre ňu prínosom. Členstvo je výhodné aj pre dobrovoľníka, nakoľko sa stáva súčasťou určitej skupiny, niekam patrí. Ak ma s organizáciou spoločné hodnoty (v našich rozhovoroch sa vyskytol motív objavenia nových hodnôt a ich následne prijatie za svoje), získava priestor, kde ich môže zdieľať s podobne ladenými ľuďmi.

Projekt Katarínka patrí k tým dobrovoľníckym projektom, ktoré poskytujú priestor nielen na zdieľanie, ale aj na získanie hodnôt. Objavila sa ako keby štedrosť, schopnosť podeliť sa s druhými ľuďmi o to, čo dostali. Naskytá sa otázka, aký je príčinnosť v tomto

prípade. Majú ľudia deliaci sa so svojimi hodnotami sklon k zapojeniu sa do prosociálne orientovaných komunit? Alebo opačne, organizácie motivujú svojich dobrovoľníkov k tomuto druhu štedrosti? Tieto otázky vyžadujú osobitnú pozornosť v ďalších štúdiách.

Prijatie novej identity bolo často vnímané ako výzva. Bol ten druh výzvy, ktorý motivoval k lepším výkonom, k výraznejšiemu sebarozvoju, k zmene osobnosti. Hlavne v skupine vedúcich sa zdalo, ako keby výzva bola rozhodujúcim faktorom, prečo sa rozhodli pre príchod a najmä následné dobrovoľnícke zaangažovanie sa v rámci projektu Katarínka. U pomocných vedúcich sa objavil prvok výzvy iba v úvodných fázach zapojenia sa. Tu sa treba pýtať, či naozaj u pomocných vedúcich absentuje vnímanie výziev ako obohacujúcich alebo nato mali nejaké iné objektívne dôvody?

Posledný významný prínos z hľadiska reziliencie sa týka vytvárania zmysluplných vzťahov. Už Mastenová (2001) upozorňovala na priaznivé vplyvy čo i len jedného pozitívne pôsobiaceho dospelého v detstve a na dôležitosť charakteru rovesníckych skupín v adolescencii. Vďaka otvorenosti participantov sme mali možnosť pozorovať celú paletu pozitívnych a niekedy aj negatívnych vplyvov medziľudských vzťahov. Začínajúc nájdením si novej referenčnej skupiny, pokračujúc spoznaním inšpirujúcich ľudí, ľudí konfrontujúcich druhých so svojim doterajším životom až po objavenie potenciálneho životného partnera. Či už si participant našli nových dobrých kamarátov, potenciálneho partnera alebo len stretli človeka, ktorý im otvoril oči, Katarínka a podobne ladené projekty sú miestom, kde je vysoká pravdepodobnosť spoznania život meniacich ľudí. Platí však, že nestačí mať takéto významné zdroje k dispozícii, treba ich rozoznať a správne zužitkovať (Ungar, 2008; Hauser et al., 2006). Preto je potrebné vytvárať priestor pre pocit spolupatričnosti, kompetencie a autonómie (Ryan, Deci, 2000). Porušenie týchto základných potrieb môže mať za následok znížený záväzok voči organizácii a prípadný odchod. Ľudia majúci na starosti prípravu budúci ch vedúcich a pomocných vedúcich by mali brať do úvahy uvedené základné potreby.

Táto práca poskytla nový pohľad do problematiky ochranných zdrojov v prosociálne orientovaných komunitách. Aj identifikované prvky, ktoré boli opakovane prítomné v prehovoroch našich participantov na tému životnej spokojnosti, sa týkali zmysluplného rozvoja vzťahu so sebou a s druhými – opäť robili druhých šťastnejšími a spokojnejšími dobré vzťahy s druhými, zmysluplné naplnenie času (vďaka Katarínke) a možnosti osobnostného a duchovného rozvoja. Dôležité je budovanie vzťahov nielen s inými, ale aj pozitívneho a spokojného pohľadu so samým sebou. Úroveň životnej spokojnosti sa menila vzhľadom na schopnosti naplniť ciele týkajúce sa rozvoja akejkoľvek oblasti. Mladým ľuďom by mali byť

predkladané konštruktívne možnosti ako zvýšiť svoju životnú spokojnosť .a odolnosť voči nepriazni.

POUŽITÁ LITERATÚRA

ACHOUR, M. a M. R. MOHN NOR, 2014. Effects of Social Support and Resilience on Life Satisfaction of Secondary School Students. In: Journal of Academic and Applied Studies. [online]. Vol. 4, no1, pp. 12-20. [cit. 08.10.2014]. Dostupné na: www.academians.org, ISSN 1925-931X.

ARNETT J. J., 2000. Emerging Adulthood. A Theory of Development From the Late Teen through The Twenties. In American Psychologist. [online] vol. 55, no 5, 469-480. [cit. 2015-9-3] Dostupné z: jeffreyarnett.com/articles.htm
<http://www.bing.com/search?q=arnett%20emerging%20adulthood&pc=cosp&ptag=AC31D31446D&form=CONBDF&conlogo=CT3210127>

BABINČÁK, P. 2008. *Spokojnosť so životom ako psychologická dimenzia kvality života*. Vydanie prvé. Prešov : Filozofická fakulta Prešovskej univerzity v Prešove v edícii Acta Facultatis Philosophicae Universitatis Prešovensis, 2008. 97 s. ISBN 978-80-8068-749-6.

BAŠTECKÁ, B. a GOLDMANN, P., 2001. *Základy klinické psychologie*. Praha: Portál. ISBN 80- 7178- 550- 4

BERGER, J. B. a J.F. MILEM, 2002. The Impact of Community Service Involvement on Three Measures on Undergraduate Self-Concept. In: Center for International Education Faculty Publications. [online]. Vol. 40, no. 1. [cit. 2015-3-3] Dostupné z: http://scholarworks.umass.edu/cie_faculty_pubs/10/

BLATNÝ, M. 2001. Osobnostní determinanty sebehodnocení a životní spokojenosti: mezipohlavní rozdíly. In Československá psychologie. ISSN 0009-062X, 2001, ročník 45, č. 5, s. 385-392.

BLATNÝ, M., OSECKÁ, L. 1994. Rosenbergova škála sebehodnocení : Struktura globálního vztahu k sobě. In Československá psychologie. ISSN 0009-062X, 1994, ročník 38, č. 6, s. 481-488.

CAPRARA, G. V., a P. STECA, 2005. Self-Efficacy Beliefs as Determinants of Prosocial Behavior Conducive to Life Satisfaction Across Ages. In: Journal Of Social & Clinical Psychology. [online] 24(2), 191-217. [cit. 2015-3-9] Dostupné z:

<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=16957193&lang=cs&site=eds-live&scope=site>

CRUCE, T.M. a J.V. MOORE, 2006. First-Year Students' Plans to Volunteer:

An Examination of the Predictors of Community Service Participation. [online]. Scholarly Paper Session. Annual Forum for the Association for Institutional Research. [cit. 2015-3-3]

Dostupnéz: http://nsse.indiana.edu/pdf/conference_presentations/2006/Cruce_and_Moore_2006.pdf

DELGADO, C., 2005. A Discussion of the Concept of Spirituality. In: Nursing Science Quarterly [online]. vol. 18 no. 2 157 – 162. Dostupné na <http://nsq.sagepub.com/content/18/2/157.abstract>

DIENER, E., 1995. A value based index for measuring national quality of life. Social Indicators Research [online]. Vol. 36, 107-127. [cit. 2013-03-10]. Dostupné z: https://internal.psychology.illinois.edu/reprints/index.php?site_id=24

DIENER, E., 1985. The Satisfaction With Life Scale. Journal of Personality Assessment. [online]. Vol. 49, 71-75. [cit. 2013-06-30]. Dostupné z: https://internal.psychology.illinois.edu/reprints/index.php?site_id=24

DOUGLASS, C. B., 2007. From Duty to Desire: Emerging Adulthood in Europe and Its Consequences. In: Child Development Perspectives, 1(2), 101-108. doi:10.1111/j.1750-8606.2007.00023.x. [cit. 2015-6-2] Dostupné z: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1750-8606.2007.00023.x/abstract>

FISKE, E.B., 2002. Learning in Deed: The Power of Service-Learning for American Schools. In: A report from the National Commission on Service-Learning. [online] [cit. 2015-5-26] Dostupné: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED465829.pdf>

HAUSER, S. T. 1999. Understanding resilient outcomes: Adolescent lives across time

and generations. In Journal of Research on Adolescence [online]. Vol. 9, no1, p. 1-24. [cit. 2013-03-10]. Dostupné na: EBSCO Host, Academic Search Complete, AN 3411892. ISSN 10508392.

HAUSER, S. T., J.P. ALLEN a GOLDEN. 2006. Out of the Woods. Tales of Resilient Teens. Cambridge: Harvard University Press. ISBN 978-0-674-027734-3

HENDL, J. 2005. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál. ISBN 80-736-7040-2.

HNILICA, K. 2009. Reciproční účinky kvality života. In: *Československá psychologie*. ISSN 0009-062X, 2009, ročník 53, č. 3, s. 224-240.

HNILICOVÁ, H. 2005. Kvalita života a její význam pro medicínu a zdravotnictví. In: PAYNE, J. a kol. *Kvalita života a zdraví*. Vydání první. Praha: Triton, 2005. 629 s. ISBN 80-7254-657-0.

HUSTINX, L. a F. LAMMERTYN. Collective and Reflexive Styles of Volunteering: A Sociological Modernization Perspective. In: *Voluntas: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*. [online] vol. 14, no 2, 167-187. [cit. 2015-5-24] Dostupné z: <https://lirias.kuleuven.be/bitstream/123456789/83582/1/collective%252Band%252Breflexive%252Bstyles.pdf>

KEBZA, V., 2005. Psychosociální determinanty zdraví. Praha: Academia. ISBN 80-200-1307-5

KEBZA, V., ŠOLCOVÁ, I., 2008. *Hlavní koncepce psychické odolnosti*. In *Československá psychologie*, roč.52 č.1, s. 1-19. ISSN 0009-062X.

LAŠEK, J. 2004. Subjektivní životní spokojenost u tří věkových skupin respondentů. In *Československá psychologie*. ISSN 0009-062X, 2004, ročník 48, č. 3, s. 215-224.

MACEK, P. 2008. Sebesystém, vztah k vlastnímu já. In: VÝROST, J. SLAMĚNÍK, I. *Sociální psychologie*. 2. vydání. Praha : Grada, 2008. 408s. ISBN 978-80-247-1428-8.

MASTEN, S. A. 2009. Ordinary Magic. Dostupné na: <http://www.ceaa.ca/sites/default/files/EdCan-2009-v49-n3-Masten.pdf>

MASTEN, S. A. 2001. Ordinary Magic. In American Psychologist, [online] vol. 56, no 3, 227-137. [cit. 2015-5-24]. Dostupné na: <http://www.readbag.com/homepages-uwp-crooker-745-resile-articles-masten-2001>

MCCABE, T. L, K.M. WHITE a P. L. OBST. 2007. The importance of volunteering functions to university students. In: Australian Journal of Volunteering [online] vol. 12, no 2, 50-58. [cit. 2015-7-1] . Dostupné na: <http://eprints.qut.edu.au/>

MESÁROŠOVÁ, B. 2013. Faktory, procesy a modely ako zdroje porozumenia reziliencii u adolescentov. In Szobiová, E. Životný štýl, tvorivosť a reziliencia adolescentov. Bratislava, Univerzita Komenského, 2013 s.29-53. [CD - ROM].

MIOVSKÝ, M., 2006. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1362-4.

MLČÁK Z. a H. ZÁŠKODNÁ, 2013. *Prosociální charakteristiky osobnosti dobrovolníků*. Vydání první. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě. ISBN 978-80-7464-462-7.

MUSICK, M.A. a J. WILSON, 2008. Volunteers: A Social Profile. Indiana University Press: Indianapolis.

NANIŠTOVÁ, E. 2009. *Miesta návratu: Preferencia miesta u adolescentov*. Trnava: Tyrnaviensis.

NEILL, J. T., a K. L. DIAS, 2001. Adventure Education and Resilience: The Double-Edged Sword. In: Journal of Adventure Education and Outdoor Learning. [online] 35-42. [cit. 2015-3-7]. Dostupné z: <http://wilderdom.com/pdf/Neill%26Dias2001AdventureEducation%26Resilience.pdf>

OC KATARÍNKA. 2015. *Tovarišstvo hlavné*. Školiaci materiál. Vydalo Združenie kresťanských spoločenstiev mládeže.

OLINER, S.P. a P.M. OLINER, 1988. The Altruistic Personality. New York: The Free Press.

OMOTO A.M. a M. SNYDER, 1995. Sustained Helping Without Obligation: Motivation, Lingevity of Service and Perceived Attitude Change Among AIDS Volunteers.

In: Journal of Personality and Social Psychology. [online]. vol. 68, no. 4, 671-686. [cit. 2015-3-3] Dostupné z: **Chyba! Neplatné hypertextové prepojenie.**

PARGAMENT, K.I., a J. CUMMINGS. 2010. Anchored by Faith: Religion as a Resilience Factor. In: J.W. REICH, A. J. ZAUTRA a J. S. HALL. 2010. *Handbook o Adult Raesilience*. New York: Guilford Press. ISBN 978-1-4625-0647-7.

PAULÍK, K., 2010. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2959-6

PAVOT, W., a E, DIENER, 2008. The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. The Journal of Positive Psychology. [online]. Vol 3, 137-152. Dostupné na: https://internal.psychology.illinois.edu/reprints/index.php?site_id=24

POHL, S. L. a W.T BORRIE, a M.E. PATTERSON, 2000 . .Wumen, Wilderness, and Everyday Life: A Documentacion of the Connection between Widerness Recreation and Womens Everyday Lives. In: Journal of Leisure Research. [online] Vol 32, No. 4, 415-434. [cit. 2015-3-3] Dostupné z: http://scholarworks.umt.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1008&context=soccon_pubs

PENNER L.A., 2002, Dispositional and Organizational Influences on Sustained Volunteerism. In: Journal of Social Issues. [online] vol. 58, no.3, 2002, pp. 447-467. [cit.2015-3-5] Dostupné z <http://nclc203wagner.pbworks.com/f/Demographic.pdf>

PLICHTOVÁ, J. 2002. *Metódy sociálnej psychológie zblízka*. Bratislava: MÉDIA. ISBN 80-967525-5-3

REICH, J. W., A. J. ZAUTRA a J. S. HALL. 2010. *Handbook o Adult Raesilience*. New York: Guilford Press. ISBN 978-1-4625-0647-7.

RYFF, C. D., a B. SINGER, 1998. The Contours of Positive Human Healt. In: Psychological Inquiry. [online], Vol. 9, no. 1, 1-28. [cit. 2015-6-13] Dostupné z: http://www.researchgate.net/profile/Burton_Singer/publication/242598054_The_Contours_of_Positive_Human_Health/links/02e7e53b477527304d000000.pdf

RODE, J.C. et al. 2005. Life Satisfaction and Student Performance [online]. In: Academy

of Management Learning & Education. [online]. Vol. 4, no. 4, pp. 421– 433. [cit. 01.10.2014]. Dostupné z: http://www.researchgate.net/publication/236891120_Life_satisfaction_and_student_performance

SLEZÁČKOVÁ, A. 2012. *Průvodce pozitivní psychologií*. Vydání 1. Praha : Grada Publishing, 2012. ISBN 978-80-247-3507-8.

SNOPKOVÁ, Z. 2012. Sebahodnotenie a ťivotná spokojnosť športujúcej a nešportujúcej populácie. Diplomová práca, Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy s športu, Katedra športovej edukológie a športovej humanistiky. Vedúci diplomovej práce: Mgr. Dagmar Nemček, PhD. Bratislava : Fakulta telesnej výchovy a športu UK v Bratislave. 2012. 54 s.

ŠOLCOVÁ, I., 2009. *Vývoj resilience v dťství a dospělosti*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2947-3

MUSICK, M.A. a J. WILSON 2008. *Volunteers: A Social Profile*. Indiana University Press: Indianapolis, IN.

ŠVEHLÍKOVÁ, L. a A. HERETIK ml. Kvatila ťivota – o čom to hovoríme? In *Psychiatria – psychoterapia – psychosomatika* [online]. ISSN 1335-423X, 2008, ročník 15, č. 3, s. 194-198 [cit. 2013-15-3]. Dostupné na internete: <http://www.psychiatria-casopis.sk/files/psychiatria/3-2008/PSY3-2008-cla5.pdf>

ZDRUŽENIE KREŠŤANSKÝCH SPOLOČENSTIEV MLÁDEŽE a OC KATARÍNKA, 2011. *Katarínkovský turistický sprievodca*. Metodický a školiaci materiál. Vydalo Zdrúženie kresťanských spoločenstiev mládeže.

PRÍLOHY

PRÍLOHA 1 – zoznam otázok k rozhovorom

Otázky k úvodnému interview

- **Motivácia a rozhodnutie ísť na Katarínku (zamerané tiež na situáciu pred táborom)**
 - Ako si sa dozvedel/a o Katarínke? Odkiaľ/Od koho?
 - Aká bola tvoja hlavná motivácia ísť na Katarínku? Prečo práve na konkrétny turnus?
 - Aké boli tvoje očakávania?
- **Cesta na miesto stretnutia a samotný viacdňové putovanie na Katarínku (šľapačka)**
 - Aká bola cesta do Smoleníc/Brezovej pod Bradlom?
 - Aké bolo prvé stretnutie s ostatnými spoluputujúcimi?
 - Čo povieš na putovanie? Bol/a si takto prvýkrát?
 - Ako si vnímal/a prvý večer?
- **Prvé dni v tábore a táborový rytmus počas celých dvoch týždňov**
 - Ako si vnímal/a denný program počas celého trvania turnusu?
 - Ako si vychádzal/a s ostatnými? (aj vedúci, aj účastníci)
 - Ako sa ti pracovalo na lešení?
 - Ako si vnímal/a duchovnú časť programu – modlitby, sväte omše a pod.?
 - Čo povieš na poobedňajší program - “dobrodružstvá”?
 - Čo sa ti páčilo/nepáčilo na programe? Ako si sa s tým vyrovnával?
- **Ukončenie tábora**
 - Ako si prežíval ukončovanie tábora, písanie odkazov?
 - Ako si celkovo vnímal posledný večer a posledné ráno?
 - Kedy si odišiel?
- **Príchod domov**
 - Aká bola cesta domov? Kam smerovali tvoje prvé kroky po turnuse?
 - Aké boli tvoje prvé pocity po príchode domov resp. do civilizácie?
 - Ak by si sa mohol/mohla pozrieť späť, čo ti Katarínka priniesla tesne po

družine?

- **Pokračovanie po lete s Katarínkou? Predstavy, motivácia, reálna realizácia**

- Bol/a si na stretávke po turnuse?
- Mali ste aj nejaké neoficiálne stretávky? Aké boli?
- Využil/a si možnosť chodiť na pravidelné stretnutia v rámci katarínkovskej komunity?
- Čo ty a väčšie či menšie katarínkovské akcie? Spoluorganizoval/a si nejakú?
- Chcel/a by si sa na Katarínkovský turnus ešte vrátiť, príp. byť vedúcim?

- **Zhrnutie**

- Aký je tvoj celkový dojem z Katarínky ako projektu?
- Čo zmenilo v tvojom pohľade od obdobia tesne po družine po dnešok?
- Čo ti Katarínka dala tak celkovo?
- Keby si mal/a zhodnotiť, posilnila ťa Katarínka, čo sa týka dôvery v seba?
- Keby si mal/a zhodnotiť, čo ti dala Katarínka v zmysle prekonávania seba a ťažkostí v živote?
- Keby si mal/a zhodnotiť, mala Katarínka vplyv na tvoje štúdium?