V Praze 28. března 2022

**Vrstevnický mentoring pomohl loni 86 % klientům organizace Lata**

**Praktické dovednosti, vztah k druhému i zlepšení komunikace jsou tři hlavní dovednosti, které dokáže zlepšit vrstevnický mentoringový vztah u mladých lidí ve věku od 12 do 26 let. Dokazují to statistiky organizace Lata, která se zaměřuje na práci s dětmi, mládeží a rodinou. Posun alespoň v jedné z těchto dovedností uvedlo 86 % klientů zapojených více než půl roku do programu *Ve dvou se to lépe táhne*.**

Z interní analýzy dále vyplývá, že nejčastěji vnímali klienti posun ve schopnosti komunikace a v praktických dovednostech. Díky mentoringu se mladí dostali ven, naučili se plánovat a organizovat si svůj čas, lépe komunikovat s lidmi. Neustálé střídání změn bylo náporem na psychiku mladých   
a často docházelo k propadu ve vztahu k sobě samému.

Ze statistik dále vyplývá, že s přibývajícím počtem schůzek rostlo „zdravé sebevědomí“. Klienti, kteří absolvovali méně než 10 schůzek se buď „shazovali“ nebo trpěli přílišným sebevědomým. Ti, kteří společně absolvovali více než 10 schůzek měli častěji zájem o témata dobrovolníka a vedli s ním společný dialog. Je to důkaz rozvoje důvěry a navazování podpůrného zdravého vztahu.

*„Dva roky omezení během covidového období prohloubilo nedostatek sociálních dovedností některých mladých lidí vyúsťujících až v psychické problémy. Pociťujeme velkou poptávku po našem programu Ve dvou se to lépe táhne. Na druhou stranu máme nedostatek dobrovolníků/mentorů. Po neustálých změnách za poslední dva roky je pro mladé potenciální dobrovolníky ještě více těžší uvázat se na delší dobu do programu,“* říká Markéta Ježková, ředitelka organizace Lata – programy pro mládež a rodinu.

**Role dobrovolníků v Latě**

Dobrovolníci/ mentoři, kteří jsou zapojeni do našeho programu ***Ve dvou se to lépe táhne***jsou vrstevníci našich klientů (mentee). Zprostředkovávají jim pozitivní vztahovou zkušenost a ti díky věkové blízkosti dokáží přijmout jejich rady lépe než od dospěláka. Dobrovolníci svého menteeho respektují, berou ho takového, jaký je. Věří v něj, vnímají jeho úspěchy a chválí ho. Jsou trpěliví, když mentee udělá chybu a dávají další šanci, umožňují mu poučit se z vlastních chyb a udělat to příště lépe.

**Specifika doby covidové a postcovidové**Z analýzy dat programu vyplývá, že během 1. vlny koronavirové epidemie se **zlepšily vztahy doma** (klienti zde trávili s rodiči hodně času a více se zajímali o vztahové záležitosti). Naopak se v tomto období **zhoršily vztahy s kamarády**. 28 % klientů uvedlo, že měli v tomto období dobré vztahy s kamarády (oproti době mimo koronavirovou epidemii, kdy označilo své vztahy s kamarády jako dobré 41 % klientů).

V postcovidovém období se situace obrátila. Došlo ke zhoršení vztahů doma a zlepšení vztahů s kamarády, což dokazuje, že nápor na psychiku se projevuje až po čase, kdy člověk čelí nezvyklé události a reaguje tak s jistým zpožděním.

**Jak vnímají mentoring dobrovolníci**Za zmínku stojí také údaje, které ukazují vnímání mentoringu očima dobrovolníků. Všichni, kteří jsou zapojeni do programu *Ve dvou se to lépe táhne* více než rok, uvádějí zlepšení/posun v některé z těchto oblastí: sebereflexe, komunikace či tvořivost a schopnost vytvářet si vlastní hranice.   
Termín nového výcviku pro mentory/dobrovolníky bude ve dnech 8. – 10. dubna 2022.

**Statistika není nuda**Mentoringový vztah rozvíjí psychosociální dovednosti, schopnost navazovat a udržet si zdravé vztahy a rozšiřuje obzory klienta. V neposlední řadě pak posiluje rozvoj dovedností u mladých dobrovolníků a pocit vzájemné sounáležitosti.   
V roce 2021 evidovala organizace Lata – programy pro mládež a rodinu celkem 60 klientů z Prahy   
a Středočeského kraje. Ti tvořili mentoringové dvojice s 56 dobrovolníky. Dobrovolníci a mentee absolvovali celkem 622 schůzek (1051,25 hodin). Průměrná délka vztahu dobrovolníka a klienta byla v tomto období 10,5 měsíce. Ve vztahu k druhému má v 70 % schůzek klient zájem o dobrovolníka   
a témata, která přináší a vede společný dialog. Ve více než polovině schůzek reaguje klient na dobrovolníka. Jednostranná komunikace či ignorace nastane jen při 8 % schůzek.

**Kontakt pro média:**Petra Hermelová, e-mail: [hermelova@lata.cz](mailto:hermelova@lata.cz), tel. 607 104 354

**O Latě**  
Lata – programy pro mládež a rodinu z. ú., je nezisková organizace, která od roku 1994 pomáhá mladým lidem   
a jejich rodinám překonávat životní překážky a najít vlastní cestu. Je držitelem značky Prověřená veřejně prospěšná organizace, která se věnuje třem programovým liniím.   
V mentoringovém programu **Ve dvou se to lépe táhne** poskytneme mladému člověku o něco staršího parťáka/mentora. Tím je prověřený dobrovolník, se kterým může mladší vrstevník prožít bezpečný a přátelský vztah, přirozeně se v něm rozvíjet, učit a zažít pocit, že se něco daří.   
V programu **Centrum rodinných konferencí** motivujeme rodiny k setkání v širším kruhu s cílem najít zdroje řešení aktuální nepříznivé situace, ve které hraje hlavní roli nezletilé dítě.   
Třetí programová linie se jmenuje **Rodina (k) sobě.** Zde dochází naše poradkyně do rodin a poskytují jim dlouhodobou podporu v podobě pravidelných setkání. Cíleně s nimi pracují na oblastech, které potřebuje rodina zlepšit. Rodiče mohou s poradkyněmi sdílet své radosti i strasti a nejsou v tom sami.