

## Mentoringové dobrovolnické programy HESTIA

**Mgr. Radka Koutová Šimková,**

vedoucí mentoringových  
dobrovolnických programů  
a sociální pracovnice



**CENTRUM PRO  
DOBROVOLNICTVÍ**

**Posláním HESTIA - Centrum pro dobrovolnictví, z. ú., je šířit a rozvíjet myšlenku dobrovolnictví a zajistit, aby dobrovolnictví bylo přístupné všem a spojovalo v sobě lidskost i profesionalitu.**

HESTIA vznikla v Praze v roce 1993 jako nadace pro rodinu. Od roku 1996 se pak plně začala věnovat podpoře dobrovolnictví napříč věkovými kategoriemi a celou Českou republikou. Stala se „matkou“ dobrovolnictví v nemocnicích a v domovech pro seniory, začala provozovat mentoringové programy pro znevýhodněné děti.

V současné době HESTIA učí organizace, jak pracovat s dobrovolníky. Dobrovolníky připravuje, vzdělává a oceňuje prestižní cenou Křesadlo. Firmy inspiruje k firemnímu dobrovolnictví. Provozuje portál [www.dobrovolnik.cz](http://www.dobrovolnik.cz) a „rozjíždí“ projekty komunitního dobrovolnictví. Na základě dlouholetých zkušeností realizuje vlastní mentoringové programy, ve kterých dobrovolníci poskytují účinnou podporu dětem, jejichž vývoj je ohrožen nepříznivými vlivy. HESTIA má pověření k sociálně-právní ochraně dětí a akreditaci MV ČR dle zákona o dobrovolnické službě pro všechny své dobrovolnické mentoringové programy (dále jen MDP).

Pro svůj přiměřený vývoj, pro naplnění procesů socializace a individualizace, potřebuje dítě dospělé, kteří mu projevují porozumění, lásku, přijímají je takové, jaké je, a předkládají hranice a pravidla. Pokud se v rodině taková osoba neobjevuje, pak je možné kompenzační působení jiného dospělého člena širší rodiny (babičky, dědečka, strýce, tety aj.), případně dospělého mimo rodinu (učitele, trenéra, souseda apod.). Co dělat, když ani v širší rodině ani blízkém okolí dítě takového dospělého nenachází? V takovém případě nastupuje program Pět P. Program Pět P pochází z USA, kde již přes sto let funguje jeho obdoba Big Brothers, Big Sisters. V roce 1996 se program dostal díky HESTIA a PhDr. Olze Sozanské do České republiky. Zde byl přejmenován na Pět P, upraven pro místní podmínky a z Prahy rozšířen do dalších měst (aktuální adresář najdete na [www.admp.cz](http://www.admp.cz)).

**Program Pět P** (prevence, přátelství, podpora, pomoc a péče) je založen na principu mentoringu. Mentoringový vztah je přirozená cesta výchovy a podpory dítěte, při níž je člověk dítěti kamarádem a průvodcem, nikoli autoritou. Pět P pomáhá neorganizovaným dětem školního věku bez dobrých podmínek pro kvalitní rozvoj osobnosti. Například tedy dětem, které pocházejí ze sociálně slabých či neúplných rodin ohrožených sociálně patologickými jevy, dětem z problematického rodinného zázemí nebo těm, jejichž rodina v současné době prochází krizí, dětem sociálně izolovaným, dětem se specifickými poruchami učení a poruchami chování, dětem, které nemají kamarády, nejsou schopny navazovat nebo si udržet přátelské vztahy, neumí komunikovat, mají problémy s chováním, jsou hyperaktivní, obtížně zvladatelné nebo naopak hypoaktivní a ohrožené šikanou, dětem z mnohočetných rodin, dětem z minoritních skupin, dětem, které se často stěhují a nemají stálé zázemí, apod. Asi čtvrtina dětí v programu Pět P žije v některé z forem náhradní rodinné péče, nejčastěji v péči příbuzenské u prarodičů. Tato část programu Pět P se nazývá **Ty a já**.

Děti jsou pro programy cíleně vyhledávány ve spolupráci s pedagogicko-psychologickými poradnami, sociálními pracovníky OSPOD, středisky výchovné péče, dětskými psychology, dětskými psychiatry a jinými odborníky (mohou nás kontaktovat i školy a často tak činí, převážně nás oslovují školní psychologové, výchovní poradci, školní metodici prevence, ale i samotní učitelé apod.). Důležité je vědět, že se nejedná o krizovou intervenci či pomoc v akutním stavu dítěte či rodiny, jedná se o službu podpurnou a na vhodného dobrovolníka dítě většinou nějakou dobu čeká (řádově se jedná o měsíce).



Koordinátor mentoringového vztahu je dětskému klientovi a jeho rodině (i dobrovolníkovi) k dispozici během celého průběhu služby. Odborně sestavená dvojice dítě-dobrovolník se schází na jedno odpoledne v týdnu a věnuje se volnočasovým aktivitám, na kterých se podle svých zájmů domlouvá. Pravidelný kontakt dítěte s dobrovolníkem je stvrzen písemnou smlouvou a trvá nejméně jeden rok.

V prostředí bezpečného vztahu s dobrovolníkem se dítě v praxi učí dovednostem, které mu pomohou v rozvíjení přirozených vztahů ve vrstevnické skupině a v rodině. Program dává dítěti možnost smysluplně strávit volný čas a získat nové zážitky, ukazuje dítěti jiné formy trávení volného času, než které dosud poznalo. Dlouhodobý vztah dítěte s dobrovolníkem vytváří prostor pro růst sociálních dovedností, posílení sebevědomí dítěte a rozšíření jeho motivace k navazování přirozených vrstevnických vztahů. Dítě má „člověka pro sebe“, který na něj má čas; má se komu svěřit, s kým si hrát. Dobrovolník je pro dítě důležitým dospělým, přijímá ho takové, jaké je, respektuje jeho věkové i osobnostní charakteristiky, projevuje mu porozumění, příznivý vztah, empatii, důvěru a zároveň předkládá a dodržuje pravidla a hranice, nabízí nové alternativy reagování a chování a seznamuje dítě s očekávatelnými důsledky možných reakcí, mluví s ním o jeho pocitech a prožitcích, dokáže jeho emocím porozumět a reflektovat, jaký význam pro něho mají. Neodsuzuje, svou podporu nevnučuje, ale pouze nabízí. Podporuje především pozorným nasloucháním, spolehlivostí či projevy zájmu o dítě. Přitom tolik nejde o objem času jako takového ani o množství aktivit, ale právě o sílu pozornosti, zájmu, porozumění a přijetí a o pozitivní příklady chování či jednání (vlastní vzor).

Průběžně je program doplňován společnými volnočasovými aktivitami pro děti i dobrovolníky. HESTIA obvykle pořádá pro své klienty i letní tábor. Je sice zaměřen především na konkrétní pomoc dětem, nabízí ale pomoc rovněž zákonným zástupcům dětí formou základního sociálního poradenství nebo psychosociálního poradenství (individuálního či skupinového). Další informace, příběhy a kontakty najdete na [www.hest.cz](http://www.hest.cz).

## **Dobrovolnictví pomáhá nejen potřebným, ale i dobrovolníkům samotným.**

Dobrovolníci v programu Pět P sice pracují bez nároku na finanční odměnu, nicméně úplně zadarmo to není. Naplnění dobrým pocitem je nedocenitelné. Dobrovolníci projdou školením, supervizemi a odborným vedením, které jsou vysoce ceněny při přihláškách na vyšší a vysoké školy humanitního směru. Dobrovolnictví je dobrou náplní volného času, která člověka na rozdíl od všech kroužků a zájmů nestojí finance a přitom mnohé poskytuje. Dobrovolníci se v programu setkávají a vznikají mezi nimi přátelství. V mnoha profesích lidem chybí kontakt s podobně smýšlejícími lidmi, a tak je najdou prostřednictvím dobrovolnictví. Samo setkávání se s dítětem a jeho rodiči dobrovolníky naučí efektivně komunikovat a řešit mnohdy náročné situace, připraví je lépe na jejich profesní i soukromý život.

## **Další mentoringové dobrovolnické programy HESTIA:**

**Program KOMPAS** pro děti od 7 do 15 let funguje v Praze, Ústí nad Labem a Plzni. Opírá se o podklady kanadského programu P.E.A.K. a jeho název vznikl z klíčových slov: **KOM**unikace, **PA**rtnerství, **SP**olupráce. V KOMPASU se jednou týdně na dvě až tři hodiny po dobu pěti měsíců setkává skupina šesti až osmi potřebných dětí a tří vyškolených dobrovolníků. Program KOMPAS funguje samostatně, často ho ale také využíváme pro děti před zařazením do programu Pět P, aby snadněji poznaly a našly vhodného dobrovolníka, anebo naopak jako službu návaznou, v době, kdy dítě již prošlo podporou v programu Pět P, ale nalézt úspěch uprostřed školní třídy či jiné velké skupiny se mu stále nedaří.

**Program 3G - tři generace** je dobrovolnický program, který propojuje osoby starší 50 let (dobrovolníky) a rodiny s dětmi - ty z nich, kteří nemají možnost mezigeneračního soužití a touží po ní. Do programu lze přihlásit dítě školního i předškolního věku, nemusí jít vždy o dítě či rodinu znevýhodněnou. Podobné programy běží i v dalších zemích je to něco jako „náhradní babička/dědeček“. Dobrovolníkem se může stát osoba, která má zájem a možnost pravidelně se věnovat dítěti jedno odpoledne týdně po dobu alespoň 6 měsíců. Činnost je zprvu více zaměřena na pomoc rodině a dětem. Předpokladem však je, že za čas se pomocné role obrátí. Prozatímní zkušenosti z programu tuto domněnku potvrzují.

HESTIA provozuje středisko 3G v Praze a zároveň koordinuje další střediska v České republice (Jičín, Kroměříž, Opava, Ústí nad Labem, České Budějovice, Františkov nad Ploučnicí, Kadaň, Olomouc, Karlovy Vary).