

**Univerzita Karlova**

Fakulta humanitních studií

# **Bakalářská práce**

Berenika Kusová

Zkušenost dospívajících s jejich přirozenými mentory

Praha 2023

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Tereza Javornícky Brumovská, M.A., Ph.D.

This publication is published as part of students' training in project ENCOUNTER with funding received from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under the Marie Skłodowska-Curie grant agreement H2020-MSCA-ST-IF-2020

No. 101027291

### **Čestné prohlášení**

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a použila jen zmíněné prameny a literaturu, kterou jsem řádně citovala a je dále uvedena na konci práce v seznamu literatury. Tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu. Toto prohlášení a souhlas budou signovány vlastnoručním podpisem.

V Praze dne 23. 6. 2023:

.....

Berenika Kusová

### **Poděkování**

Ráda bych poděkovala své vedoucí práce Mgr. Tereze Javornícky Brumovské, M.A., Ph.D. za odborné vedení mé bakalářské práce, cenné rady a trpělivost. Dále bych ráda poděkovala své rodině a přátelům, kteří mě podporovali během celého studia.

## **Slovník pojmů**

Youth – Dospívající

Mentee - Chránělec mentora

Natural mentoring – Přirozený mentoring

Benefits – Přínosy

Positive outcomes – Pozitivní výsledky

Youth-centred approach – Přístup zaměřený na dospívajícího

Youth-initiated mentoring – Dospívajícími iniciovaný mentoring

Mentoring relationship – Mentorský vztah

Resilience – Resilience/Odolnost

Very important person – Velmi důležitá osoba

Important nonparental adult – Důležitý dospělý vyjma rodiče

Significant adult – Významný dospělý

## **Abstrakt**

Tato bakalářská práce se zabývá zkušeností dospívajících s fenoménem přirozeného mentoringu v kontextu vybraných základních škol v ČR. Cílem práce je zjistit pohled dospívajících na jejich přirozený mentorský vztah v jejich životě, jaké charakteristiky připisují svým vybraným mentorům, kdo tyto přirození mentoři jsou a z jakého důvodu si dospívající zvolili právě tyto mentory. Teoretická část práce pracuje s dosavadní literaturou o přirozeném mentoringu a dospívajících. Tato část práce je věnovaná přirozenému mentoringu, přirozenému mentorovi a jeho charakteristikám, přirozenému mentorskému vztahu jako takovému a jeho kvalitám. Pro tuto studii byla v empirické části zvolena kvalitativní metoda. Sběr dat proběhl z otevřených, kvalitativních dotazníků, které byly později analyzovány pomocí obsahové analýzy. V této studii se objevuje participativní přístup zaměřený na dospívající, kteří se stávají aktivními účastníky studie. Díky tomuto přístupu jsou zachované autentické odpovědi dospívajících, zároveň tedy i jejich autentická perspektiva na mentorský vztah v kontextu českých základních škol. Celkem se studie zúčastnilo 533 participantů, závěrečná část práce přichází s výsledky perspektiv těchto participantů na přirozený mentoring. V diskuzi jsou tyto výsledky porovnány s výsledky dosavadních studií zmíněných v teoretické části práce. Na závěr je práce zhodnocena a jsou uvedeny možné, další témata vhodná pro budoucí výzkum.

## **Klíčové pojmy:**

Přirozený mentoring, mentor, přirozený mentorský vztah, přirozený mentor, zkušenost dospívajících

## **Abstract**

This bachelor's thesis deals with the experience of teenagers with the phenomenon of natural mentoring in the context of selected elementary schools in the Czech Republic. The aim of the work is to find out the adolescent view of their natural mentoring relationship in their lives, what characteristics they attribute to their chosen mentors, who these natural mentors are and for what reason the adolescent chose these mentors. The theoretical part of the thesis works with existing literature on natural mentoring and adolescents. This part of the work is devoted to natural mentoring, the natural mentor and his characteristics, the natural mentoring relationship as such and its qualities. A qualitative method was chosen for this study in the empirical part. Data was collected from open-ended, qualitative questionnaires, which were later analyzed using content analysis. This study uses youth-centred approach, focusing on adolescents, who become active participants in the study. Thanks to this approach, the authentic answers of the adolescents are preserved, as well as their authentic perspective on the mentoring relationship in the context of czech elementary schools. A total of 533 participants took part in the study, the final part of the work comes with the results of the perspectives of these participants on natural mentoring. In the discussion, these results are compared with the results of previous studies mentioned in the theoretical part of the thesis. At the end, the work is evaluated and possible other topics suitable for future research are presented.

## **Key words:**

Natural Mentoring, Mentor, Natural Mentoring Relationship, Natural Mentor, Adolescent Experience

## Obsah

1	ÚVOD .....	9
2	Encounter .....	11
3	<b>TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	11
3.1	Mentoring .....	11
3.2	Přirozený mentoring .....	12
3.3	Přirozený mentor .....	13
3.4	Charakteristiky přirozeného mentorského vztahu .....	14
3.4.1	Charakter mentora .....	14
3.5	Kvality přirozeného mentorského vztahu .....	15
3.6	Přínosy přirozených mentoringových vztahů a diskurz resilience .....	16
3.6.1	Resilience .....	18
3.7	Dosavadní výzkum v oblasti mentoringu dospívajících .....	19
4	<b>EMPIRICKÁ ČÁST</b> .....	22
4.1	Metodika výzkumu .....	22
4.2	Kvalitativní výzkum a výzkumné otázky.....	22
4.3	Vzorek participantů výzkumu .....	23
4.4	Sběr dat .....	25
4.5	Analýza dat.....	25
4.6	<b>Výsledky výzkumu</b> .....	26
4.6.1	Výsledek 1= Koho dospívající identifikovali za svého přirozeného mentora?.....	27
4.6.2	Výsledek 2= Jaké jsou charakteristiky identifikovaného mentora a proč si ho dospívající zvolili? .....	29
4.6.3	Výsledek 3= Liší se nějak od ostatních dospělých? .....	30
4.7	<b>Shrnutí výsledku analýzy: Profil mentora ve zkušenosti a vnímání dospívajících (11-16 let)</b> .....	32
5	<b>Diskuze</b> .....	32
6	<b>Limity</b> .....	35
7	<b>Závěr</b> .....	35
8	<b>Literatura</b> .....	37
9	<b>Seznam příloh</b> .....	49



# 1 ÚVOD

Tato práce pohlíží na zkušenost dospívajících v České republice s fenoménem přirozeného mentoringu. V raném dětství máme ty nejužší vztahy hlavně s rodiči a širší rodinou. Rodiče mají samozřejmě velký vliv na vývoj svého dítěte, na jeho cíle, postoje, přesvědčení a jeho chování a na další aspekty života. Jak děti rostou a dospívají, jejich okruh nejbližších lidí se rozšiřuje, přicházejí do kontaktu s širším spektrem dospělých a rozvíjejí se důležité vztahy s vrstevníky a dalšími dospělými (Beam, Chen a Greenberger, 2002). Výchovné prostředí dítěte pak netvoří pouze jeho rodiče, ale i rozšířená rodina, přátelé, sousedé a učitelé, v našem životě je velké množství zkušenějších, starších lidí, kteří nás mohou podpořit v našem vývoji, vzdělání i naše všeobecné blaho (Bowers et al., 2015).

Během dospívání roste tedy význam širší sociální sítě, kdy se dospívající biologicky, emocionálně a vývojově zapojují mimo svou rodinu, stále více získávají psychologické a behaviorální dovednosti potřebné k autonomii od rodičů (Fruith a Wray-Lake, 2013; Patton et al., 2016).

Dítě a poté dospívající jedinec začíná navštěvovat různé volnočasové kroužky, školu, různé kluby a skrz tyto místa poznávat nové, většinou starší lidi, kteří ho mohou inspirovat, podpořit ho v různých oblastech života (Van Dam, 2018). Sociální sítě (Siddiqui a Singh, 2016), jako vynořující se fenomén současné doby pro generaci Z, se mohou také stát místem, kde dospívající může najít člověka, který ho inspiruje.

Těmito lidem v našem životě pak říkáme přirození mentoři. Mohou to být naši kamarádi ze školy, starší sourozenci, tety, strýci, prarodiče nebo taky učitel, trenér nebo náš vedoucí (Van Dam, 2018).

Mezi dospívajícím a přirozeným mentorem se může vytvořit přirozený mentorský vztah a takový podpůrný vztah může přinést do života obou aktérů hned několik přínosů. Tento vztah může vznikat přirozeně nebo zprostředkovaně pomocí formálních organizací (Scales, 2003).

Mentoring byl popsán jako vztah zahrnující tři hlavní faktory: mentor je zkušenější a moudřejší než dospívající, mentor poskytuje vedení a třetím faktorem je existence citového pouta mezi mentorem a dospívajícím (DuBois & Karcher, 2005; Zimmerman et al., 2005; DuBois a Silverthorn, 2005 ).

Myslím, že toto téma je velmi blízké každému, naším životem projde mnoho zkušenějších inspirativních lidí a každý z nich má šanci se stát naším mentorem. Mentorů můžeme mít v našem životě více, každý nám může pomoci v různých oblastech života a v různém období (Packard et al., 2004).

Tato práce pohlíží na mentoring jako na sociální fenomén, který se vyskytuje přirozeně v rámci sociálního vztahu. Je to typ vztahu, který vzniká v interakci mezi dospívajícími a dospělými (Bowers et al., 2015).

Literatura se věnuje často pohledu dospělých na tyto vztahy, nicméně tu významně chybí silný hlas dospívajících a jejich zkušenosti s tímto typem vztahu to, jak oni nahlíží na tento vztah a jaký mu kladou významu v jejich životě. Tato práce se tedy zabývá tím, jak přirozené mentory vnímají dospívající v jejich životě.

Rozhodně ne každý dospívající spatřuje ve svém učiteli, kamarádovi, trenérovi atd. svého mentora, někdy to mohlo být spíše naopak, tato práce se zaměří na vztahy, kde se vztah mentee mentor vyskytuje. Tato práce se tedy bude zabývat přirozeným mentoringem, tedy takovým, který se přirozeně tvoří v našem životě mezi námi a starší, zkušenější osobou (Rhodes, 2002).

Pojem mentoring je v Čechách celkem nový a české literatury je o tomto tématu poměrně málo, počet podobných výzkumů této zkušenosti je dosud nedostatečný. Když už literatura sleduje dospívající a jejich přirozené mentorské vztahy, převážně sleduje přínosy těchto vztahů a výsledky, které tento vztah přináší, už se ale nedostatečně pohlíží na oblast samotné zkušenosti, kterou by dospívající sami popsali. Tato práce se tedy zabývá tím, jak přirozené mentory vnímají dospívající v jejich životě a jak se přirození mentoři odlišují od dalších dospělých v každodenní zkušenosti dospívajících. Tato problematika tedy není příliš prozkoumaná.

Dosavadní studie jsou hlavně zaměřeny na evaluaci formálních mentoringových programů. Sledují možné přínosy mentoringového vztahů do života menteeho (Sipe, 2002; DuBois et al., 2002; Morrow a Styles, 1995; Liang et al., 2002). Je žalostně málo studií, které by sledovaly samotnou zkušenost z perspektivy dospívajících.

Tato práce nám nastíní fenomén přirozeného mentoringu ve věkové skupině dospívajících od 11 do 16 let, kde v českém kontextu pro tuto věkovou skupinu výzkum chybí. Podíváme se na základní rysy vztahu, kdo je pro dospívající mentorem, jaké

nejčastější charakteristiky může přirozený mentor mít a čím se tento mentor liší od ostatních dospělých. Práce vychází z kvalitativní metodologie výzkumu s dospívajícími (Clark, 2011), kde subjektivní vnímání, zkušenost a hlas dospívajících jsou relevantním zdrojem poznání určitého fenoménu.

Práce nám může pomoci nahlédnout na vnímání a kvalitu přirozených mentorů z pohledu dospívajících a na jejich každodenní zkušenosti z interakcí s dospělými a dalšími lidmi v jejich přirozených sociálních sítích. Tento pohled může následně informovat praxi sociálních intervencí, které principy mentoringu využívají.

## **2 Encounter**

Tato práce vznikala v souvislosti s projektem H2020- MSCA-ST-IF-2020 no. 101027291 ENCOUNTER: Experiences of Youth in Natural Mentoring Relationships. Projekt ENCOUNTER zkoumá zkušenosti mladých lidí s fenoménem přirozeného mentoringu a snaží se vyplnit mezeru ve znalostech o přirozených mentorských vztazích v kontextu ČR, takto to popisuje Brumovksá (2023) na webových stránkách Mentoring Encounter. Projekt ENCOUNTER shromáždil data od běžné populace mládeže ve věku 11 až 16 let v městských i venkovských oblastech České republiky. Tato bakalářská práce je součástí projektu ENCOUNTER, a to zejména fáze sběru dat kvalitativních dotazníků od dospívajících participantů výzkumu a jejich analýzy. Přičemž adresuje výzkumné otázky: Koho dospívající identifikovali, jako své přirozené mentory? Jaké jsou charakteristiky přirozených mentorů? Jaký je rozdíl mezi identifikovanými přirozenými mentory a ostatními dospělými podle zkušenosti a perspektivy dospívajících?

## **3 TEORETICKÁ ČÁST**

### **3.1 Mentoring**

Když půjdeme úplně ke kořenům významu tohoto slova, dojdeme až k řecké mytologii, a to přesně k Homérově díle *Odyssea*. Slovo „mentor“ vychází z postavy Mentora, dobrého, starého přítele Odyssea. Když Odysseus odešel do trojské války, požádal Mentora, aby se postaral a vedl jeho syna Telemacha a jeho palác (Baker et al., 2005; Dean 2009; Freedman, 1993).

Literatura dále definuje mentoring jako vztah mezi starším, zkušenějším, moudřejším dospělým a mladším a méně zkušeným menteeem<sup>1</sup>. Starší, zkušenější mentor poskytuje vedení, učení něčemu novému a podporu. V průběhu času, který spolu stráví mentor a mentee se vytvoří výjimečné pouto plné vzájemného závazku, respektu, loajality atd., které usnadňuje dospívajícím právě onen přechod do dospělosti (Rhodes 2002). Takový významný dospělý, kterým není rodič, pak může pozitivně ovlivnit vývoj mladšího a méně zkušeného mentee, může mu například pomoci s přechodem do dospělosti (Van Dam, 2018).

Definici mentoringu pro děti a dospívající také uvádějí Brumovská a Seidlová Málková (2010) a to ve shodě s Rhodes (2002), čili mentoring je blízký, individuální vztah s důrazem na věkový rozdíl mezi mentorem a menteeem. Dále uvádí, že se tento vztah dá popsat, jako mezigenerační vztah mezi dítětem/dospívajícím a starším a zkušenějším mentorem, který se zájmem předává své zkušenosti mladšímu, méně zkušenějšímu menteeemu.

Mentoring můžeme mít přirozený a formální. Pokud se jedná o formální mentoring, jde o mentoring zprostředkovaný mentoringovým programem, tedy třetí strano (Hagler & Rhodes, 2018). Přirozený mentoring, jako takový vyžaduje méně zdrojů než formální mentoring, je mnohem dostupnější pro širší okruh dospívajících, odhaduje se, že 75 % mladých lidí má přirozené mentory oproti 7 %, kteří mají formální mentory (Erickson, McDonald a Elder, 2009; Raposa, Dietz a Rhodes, 2017).

Tato práce bude sledovat vztah mezi menteeem a mentorem, který vznikl přirozeně, tedy přirozený mentoring (Van Dam, 2018). Koho dospívající identifikují za přirozené mentory? Jaké jsou charakteristiky identifikovaného, přirozeného mentora? Čím se takový mentor liší od ostatních dospělých?

### **3.2 Přirozený mentoring**

Přirozený mentoring je proces, kdy se dítě učí od svého přirozeného mentora, je to vztah, který může trvat celý život. „*Vztah funguje, jako přirozené vzájemné spojení dvou lidí v jakékoli fázi života a je živoucí a přirozeně se rozvíjející. Je charakteristický vzájemnou loajalitou a zájmem, v jehož centru je mentee, který se v něm má něčemu naučit*“ (Brumovská, 2007: str. 14).“

---

<sup>1</sup> Tento pojem označuje mentorova chráněnce nebo partnera v mentorském vztahu. (Brumovská 2007, str. 12)

Podporující vztah mezi dospívajícími a dospělými hraje podstatnou roli v pozitivním vývoji dítěte (Lerner et al., 2011). Mentori mohou mít příznivý vliv v oblastech vzdělání, zaměstnání a i na psychický a fyzický stav dítěte (Van Dam, 2018). Pokud má dítě podporujícího mentora, je pravděpodobnější, že se zapojí do vzdělávání a bude ambiciózní v dosahování vyšších cílů (Bennets, 2003). Dospívající, kteří měli v životě svého důležitého dospělého, mají větší šanci budovat zdravé mezilidské vztahy (Miranda-Chan et al., 2016; Rhodes, 2005). Dospívající v těchto vztazích mohou zažít pocit přijetí, který například nezažili v rodině, následně pak mohou zažít větší spokojenost v budoucích vztazích (Meltzer et al. 2018). Někteří autoři odkazují na mentorské vztahy, v nichž je dospělý v roli poskytovatele emoční podpory a učí menteeho jeho emoční sebereflexi (Rhodes, 2002). V oblasti psychického zdraví jedince může mentor pomoci dospívajícím před negativními účinky stresorů (Greeson a Bowen, 2008). Může dopomoci k vyšší úrovni sebeúcty a sebe respektu a celkově k životní spokojenosti (Rhodes, 2002; Sharp, 2014).

Například ve studii těhotných afroamerických dospívajících (Klaw & Rhodes, 1995; Rhodes, Ebert a Fischer, 1992) zjistili, že přítomnost osoby považované za mentora byla spojena s nižší úrovní symptomů deprese, větší ambicí k dosažení kariéry a většímu životnímu optimismu. Napříč studiemi se existence takového mentora v životech dospívajících pohybuje v rozmezí 54 do 82 % (Beam, Chen, & Greenberger, 2002).

Mezi hlavní znaky úspěšného přirozeného mentoringu patří, důvěra (Griffith a Larson, 2016), respekt, podpora (Deutsch a Jones, 2008), přijetí, angažovanost a soucit (Pryce a Keller, 2011). Tyto znaky byly identifikované z pohledu zkušenosti dospívajících ve formálním mentoringu, tedy v určitých mentoringových programech.

Jak již bylo zmíněno, literatury z pohledu dospívajících mezi 11–16 lety, na zkušenost s důležitými dospělými, coby přirozenými mentory, je doposud malé množství. V této studii se proto zaměřujeme, také na to, jak dospívající popisují charakteristiky identifikovaných mentorů v jejich životě a budeme tuto problematiku diskutovat s dostupnou literaturou. Později v další kapitole se tedy podíváme, zda se tyto znaky ve vztazích participantů objevují.

### **3.3 Přirozený mentor**

Přirozený mentor je člověk v našem životě, který je pro nás důležitý. Může to být člověk, který nás podporuje explicitně například slovně, když potřebujeme, pomůže nám. Může to být zároveň člověk, který nás podporuje z povzdálí a když si vzpomeneme na těžké situace

v našem životě, on tam byl a možná jen jeho přítomností a nasloucháním nám mohl pomoci (Van Dam, 2018). Zároveň to může být člověk, který je pro nás vzorem, líbí se nám jeho chování, obdivujeme ho a může nám být inspirací, jak být lepší, skrz to najít sám sebe a být víc sám sebou (Miranda-Chan et al., 2016).

Mentor je většinou starší a má více zkušeností a menteeho vědomě či nevědomě rozvíjí. Mezi přirozeným mentorem a menteeem je většinou i emocionální pouto, mentee si dost často nedokáže bez mentora život ani představit a chyběl by mu kdyby ho ze svého života ztratil (DuBois a Karcher, 2004; Freedman, 1993; Rhodes et al., 2006).

Kdo konkrétní tedy může být naším mentorem? Mentor může být příbuzný, starší kamarád, trenér, učitel nebo například někdo z náboženské komunity, v dnešní době může být mentorem někdo ze sociálních sítí nebo hrdina z filmu, obecně je to člověk, který menteeho podporuje, inspiruje a může se stát jeho vzorem (Hurd a Zimmerman, 2010; Schwartz et al., 2013; Spencer et al., 2016; Van Dam et al., 2017).

Například ze studie vztahů dospívajících s jejich důležitými dospělými (Beam et al. 2002), které se zúčastnilo 243 participantů, z nichž 199 se jich přihlásilo k tomu, že mají ve svém životě důležitého dospělého, kterým není rodič, vyšlo, že mezi důležité dospělé patřili, jak osoby příbuzné (52 %) tak i nepříbuzné (48 %). Nejčastěji uvádění rodinní příslušníci byli tety/strýcové, sourozenci, prarodiče, bratraci a sestřenice dospívajících. V řadách nepříbuzných byli nejčastěji uváděnými starší přátelé a učitelé.

Objevily se zde dva termíny, důležitý dospělý (jiný než rodič) a přirozený mentor. Jak již zaznělo, přirození mentoři jsou většinou definováni, jako jedinci, kteří poskytují svým menteeem oporu, vedení a emoční podporu (Rhodes, 2002). Podobně jsou definováni i důležití dospělí (Owens, 2007), jako jedinci, o které se dospívající mohou opřít, mohou se na ně v době potřeby obrátit. Stejně tedy důležitými dospělými mohou být příbuzní, prarodiče, tety, bratraci atd. a zároveň učitelé nebo trenéři (Bush a Dong, 2003). V angličtině máme například ještě dva termíny, které popisují podobný vztah a to velmi důležité osoby (VIP, very important person) (Chen et al., 2003) a důležití dospělí vyjma rodičů (important nonparental adults) (Bowers et al., 2014).

### **3.4 Charakteristiky přirozeného mentorského vztahu**

#### **3.4.1 Charakter mentora**

Je studiem podloženo, že dobrý charakter mentora je jedním z hlavních stavebních kamenů kvalitního, přirozeného mentorského vztahu (Williams, et al., 2004; Van Dam,

2018). Když má přirozený mentor obecně blíž k dospívajícímu, zná jeho kulturu, pochází ze stejné oblasti, má stejné pohlaví, může se lépe vcítit do situace menteeho, chápat a dát potřebnou podporu a může poskytnout více vhodné vedení (Whitney et al., 2011).

V mladším školním věku se hodně objevují přirození mentoři z řad příbuzných (děda, babička, teta, bratranec..) (Beam, 2002). Nepříbuzní mentoři se více objevují ke konci základní školy a na střední škole (učitele, trenéři, poradci...) (Fruith a Wray-Lake, 2013). V době dospívání se dětem obecně zvětšuje sociální okruh a právě nepříbuzní mentoři mohou být určitým „přemostujícím“ sociálním kapitál, který je může propojit s dalšími staršími, zkušenějšími jedinci, a tak přitahovat do svého života nové příležitosti (Raposa et al., 2018).

Ze studie Přirození mentoři dospívajících dětí alkoholiků (Cavell et al. 2002) byla většina mentorů stejné rasy a stejného pohlaví, polovina mentorů byla z řad příbuzných, kam patřili prarodiče, tety a starší sourozenci, mezi nepříbuzné mentory poté patřili rodiče kamarádů, zaměstnanci školy, rodinní přátelé a sousedi.

Mezi možné kvality mentora patří právě ona kompatibilita na osobní úrovni, umění naslouchat, poznat silné stránky menteeho a podpořit je, dopomoc k definování cílů a k jejich dosažení (Williams et. al. 2004). Přirozený mentor může být, ale i člověk, který nás vůbec nezná, tedy nemusí to být člověk, který nám naslouchá a je tu pro nás, ale i jedinec, který je naším vzorem, inspirací, souhlasí třeba našimi názory, inspiruje nás jeho pohled na život a například je pro nás vzor, co se týče výběru kariéry (Eby et al. 2008).

Charakteristiky mentora, jsou převážně definované z formálních mentoringových programů, sleduje se jaké charakteristiky má mentorský vztah mít, aby přinášel výsledky (Raposa et al., 2016; Holt a Fifer, 2018). Dále jsou popisovány charakteristiky mentorského vztahu, jako takového ( Shelmerdine a Louw, 2008; Straus et al., 2013), literatury, která by popisovala charakteristiky mentora v přirozeném mentorském vztahu je opravdu málo.

### **3.5 Kvality přirozeného mentorského vztahu**

Literatura popisuje různé kvality mentorského vztahu, mezi důležitou patří blízkost. U dospívajících z ekonomicky slabšího prostředí bylo zjištěno, že nadměrně vyhledávají blízkost s dospělými, kteří nejsou rodiče, jako např. trenéry a učitele, jako kompenzační zkušenost, přináší jim to pocit bezpečí a pocit sounáležitosti (Lynch a Cicchetti 1992; Goldner a Mayselless, 2009). Je větší pravděpodobnost, že dospívající vyslyší radu od svého

přirozeného mentora, pokud ve vztahu cítí podporu a emocionální pouto neboli blízkost (Hurd a Sellers, 2013).

Zmíněná podpora je klíčová kvalita přirozeného mentorského vztahu, pozitivní změny v životě dospívajících jsou často výsledkem podpurného prostředí a pouta mezi mentem a přirozeným mentorem (Higley et al., 2014; Spencer a Rhodes, 2005). Množství podpory, kterou přirození mentoři nabídnou, souvisí s rozvojem respektu, empatie a důvěry dále ve vztahu (Eby et al., 2013).

Také se předpokládá, že větší frekvence kontaktu a obecně déletrvající vztah vytváří příležitosti pro větší zapojení a blízkost mezi mentorem a dospívajícím (Whitney et al., 2011). Kvalita času tedy frekvence a délka vztahu může být zásadní pro pozitivní změny (Karcher, Nakkula a Harris, 2005; Spencer et al., 2016).

Mezi další opakující se kvalitu, která byly ve studiích rozpoznána, jako přispívající k prosperitě vztahu, patří například autenticita. Autenticitu ve vztahu můžeme vnímat jako svobodu ve vztahu, možnost být sám sebou, mentee se cítí být viděný (Liang, 2002). Autenticita umožňuje otevřenost k pocitům, myšlenkám a záměrům druhého, viditelné a zúčastněné reakce druhého na myšlenky, pocity a záměry partnera“ (Brumovská, Seidlová Málková, 2010, s. 99).

Zmíněná empatie, je důležitou kvalitou vztahu, díky které se mentee cítí být pochopený. Mentee žije s vědomím toho, že je tu někdo, kdo ho vyslyší, kdo se umí vcítit do jeho situace (Van Dam, 2018).

Kvalita vzájemnosti ukazuje na možnost, že mentoringový vztah nemusí být prospěšný jen pro menteeho, ale také pro samotného mentora a pro jeho sebe rozvoj (Brumovská, Seidlová Málková, 2010). Vzájemný pocit bezpečí, respektu, důvěry a pochopení na obě strany (Rhodes, 2002).

Důležitá je i fyzická angažovanost ve vztahu, oboustranné zapojení. Záměrným využíváním sdíleného času mohou přispět k pozitivnímu budování vztahu a vytváření pouta (Spencer, 2006).

### **3.6 Přínosy přirozených mentoringových vztahů a diskurz resilience**

Kvality přirozeného mentorského vztahu z předešlé kapitoly napovídají, že mentorský vztah je vztah, který s sebou může nést velké množství přínosů, především do života menteeho (Van Dam et al. 2018).



Podpora, kterou mentor poskytuje, se může pohybovat v různých sférách života, od informační, tedy rady ohledně práce nebo vzdělání, emocionální podpora, jako je poskytování bezpečného prostoru a důvěry, po instrumentální, jako je pomoc při hledání zaměstnání nebo při zvládnání každodenních stresujících situací (Erickson et al., 2009; Van Dam et al., 2017).

Jeden z ústředních bodů dospívání je rozvoj identity, vedení od mentorem může pomoci změnit představy o nedostatečnosti dospívajícího, tedy jeho současnou i budoucí identitu a pomáhá mu rozvíjet představy o tom, kým by se chtěl stát v budoucnosti (Darling et al., 2002; Markus a Nurius, 1986). Obecně mentorský vztah může zmírnit nelehké situace spojené s obdobím dospívání a poté s přechodem do dospělosti (Van Dam et al., 2018; Hurd a Zimmerman, 2010b).

Vytvářením bezpečného prostoru, poskytování péče a emocionální podpory, tak mohou přirození mentoři zpochybnit negativní představy a názory, který o sobě dospívající mají nebo o ostatních. Dospívající si tak může zažít (pokud to tak již nemá), že pozitivní vztahy s dospělými jsou možné. Pro dospívajícího to může být zcela nový pocit, pokud má za sebou historii neuspokojivých vztahů s rodiči nebo jinými pečovateli (Rhodes, 2005). S neuspokojivými a rizikovými vztahy souvisí také ochranná role, kterou přirozený mentor může převzít (Southwick et al., 2007).

Existence přirozeného mentora v životě dospívajícího, je spojená s větší motivací dosahovat lepších výsledků ve škole a s motivací do školy obecně (Sanchez et al. 2008). Dospívající, kteří mají přirozeného mentora, mívají většinou lepší postoj ke škole než tací, kteří přirozeného mentora nemají (Wheeler et al. 2010). Dochází také ke zlepšení problémového chování ve škole, zároveň dospívajícího mohou povzbudit, aby se nepřátelil s vrstevníky, kteří ho mohou svádět k problémovému chování nebo odrazovat od pozitivního postoje ke škole. Existence přirozeného mentor je také spojena i s poklesem problémového chování, co se týče návykových látek (Zimmerman et al., 2002).

Kvalitní přirozený mentorský vztah může mít vliv na snížení psychických problémů, jako je deprese nebo jiné problémy způsobené například traumatem, z dětství, kterým se může stát například šikana na škole, dospívající pak nemusí chtít chodit do školy a obecně může začít negativně pohlížet na život (Drevon et al, 2018).

S pozitivním přístupem ke vzdělávání, jak bylo zmíněno v předešlých studiích a zároveň s podporou sebevědomí, přichází také určitý pocit vlastní kompetence, obecně má

mentee větší odhodlanost si dávat větší cíle a dosahovat jich, sami si dokazují, že jsou schopni těchto cílů dosáhnout (Van Dam et al. 2018; Schwartz et al., 2012).

Velkým tématem v dospívání je celkové hodnocení sebe sama. Studie ukazují, že nízké sebevědomí v dospívání je spojeno s řadou negativních důsledků, včetně horšího duševního a fyzického zdraví, snížených ekonomických vyhlídek a zvýšené úrovně kriminálního chování (Trzesniewski et al., 2006). Vytvoření zdravé sebeúcty a sebevědomí pochází z blízkých vztahů, kde se dětem dostává empatie, péče a chvály (Kohut, 1977). Pokud takové prostředí dospívající doma nemá, přirozený mentor mu to může vynahradit (Schwartz et al., 2012). Studie ukazují, že dospívající, kteří uvádějí, že mají ve svém životě důležitého dospělého, mají ve svém životě větší psychickou pohodu, včetně sebeúcty a životní spokojenosti (DuBois a Silverthorn 2005; Whitney et al. 2011).

Kvalitní mentorský vztah s sebou může nést pocit sounáležitosti, že na mentee záleží (Bowers et al., 2012; Lerner et al., 2009).

Tím že mentor poskytuje menteeu spolehlivou podporu a bezpečnou atmosféru, vytváří tak prostor pro řadu pozitivních vývojových výsledků, zmíněných přínosů do života mentee a také resilienci (Southwick et al., 2007).

### **3.6.1 Resilience**

Obecně můžeme říci, že resilience je určité schopnost zvládat těžké situace a vypořádávat se s náročnými podmínkami života. Jedná se o schopnost jednotlivce aktivně přistupovat k traumatickým a obecně stresujícím situacím v životě, tyto události překonat a vrátit se zpět do každodenního života s pozitivním přístupem (Broussard et al., 2006).

Resilience se zdá být běžným jevem lidské adaptace, pokud nedojde k nějakým rizikům, které by vývoj resilience mohli negativně ovlivnit (Masten, 2001). Mezi prvními autory, kteří poukázali na propojení resilience s mentoringem byla Wernerová (1993) a její longitudinální studie, která sledovala vývoj dětí na ostrově Kauai, které byly vystaveny perinatálnímu stresu, chudobě, rodinnému prostředí sužovanému neshodami a rodičovskou psychopatií. Děti byli narození v roce 1955 a studie sledovala jejich vývoj od perinatálního období do věku 1, 2, 10, 18 a 32. Studie zjistila, že jedinci, kteří měli během svého rizikového dětství k dispozici podporujícího mentora, přes všechny nepřízně osudu stejně dosáhli resilience a stali se z nich kompetentní dospělí jedinci (Werner, 1992). Lze tedy snížit negativní dopady z dětství a resilienci posílit nebo vyvinout v životě dospívajícího (Keating et al. 2002).

V českém jazyce se tento termín používá též jako odolnost. Podle Šolcové (2009) míru odolnosti můžeme sledovat ve spojitosti s úspěchem v dosažení vývojových cílů. Mezi potenciálně nepříznivé události, a tedy rizikové faktory, patří chudoba, přesunutí do pěstounské péče, odchod nebo smrt blízkého člověka, dlouhodobé vystavení násilí, alkoholismus v rodině, závažná nemoc a podobné traumatické životní události (Šolcová 2009).

Mezi faktory, které posilují resilienci, které se objevují například ve zdravých rodinách, patří pozitivní pohled na svět, určitý druh spirituality, shoda členů rodiny, flexibilita, rodinná komunikace, správa financí, čas strávený s rodinou, sdílená rekreace, rutiny a rituály a podpůrné sítě (Black a Lobo, 2008). Resilienci u jedince lze podpořit mnoha způsoby, podpořit dospívající ve snění, v dosahování svých cílů, ukázat jim cestu při řešení problémů, motivovat k dosahování akademických výsledků a podpořit jejich sociální dovednosti (Kumpfer, 2002). Tyto faktory tedy mohou resilienci jedince posilovat, a to nejen u jedinců, kteří měli rizikové dětství.

### **3.7 Dosavadní výzkum v oblasti mentoringu dospívajících**

Studie (Deutsch et al. 2020), 289 dospívajících ve věku 12–18 let, ze školního prostředí, z různých mimoškolních programů a komunit, sledovala charakteristiky vztahů mezi dospívajícími a dospělými, které se vyvinuly do přirozených mentorských vztahů. Ve studii autoři identifikovali faktory, které přispívají k vytvoření nebo k údržbě přirozeného mentorského vztahu, a to záměrné zacházení s časem a prostorem sdíleným s dospívajícím, důvěrou mezi mentorem a dospívajícím. Pro dospívající bylo v tomto ohledu důležité mít ve vztahu bezpečný a autentický prostor pro sebevyjádření. Dospívající cítili ve vztahu, že se o ně někdo upřímně zajímá, upřímně naslouchá a ptát se na jejich životy. Cítili se ve vztahu respektováni a na stejné rovině se svým mentorem. Dospívající také popsali, že v nich tito dospělý vytvořili pocit výjimečnosti, důležitosti a pocit, že mentorům na nich záleží.

Kvalitativní studie dospívajících, kteří žijí bez domova (Dang a Miller, 2013), ve které autoři analyzovaly data z polostrukturovaných rozhovorů od 23 dospívajících bez domova ve věku 14–21, sledovala charakteristiky přirozených mentorských vztahů dospívajících bez domova. Absence rodičů bylo zajisté jedno z hlavních témat, které vyplynulo z rozhovorů, ale také přirození mentoři, kteří tuto roli v životě dospívajících bez domova mohou nahradit. Zjištění naznačila, že sociální podpora poskytovaná mentory

zlepšuje adaptivní fungování dospívajících a může podporovat resilienci. Dospívající popisovali, že se díky svým mentorům cítí být slyšeni a viděni, cítí se, někomu na nich záleží. Mohou se svému mentorovi svěřit bez pocitu, že by je někdo soudil. Mentori byli participanty vnímáni, jako jednotlivci s většími znalostmi a moudrostí, kteří měli informace nebo zdroje, které participanti potřebovali.

Další studie (Onuoha a Munakata, 2010), která sledovala africké děti, které onemocněly nemocí AIDS, zkoumala pravděpodobnost, zda přirozený mentorský vztah zlepší duševní zdraví dětí. Studie se zúčastnilo 952 dětí, průměrný věk kolem 14 let, z místních komunitních škol z Ugandy a Jihoafrické republiky. Děti osiřelé AIDS, které měly přirozeného mentora, vykazovaly významně lepší duševní zdraví, méně stresu a úzkosti v životě.

Studie (Schwartz et al. 2013), která zkoumala dospívajícími iniciovaný mentoring s participanty ve věku 16-18, kteří předčasně ukončili střední školu nebo byli ze školy vyloučeni, ukázala, že mentori přispěli ke zlepšení výsledků ve vzdělání, zlepšení kvalit vztahů s rodiči, s vrstevníky a ostatními a k lepšímu sebepojetí. Mentori poskytovali sociálně-emocionální podporu a vedení.

Van Dam (2018) ve svém meta-analytickém přehledu sledoval vztah mezi přirozeným mentoringem a výsledky dospívajících ve čtyřech oblastech, akademické, oblast sociálně-emocionálního rozvoje, oblast fyzického zdraví a oblast psychosociálních problémů. Přítomnost přirozeného mentora byla významně spojena s pozitivními výsledky dospívajících. Nejvýraznější oblastí, kde došlo k pozitivním výsledkům, byla oblast sociálně-emocionálního rozvoje a v oblasti akademické.

Zimmerman, Bingenheimer a Notaro (2002) došli ve své studii k závěru, že přirození mentori mohou hrát v životě dospívajících důležitou roli. U dospívajících s přirozenými mentory byla menší pravděpodobnost závislosti na marihuaně a dále také na podílení se na jakékoliv delikvenci. Takový dospívající měli také kladný vztah ke škole.

Ze studie Sanchez, Esparza a Colon (2008), vzorek 140 latinskoamerických studentů střední školy z chudších čtvrtí ukázal, že dospívající, kterým se dostalo kombinace emocionální, informační a instrumentální podpory od přirozených mentorů, mají lepší postoj ke škole a obecně lepší výsledky.

V jiné studii, kde sice nesledují přirozený mentorský vztah, ale vztah dospívajících s důležitými dospělými, Spencer, Jordan a Sazama (2004) zkoumali povahu podpůrných

vztahů mezi 91 dospívajícími a mladými dospělými s důležitým dospělým v jejich životě. Zjistili, že dospívající v těchto vztazích oceňují respekt, vzájemnost a autentičnost. Vzájemný respekt, stanovování limitů, naslouchání, empatii a skutečné porozumění, byly diskutovány, jako zásadní pro rozvoj vztahu s pečujícími dospělými.

Pokud se podíváme na studie, které ale nepracují doslovně s přirozeným mentoringem, můžeme narazit na studie, které zkoumají příbuzenskou podporu a jakou zkušenost s ní dospívající mají.

Podobně tak Pallock a Lamborn (2006) zkoumali podporu ze strany příbuzných, ne rodičů. Tato studie zkoumala, jak dospívající vnímají rozšířenou příbuzenskou podporu ve vztahu k akademickým výsledkům. Do vzorku této studie patřilo 104 afroamerických a 60 evropsko-amerických žáků z 9. a 10. třídy, tedy 14 a 15 let. Studie poukázala na tři hlavní formy podpory, kterou dospívajících od svých příbuzných obdrželi, a to podporu informační, instrumentální a do jisté míry i podporu emocionální. Mohli se na své příbuzné spolehnout, a obrátit se na ně v těžkou chvíli. Ukázalo se, že jedinci s větší příbuzenskou podporou mají lepší výsledky ve škole.

Další studie ( LaFromboise, et al. 2006) 212 dospívajících, domorodých obyvatel Ameriky, žijících v rezervaci na horním Středozápadě, ve věku od 10 do 15 let, zkoumala resilienci dospívajících. Analýza identifikovaly klíčové rizikové a ochranné faktory v rozvoji resilience. Mezi ochranné faktory patřila právě podporující komunita, tedy další důležití dospělí mimo rodiče.

S podobnými výsledky přišla studie 158 afroamerických dospívajících z 9. a 10. třídy základních škol, která sledovala vnímanou podporu příbuzenstva. Tato podpora byla přímo spojená s úspěšnější orientací na školu a větší samostatností ( Lamborn a Nguyen, 2004).

Studie zaměřené na přirozený mentorský vztah, většinou zkoumají výsledky, plynoucí z existence přirozeného mentora v životech dospívajících. Tedy co s sebou přináší existence přirozeného mentora, k čemu přirozený mentor přispívá, jak může svého menteeho pozitivně ovlivnit. Literatura, které by uváděla právě onen pohled dospívajícího a jeho zkušenost s přirozeným mentoringem, tedy proč si dospívající vybrali právě takového mentora, jak svého mentora vidí, jak se liší tento mentor od ostatních dospělých, chybí nebo je velmi mizivá.

Tato studie se proto nyní bude věnovat právě pohledu dospívajících na jejich zkušenost s přirozenými mentory, a to s výzkumnými otázkami: Koho dospívající

identifikují za přirozeného mentora? Jaké jsou charakteristiky identifikovaného, přirozeného mentora a proč si ho zvolili? Čím se liší takový mentor od ostatních dospělých?

## **4 EMPIRICKÁ ČÁST**

### **4.1 Metodika výzkumu**

Tato kapitola popíše zvolenou metodu výzkumu a další postupy určené pro tento výzkum. Dále se čtenář seznámí s výběrem participantů a v neposlední řadě s postupy sběru dat k analýze.

Pro práci byl zvolen výzkumný design kvalitativního výzkumu a nasbíraná data byla vyhodnocena pomocí obsahové analýzy. Metody zahrnovaly participativní výzkumný přístup zaměřený na děti.

Tento model participace aktivně zapojuje dospívající do výzkumu, dospívající mají ve výzkum příležitost, aby svým hlasem vyjádřili své názory, myšlenky, postoje, které jsou ve studii zohledněny. Je to inovativní přístup, který neopomíná dospívající a jejich sociální realitu a bere je jako součást výzkumu. Dospívající mají možnost se aktivně zapojit Lundy (2007). Stále více vědců připisují důležitost oné dětské perspektivě a popisu jejich vlastních realit (Kirk, 2007).

### **4.2 Kvalitativní výzkum a výzkumné otázky**

Kvalitativní metoda zkoumá jevy a problémy v autentickém prostředí, s cílem získat komplexní obraz těchto jevů (Švaříček a Šedřová, 2007). Je to metoda, která zkoumá a poskytuje hlubší vhled do problémů reálného světa. Shromažďuje zkušenosti, vnímání a chování účastníků. Umožňuje nám se tázat na otevřené otázky, dopovídá na otázky jak a proč.

Jednou ze silných stránek kvalitativního výzkumu je možnost nahlédnout na jevy, zkušenosti, postoje, chování participanta a zároveň vytváří prostor pro participanty, aby sami vysvětlili, jak, proč nebo co si mysleli, cítili a prožívali ve spojitosti s daným tématem (Tenny et al., 2007).

Kvalitativní výzkum byl tedy vybrán jako vhodná metodologie pro tuto práci, která se snaží porozumět a reprezentovat subjektivní zkušenost prožitků dospívajících s fenoménem přirozeného mentoringu.

Výzkumnou otázkou pro tuto práci byla otázka zkušenosti dospívajících s přirozeným mentoringem. Koho dospívající identifikují za svého přirozeného mentora? Jaké jsou jeho charakteristiky a proč si ho zvolili? Čím se liší od ostatních dospělých lidí?

### 4.3 Vzorek participantů výzkumu

Na této studii se podílelo 533 participantů z 8 základních škol v ČR. Věkové rozmezí participantů bylo 11-16 let, tedy od 6. až do 9. třídy základních škol. Z hlediska genderu byl výběr vcelku vyrovnaný 48 % kluků a 42 % holek, 10 % participantů si zvolilo jiné pohlaví (viz tabulka č. 1).

**Tabulka č. 1: Gender participanta a věk participanta:**

		Gender participanta			celkem
		chlapec	dívka	jiné	
Věk participanta	11	19	19	3	41
	12	51	61	9	121
	13	68	46	10	124
	14	61	49	12	122
	15	46	46	9	101
	16 a víc	9	3	12	24
celkem		254	224	55	533

Věk studentů 11–16 byl shledán vhodným pro tuto práci, která se zabývá dospívajícími a jejich zkušeností s přirozeným mentoringem. Výzkumný vzorek participantů byl vybrán záměrně, partnerské školy se zúčastněnými žáky byly vybrány podle zájmu ředitelů základních škol v Praze o účast v projektu ENCOUNTER, se kterým je tato práce v úzké spolupráci.

Ze závěrečné části dotazníku při analýze, jsme mohli o participantech dozvědět více a to bydlení participantů a například vzdělání rodičů.

**Tabulka č. 2: Bydlení participanta:**

	Frekvence
Ve městě	369
V okolí velkého města	41
Na malém městě	24
Na venkově	33
nevím	66
celkem	533

V době účasti na dotazníku většina participantů ze vzorku pocházela z města nebo z jeho okolí (76,9 % n=410). Na venkově nebo v malém městě žilo 10,7 % ( n=57) participantů.

Další dvě tabulky ukazují socioekonomické zázemí účastníků výzkumu na základě vzdělání rodičů účastníků.

**Tabulka č.3: Dosažené vzdělání matky/ pečovatelky a bydlení participantů:**

		Ve městě	V okolí velkého města	Na malém městě	Na venkově	nevím	celkem
Dosažené vzdělání matky (Pečovatelky)	Základní škola	20	2	1	2	10	35
	Střední škola s vyučením	28	5	11	7	0	51
	Střední škola s maturitou	100	7	9	7	0	123
	Vysoká škola	128	19	1	6	7	161
	nevím	93	8	2	11	49	163
celkem		369	41	24	33	66	533

**Tabulka č. 4: Dosažené vzdělání otce/pečovatele a bydlení participanta:**

		Ve městě	V okolí velkého města	Na malém městě	Na venkově	nevím	celkem
Dosažené vzdělání otce (Pečovatele)	Základní škola	22	3	2	1	6	34
	Střední škola s vyučením	31	4	5	5	2	47
	Střední škola s maturitou	95	12	10	8	1	126
	Vysoká škola	119	11	0	8	9	147
	nevím	102	11	7	11	48	179
celkem		369	41	24	33	66	533

Nejčastěji tedy participanti pochází z města a jejich rodiče mají vysokoškolské vzdělání.



#### 4.4 Sběr dat

Vzhledem k nedostatku znalostí o perspektivě dospívajících v přirozeném mentoringovém vztahu, byla práce zaměřená na studenty základních škol v rozmezí od 11-16 lety.

Základním školám, které byly zainteresované do projektu ENCOUNTER a chtěli se projektu zúčastnit, byly nejprve poslány informované souhlasy, jak pro všechny dospívající ve třídě tak i pro jejich rodiče, kde se seznámili s cíli projektu a podmínkami účasti dospívajících v něm. Poté byl školám zprostředkován online, otevřený kvalitativní dotazník, který se skládal z 62 otevřených i uzavřených otázek (více viz příloha č. 1). Celkový výzkumný soubor se skládal z 533 dotazníků.

Na začátku každého online dotazníku bylo na dospívající zaměřené animované video, které sledovalo literaturu o přirozeném mentoringu. Bylo to popisné video o tom, kdo je to přirozený mentor, jak to vypadá, když máme ve svém životě někoho takového a kdo by to třeba mohl být. Na základě tohoto videa byly dospívající vyzváni, aby identifikovali a popsali daného přirozeného mentora, kterého si mohli uvědomit právě na základě úvodního vide nebo už si ho byli vědomi.

První část dotazníku byla zaměřená na identifikování mentora, kdo je jejich mentor, co dělá ve volném času a například jaké jsou jeho vlastnosti. Poté se otázky týkali setkání mentora a dospívajícího, kdy to bylo, jaké to bylo a například, jak často se schází. Otázky také sledovali, zda dospívající mají více než jednoho přirozeného mentora. Poslední část byla věnována samotnému participantovi, co dělá rád ve volném čase, čím by chtěl být, až vyroste a otázky ohledně jeho rodiny.

#### 4.5 Analýza dat

Po sběru dat, byl ze všech dotazníků (n=533), vytvořen jeden výzkumný soubor. K analýze dat byla využita obsahovou analýzu ( Drisko a Maschi, 2016).

Obsahová analýza nám pomáhá poměrně snadno, systematicky probírat velké objemy dat. Je to metoda, díky, které seskupíme větší text do obsahových kategorií, pomáhá nám identifikovat specifické charakteristiky, vzorce a trendy vyskytující se v určitém vzorku. Těmto trendům poté přiřadíme kódy a vytvoříme kategorie (Holsti, 1969; GAO, 1996). Obecně nám pomáhá najít frekvenci slov a na základě této frekvence my můžeme vytvořit náležité kategorie.

Důležité je zde zachování původních jazykových výrazů, které participanti používali ve výzkumu při popisu jejich zkušenosti s daným fenoménem v kvalitativním dotazníku. Tyto autentické jazykové výrazy, kategorizované v obsahové analýze poté vystihují zkušenost s daným fenoménem z pohledu dané skupiny.

Při analýze byly využity dva analytické programy a to QSR NVivo 12 a SPSS . V analytickém softwaru QSR NVivo 12 jsem pomocí funkce „frekvence slov“ sledovala frekvenci používaných odpovědí. Analýza odhalila dospívajícími nejfrekventovanější odpovědi se stejným, či blíže podobným významem, synonymem. Podle četnosti odpovědi stejného významu jsem poté vytvořila obsahovou kategorii. Názvy kategorií byly odvozeny od nejfrekventovanějších odpovědí participantů, do kategorií poté byly seskupeny, jak kmenové slova, jejich synonyma, zároveň byly zanechané autentické odpovědi participantů. Byly sledovány hlavně nejvíce frekventované odpovědi.

Dále v analýze jsem ke každé kategorii, u jednotlivých otázek, přiřadila číslo. V prvotním celkovém výzkumném souboru, který obsahoval slovní odpovědi, jsem poté přiřadila každou odpověď do náležité kategorie a podle ní jsem jí dala i číslo. Celkový výzkumný soubor poté už obsahoval jen kódy a příslušné vysvětlivky ke kódům, co který kód znamená.

Takto kódovaná tabulka byla poté nahrána do druhého analytického softwaru SPSS pro kvantitativní počty výrazů u každé otázky. Nakonec byly provedeny deskriptivní a křížové statistiky, aby se zjistily vazby mezi vybranými odpověďmi na vybrané otázky, například jak souvisí gender participanta s výběrem mentora, jakého genderu je poté mentor atd. (více viz příloha č.2).

Tento vzorek participantů není statisticky reprezentativní. Cílem obsahové analýzy bylo zejména zachytit pohled, popis participantů a jejich zkušenost se sledovaným fenoménem přirozeného mentoringu.

#### **4.6 Výsledky výzkumu**

Tato kapitola uvádí výsledky obsahové analýzy otevřených dotazníků (n=533), kdo jsou mentoři dospívajících, jaké mají charakteristiky, proč si je dospívající zvolili a čím se liší od ostatních dospělých. Celkový počet dotazníků je sice 533, ale někteří participanti odpověděli vícero odpověďmi, sledovala se frekventovanost odpovědí.

#### 4.6.1 Výsledek 1= Koho dospívající identifikovali za svého přirozeného mentora?

Obecně převažovali kamarádi, trenéři a volnočasoví pedagogové, učitelé a prarodiče. Chlapci si nejčastěji za své mentory volili kamarády (více viz příloha č.2), trenéry/lektory a učitele, číslo 33 patří mentorům, u kterých šlo identifikovat jen to, že to jsou muži. Dívky si nejčastěji za své mentory volili kamarádky, babičky a učitele/učitelky (více viz příloha č.2).

Z celkového počtu, 56% (n=533) participantů odpovědělo, že mají ve svém životě oblíbeného/důležitého dospěláka. 50% participantů po zhlédnutí videa měli pocit, že mohou ve svém životě identifikovat mentora, 22% nevědělo (více viz příloha č. 2). I když participanti zvolili na začátku dotazníků nevím, po závěrečné identifikaci mentorů, kdy jsem z odpovědí participanta vyvodila, kdo by mohl být jeho mentorem a koho v dalších částech dotazníku popisovali, celkem 76,9% (n=533) participantů popisovalo přirozeného mentora v jejich životech. Identifikovaných mentorů ve vzorku tedy bylo 410 (viz tabulka č. 5).

**Tabulka č. 5: Identifikovaní mentoři a jejich frekvence použití:**

trenér/lektor	39
učitel	43
učitel volnočasové aktivity	14
rodiče	37
prarodiče	62
další příbuzný	11
kamarád/kamarádka/rodinný přítel/přítelkyně	105
sourozenci	25
žena	18
muž	33
osobnosti/různé	23
nevím	76
nemám mentora	31
neplatná odpověď	21
Celkový počet odpovědí	538

Tabulka č. 5 je souhrnem všech 533 otázek z dotazníku, ze kterých vyšli právě tito mentoři.

Nejpočetnější skupinou byly kamarádi, ze školy, z různé volnočasové aktivity, kterou spolu sdíleli. Druhou nejpočetnější skupinou byly prarodiče, babičky a dědové. Zde hrál velkou roli právě věkový rozdíl, se kterým přichází větší zkušenosti. Třetí nejpočetnější skupinou byli učitelé. Mezi osobnosti, které jsou participantům inspirací či vzorem, patřily například Kendall Jenner, herec/rapper, Cristiano Ronaldo nebo například profesionální volejbalistka (viz příloha č. 2).

Celkem 76 participantů nevědělo, koho by za svého mentora uvedli a 31 participantů se vyjádřilo, že přirozeného mentora nemají.

#### 4.6.1.1 Gedner

Participantů bylo dohromady 533, 48% chlapců a 42% dívek, 10% participantů si zvolilo jiné pohlaví (viz tabulka č. 6). Co se týče identifikovaných mentorů procentuální zastoupení žen a mužů je skoro vyrovnaný. Z tabulky č. 6 si můžeme všimnout, že si mládež převážně vybírala mentory stejného genderu. Z 254 chlapců si 140 chlapců zvolilo za mentora muže a jen 50 si zvolilo ženu. Z 224 dívek si 135 dívek zvolilo ženu za mentora a jen 52 dívek si zvolilo muže. Celkem 55 participantů jiného genderu si zvolilo za mentora 12 mužů a 8 žen. Celkem 23 participantů zvolilo mentora jiného genderu. Procentuální zastoupení žen a mužů mezi identifikovanými mentory je skoro vyrovnaný, stejně jako zastoupení dívek a chlapců v kategorii participantů.

**Tabulka č. 6: Gender identifikovaného mentora a gender participanta:**

		Gender mentora			celkem
		muž	žena	jiný gender	
Gender participanta	chlapec	140	50	6	254
	dívka	52	135	2	224
	Jiné pohlaví	12	8	15	55
celkem		204	193	23	533

#### 4.6.1.2 Věk

Z hlediska věku byla nejpočetnější skupinou mezi participanty, skupina dospívajících ve věku 12-14 mezi mentory to byla kategorie 31 a víc, ale zároveň velmi početná byla i skupina 15-20 (více viz tabulka č.7), kde se nacházejí většinou sourozenci a velmi početná kategorie mezi mentory a to zmínění kamarádi (více viz tabulka č. 5).

**Tabulka č. 7: Věk identifikovaného mentora a věk participanta:**

		Věk mentora						Celkem
		15-20	21-26	27-30	31-50	51 a víc	nevím	
Věk participanta	11	6	2	3	8	13	9	41
	12	17	7	12	30	26	29	121
	13	33	14	10	20	16	31	124
	14	20	14	8	21	25	34	122
	15	14	14	6	22	22	23	101
	16 a víc	8	3	0	1	3	9	24
Celkem		98	54	39	102	105	135	533

#### 4.6.2 Výsledek 2= Jaké jsou charakteristiky identifikovaného mentora a proč si ho dospívající zvolili?

**Tabulka č. 8: Gender mentora a jeho vlastnosti:**

			Gender mentora			
			muž	žena	jiný gender	nevím
Vlastnosti přirozeného mentora	Hodný/milý	77	102	0	4	
	Chytrý/rozumný	30	14	0	0	
	Vtipný/zábavný	37	28	0	0	
	Empatický/nápomocný	33	44	0	0	
	Šlechetný/spravedlivý	13	8	0	0	
	Nepříjemný/přísný	14	11	1	2	
	Přátelský	3	6	0	0	
	Zodpovědný/pracovitý	12	10	0	0	
	nevím	38	33	5	62	
	Nemám mentora	0	0	2	27	
	jiné	53	43	4	5	
Neplatná odpověď	6	10	11	13		
Celkový počet odpovědí		316	309	23	113	

Můžeme se podívat, že nejvíce odpovědí bylo pro vlastnost hodný/ milý. O takovém mentorovi se participanté vyjadřovali, jako o člověku, který je hodný k lidem, je to milý člověk, se kterým se dá lehce najít společný jazyk, je to dobrý člověk a je starostlivý (více viz příloha č. 3). Druhou kategorií je vtipný/zábavný, o takovém mentorovi se participanté vyjadřovali, že je ironický, veselý, dokáže si ze sebe udělat srandu a dospívající umí pobavit (více viz příloha č. 3).

Přirozený mentor, kterého dospívající často popisovali byl empatický/nápomocný, dokáže naslouchat, obětavý vždy pomůže, všímající, má pochopení k ostatním lidem a

pomáhá jim splnit sny (více viz příloha č. 3). Častou vlastností byla také chytrost a to, že je přirozený mentor rozumný, člověk, který je vzdělaný a má hodně zkušeností (více viz příloha č. 3). Celkem 25,8% participantů nevědělo, jak na tuto otázku odpovědět.

#### Tabulka č. 9<sup>2</sup>: Důvod, proč si participanté zvolil takového mentora:

V čem je přirozený mentor pro dospívající důležitý	Frekvence
Je podporující/ pomůže mi /má mě rád	106
Je inspirací/ učí mě nové věci/chytrý	54
vším	58

Přirozeného mentora si dospívající volili hlavně z důvodu podpory, které se jim ze strany přirozeného mentora dostává. Dospívající měli pocit, že je takový mentor má rád a zároveň oni mají rádi jeho, je to člověk, kterému se můžou s čímkoliv svěřit, mohou se na něj obrátit s tajemstvím důvěřují mu a mohou se na něj na 100% spolehnout. Dospívající cítili, že je mentor vždy podpoří v tom, co dělají a dodá jim jistoty. Jeden z participantů se vyjádřil takto: „*zve mě na závody a tím mě podporuje a nebojím se pak tam jet*“ nebo například takto „*zachránila mě, pomohla mi nalézt sebe a sebevědomí*“ (více viz příloha č. 3).

Dospívající cítili, že přirozený mentor je pro ně inspirací, je zkušený a učí je nové věci. Například jako jejich trenér, bez kterého by nebyli tak odvážní, dospívající se cítili být mentorem motivovaní. Participanté se také od takového mentora naučili nové věci například plavat, nové jazyky, programování, badminton, stolní tenis nebo například základy kreslení (více viz příloha č. 3).

Větší počet participantů se také vyjádřilo, že je pro ně přirozený mentor důležitý úplně všim. Je pro ně důležitý ve všech ohledech. Jeden z participantů se například vyjádřil takto: „*ve všem, kdybych jí neměla, mám všechny moje problémy do teď*“ (více viz příloha č. 3).

#### 4.6.3 Výsledek 3= Liší se nějak od ostatních dospělých?

Dospívající popisovali, že se přirození mentoři od ostatních dospělých liší svou povahou. Například povaha mentora, který je vždy v klidu, má pozitivní pohled na život, je zkušenější a pokaždé sám sebou (více viz příloha č.4 ). Odlišnost dospívající také shledávali ve věku

<sup>2</sup> Celá tabulka viz příloha č. 3

přirozeného mentora, mohl být starší a vyrovnanější, nebo na druhou stranu přirozený mentor, kterého dospívající identifikovali, nebyl ještě dospělý a je blízko věku participantů.

Přirozený mentor je podle dospívajících odlišný vůči dalším dospělým v jejich životě také tím, že si s dospívajícím rozumí, dospívající se s ním cítí podporováni. Takového mentora dospívající popisovali, jako někoho, kdo jim rozumí, chová se k nim, jako sobě rovnému a panuje mezi nimi vzájemný respekt. Zároveň 20% participantů neměli pocit, že by se jejich přirozený mentor lišil od ostatních dospělých (více viz příloha č. 4).

**Tabulka č.10<sup>3</sup>: Odlišnost přirozeného mentora od ostatních dospělých v životě dospívajícího.**

	Frekvence	Obsah
Ne neliší	107	nijak stejně vyvinutý, ne je stejně stará jako já
Ano povahou	73	dědu nic nerozhodí, je vždy v klidu a nikdy jsem ho nezažil, že by se někdy naštvál, má velký srdce, má pozitivní pohled na život a i špatné věci bere pozitivně, velmi se zajímá o druhé, nechová se tak moc dospěle, je trhlá, zkušenější, je sám sebou pokaždé, není zamrzlá v devadesátkách...
Ano věkem	23	je starší tak je už vyrovnanější, je mladej, ano je oproti nim starší, ještě není dospělá, ano není dospělí, JE O MNOHEM STARŠÍ JAK VŠICHNI UČITELÉ NA ŠKOLE, je blízko k našemu věku...
Ano rozumím mi/podporuje mě	38	dokáže určitě každého člověk namotivovat, vždy tu pro mne je a nikdy mě nesoudí, je mladší, tak či onak se snaží pochopit tu druhou stranu, CHOVÁ SE KE MĚ JAKO SOBĚ ROVNĚMU, Ano chová se ke mně jako k dospělému a máme vůči sobě vzájemný respekt, nepovyšuje se nade mě, tím jak umí naslouchat a ví jak poradit, rozumí problémům mladší generace...
		respekt, nepovyšuje se nade mě, tím jak umí naslouchat a ví jak poradit, rozumí problémům mladší generace...

<sup>3</sup> Celá tabulka viz příloha č. 4

#### **4.7 Shrnutí výsledků analýzy: Profil mentora ve zkušenosti a vnímání dospívajících (11–16 let)**

Z odpovědí si můžeme tedy všimnout určitého profilu mentora. Jaký je, jaké jsou jeho charakteristiky.

Z hlediska věku je mentor povětšinou starší 31 let, ale zároveň velká část participantů uvedla, že se jejich mentor pohybuje ve věku 15–20 let.

Z hlediska genderu 55 % chlapců si za mentora zvolilo muže a 60 % dívek si zvolilo za mentora ženu, většinou tedy dospívající inklinovali k mentorovi stejného genderu.

Identifikovaný mentor menteeho podpoří, když je v nesnázích, pokud dospívající potřebuje pomoc, ví, že se na něj může obrátit. Mentor nabízí prostor, kde může být dospívající sám sebou, kde nikdo nikoho nesoudí. Mentor umí naslouchat.

Mentor může svého menteeho inspirovat, a to v mnoha věcech. Inspirovat ho svou prací, svým postojem, svými hodnotami. Mentor může být pro menteeho vzor, sdílí hodnoty a charakteristiky, které by si mentee chtěl osvojit ve svém vlastním životě.

Díky mentorovi se dospívající může učit něčemu novému, novému koníčku, nové práci nebo dostávat nové poznatky do svého studia.

Mezi nejčastější charakteristiky patří hodný, empatický a vtipný. Je to člověk, který nás umí rozesmát, umí se do nás vcítit, necítíme se díky němu sami a můžeme se na něj zkrátka spolehnout.

Mentor je většinou člověk, se kterým si dospívající rozumí, může mít stejné záliby, koníčky anebo společné názory. Přirozený mentor a mentee spolu rádi tráví čas.

Alespoň jednu z těchto charakteristik měl každý identifikovaný mentor.

## **5 Diskuze**

Z výsledků jsme tedy identifikovali pomocí nejvíce frekventovaných odpovědí od dospívajících profil mentora. Zjistili jsme, koho si dospívající volí za mentora, kolik mu je a jaký je jeho gender, zjistili jsme také, proč si daného mentora dospívající zvolili a proč je pro dospívající důležitý. Nakonec jsme se podívali i na otázku, zda dospívající vidí odlišnost mezi identifikovaným přirozeným mentorem a dalšími dospělými.

Z výsledků vyplývá, že přirozený mentorský vztah se nemusí vyvinout jen mezi strašim a mladším, tak jak uvádí například Rhodes (2002), výsledky ukazují, že se nemusí



jednat o mezigenerační vztah, o kterém například píše Brumovská a Seidlová Málková (2010). Také DuBois a Karcher (2005) popsali tři hlavní faktory mentoringového vztahu a to, že mentor je starší a zkušenější, poskytuje vedení a mezi mentorem a mentem se vytvoří citové pouto. Zjistili jsme, že část participantů si za svého přirozeného mentora zvolila svého kamaráda, kamarádku, popřípadě sourozence ve věku 15–20, v mnoha situacích se tedy přirozený mentorský vztah rozvinul mezi stejně nebo podobně starými jedinci. Důležité bylo, spíše zda je mentor více zkušený, podporující a pečující.

O poskytování vedení, jako jednom z faktorů přirozeného mentoringu, mluvila také Rhodes (2002) a dále Zimmerman a kolegové (2005). Vedení se objevovalo i ve výsledcích této práce, kdy participantů cítili, že jim mentor pomohl najít sami sebe, dopomohl jim k nalezení sebevědomí, cítili se být motivováni, mentor jim pomáhal dosáhnout lepších výsledků ve škole nebo na tréninku, obecně tedy cítili, že si od mentora mohou nechat radit.

Citové pouto zdůraznili i DuBois a Silverthorn (2005) ve své studii, kde sledovali charakteristiky přirozených mentorských vztahů pro vytvoření úspěšného vztahu mezi mentorem a mentem. Právě citové pouto vyzdvihovali jako jednu z charakteristik vztahu, kterou pokud ve vztahu kultivujeme, vztah bude silnější a bližší. I z výsledků této práce vzešlo, že se mezi identifikovaným, přirozeným mentorem a dospívajícím vyvinulo určité citové pouto. Dospívající popisovali, že mají svého mentora rádi a i on je.

Zjištění většinového výběru stejného genderu v přirozeném mentorském vztahu je v souladu s literaturou, která sledovala přirozené mentorské vztahy (Whitney et al., 2011; Cavell et al. 2002). Stejně tak jako zjistili Hurd a Zimmerman (2014) ve své studii přirozených mentorských vztahů, tak i tato práce potvrdila, že si dospívající převážně volí mentora stejného genderu.

Tato práce pohlíží na mentoring jako na sociální fenomén, který se vyskytuje přirozeně v rámci sociálního vztahu. Je to typ vztahu, který vzniká z interakce mezi dospívajícími a dospělými (Bowers et al., 2015) a zároveň tedy i mezi stejně/podobně starými jedinci. Tento vztah však zároveň naplňuje určité charakteristiky, které tento mentorský vztah odlišují od jiných typů sociálních vztahů. Dospívající popisovali, že se přirozený mentorský vztah liší tím, že se v něm dospívající cítí podporováni, respektováni, cítí se, že se nad nimi nikdo nepovyšuje, že jsou si rovni.

Zjištění, kdo je pro dospívající mentorem se shodovalo s literaturou, mezi mentory byli jak příbuzní, tak i jedinci bez příbuzenských vztahů (Beam, Chen, & Greenberger, 2002).

Stejně tak i Van Dam (2018) popsal nejčastěji se vyskytující mentory, stejně tak i v této práci mezi příbuzné patřili prarodiče, sourozenci a mezi ostatní mentory patřili trenéři, kamarádi, rodinní přátelé nebo učitelé. Nově se zde však objevovali i youtubeři, influenceři a různé osobnosti ze sociálních sítí.

Sociální média byla už s mentoringem spojována co se týče lepšího propojení mentora a menteeho skrze sociální sítě pro udržení kontaktu a to v mentoringu formálním (Ware a Ramos, 2013; Quince a Medland, 2016). Tak jako Siddiqui a Singh (2016) zmiňují ve své studii, kde se sice nezabývají mentoringem, ale vlivem sociálních sítí na dospívající, sociální sítě mohou dospívajícím umožnit najít podporu online, která jim může chybět v normálním životě. Studie (Brown et al., 2021), která sledovala, jak lidé s problémy s duševním zdravím používají a hodnotí sociální sítě jako podpůrný mechanismus, sice nepracovala s pojmem mentoring, ale zjistila, že uživatelé vnímají Facebook a Twitter jako užitečné online zdroje k získání informační a emocionální podpory a ke sdílení zkušeností. Mezi uvedené výhody patřila jistá anonymita a snadný a rychlý přístup. Dalším přínosem bylo snížení pocitu izolace a větší pocit propojenosti. Participanti vnímali, že pro ně jsou sociální media perspektivním nástrojem pro zvyšování povědomí o duševním zdraví a zároveň snižují určitou stigmatizaci s tímto tématem spojenou. Jelikož se mezi identifikovanými mentory objevovali právě i osobnosti ze sociálních sítí/medií, připadá mi důležité tuto oblast zmínit. Oblast sociálních sítí jako prostoru, kde mohou dospívající nalézt svého přirozeného mentora, je doposud neprozkoumaná a myslím, že je to velmi zajímavé téma pro budoucí výzkum.

Stejně tak jako v literatuře i tato práce zjistila, že mezi klíčové kvality přirozeného mentorského vztahu patří podpora, respekt, empatie a důvěra (Higley et al. , 2016; Spencer a Rhodes, 2005; Eby et al., 2013). Když participanti odpovídali, že se cítí ve vztahu respektováni, na stejné úrovni, mohou se svému mentorovi svěřit, důvěřují mu, mentor se do nich dokáže vcítit a pochopit je, cítí se být viděni, tedy stejné výsledky, jako ze studií Dang a Miller (2013) a Deutsch a kolegové (2020), kteří sledovali zkušenost dospívajících s přirozeným mentoringem.

O důvěře píše i Rhodes (2002), která vidí důvěru jako nepostradatelnou součást efektivního vztahu. Důvěra pak napomůže k vytvoření blízkosti mezi dospívajícím a mentorem, kterou participanti popisovali. Takto blízký vztah pak může dospívajícímu dodat odvalu se otevírat více lidem.

Literatura popisuje tři druhy podpory, kterou přirozený mentor může poskytnout, a to informační, ohledně práce nebo vzdělání, emocionální podpora, poskytnutí bezpečného prostoru a důvěry, po instrumentální, například hledání zaměstnání a zvládání každodenních stresujících záležitostí (Erickson et al., 2009; Van Dam et al., 2017). Všechny tyto tři druhy podpory dospívající v této studii popsali. Dospívající se mohli na své mentory obrátit se školou, kvůli psychickým problémům, když potřebovali s něčím poradit, věděli, že tam pro ně přirozený mentor bude.

Zmíněná podpora, důvěra a vedení, které participanti ve svých vztazích s přirozenými mentory pociťovali, se shoduje i s argumentem od Van Dam (2018), že přirozený mentor může svým mentem pomoci v akademické rovině a v sociálně-emocionálním rozvoji.

## 6 Limity

Jak již bylo zmíněno, limitem této studie může být fakt, že tato studie neuvádí data statisticky reprezentativního vzorku participantů výzkumu. Tato studie ani neměla vzhledem k časovému omezení ambici takový vzorek vytvořit. Zainteresované školy nebyly vybírány jako statisticky reprezentativní vzorek ČR. Školy pocházely jen z hlavního města Prahy a jedna škola pocházela ze znevýhodněného regionu ČR. Lze tedy dospět k omezené úrovni zobecnění výsledků výzkumu. Tato studie měla hlavně explorativní charakter.

S podobným participativním přístupem zaměřeným na dospívající, větším zapojením škol, rodičů i dospívajících a se zlepšenou, propracovanou strukturou výzkumu by bylo možné v budoucnu vytvořit další výzkum, který by sledoval každodenní zkušenost dospívajících s přirozeným mentoringem na českých školách, mohl by se vytvořit tak vzorek statisticky reprezentativní.

## 7 Závěr

Cílem této práce bylo zjistit zkušenost dospívajících s přirozeným mentoringem. Nahlédnout na jejich perspektivu to, jak se v daném vztahu cítí, a zanechat tak ve výzkumu jejich autentické odpovědi.

Z teoretické části věnované rešerši literatury ohledně přirozeného mentoringu vyplývá, že dosavadní literatura o přirozeném mentoringu u dospívajících se zaměřuje hlavně na přínosy vyplývající ze vztahu a na možné charakteristiky mentora a kdo přirozeným mentorem může být. Většinou je tedy literatura zaměřená na přirozeného mentora, a ne na perspektivu dospívajících.

V empirické části jsem odpověděla na všechny tři výzkumné otázky, tedy kdo je pro dospívající přirozeným mentorem, jaké jsou jeho charakteristiky a proč si dospívající takového mentora zvolili a nakonec zda se tento identifikovaný, přirozený mentor liší od dalších dospělých.

Při hledání odpovědi na první výzkumnou otázku, tedy koho si dospívající volí za mentora, jsme zjistili, že daný přirozený mentorský vztah nemusí být vztah mezigenerační. Dospívající tedy nemusí shledávat přirozeného mentora jen ve starších dospělých, ale také například v kamarádech a sourozencích, kteří jsou podobně nebo stejně staří. Mezi starší mentory pak patřili prarodiče, učitelé anebo trenéři. Další zjištění bylo v oblasti genderu, kdy dospívající ve výběru mentora více inklinovali k mentorovi stejného genderu.

Odpověď na druhou výzkumnou otázku nám přinesla představu o tom, jaké nejčastější charakteristiky mají přirození mentoři, kteří byli dospívajícími identifikováni a zároveň proč si takového mentora vybrali a třetí otázka nám ukázala, že přirození mentoři se liší od ostatních dospělých především podporou a respektem, který dospívající ve vztahu cítí.

Tato práce pohlíží na přirozený mentorský vztah, který se vytvořil mezi dospívajícím a mentorem, jako na určitý společenský fenomén. Mezi jehož hlavní charakteristiky patří péče, podpora a vedení. Je to zároveň vztah, který se přirozeně vyskytuje v životech dospívajících.

Využití takovýchto přirozených mentorů může být do budoucna přínosem při navrhování intervencí ke zlepšení výsledků dospívajících. Spolu s participativním přístupem zaměřeným na dospívající, který respektuje autentické odpovědi participantů a napomáhá tak k aktivní účasti participantů na studii, by mohla v podobném duchu navázat další studie, která by mohla přinést statisticky reprezentativní výsledky a později implikaci těchto výsledků ve vzdělávání dospívajících pro jejich blaho a podporu.

Tato práce přispívá k povědomí o zkušenostech a perspektivě dospívajících s fenoménem přirozeného mentoringu. Zároveň samotným dospívajícím tato práce mohla pomoci si tyto podpůrné vztahy ve svých životech uvědomit a dále je kultivovat.

## 8 Literatura

- BAKER, David B., MAGUIRE, Collen P. (2005). Mentoring in historici Perspective. In DUBOIS, David L., KARCHER, Michael J.. Handefektbook of Youth Mentoring. London: Sage Publications, s. 14-29.
- Beam, M. R., Chen, C., & Greenberger, E. (2002). The nature of adolescents' relationships with their “very important” nonparental adults. *American journal of community psychology*, 30(2), 305-325.
- Bennetts, C. (2003). Mentoring youth: Trend and tradition. *British Journal of Guidance & Counselling*, 31(1), 63–76. <https://doi.org/10.1080/0306988031000086170>
- Black, K., & Lobo, M. (2008). A conceptual review of family resilience factors. *Journal of family nursing*, 14(1), 33-55.
- Blyth, D.A., Hill, J.P., & Thiel, K. (1982). Early adolescents’ significant others: Grade and gender differences in perceived relationships with familial and nonfamilial adults and young people. *Journal of Youth and Adolescence*, 11, 425– 450.
- Bowers, E. P., Geldhof, G. J., Schmid, K. L., Napolitano, C. M., Minor, K., & Lerner, J. V. (2012). Relationships with important nonparental adults and positive youth development: An examination of youth self-regulatory strengths as mediators. *Research in Human Development*, 9(4), 298-316. <http://dx.doi.org/10.1080/15427609.2012.729911>.
- Bowers, E. P., Johnson, S. K., Warren, D. J. A., Tirrell, J. M., & Lerner, J. V. (2015). Youth–adult relationships and positive youth development. In E. P. Bowers (Ed.), *Promoting positive youth development* (pp. 97-120). [http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-17166-1\\_6](http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-17166-1_6).
- Bowers, E., Johnson, S., Buckingham, M., Gasca, S., Warren, D., Lerner, J., & Lerner, R. (2014). Important Non-parental Adults and Positive Youth Development Across Mid- to LateAdolescence: The Moderating Effect of Parenting Profiles. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(6), 897-918.

- Broussard, A. C., Mosley – Howard, S., Roychoudhury, A. (2006): Using Youth Advocates for Mentoring At-Risk Students in Urban Settings. *Children and Schools*, Vol. 28 (2), pp. 122-125.
- Brown, G., Rathbone, A. L., & Prescott, J. (2021). Social media use for supporting mental health (SMILE). *Mental Health Review Journal*, 26(3), 279-297.
- Brumovská T., Seidová, Málková G., (2010) : Mentoring. Portal, Praha
- Brumovská, T.J. (2023). Mentoring Encounter. [online]. [cit. 2023-06-19]. Dostupné z: <https://encounter.mentoring.cuni.cz/FHSE-1.html>
- BRUMOVSKÁ, Tereza, 2007. Typologie průběhu mentorského vztahu a přístupu mentora k dítěti v něm, Praha, Diplomní práce. Fakulta humanitních studií UK.
- Bush, K., & Dong, Q. (2003). Beyond parents and peers: The role of important non-parental adults (VIP) in adolescent development in China and The United States. *Psychology In The Schools*, 40(1), 35.
- Cavell, T. A., Meehan, B. T., Heffer, R. W., & Holladay, J. J. (2002). The natural mentors of adolescent children of alcoholics (COAs): Implications for preventive practices. *Journal of Primary Prevention*, 23, 23-42.
- Clark, C. D. (2011). *In a younger voice: Doing child-centered qualitative research*. Oxford University Press.
- Dang, M. T., & Miller, E. (2013). Characteristics of natural mentoring relationships from the perspectives of homeless youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 26(4), 246-253.
- Darling, N., Hamilton, S., Toyokawa, T., & Matsuda, S. (2002). Naturally occurring mentoring in japan and the united states: Social roles and correlates. *American Journal of Community Psychology*, 30(2), 245-270. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1014684928461>.
- Dean, Donna J., (2009). "What Is Mentoring?." *Getting the Most out of your Mentoring Relationships: A Handbook for Women in STEM*: 3-5.

- DEUTSCH, N. L. a JONES, J. N., (2008). "Show me an ounce of respect": Respect and authority in adult–youth relationships in after school programs. *Journal of Adolescent Research*, 23, 667–688.
- Deutsch, N. L., Mauer, V. A., Johnson, H. E., Grabowska, A. A., & Arbeit, M. R. (2020). "[My counselor] knows stuff about me, but [my natural mentor] actually knows me": Distinguishing characteristics of youth's natural mentoring relationships. *Children and Youth Services Review*, 111, 104879.
- Drevon, D. D., Kim, S. Y., & Fredrick, S. S. (2018). Natural Mentoring Relationships as a Protective Factor for Victims of Bullying. *Journal of School Violence*, 17(4), 405–416. <https://doi.org/10.1080/15388220.2017.1322520>
- Drisko, J. W., & Maschi, T. (2016). *Content analysis*. Pocket Guide to Social Work Re.
- DuBois D. L., & Karcher, M. J. (2005). *Handbook of youth mentoring*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- DuBois, D. L., & Silverthorn, N. (2005). Characteristics of natural mentoring relationships and adolescent adjustment: Evidence from a national study. *Journal of Primary Prevention*, 26, 69-92., doi: 10.1007/s10935-005-1832-4.
- DuBois, D. L., Holloway, B. E., Valentine, J. C., & Cooper, H. (2002). Effectiveness of mentoring programs for youth: A meta-analytic review. *American journal of community psychology*, 30(2), 157-197
- DuBois, D., Karcher, M. (2004): *Handbook of youth mentoring*. SAGE Publication, London.
- Eby, L. T. .d T., Allen, T. D., Hoffman, B. J., Baranik, L. E., Sauer, J. B., Baldwin, S., Morrison, M. A., Kinkade K. M., Maher, C. P., Curtis, S., Evans, S. C. (2013). An interdisciplinary meta-analysis of the potential antecedents, correlates, and consequences of protégé perceptions of mentoring. *Psychological Bulletin*, 139(2), 441- 476. <http://dx.doi.org/10.1037/a0029279>.
- Eby, L. T., Allen, T. D., Evans, S. C., Ng, T., & Dubois, D. (2008). Does Mentoring Matter? A Multidisciplinary Meta-Analysis Comparing Mentored and Non-Mentored

- Individuals. *Journal of vocational behavior*, 72(2), 254–267.  
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2007.04.005>
- Erickson, L. D., McDonald, S., & Elder, G. H. (2009). Informal mentors and education: Complementary or compensatory resources? *Sociology of Education*, 82(4), 344-367. <http://dx.doi.org/10.1177/003804070908200403>.
- Freedman, M. (1993): *The Kindness of Strangers. Adult Mentors, Urban Youth and the New Voluntarism*. Jossey-Bass Publishers, San Francisco.
- Fruht, V. M., & Wray-Lake, L. (2013). The role of mentor type and timing in predicting educational attainment. *Journal of Youth and Adolescence; A Multidisciplinary Research Publication*, 42(9), 1459-1472. [http:// dx.doi.org/10.1007/s10964-012-9817-0](http://dx.doi.org/10.1007/s10964-012-9817-0).
- Goldner, L., & Maysless, O. (2009). The quality of mentoring relationships and mentoring success. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(10), 1339-1350. <http://dx.doi.org/10.1007/s10964-008-9345-0>.
- Greeson, J. K. P., & Bowen, N. K. (2008). “She holds my hand” The experiences of foster youth with their natural mentors. *Children and Youth Services Review*, 30(10), 1178-1188. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilyouth.2008.03.003>.
- GRIFFITH, A. N. a LARSON, R. W., 2016. Why trust matters: How confidence in leaders transforms what adolescents gain from youth programs. *Journal of Research on Adolescence*, 26(4), 790–804
- Grové, C., Trainer, L., & Rangarajan, R. (2020). Youth Centred Research Brief Report 2: Establishing an Active Youth Reference Group. Educational Psychology and Inclusive Education Academic Community, Faculty of Education, Monash University, Victoria, Australia.
- Hagler, M. A., & Rhodes, J. E. (2018). The Long-Term Impact of Natural Mentoring Relationships: A Counterfactual Analysis. *American Journal of Community Psychology*, 62(1–2), 175–188. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12265>



- Higley, E., Walker, S. C., Bishop, A. S., Fritz, C. (2014). Achieving high quality and long-lasting matches in youth mentoring programmes: A case study of 4results mentoring. *Child & Family Social Work*, 21(2), 240-248. <http://dx.doi.org/10.1111/cfs.12141>.
- Holsti, O.R. (1969). *Content Analysis for the Social Sciences and Humanities*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Holt, L. J., & Fifer, J. E. (2018). Peer mentor characteristics that predict supportive relationships with first-year students: Implications for peer mentor programming and first-year student retention. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 20(1), 67-91.
- Hurd, N. M., & Sellers, R. M. (2013). Black adolescents' relationships with natural mentors: Associations with academic engagement via social and emotional development. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 19(1), 76-85. <http://dx.doi.org/10.1037/a0031095>.
- Hurd, N. M., & Zimmerman, M. A. (2010) a). Natural mentors, mental health and risk behaviors: A longitudinal analysis of african american adolescents transitioning into adulthood. *American Journal of Community Psychology*, 46, 36–48.
- Hurd, N. M., & Zimmerman, M. A. (2010) b). Natural Mentoring Relationships Among Adolescent Mothers: A Study of Resilience: NATURAL MENTORING RELATIONSHIPS AMONG ADOLESCENT MOTHERS. *Journal of Research on Adolescence*, 20(3), 789–809. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00660.x>
- Hurd, N. M., & Zimmerman, M. A. (2014). An analysis of natural mentoring relationship profiles and associations with mentees' mental health: Considering links via support from important others. *American Journal of Community Psychology*, 53, 25-36.
- Chen, C., Greenberger, E., Farruggia, S., Bush, K., & Dong, Q. (2003). Beyond parents and peers: The role of important non-parental adults (VIPs) in adolescent development in China and the United States. *Psychology in the schools*, 40(1), 35-50. <http://doi.org/10.1002/pits.10068>
- Karcher, M. J., Nakkula, M. J., & Harris, J. (2005). Developmental mentoring match characteristics: Correspondence between mentors' and mentees' assessments of

- relationship quality. *The Journal of Primary Prevention*, 26(2), 93-110.  
<http://dx.doi.org/10.1007/s10935-005-1847-x>.
- Keating, L. M., Tomishima, M. A., Foster, S., & Alessandri, M. (2002). The effects of a mentoring program on at-risk youth. *ADOLESCENCE-SAN DIEGO-*, 37, 717-734.
- KIRK, S (2007) Methodological and ethical issues in conducting qualitative research with children and young people: A literature review. *International Journal of Nursing Studies* 44: 1250-1260.
- Klaw, E. L., & Rhodes, J. E. (1995). Mentor relationships and the career development of pregnant and parenting African American teenagers. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 551–562
- Kohut H. (1977). *The Restoration of the Self*. Madison, CT: International Universities Press.
- Kumpfer, K. L. (2002). Factors and processes contributing to resilience: The resilience framework. *Resilience and development: Positive life adaptations*, 179-224.
- LaFromboise TD, Hoyt DR, Oliver L, Whitbeck LB. (2006). Family, community, and school influences on resilience among American Indian adolescents in the upper Midwest. *Journal of Community Psychology*;34:193–209. doi: 10.1002/jcop.20090.
- Lamborn SD, Nguyen DT. (2004). African American adolescents' perceptions of family interactions: Kinship support, parent-child relationships, and teen adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*.;33:547–558. doi: 10.1023/B:JOYO.0000048068.55441.d6.
- LERNER et al., 2011. Positive youth development: Processes, programs, and problematics. *Journal of Youth Development*, 6(3), 41–64.
- Lerner, R. M., Von Eye, A., Lerner, J. V., & Lewin-Bizan, S. (2009). Exploring the foundations and functions of adolescent thriving within the 4-H study of positive youth development: A view of the issues. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(5), 567-570. <http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2009.07.002>.

- Liang, B., Tracy, A. J., Taylor, C. A., & Williams, L. M. (2002). Mentoring college-age women: A relational approach. *American journal of community psychology, 30*(2), 271-288.
- Lundy, L. (2007), "'Voice' is not enough: Conceptualising Article 12 of the United Nations Convention on the Rights of the Child". *British Education Research Journal* (33(6)), 927–42. DOI:10.1080/01411920701657033
- Lydon, David. (2011) "Imaginary companions: Are they good for children." *Student Psychology Journal* 2: 69-79.
- Lynch, M., & Cicchetti, D. (1992). Maltreated children's reports of relatedness to their teachers. In R. C. Pianta (Ed.), *Beyond the parent: The role of other adults in children lives* (pp. 81–107). San Francisco: Jossey Bass
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist, 41*(9), 954-969. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist, 56*(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- MELTZER, Ariella; MUIR, Kristy; CRAIG, Lyn.(2008). The role of trusted adults in young people's social and economic lives, 2008. *Youth & Society*, [online], 575-592 [cit. 9. 1. 2021]. Dostupné z: doi:10.1177/0044118X16637610
- Miranda-Chan, T., Fruiht, V., Dubon, V., & Wray-Lake, L. (2016). The Functions and Longitudinal Outcomes of Adolescents' Naturally Occurring Mentorships. *American Journal of Community Psychology, 57*(1–2), 47–59. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12031>
- Morrow, K. V., & Styles, M. B. (1995). *Building relationships with youth in program settings: A study of Big Brothers/Big Sisters*. Philadelphia: Public/Private Ventures.
- Onuoha, F. N., & Munakata, T. (2010). Inverse association of natural mentoring relationship with distress mental health in children orphaned by AIDS. *BMC psychiatry, 10*(1), 1-8.

- Owens, E. (2007). Significant Others. In: *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*. Oxford, UK, Malden, USA and Carlton, Australia: Blackwell Publishing Ltd.
- Packard\*, B. W. L., Walsh, L., & Seidenberg, S. (2004). Will that be one mentor or two? A cross-sectional study of women's mentoring during college. *Mentoring & Tutoring: Partnership in Learning*, 12(1), 71-85.
- Pallock LL, Lamborn SD. Beyond (2006), parenting practices: Extended kinship support and the academic adjustment of African-American and European-American teens. *Journal of Adolescence*;29:813–828. doi: 10.1016/j.adolescence.2005.12.003.
- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., Arora, M., Azzopardi, P., Baldwin, W., Bonell, C., Kakuma, R., Kennedy, E., Mahon, J., McGovern, T., Mokdad, A.H., Patel, V., Petroni, S., Reavley, N., Taiwo, K., Waldfogel, J., Wickremarathne, D., Barroso, C., Bhutta, Z., Fatusi, A. O., Mattoo, A., Diers, J., Fang, J., Ferguson, J., Sewamala, F., & Viner, M. R. (2016). Our future: A lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423-2478. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00579-1](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00579-1).
- PRYCE, J. M. a KELLER, T. E., (2011). Interpersonal tone within school-based youth mentoring relationships. *Youth & Society*, 45(1), 98–116. Dostupné z: <https://doi.org/10.1177/0044118x11409068>
- Quince, E., & Medland, C. (2016). Using social media to enhance the peer mentoring experience at the University of Southampton. *Journal of Learning Development in Higher Education*, 10, 1-14.
- Raposa, E. B., Dietz, N., & Rhodes, J. E. (2017). Trends in volunteer mentoring in the United States: Analysis of a decade of census survey data. *American Journal of Community Psychology*, 59(1-2), 3-14.
- Raposa, E. B., Erikson, L. D., Hagler, M., & Rhodes, J. E. (2018). How economic disadvantage affects the availability and nature of mentoring relationships during the transition to adulthood. *American Journal of Community Psychology*, 61, 191–203.

- Raposa, E. B., Rhodes, J. E., & Herrera, C. (2016). The impact of youth risk on mentoring relationship quality: Do mentor characteristics matter?. *American Journal of Community Psychology*, 57(3-4), 320-329.
- Rhodes, J. E. (2002). *Stand by me: The risks and rewards of mentoring today's youth*. Harvard University Press
- Rhodes, J. E. (2005). A model of youth mentoring. In D. L. DuBois, & M. J. Karcher (Eds.). *Handbook of youth mentoring* (pp. 30–43). SAGE
- Rhodes, J. E., Ebert, L., & Fischer, K. (1992). Natural mentors: An overlooked resource in the social networks of young, African American mothers. *American Journal of Community Psychology*, 20, 445–461.
- Rhodes, J. E., Spencer, R., Keller, T. E., Liang, B., & Noam, G. (2006). A model for the influence of mentoring relationships on youth development. *Journal of Community Psychology*, 34(6), 691–707. <https://doi.org/10.1002/jcop.20124>
- Sanchez B, Esparza P, Colon Y.(2008). Natural mentoring under the microscope: An investigation of mentoring relationships and Latino adolescents' academic performance. *Journal of Community Psychology*;36:468–482. doi: 10.1002/jcop.20250.
- Scales, P. C. (2012). *Other People's Kids: Social Expectations and American Adults? Involvement with Children and Adolescents* (Vol. 2). Springer Science & Business Media.
- SHARP, R., (2014). Ready, steady, action: What enables young people to perceive themselves as active agents in their lives? *Educational Psychology in Practice*, 30(4), 347–364. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/02667363.2014.939143>
- Shelmerdine, S., & Louw, J. (2008). Characteristics of mentoring relationships. *Journal of Child & Adolescent Mental Health*, 20(1), 21-32.
- Schwartz, S. E. O., Lowe, S. R., & Rhodes, J. E. (2012). Mentoring Relationships and Adolescent Self-Esteem. *The Prevention Researcher*, 19(2), 17–20.

- Schwartz, S. E., Rhodes, J. E., Spencer, R., & Grossman, J. B. (2013). Youth initiated mentoring: Investigating a new approach to working with vulnerable adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 52, 155-169.
- Siddiqui, S., & Singh, T. (2016). Social media its impact with positive and negative aspects. *International journal of computer applications technology and research*, 5(2), 71-75.
- Sipe, C. L. (2002). Mentoring programs for adolescents: A research summary. *Journal of adolescent health*, 31(6), 251-260.
- Southwick, S. M., Morgan, C. A., Vythilingam, M., & Charney, D. (2007). Mentors enhance resilience in at- risk children and adolescents. *Psychoanalytic Inquiry*, 26(4), 577-584. <http://dx.doi.org/10.1080/07351690701310631>.
- Spencer R. (2006): Understanding the mentoring process between adolescents and adults. *Youth and society*, 37, 3, March 2006, pp. 287-315.
- Spencer, R., & Rhodes, J. E. (2005). A counseling and psychotherapy perspective on mentoring relationships. In D. L. Dubois & M. J. Karcher (Eds.), *Handbook of youth mentoring* (pp. 118 –132). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Spencer, R., Jordan, J. V., & Sazama, J. (2004). Growth-promoting relationships between youth and adults: A focus group study. *Families in Society*, 85(3), 354-362.
- Spencer, R., Tugenberg, T., Ocean, M., Schwartz, S. E. O., & Rhodes, J. E. (2016). “Somebody who was on my side”: A qualitative examination of youth initiated mentoring. *Youth and Society*, 48, 402–424.
- Straus, S. E., Johnson, M. O., Marquez, C., & Feldman, M. D. (2013). Characteristics of successful and failed mentoring relationships: a qualitative study across two academic health centers. *Academic medicine: journal of the Association of American Medical Colleges*, 88(1), 82.
- Šolcová, I (2009): *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. Grada Publishing a.s., Praha
- Švaříček, R., & Šedřová, K. (2007). *Učební materiály pro kvalitativní výzkum v pedagogice*. Masarykova univerzita.

- Tenny, S., Brannan, G. D., Brannan, J. M., & Sharts-Hopko, N. C. (2017). Qualitative study. *The Good-Enough Mentoring Relationship* Williams, Laurel L.;Levine, John B;Malhotra, Seema;Holtzheimer, Paul *Academic Psychiatry*;( 2004) Summer; 28, 2; ProQuest Social Sciences Premium Collection pg. 111
- Trzesniewski KH, Donnellan MB, Moffitt TE, Robins RW, Poulton R, Caspi A.(2006) Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behaviors, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*;42:381–390. doi: 10.1037/0012-1649.42.2.381.
- U.S. General Accounting Office (1996). *Content Analysis: A Methodology for Structuring and Analyzing Written Material*. GAO/PEMD-10.3.1. Washington, D.C. (This book can be ordered free from the GAO).
- Van Dam, L. (2018). *Who and what works in natural mentoring? A relational approach to improve the effectiveness of youth care* [Unpublished doctoral dissertation]. University of Amsterdam 61
- Van Dam, L., Neels, S., De Winter, M., Branje, S., Wijsbroek, S., Hutschemaekers, G., Dekker, A., Sekreve, A., Zwaanswijk, M., Wissink, I., & Stams, G. J. J. M. (2017). Youth initiated mentors: Do they offer an alternative for out-of-home placement in youth care? *British Journal of Social Work*. <http://dx.doi.org/10.1093/bjsw/bcx92>.
- Van Dam, L., Smit, D., Wildschut, B., Branje, S. J. T., Rhodes, J. E., Assink, M., & Stams, G. J. J. M. (2018). Does Natural Mentoring Matter? A Multilevel Meta-analysis on the Association Between Natural Mentoring and Youth Outcomes. *American Journal of Community Psychology*, 62(1–2), 203–220. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12248>
- Ware, P., & Ramos, J. (2013). First-generation college students: mentoring through social media. *International Journal of Mentoring and Coaching in Education*.
- Werner, E. E. (1992). The children of Kauai: Resiliency and recovery in adolescence and adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 13(4), 262–268. [https://doi.org/10.1016/1054-139X\(92\)90157-7](https://doi.org/10.1016/1054-139X(92)90157-7)

- Werner, E. E. (1993). Risk, resilience, and recovery: Perspectives from the Kauai Longitudinal Study. *Development and Psychopathology*, 5(4), 503–515. <https://doi.org/10.1017/S095457940000612X>
- Wheeler ME, Keller TE, Dubois DL.(2010) Review of three recent randomized trials of school-based mentoring. *Social Policy Report*;24:1–21. Retrieved from November 15 from <http://www.srpd.org>.
- Whitney, S. D., Hendricker, E. N., & Offutt, C. A. (2011). Moderating factors of natural mentoring relationships, problem behaviors, and emotional well-being. *Mentoring and Tutoring: Partnership in Learning*, 19, 83–105.
- Williams, L. L., Levine, J. B., Malhotra, S., & Holtzheimer, P. (2004). The good-enough mentoring relationship. *Academic Psychiatry*, 28, 111-115.
- Zimmerman MA, Bingenheimer JB, Notaro PC. (2002) Natural mentors and adolescent resiliency: A study with urban youth. *American Journal of Community Psychology*.;30:221–243. doi: 10.1023/A:1014632911622.
- Zimmerman, M. A., Bingenheimer, J. B., & Behrendt, D. E. (2005). Natural mentoring. *Handbook of youth mentoring*, 143-157.



## **9 Seznam Příloh**

Příloha č. 1: Otázky v dotazníku

Příloha č. 2: Tabulky k výsledku č.1

Příloha č. 3: Tabulky k výsledku č. 2

Příloha č. 4: Tabulky k výsledku č. 3

## **Příloha č. 1: Otázky v dotazníku**

1. Pohlaví dospívajícího:
2. Věk dospívajícího:
3. Třída:
4. Škola:
5. Máš ve svém životě oblíbeného/důležitého dospělého, kterého bys mohl/a popsat?
6. Máš ve svém životě staršího a zkušenějšího důležitého člověka, kterého bys mohl/a popsat?
7. Myslíš si po shlédnutí videa, že máš někoho, kdo je tvým Mentorem – tvým důležitým DOSPĚLÝM, kterého bys mohl/a popsat?
8. Je tvůj Mentor muž nebo žena?
9. Kolik je mu/jí let (odhadem)?
10. Co dělá rád/a ?
11. Co dělá nerad/a ?
12. Co má za povolání? Co ve své práci dělá?
13. Co dělá rád/a ve volném čase?
14. Jaké má vlastnosti?
15. Čím je pro tebe oblíbený/á?
16. V čem je pro tebe důležitý/á?
17. Kde jsi se se svým Mentorem potkal/a?
18. Jak dlouho se znáte?
19. Jak spolu trávíte společný čas?
20. Jak často spolu trávíte čas?
21. Co s ním děláš nejradši?
22. Naučil/a ses od něj něco nového/zajímavého? Co?
23. Liší se nějak od ostatních dospělých? Jak?
24. Obdivuješ na něm nějaké vlastnosti, které bys chtěl/a také mít? Jaké?
25. Pomáhá ti v něčem? V čem?
26. Můžeš se na něj/ní spolehnout? Prosím, dej příklad, kdy ses na něj/ní mohl/a spolehnout a vyšlo to.
27. Kdyby jsi se mohl svého Mentora/Oblíbeného dospělého na cokoli zeptat – co by to bylo?
28. Těšíš se další setkání s tvým Mentorem/Oblíbeným dospělákem? Proč?

29. Kdy to bylo?
30. Kde jste se sešli?
31. Co jste dělali?
32. Jak jsi se po tomto setkání cítil/a?
33. Chyběl/a by ti v něčem? V čem?
34. V mém životě je ještě další zkušenější člověk (jiný, než rodiče), kterého rád/a vídám
35. V mém životě je starší a zkušenější člověk (jiný než rodiče), který mě podporuje v  
mých zálibách
36. Mám ve svém životě dalšího zkušenějšího člověka (jiného, než rodiče), se kterým  
mohu sdílet své radosti
37. V mém životě je starší a zkušenější člověk (jiný než rodiče), kterému záleží na mých  
pocitech.
38. V mém životě je další zkušenější člověk (jiný než rodič), se kterým můžu sdílet své  
starosti
39. V mém životě je další zkušenější člověk (jiný, než rodiče), od kterého jsem se něco  
důležitého naučil/a
40. V mém životě je ještě další zkušenější člověk, který je v něčem mým vzorem
41. Co nejradši děláš ve svém volném čase?
42. S kým nejradši trávíš svůj čas?
43. Co obvykle děláš o víkendech?
44. Čím bys chtěl/a být, až vyrosteš?
45. Znáš někoho, kdo tvé vysněné povolání už dělá? Kdo to je? Odkud ho znáš?
46. Kdo to je? Co dělá/dělal/a?
47. Máš nějakého oblíbeného hrdinu?
48. Kdo to je?
49. Čím je pro tebe oblíbený?
50. Kolik starších sourozenců?
51. Bydlíš:
52. Bydlíš s vlastními rodiči?
53. Máš sourozence, se kterými bydlíš?
54. Kolik mladších?
55. Kolik bratrů?
56. Kolik sester?
57. Dosažené vzdělání matky (Pečovatelky)

- 58. Dosažené vzdělání otce (Pečovatele)
- 59. Povolání matky/pečovatelky:
- 60. Povolání otce/pečovatele:
- 61. Otec/Pečovatel pracuje:
- 62. Matka/pečovatelka pracuje:

## Příloha č. 2: Tabulky k výsledku č.1

**Tabulka č. 1 : Máš ve svém životě oblíbeného/důležitého dospělého, kterého bys mohl/a popsat?**

	Frekvence	Procenta
naprosto souhlasím	151	28,3
spíše souhlasím	151	28,3
nevím	115	21,6
spíše nesouhlasím	41	7,7
naprosto nesouhlasím	75	14,1
celkem	533	100,0

**Tabulka č. 2: Myslíš si po zhlédnutí videa, že máš někoho, kdo je tvým Mentorem – tvým důležitým DOSPĚLÝM, kterého bys mohl/a popsat?**

	Frekvence	Procenta
naprosto souhlasím	154	28,9
spíše souhlasím	113	21,2
nevím	122	22,9
spíše nesouhlasím	60	11,3
naprosto nesouhlasím	84	15,8
celkem	533	100,0

**Tabulka č. 3: Výběr mentora podle genderu participanta**

		Gender dospívajícího			celkem
		chlapec	dívka	Jiný gender	
Identifikovaný mentor	trenér/lektor	24	13	2	39
	učitel	25	17	1	43
	učitel volnočasové aktivity	6	7	1	14
	máma	6	16	1	23
	táta	10	1	3	14
	babička	12	30	0	42
	děda	12	6	0	18
	další příbuzný	3	8	0	11
	kamarád/kamarádka/rodinný přítel/přítelkyně	54	43	8	105
	sestra	4	11	0	15
	bratr	6	4	0	10
	žena	5	11	2	18

muž	22	9	2	33
osobnosti/různé	9	10	4	23
důchodce	0	2	0	2
nevím	37	19	20	76
nemám mentora	12	18	1	31
neplatná odpověď	9	2	10	21
<b>Celkový počet odpovědí</b>	<b>256</b>	<b>227</b>	<b>55</b>	<b>538</b>

**Tabulka č. 4: Identifikovaní mentoři, autentické odpovědi dospívajících**

<b>Mentor</b>	<b>Odpovědi</b>
trenér/lektor=1	trenér breakdance, trenér badmintonu, trenérka tance, trénuje stolní, tenis a je to učitel takže učí, trenér florbal, Učí hrát Lacross na školách, Trener/človek kterej kouka za problema,pomahá lidem.(spravně posilovat/skakat), trénuje mě a je to kamarád, Trenér tenisu, hraje tenis s dětma, Trenér golfu, trenér judo a bjj, trener fotbalu, Trenér v gymu, trénuje, trenérka atletiky, trénuje sebeobranu a fyzickou/mentalní sílu, trénuje lidi na koni
učitel=2	učitelka hudební výchovy, Učitelka angličtiny, Učitel, učí tělocvik Učitel dějepisu, Učí ve škole a ráda učí Matiku, UČITEL RUŠTINY, učitelka přírodopisu a výchovi ke zdraví. Učí nás různé věci s přírodopisu a z výchovi ke zdraví, Učí dějepis a němčinu, pedagog, učí
učitel volnočasové aktivity=3	učí jezdit na koni ,ale nevím co dělá za další práci, učitel na bicí, hudebník/učitel na kytaru, učitel na housle, učitel letectví učí divadlo, učí jezdit na koni, Učitel tance a učí děti tancovat. Učí děti jak správně jezdit a ukazovat na dopravním hřišti, Učí hrát na kytaru, Lektorka angličtiny, učitelka na klavír, učitel na piáno

máma=4	
táta=5	
babička=6	
děda=7	
další příbuzný=8	
kamarád/kamarádka/rodinný přítel/přítelkyně=9	
sestra=10	
bratr=11	
žena=12	
muž=13	
osobnosti/různé=14	Kendal jener, herec/rapper, Youtuber, profesionální fotbalistka, Profesionální volejbalistka, psycholožka, Influencer, twitch streamer CRISTIANO RONALDO, terapeutka, Fotbalista, tanečník, Mírek Dušín
důchodce=15	
nevím=16	
nemám mentora=17	
nepltaná odpověď=18	

### Příloha č. 3: Tabulky k výsledku č. 2

**Tabulka č. 1: Důvod, proč si účastníci zvolil takového mentora**

V čem je pro tebe důležitý/důležitá?	Frekvence
Je podporující/ pomůže mi	90
Je inspirací/ učí mě nové věci/chytrý	54
vším	58
rodina	30
povaha	19
Rozumíme si	23
Má mě rád/stará se o mě/mám ji rád	16
nevím	123
Nemám mentora	30
jiné	60
Neplatná odpověď	40
Celkový počet odpovědí	543

**Tabulka č. 2: Autentické odpovědi účastníků na otázku: V čem je pro tebe důležitý/důležitá?**

V čem je pro tebe důležitý/á?	Odpovědi
Je podporující/ pomůže mi /= 1	řika mi ze to zvladnu, uklidnuje mě, vždy mě podpoří v tom co dělám a dodává mi jistot, vždy mi poradí, pomohl mi vždy kdež jsem něco potřeboval, v tom že se mnou přes všechno zůstává, pomocník, zve mě na závody a tím mě podporuje a nebojím se pak tam jet, můžu mu říkat o mém životě a nepřestane ho to bavit, že mě vždy pochopí, můžu se jí s čímkoli svěřit atd, Pomáhá mi když nevím, jak se rozhodnout, Zachránila mě, pomohla mi nalézt sebe a sebevědomí, mohu se na ni obrátit s jakýmkoliv tajemstvím, má mě ráda, nepovyšuje se., Přesně nevím, ale asi ve všech směrech. Málokdo mi dokáže takto poradit a je pomalu jediný člověk, na kterého se mohu 100% spolehnout., že si na mě udělá čas, že je tu pro mě, pomáhá mi se školou, tréninkem i s kamarády



<p>Je inspirací/ učí mě nové věci/chytrý = 2</p>	<p>Jedžením na koni, je to můj trenér a bez něho bych nebyl tak odvážný, life choises, Motivuje mě, dělá hranice, bez ni bych nebyla tam kde jsem, Ve vzdělávání, snažím se chovat jako on, Že mě učí hrát na kytaru, vzor, protože mě dokáže i něco naučit, pro učení (matika, fyzika, chemie), pro všeobecný přehled, naučil mě plavat, Je to muj kamarád a učí mě věci, Může naučit jazyky programován, učí mě nové věci které chci umět, naučil sem se od ni základy kreslení, naučila mě hodně věci, učí mě badminton, Učí mě na bicí a díky němu se skoro celý čas nasměju, učí mě angličtinu, naučí děják a němčinu, vzděláním, Dodá mi motivaci a bez něho bych neuměl hrát stolní tenis, pomáhá mi se zlepšovat ve schopnostech, hodně mně toho naučil a každá hodina dějepisu je skvělá, je to dobry ucitel, učí mě tradovat, myslím si že je pro mně dobrým vzorem, Abych pokračoval v tom co dělám, dodává mi motivaci být lepší, Už od doby kdy jsem se narodil mě někdy děda hlídal a hráli jsem si a naučil mě spoustu věcí, díky ní jsem dobrý v angličtině, rád si s ním povídám a učí mě hrát na kytaru, Naučil mě velice moc věcí, Učím se od ní ve všech směrech, nevím tím ze mi radí, Snaží se inspirovat lidi, dává rady, dokáže poradit i když jen online, dává mi motivaci k tomu abych nedopadl jako on</p>
<p>Vším=3</p>	<p>ve všem, kdybych jí neměla mám všechny moje problémy do teď, ve všech ohledech</p>
<p>Rodina=4</p>	<p>je to moje mamka, je to strejda, je to rodina a radí mi, je to muj otec, Je to moje švagrová, logicky bude důležitá, je to moje setra</p>
<p>Povaha=5</p>	<p>Je to člověk který je pořád pozitivní nálady, hodný, je hodná a vždycky se na mně usmívá a zvedá mi náladu atd., když je doma převládá pozitivní nálada, povaha, charakter, jeho chování, chová se zdvořile, je sarkastická, je veselej, je to dobrý člověk</p>
<p>Rozumíme si = 6</p>	<p>můžu za ní zajít a pokecat, je dobrej, že mě chápe, že si můžeme promluvit, je to můj kamarád, jako kámoš, Že mi rozumí s mými problémy, je to moje lepší kámoška, Člověk který mi rozumí a vždy mě vyslechne, je to člověk se kterým máme stejný typ humoru, sdílím s ním své koníčky</p>

Má mě rád/stará se o mě/mám ji rád =7	Díky němu vím že nejsem v některých věcech sama, Je to moje láska
Nevím= 8	
Nemám mentora= 9	
Jiné= 10	<p>oby měl každý den dobrou náladu, má čas na zábavu, vychocává mě, mem slevu v KFC, Nenudím se, HRANI FORTNITE, tým že existuje, je hodna a dobře vari, ochrání me protože je zelený ninja, V to m že je to borec, hodně vzpomínek.jeho hlášky, hraje fotbal, zachránil my život, programování, trénuje mě, V hraní tenisu, V životě, Je pro mě důležitý,protože málo který muž je jako můj mentor, trenér, byla v minulosti dobrá, hraní her, hulič, pro mě je to dráhy člověk, JAKO MŮJ TRENÉR, dobrý vlasy, Protože natáčí letadla, je to frajer, je můj chábrem, NECHÁ MĚ USKUTEČNIT MÉ NAZORY, Dlouhý se sním znám, Je pro mě hodně důležitá, vtipný, je to osoba který budu verit a citím se u něho v bezpečí, hojností, hrozně si ho vážím a jsem moc vděčná, že takového člověka mám, nevím baví mě to s ní a zná mě už 1 roku a já jí, že od když ja narodila byla se mnou, je to cenný přítel, je s ním zábava a je jako bratr (-_-),trenérka na kterou se mohu spolehnout, Tím že je můj trenér v gyemu</p>
Neplatná odpověď=11	

## Příloha č. 4: Tabulky k výsledku č. 3

### Tabulka č. 1: Liší se nějak od ostatních dospělých? Jak?

	Frekvence
Ne neliší	107
Ano povahou	73
Ano chováním	11
Ano věkem	23
Ano vědomostmi	7
Ano rozumím mi/podporuje mě	38
Dovednosti	8
Ano/Jiné	79
Ano	37
nevím	98
Nemám mentora	25
Neplatná odpověď	33
Celkový počet odpovědí	539

### Tabulka č. 2: Autentické odpovědi na otázku: Liší se nějak od ostatních dospělých?

Liší se nějak od ostatních dospělých? Jak?	Odpovědi
Ne neliší= 1	nijak stejně vyvinutý, ne je stejně stará jako já
Ano povahou=2	Dědu nic nerozhodí, je vždy v klidu a nikdy jsem ho nezažil že by se někdy naštvál., má velké srdce, má pozitivní pohled na život a i špatné věci bere pozitivně, respekt, pochopení, progresivní. Je plný energie a umí si užívat života, Má většinou dobrou náladu., je sni sranda a není nudná, Je hodně uvolněná a klidná., Asi ani ne jen že je plný života na svůj věk ,je to frajer ,chytrá a starostlivá, velmi se zajímá o druhé, je velice hodná, někdy také přísná, hodnější, Jo to trochu ještě dítě, Je vtipná a milá, je na mě hodná, je velmi filozofická, nechová se tak moc dospěle, je nejvtipnější z těch co znám, Je trhlá, je celkem samostatný, zkušenější, je sám sebou pokaždé, když se to dá, je hodnější a hned by ti pomohl i když tě nezná, je zajímavý, vtipný, hezký, ano, je mi sympatičtější jak druhá trenérka, mám ji ráda a ona mě, ano, mnohem milejší, upřímná, hodně naučí, Je milá, hodná a přísná zároveň, ano je jiná moje nejhodnější sestra, je stejný jak dospělý, není sprostá a všechno chápe. Není zamrzlá v devadesátkách

Ano chování=3	ano řve na mě, chová se jako by byla mladší, jo, jinak se ke mně chová, je schopný s námi vydržet a dotáhnout to do konce, chová se přiměřeně
Ano věkem=4	Je mu 8, Ani bych neřekl, možná tím jak je starší tak je už vyrovnanější, je mladej, Ano je oproti nim starší, ještě není dospělá, je starší a jinak ani ne, je jí 17 takže dospělá není, ano není dospělí, je mladá, není dospělí chová se jinak, je to skoro dítě, JE O MNOHEM STARŠÍ JAK VŠICHNI UČITELÉ NA ŠKOLE, ano. je blízko k našemu věku, je mi 14 nejsem dospelaj jsem malej
Ano vědomostmi =5	umí anglicky mega dobře, umí víc jazyku než vsichni ostatní, je chatrá, Úplně ve všem, má vyjimečné názory, umí česky
Ano rozumím mi/podporuje mě=6	ano liší , má vždy motivaci a dokáže určitě každého člověk namotivovat, Liší se tím, že je tu vždy pro mne a nikdy mě nesoudí, Na svůj věk se chová interesantně - v leckterých věcech je mladší, v dalších zase starších - tak či onak se snaží pochopit tu druhou stranu, třebaže s ní nesouhlasí.,CHOVÁ SE KE MĚ JAKO SOBĚ ROVNĚMU, Ano chová se ke mně jako k dospělému a máme vůči sobě vzájemný respekt, nepovyšuje se nade mě, tím jak umí naslouchat a ví jak poradit je pro mě výjimečná, Rozumí problémům mladší generace, můžem se bavit o všem, že se jí mužu svěřit, dokáže mě pochopit, bere nás jako všechny sobě rovnému, Ano liší tím že se nebojím na nic zeptat nebo mu něco říct, je pro mě bližší jediná mi tak poradí, vždycky mě vyslechne a pomůže, ano, můžu si nim povídat, pomaha mi v nouzi , ano, mužu jí víc věřit než ostatním, chápe mě, vždy tu pro mne je a vždy pomůže, můžu se mu skoro se vším svěřit, je to můj příbuzný a můžu se s ním bavit o soukromných věcech, Většina dospělých se semnou buď nebaví nebo mě absolutně nechápou, ano můžu se jí svěřit, vyslechne mě a nesoudí mě za to co si myslím nebo co jsem, vyslechne meachape
Dovednosti= 7	hodně dobře umí dělat breakdance, umí dobře programovat, umí dobře s počítačem, hraje na housle většinou na svatbách a v kostelech, Je dobrý ve hrách, traduje, ano umi hodne dobre varit, HRAJE FORTNITE

<p>Ano/Jiné =8</p>	<p>není ještě úplně dospělá no. a je to vlastně moje učitelka aj ale zároveň skvělá kámoška, je to nejdůležitější žena v mém životě je jedinečná, jo spaním a jeděním, má jiný pohlaví, Je mimozemšťan , jde mi příkladem , ano velmi je totiž zelený ninja , Že je to borec ,Přemýšlí jinak , Má úžasnou postavu pro svůj věk , ze je to učitel , když ho budete znát tak to pochopíte :) , prostě sestra , že je to jako můj bratr , Ano, je pro mě důležitá. , JO A HODNĚ SE SVÝM PŘÍSTUPEM K LIDEM,, ano, je unikátní, Ano. Dovolí mi často více věcí než ostatní dospělí a je určitě v mnoha případech hodnější.,Ano, fotí letadla, což ostatní ne :(,je kontroverzný učitel, Ano, když jsem s ním, tak se můžu chovat jakkoliv a jemu to nevadí, nemusím před ním být stále slušná a tak. Nebo spolu taky děláme různé blbosti., Ano, má ráda hudbu jako já, myslím že každý má rád hudbu, ale moc dobře se mi s ní spolupracuje, stylem výuky, děláme to, co nás baví, jo je to swager, hlasitě se směje ,menší samostatná inspirace být jak on, Umí vysvětlit věci, které ostatní ne., ano je pro mě důležitější, kouká na seriály a hraje video hry, asi nijak, jen je dost známý..pro mě je to člověk, který dokázal neuvěřitelné věci, Je zvláštní v mnoha ohledech. Např. smysl pro humor, vnímání světa, chápání lidí, Ano liší nejsou tak fajn a nedokážou všichni říkat látku tak dobře jako on Celkem ano, konzervuje rozumněji než většina dospěláků.,není dospělé dítě, hraje stejné videohry jako já, je to moje babička, Rozhodně. Je to ten nejlaskavější člověk na planetě Zemi a mám k němu nejbližší... on je prostě jedinečný., má vždy čas, je jinej a to je dobře, je to můj bratr mam ho radši mám společný zájem, Je to můj mentor, má mě rád, ano, ale od mamy a taty ne, není dospělejší a liší se tím že mě nikdy neodsuzoval jak vypadám a kolik vážím a jak se chovám baví se se mnou rád taková jaká jsem a tím se liší asi o 99% lidí, že je taková jiná, je to můj bratr, snaží se všechno udělat a i se něco přinaučit, každý člověk se od sebe něčím liší, takže ano liší se .Je svá, je více zaujatý do společnosti než moji rodiče, mám rodinný vztah, je sám a je trochu jak dítě, ano nechodí moc do hospody, jo je to nejlepší dospělí, víc se se mnou baví, je s ním sranda a radí mi, že je to moje matka, je slovenka, nwm od kud pochází mluví anglicky, jemmalý, má vřelejší vztah s mladšími lidmi, jsme s polu pořád, jo</p>
--------------------	---

	je to psychologkam, jeho hrozné vtipy, má mozek, je nižší,
Ano=9	Ano, je jak já, jo trochu, každej je jinej takže ano, Ano liší, je jenom jeden, Řekla bych že nezáleží, zda je člověk dospělí nebo je dítě. Každý člověk se nějak liší od ostatích ať už jen vzhledem, nebo celou povahou.
Nevím=10	
Nemám mentora=11	
Neplatná odpověď=12	