



Iskustva mentora



Mentori
u zajednici





4	Uvod
6	1 / Početna faza programa
12	2 / Središnji dio programa
24	3 / Završni dio programa
26	4 / Izazovi
44	5 / Kako ohrabriti sebe
52	6 / Literatura
54	7 / Prilozi



Dragi mentori,

Mentori, hvala vam od srca! Ono što vam mogu reći jest da ste hrabri zmajevi! Smijali smo se, plakali, katkad bili ljuti, ali uvijek ispunjenih srca. Odlučujem pamtiti sva ona vesela i ispunjena mala srca koja ste ispunili svojim vremenom, svojim htijenjem, i govorim vam hvala u ime svih ... Možda niste odmah uvidjeli plod svojega rada, ali sjeme je zasigurno posijano. HVALA VAM što ste ostavili traga u malim srcima. Na završnoj evaluaciji pitala sam svako dijete o vama. Voljela bih da vam mogu predložiti sreću na njihovim licima kada su govorili o svojim mentorima. HVALA VAM!

Poruka koordinatorice svim volonterima
provedbenog ciklusa 2014./2015.

Nives

Hvala, mentori! Vaša nazočnost ugradila je u dijete iskustveni pozitivni trag. Kada ćete u budućnosti promatrati to isto dijete i njegove uspjehe kao odrasle osobe, moći ćete se pitati kojem je dijelu uspjeha pridonijelo i vaše zajedničko druženje. Hvala djeci i roditeljima! Naučili ste nas koliko život ima jakosti koje mogu djelovati na to da budemo sretniji.

Gordana



Uvod



Program se provodi
na Plavom telefonu
od 2010. godine,
obogaćujući pri tome
živote brojnih osoba.
Izdvaža se:

Godina 2010./2011.

Obuhvaćeno:

- više od 86 osoba zainteresirano za uključivanje u program (16 osoba se javilo nakon zatvaranja mogućnosti prijave i održanih edukacija)
- 50 osoba obuhvaćeno intervjuom
- 52 osobe pozvane na edukaciju
- educirane 43 osobe
- održano 8 sastanka sa stručnim suradnicima u školama
- 38 orijentacijska susreta s obitelji (u 4 navrata orijentacijski susret odnosio se na dvoje djece iz obitelji odnosno u jednom slučaju troje)
- ostvareno 44 spajanja
- spajanjima obuhvaćeno 42 djece / 37 obitelji (u 4 obitelji obuhvaćeno dvoje odnosno u jednoj obitelji i troje djece, kod dvije obitelji ponovilo se spajanje)

Godina 2014./2015.

Obuhvaćeno:

- više od 40 osoba zainteresirano za uključivanje u program (15 osoba javilo se nakon zatvaranja mogućnosti prijave i održanih edukacija)
- 26 osoba obuhvaćeno intervjuima
- 26 osoba pozvano na edukaciju
- educirane 23 osobe
- održano 10 sastanaka sa stručnim suradnicima u školama
- 30 orijentacijskih susreta s obitelji (u 5 navrata orijentacijski susret odnosio se na dvoje djece iz obitelji)
- ostvareno 21 spajanje
- spajanjima obuhvaćeno 21 djece/16 obitelji

Publikacija je namijenjena osobama koje odabiru ući u živote djece i donijeti im dodatne poticaje, dajući svoje vrijeme, pažnju i iskustvo. Poslužit će, dakle, mentorima i onima koji mentore pripremaju, povezuju s djecom i vode ih kroz mentorski odnos. Nastala je u sklopu projekta Mentori u zajednici koji se provodi pri Plavom telefonu, a koji je odraz najpoznatijega mentorskog programa *Big Brother Big Sister*. Program Mentori u zajednici preventivni je program koji spaja mladu odraslu osobu (mentora u ulozi volontera) i dijete za koje je procijenjeno da bi ga bilo pogodno dodatno osnažiti uvođenjem važne odrasle osobe u život. Temelj programa čini odnos mentora s djetetom, odnos koji nosi prijateljska obilježja, a koji u programu traje do godine dana. Mentor u programu punoljetna je osoba u dobi od 19 do 30 godina, starija od djeteta, a opet mu bliska po

godinama. Ta je osoba »bila tamo gdje se dijete sada nalazi ili kamo će tek doći«, u životnim procesima odrastanja, i od strane stručnjaka procijenjena je kao odgovorna osoba različitih interesa i vještina koje mogu koristiti na dobrobit djece. Mentor se druži s djetetom jednom tjedno u aktivnostima koje zajednički dogovaraju, a koje su alat kako bi se izgradio odnos s povjerenjem. Provodeći vrijeme s djetetom, podupirući ga u jačanju pozitivnih područja u njegovu ponašanju i životu, mentor postaje važna osoba u životu djeteta. Dijete od njega dobiva informaciju kako se odnositi prema sebi i svijetu, te da je dobro i vrijedno. Mentor je osoba koja pokazuje interes za dijete i tako ono dobiva povratnu informaciju da je važno. Mentor u programu ne dobiva materijalnu naknadu (dakle, njegov je rad volonterski), što dijete doživljava još važnijim jer percipira da ono za mentora nije »posao«.

Program možemo promatrati kroz tri faze – pripremnu, središnju i završnu – ako se upravo odnos mentora i djeteta promatra kao glavina programa. U svakoj od faza obuhvaćene su neke od sljedećih aktivnosti:

Pronalazak mentora

Intervjui s potencijalnim mentorima

Edukacija mentora

Sastanci s djelatnicima škola

Orijentacijski razgovor s obitelji

Spajanje djeteta i mentora

Aktivnosti druženja djeteta i mentora

Zaokruživanje odnosa djeteta i mentora

**Zajedničke aktivnosti svih mentora i djece
(izleti, kreativne radionice, radionice socijalnih
vještina, sportske aktivnosti i dr.)**

**Susreti podrške, edukacije i nadzora
(supervizija)**

Izvještavanje/praćenje

Publikacija prati navedene faze i u svakom poglavlju nudi detaljniji opis pojedine faze, dajući



uvid u izazove s kojima su se mentori susretali tijekom provedbe programa. Iskustvo mentora izravno progovara iz povratnih informacija koje su dali usmenim i pisanim putem tijekom daljnjih susreta edukacije, podrške i nadzora te upitnika, i navedeno je u publikaciji pod naznakom: »Što su rekli mentori ...«. Posebno su istaknuta i područja koja nude mentorima prostor za promišljanje, kreiranje dodatnih odabira i smjernica za djelovanje, pod naznakom: »Ideje za ...«. U tom dijelu koristi se izravno obraćanje mentorima.



1/ POČETNA FAZA PROGRAMA



Početna faza programa označuje sve aktivnosti koje prethode samom spajanju djeteta i mentora. Ona osigurava da će i mentor i dijete, odnosno njegova obitelj, biti adekvatno pripremljeni za druženje tijekom provedbe programa.

Početnu fazu programa čine:

- **Pronalazak mentora**
- **Intervjui s potencijalnim mentorima**
- **Edukacija mentora**
- **Sastanci s djelatnicima škola**
- **Orijentacijski razgovor s obitelji**

Pronalazak mentora

Informacija o mogućnosti uključivanja u program kao mentor djetetu nalazi se na internetskim stranicama Udruge Plavi telefon (www.plavi-telefon.hr). Prema potrebi, održavaju se i izravna predstavljanja na pojedinim fakultetima. Svaka zainteresirana osoba najprije ispuni prijavni list s općim podatcima, popisom inventara vještina i interesa te s pitanjima koja se odnose na motivaciju za uključivanje u program, na iskustvo s mentorima tijekom odrastanja i dr.

Intervjui s potencijalnim mentorima

Nakon pregleda prijavnih listova budući mentori pozvani su na intervju, vođen prema unaprijed definiranim područjima (stavovi, uvjerenja, odnosi, očekivanja i dr.). Intervju je temelj za kreiranje prijedloga spajanja mentora s pojedinim djetetom.

Edukacija mentora

Edukacija za mentore organizirana je kao grupni rad na temelju radionica. Teme koje su obuhvaćene edukacijom odabrane su prema procjeni potrebnih znanja i vještina, koje mentorima mogu služiti kao dodatni alat za uspješniju uključenost u program. Uspješna uključenost mentora u program podrazumijeva kvalitetan odnos svakoga od njih prema sebi tijekom provedbe. Teme edukacije

obuhvaćaju sljedeće:

- **upoznavanje sudionika**
- **osnovne informacije o programu: ciljevi programa, korisnici programa, aktivnosti i procesi u programu**
- **očekivanja mentora od sebe, djeteta, programa**
- **mentoriranje u kontekstu prava i obveza u skladu sa Zakonom o volonterstvu**
- **propisana pravila ponašanja mentora tijekom uključenosti u program**
- **potencijalne izazovne situacije u odnosu s djetetom**
- **razvojne potrebe djece**
- **suradnja mentora s obitelji**
- **suradnja mentora sa školom**
- **razvojne faze međuljudskih odnosa**
- **specifičnosti odnosa djeteta i mentora**
- **prvi susret mentora s djetetom i obitelji**
- **izgradnja odnosa mentora i djeteta**
- **moguće aktivnosti i postupci za izgradnju i održavanje odnosa**
- **osnovne ljudske potrebe i komponente ponašanja prema teoriji izbora**
- **vještine komunikacije.**

Edukacija je stručnjacima u programu dodatna mogućnost za uočavanje jakosti mentora, koje će kasnije biti smjernicama za predlaganje s kojim će djetetom biti spojen.

Sastanci s djelatnicima škola

Stručnim suradnicima u školi proslijeđuje se informacija o projektu i zajedno s njima razmatra se mogućnost uključivanja određenog djeteta u program. Stručni suradnik je taj koji prvi kontaktira obitelj (roditelja, skrbnika), prenosi informaciju o

programu i naznačuje dobrobit za dijete i obitelj od uključenosti u program. Ako obitelj pristane, daljnji kontakt s njom preuzimaju stručnjaci u programu.

Orijentacijski razgovor s obitelji

Stručnjak u programu dogovara susret s obitelji (u domu obitelji, prostoru Udruge ili na nekom trećem mjestu, kao što je prostor škole). Na susretu je obvezno nazočno i dijete. Tijekom razgovora stručnjak u programu predstavlja aktivnosti programa i otvara prostor za provjeru međusobnih očekivanja. Ako i dijete i roditelj pristaju na uključivanje u projekt, dijete ispunjava prijavnicu s popisom svojih interesa, a stručnjak u programu najavljuje korake koji slijede: naznačuje kada obitelj može očekivati ponovni zajednički susret, no uz

IDEJE ZA ...

Promisli, kao budući mentor, što je to što trebaš da bi se osjećao sigurno i kompetentno tijekom uključenosti u program. Postavi si sljedeća pitanja:

Što je to što trebam?

Što je to što želim?

Kako to mogu postići? Tko će mi u tome pomoći?

nazočnost mentora.

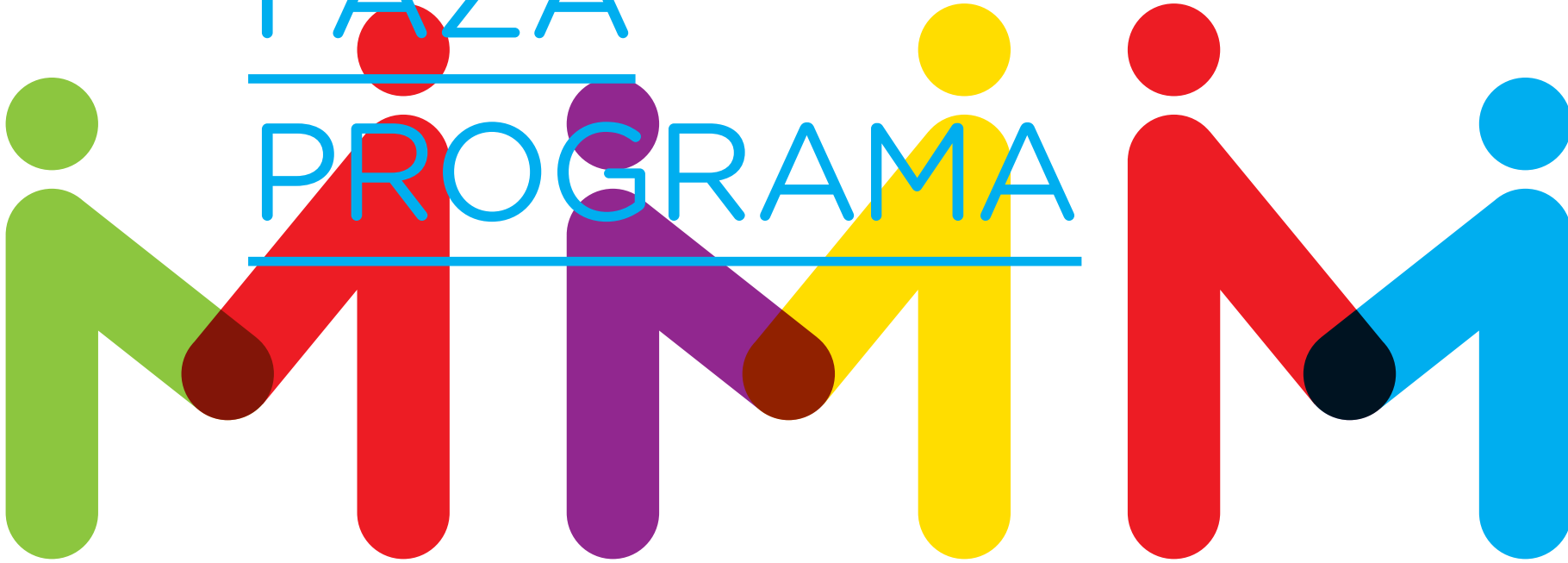
Stručnjak u programu, na temelju informacija koje je dobio u posjetu obitelji, sastavlja prijedlog za uključivanje djeteta u program. Sastavni dio prijedloga su prepoznate jake strane djeteta, kao i strane u kojima se prepoznaje da bi dobro došao dodatni poticaj.

Početna faza je faza iščekivanja za dijete, obitelj djeteta, mentora i za stručnjake u programu. O njoj bitno ovise i kasniji ishodi, i zbog toga traži vrijeme i posvećenost.





2/ SREDIŠNJA FAZA PROGRAMA



Središnju fazu programa označuje razdoblje kontakta mentora s djetetom, a čine je:

- **Spajanje djeteta i mentora**
- **Aktivnosti druženja djeteta i mentora**
- **Zajedničke aktivnosti svih mentora i djece (izleti, kreativne radionice, radionice socijalnih vještina, sportske aktivnosti i dr.)**
- **Susreti podrške, edukacije i nadzora (supervizija)**
- **Izveštavanje/praćenje**

Spajanje djeteta i mentora

Razgovarajući s potencijalnim mentorom i djetetom za uključivanje u program, stručnjak u programu dobiva informacije o njihovim interesima, resursima, jakostima i područjima u kojima je potreban poticaj. Pri spajanju djeteta i mentora gledaju se međusobni zajednički interesi, a pri susretu upoznavanja mentora i djeteta upravo se ti zajednički interesi ističu kao temelj za početak druženja. Područja koja su kod djeteta prepoznata kao dobra za podršku, posebno su njegovana od strane mentora, ako je to moguće. Mentorova područja podržavaju se zajedničkim susretima daljnje edukacije, podrške i nadzora, i to u segmentu preklapanja interesa i u sklopu djelovanja programa. Pri spajanju djeteta i mentora dobrim se pokazao i sljedeći način: na susretu mentora predstavljaju se kratke informacije o pojedinom djetetu, a mentor na papir napiše svoje ime i ime djeteta za koje procjenjuje da bi se dobro slagali. U takvoj su se aktivnosti procjene stručnjaka u programu i odabir mentora vrlo često znali poklopiti. Spajanje djeteta i mentora odvija se uz nazočnost roditelja/staratelja, najčešće u domu djeteta, i vode ga stručnjaci u programu. Mentora se prije susreta usmjeri na elemente koje je dobro imati na umu: obratiti se djetetu, pokazati interes za njega koristeći informacije dobivene od stručnjaka u programu, dogovoriti prvi sljedeći susret, izmijeniti kontakte, reći

djetetu osnovne informacije o sebi i sl. Spajanje je vezano i uz potpisivanje pismenog dogovora o ponašanju mentora, roditelja i stručnjaka u programu, koji sadrži sve definirane uloge, predstavljene mentoru i obitelji.

Aktivnosti druženja djeteta i mentora

Dijete i mentor zajednički dogovaraju aktivnosti u kojima će provoditi svoje susrete, najmanje jednom tjedno u trajanju od 3 do 5 sati. Preporuka je stvarati gradaciju u trajanju susreta – da početni susreti budu kraći, a s vremenom se produljuju. U odabiru aktivnosti u kojima će dijete i mentor provoditi vrijeme jedino je važno da budu zdrave i za dijete i za mentora. Sam program je zaštitnog karaktera. Njegove aktivnosti usmjerene su prema razvijanju svih elemenata koji dijete (a i mentora) jačaju, štite, čine zdravim u najširem smislu. Preporuka je da budu više aktivnog karaktera, a ne pasivnog (poput, primjerice, gledanja filmova). Ovisno o djetetu, aktivnosti će ili širiti njegov krug interesa, ili ga jačati, ili služiti kako bi steklo kakvu dodatnu vještinu, primjerice:

- **dijete koje ima mali krug prijatelja uključivat će se u aktivnosti za koje pokazuje interes, no i u kojima može upoznati veći broj novih osoba**
- **dijete koje ima potrebu za dodatnim socijalnim vještinama može se uključiti u specifične tematske radionice prilagođene njegovoj dobi.**

Izrazito pozitivnima pokazale su se grupne aktivnosti djece i mentora uključenih u program, koje mogu biti sportskoga, plesnog, kreativnog ili kakvoga drugog karaktera. Djeca su isticala te susrete upravo kao one koje najviše pamte i koje dodatno priželjkiju.

Tijekom provedbe programa na Plavom telefonu bili su organizirani sljedeći susreti:

- **kreativne radionice salvetne tehnike**
- **radionice socijalnih vještina: Mladi za mlade, Emocionalna pismenost**
- **izleti u prirodu s razrađenim aktivnostima**
- **zajednički posjet muzeju**
- **radionice s mažoretkinjama**
- **aikido radionice.**

IDEJE ZA ...

Evo nekih od pitanja koja možeš podijeliti s djetetom i koja će ti pomoći da mu predstaviš kako ti zamišljaš vaša druženja i da ono pojasni svoja razmišljanja:

Kako zamišljaš naše susrete?

Što bi volio/voljela raditi? Kako bi volio/voljela da provodimo zajedničko vrijeme?

Što očekuješ od mene? Kako bi volio/voljela da se ponašam?

Mentori na temelju ponašanja, izgleda, boje glasa i neverbalne komunikacije ostavljaju dojam na dijete već pri upoznavanju, a i u svakom susretu nakon toga. Mentori su vođeni tako da u prvih nekoliko susreta definiraju međusobna očekivanja s djetetom, predstavljajući svoja i pitajući ga za njegova. Priprema ih se na razgovor poticanjem na promišljanje o svojim očekivanjima i mogućim odgovorima od djeteta. Ako mentor drži da se neko djetetovo iskazano očekivanje neće ispuniti, potiče ga se da porazgovara s djetetom o tome i da zajednički istraže načine kako se ono može ispuniti na neki drugi način.

IDEJE ZA ...

Sljedeću priču možeš koristiti pri susretu s djetetom kako biste se međusobno bolje upoznali. Ona može biti korisna za stvaranje uvida u osobna ponašanja, a i za poticanje djeteta na razmišljanje o svojim postupcima. Pročitaj priču zajedno s djetetom (ovisno o njegovoj dobi) i porazgovarajte o tome koja bi bila poanta priče. Ima li dijete iskustvo da nikada više nije pokušalo iskušati svoju snagu nakon negativnog iskustva? U kojim se situacijama to dogodilo? Imaš li ti takvo iskustvo – ili drukčije? Podijelite međusobno iskustva.

PRIČA O JEDNOM SLONU

Kada sam bio dijete, obožavao sam cirkuse, a u cirkusu su mi se najviše sviđale životinje. Pozornost mi je posebno privlačio slon, koji je, kako sam poslije doznao, svoj djeci bio najdraža životinja. Tijekom predstave golema je životinja svašta izvodila s novčićem, neuobičajena kombinacija veličine i snage ... Ali nakon nastupa i neposredno prije odlaska na pozornicu, slon je uvijek bio vezan za malen kolac zabijen u zemlju, lancem koji je držao samo jednu nogu. Osim toga, kolac je bio malen komadić drva zabijen jedva nekoliko centimetara u zemlju. Iako je lanac bio debeo i moćan, bilo mi je jasno da se životinja koja je u stanju iščupati stablo s korijenom, mogla s lakoćom osloboditi kolca i pobjeći. Tajna mi je i dalje bila nejasna. Što ga onda drži? Zašto ne pobjegne? Kada mi je bilo pet ili šest godina, još sam vjerovao u mudrost odraslih. Pa bih pitao učitelja, oca ili strica za taj misterij sa slonom. Netko od njih objasnio mi je da slon nije pobjegao jer je bio istreniran. Postavio sam pitanje koje se samo nametalo: »Ako je istreniran, zašto su ga vezali?« Ne sjećam se da sam dobio ikakav smislen odgovor. S vremenom sam zaboravio na misterij sa slonom i kolcem i prisjetio bih ga se samo kada bih susreo one koji su se katkad pitali isto. Prije nekoliko godina otkrio sam da je netko, na moju sreću, bio dovoljno mudar da pronađe odgovor: Cirkuski slon ne bježi zato što je vezan za sličan kolac još otkad je bio vrlo malen. Zatvorio sam oči i zamislio bespomoćna, tek rođena slona vezana za kolac. Siguran sam da je u tom trenutku slonić gurao, vukao i znojio se pokušavajući se osloboditi. I unatoč svojim naporima nije uspio jer je onaj kolac bio prečvrst za njega.

Zamislilo sam kako je iscrpljen zaspao i kako je sljedećeg dana opet pokušao, i sljedećeg, i sljedećeg ... Sve dok jednog dana, jednog za njegov život užasnog dana, životinja nije prihvatila svoju nemoć i prepustila se sudbini. Taj golemi i moćni slon kojeg vidimo u cirkusu ne bježi jer, jadnik, misli da ne može. Urezala mu se u sjećanje ona nemoć koju je osjetio ubrzo nakon rođenja. Najgore je što nikad više nije ozbiljno preispitao to sjećanje. Nikada, nikada više nije pokušao iskušati svoju snagu ...

Svi smo mi pomalo poput cirkuskoga slona: hodamo po svijetu vezani za stotine kolaca koji nam oduzimaju slobodu. Živimo misleći da »ne možemo« učiniti gomilu stvari, jednostavno zato što smo jednom davno, dok smo bili djeca, pokušali i nismo uspjeli. Učinili smo tada isto što i slon, i ta nam se poruka urezala u sjećanje: Ne mogu, ne mogu i nikada neću moći. Odrasli smo noseći tu poruku koju smo si nametnuli i zato se više nikada nismo ni pokušali osloboditi kolca. Kada povremeno osjetimo verige i čujemo zveckanje lanaca, ispod oka pogledamo kolac i pomislimo: »Ne mogu i nikada neću ni moći.«

Jedini način da doznaš možeš li uspjeti jest da ponovno pokušaš, svim srcem. Svim srcem!

Preuzeto iz knjige: Bucay, J. (2007): Ispričat ću ti priču. Fraktura, Zagreb.1 Navedena knjiga obiluje pričama koje tebi i djetetu mogu poslužiti kao podloga za razgovor. Možete koristiti nju ili kakve druge knjige.

IDEJE ZA ...

Evo aktivnosti za stjecanje uvida u djetetovu percepciju vremena i želja: Crtanje satića.

Uz pitanje na nacrtanom satiću »za što je prerano« možeš steći uvid u djetetovu sliku kako se vidi u budućnosti.

Dio u kojem dijete opisuje vrijeme »za što je prekasno« detektira njegove skrivene želje: ono što želi, a misli da u životu neće postići.

Uz pitanje na nacrtanom satiću »za što je pravo vrijeme« možeš dobiti uvid u sliku sadašnjosti: gdje se dijete vidi sada.

Aktivnost može poslužiti i kao polazište za razgovor o željama i sreći:

– što želimo i je li to što želimo ono što zaista i trebamo

– što čini sreću i tko je odgovoran za sreću.

Nacrtajte jedan sat s velikom i malom kazaljkom koje pokazuju određeno vrijeme. Svatko neka kraj svojeg satića napiše:

- Za što je prerano?

- Za što je prekasno?

- Za što je pravo vrijeme?

Zatim predstavite sat jedno drugome.

Dijete će i samo postavljati pitanja što treba napisati jer vjerojatno do tada nije razmišljalo o sebi u kontinuumu vremena. Dobro je napraviti svoj probni satiće prije susreta kako bi se u zajedničkoj aktivnosti već imali spremni odgovori.

IDEJE ZA ...

Vjerujemo da je svaka osoba specifična po bogatstvu koje nosi u sebi. I ti i dijete imate svoje bogatstvo, svoje jakosti i područja koja želite unaprijediti.

Preporučamo ti da prepoznajući svoje bogatstvo i bogatstvo djeteta, koristiš zajedno s djetetom različite izvore informacija kako biste dobili ideje za zajedničke aktivnosti:

Allue, J. M., (2001.): Velika knjiga igara. Profil International, Zagreb.

Batlloor, J. (2008.): Velika knjiga igara 2 – 250 najboljih igara za svaku dob. Profil International, Zagreb.

Bennett, S., Bennett, R. (2009.): 365 dana bez televizije: Igre za svaki dan u godini. Mozaik knjiga, Zagreb.

Cvetković Lay, J., Pečjak, V. (2004.): Možeš i drukčije. Priručnik s vježbama za poticanje kreativnog mišljenja. Alinea, Zagreb.

Gold-Vukson, M. E. (2006.): Što ću sad? Naučite djecu donošenju mudrih odluka i životnim vještinama. Ostvarenje, Zagreb.

McTavish, S. (2013.): Životne vještine za tinejdžere. 225 pripremljenih aktivnosti za usvajanje zdravih životnih navika. Naklada Kosinj, Zagreb.

Janković, J. (2007.): Sukob ili suradnja. Alinea, Zagreb.

Juričić, D. i sur. (2005.): Velika enciklopedija malih aktivnosti. Školska knjiga, Zagreb.

Twentier, J. D. (1999.): Pozitivna snaga pohvale. Mozaik knjiga, Zagreb.

Weltmann Begun, R. (2007.): Socijalne vještine za tinejdžere. Naklada Kosinj, Zagreb.

Jeđud, I., Rezić, N., Ustić, D., Žižak, A. i sur. (2003.): Priručnik za volontere uključene u program UISP-a: Velika sestra veliki brat. Udruga za inicijative u socijalnoj politici, Zagreb.

Uzelac, M., Bognar, L., Bagić, A. (2002.): Budimo prijatelji. Priručnik odgoja za nenasilje i suradnju. Mali korak, Zagreb.

Bunčić, K., Ivković, Đ., Janković, J., Penava, A. (1994.): Igrom do sebe. Alinea, Zagreb.

Ajduković, M., Pečnik, N. (2007.): Nenasilno rješavanje sukoba. Alinea, Zagreb.



Što su rekli
mentori ...

AKTIVNOSTI KOJE SMO PROVODILI U KUĆI

Društvene igre: Rizik, Monopoly, Čovječe ne ljuti se, Uno, bela, poker, Pictionary, Mlin, Rumikub, kartanje, Memory, igre riječima – Kaladont, Pogodi tko? ...

Razgovori: razgovori o školi, prijateljima, planovima za ljeto, upoznavanju ...

Pomoć u školskim obvezama: vježbanje matematike, učenje engleskog, izrada projekata i praktičnih zadaća za školu (model DNA, leteći tanjur) ...

Kreativno izražavanje: izrada kolaža, slika, novčanika od tetrapaka, ispunjavanje zajedničke bilježnice, izrada leptira od salveta, izrada cvjetova od tkanine, izrada čestitki, vođenje zajedničkog dnevnika, izrađivanje narukvica prijateljstva, fotografiranje, lakiranje i ukrašavanje noktiju, izrada unikatnih čestitki od starih vrpca i ukrasnog papira, osmišljavanje pjesmica u obliku akrostiha, izrada frulica od slamke za sok ...

Gledanje filmova: gledanje videa i fotografija s djetetova nastupa i iz mentorova kampa ...

Kuhanje: pripremanje pizze, zajednički obroci, palačinkijada kod mentora u stanu ...

AKTIVNOSTI KOJE SMO PROVODILI IZVAN KUĆE

Sportske aktivnosti: rolanje, natjecateljske igre s djetetovim prijateljima iz kvarta, vožnja biciklom, vožnja skejtom, igranje košarke na obližnjem igralištu, nogomet na raznorazne načine, vožnja biciklima, klizanje, badminton, odbojka, loptanje, stolni tenis, gumi-gumi, natjecanje u preskakanju užeta, pikado ...

Izleti: izlet na Bundeck, izleti u Podsused – jednom na podsusedski Stari grad i jednom do starog kamenoloma, izlet na Jarun, izlet do Almine potkove – jahanje i druženje s konjima ...

Posjeti kulturnim i edukativnim manifestacijama u gradu: odlazak na izložbu, posjet muzeju, posjet Božićnom sajmu, odlazak u kino, kazalište, na koncert, posjet sajmu Interliber, odlazak na modni buvljak, u ZOO, na adventsku radionicu, na Animafest, festival Cest is d'Best, u Školu znakovnog jezika ...

Razne zabavne aktivnosti: odlazak u park i na sladoled, šetnja kvartom i/ili gradom, odlazak u igraonicu, na kreativne radionice u zagrebačkim knjižnicama, u kupnju – »Shopping potraga za badićem«, skakanje i igranje u dvorištu kuće ili na igralištu u kvartu, biljar ...



Što su rekli
mentori ...

NAJLJEPŠI I NAJLAKŠI DAN U PROGRAMU

- Odlazak u kino, ugodan razgovor i opuštena šetnja
- Ne mogu izdvojiti samo jedan, svi su mi bili laki i ugodni
- Kada sam s djetetom igrala društvene igre
- Prvi odlazak u kino prošao je izvrsno, bez komplikacija
- Kada me BZ prvi put sama nazvala, pa smo išle na Jarun
- Svaki susret s djetetom bio mi je lijep, svaka supervizija bila je lijepa, zadnja možda posebno, a izlet je super
- Kada smo se upoznali, bio je sretan i veseo te smo se odmah počeli igrati
- Prvi susret
- Dan kada smo išle na palačinke i kada se pokazala razlika u odnosu i komunikaciji
- Kada smo išli u zoološki vrt, oboje smo uživali i lijepo proveli vrijeme, te se više zbližili kao volonter i dijete
- Obilazak Gornjega grada i šetnja, jedenje sladoleda
- Izlet

- Šetnja po Jarunu skoro pola dana, bile smo opuštenije i divno razgovarale, a poslije smo gledale film do kasno
- Ne mogu izdvojiti najljepši i najlakši dan jer sam stvarno uživala u cijelom programu i ništa mi nije bilo teško
- Posjet aikido centru, svakako to želim ponoviti i iduće godine
- Kada sam vodila dijete u svoj dom, to druženje bilo je najopuštenije i najljepše
- Kada sam je dovela u svoj stan, vidjela sam sreću i zadovoljstvo što se osjeća dijelom mogeg života
- Odlazak u ZOO jer je sve bilo super, djeca i mentori su bili sretni, bilo je zabavno
- Dan kada smo išli na Bundeck; išli smo na pizzu, zatim šetali, igrali lovice i penjali se po penjalicama, puno smo pričali, zezali se i na kraju pojeli sladoled, a kada smo se vratili, ostali smo još malo igrati igricu koju on obožava
- Mislim da ne postoji samo jedan najljepši dan nego više takvih, katkad je bilo vrlo lagano družiti se s djetetom i, primjerice, kreirati zajedničke igre s novim pravilima u kojima smo se zajedno zabavljali



Susreti podrške, edukacije i nadzora (supervizija)

Kako bi se mentoru kontinuirano pružala podrška u izgradnji odnosa s djetetom, organizirani su redoviti grupni susreti daljnje podrške, edukacije i nadzora (supervizija). Pokazalo se korisnim da se takvi susreti na početku organiziraju svaka dva tjedna (tijekom prva tri mjeseca), a nakon toga jednom mjesečno. Susreti daju mogućnost uvida u odnos mentora s djetetom i prostor za planiranje individualnog pristupa, u skladu s potrebama i resursima za svako

uključeno dijete. Dobiva se informacija na kojem je području potrebno dodatno djelovati, bilo kod mentora bilo kod djeteta ili obitelji. Mogućnosti tematike tih područja nemaju granica, no važno je naglasiti da se koriste resursi i mentora i stručnjaka u programu te da mentor nije sam, bez obzira na to o kojoj je situaciji riječ. Ako susret vodi stručnjak koji je i sam imao iskustvo sudjelovanja u programu, to daje posebnu vrijednost programu. Njegovo iskustvo i iskustvo uključenih mentora snaga su susreta daljnje podrške, edukacije i nadzora.

IDEJE ZA ...

Na supervizijskim susretima podijelit ćeš s ostalim mentorima i stručnjacima u programu nešto važno što si u proteklih nekoliko mjeseci naučio o mentoriranju djece.

Možeš se pripremiti za susret promišljajući o pitanjima:

Što ide dobro? Što djeluje za mene i dijete?

Koje osobno učenje bih volio/voljela podijeliti s grupom?

Što ne ide dobro?

Postoji li neko specifično pitanje ili neki specifični problem u kojem mi je potrebna podrška?

Na susretima će se i drugim mentorima ponuditi mogućnost da daju odgovor na istaknute izazove:

Želi li tko odgovoriti na ove probleme?

Je li se još tko suočio s takvom situacijom? Kako ste odgovorili na nju? Koji je bio rezultat?

Kako biste mogli pristupiti ovom izazovu? Što bi neki od vas učinili u ovim situacijama?

Dodatna edukacija za mentore

Katkad će se tijekom daljnjih susreta podrške, edukacije i nadzora (supervizije) pokazati potreba za stjecanjem dodatnih znanja i vještina kod mentorâ kako bi poboljšali kvalitetu vlastitog života, osjećaj uspješnosti u provedbi programa, i kako bi obogaćeni novim znanjima nastavili raditi s djetetom. U tu svrhu, ako je moguće, edukaciju će pružiti stručnjak tijekom supervizije ili će se organizirati dodatna edukacija. Neke od tema koje dodatne edukacije obrađuju su: komunikacija, kako ojačati psihološku otpornost, psihološka zaštita pomagača, naučeni optimizam itd.

Izveštavanje/praćenje

Kako bi se adekvatno pratila provedba aktivnosti u sklopu programa, mentori pišu pismena izvješća o aktivnostima s djetetom i procjenu razvoja vještina kod djeteta. U svrhu praćenja odnosa, stručnjaci u programu održavaju i kontakte s obitelji i sa školom.

IDEJE ZA ...

Pri izvještavanju možeš pratiti razvoj odnosa i promjene koje se odvijaju.

U kojim aktivnostima provodite vrijeme?

Osjećaš li se prihvaćen/prihvaćena od strane obitelji? Po čemu to prepoznaješ?

U kojim aktivnostima dijete provodi vrijeme kada se ne druži s tobom?

Izvršava li dijete školske obveze: učenje, pisanje zadaće, pohađanje nastave i sl.? Je li mu potrebna pomoć i u čemu?

Koje vrijednosti dijete prepoznaje kao svoje? Do čega mu je stalo, što mu je važno; koliko poznaje sebe, uočava svoje jake i slabe strane te djeluje u skladu s time; ima li promjena i/ili određenih potreba u tom dijelu?

Vodi li dijete brigu o sebi i fizičkom zdravlju u dovoljnoj mjeri?

Kako se dijete ponaša i odnosi tijekom zajedničkih druženja i između susreta: razgovarate li i o čemu?

Što bi volio/voljela promijeniti?

Prilagođeno prema: Jeđud, I., Rezić, N., Ustić, D., Žižak, A. i sur. (2003.): Priručnik za volontere uključene u program UISP-a: Velika sestra veliki brat. Udruga za inicijative u socijalnoj politici, Zagreb.²

Središnja faza programa je najizazovnija s obzirom na to da u njoj dolazi do upoznavanja i druženja dviju osoba. Važne osobe u životu stječu se na različite načine. Program uvodi osobu u život djeteta i teži izgradnji uspješnog odnosa. Kada se nekoga upozna spontano i u tom odnosu dođe do razilaženja, ono ima drukčiji odjek nego kada do razilaženja dođe tijekom provedbe programa. Za razilaženje tijekom provedbe programa, prije predviđenog zaokruživanja, mogući su različiti razlozi, no težnja je da do toga ne dođe. Ako se pojave otegotne okolnosti, rješavaju se tijekom susreta daljnje podrške, edukacije i nadzora (supervizije). Želja je da sve mentore tijekom druženja s djetetom nosi misao da su međuljudski odnosi najveće bogatstvo u životu čovjeka i da su upravo oni, ulazeći u život djeteta, potencijalno bogatstvo djeteta, kao što je i dijete za njih.

U odnosima s drugima svaki čovjek ostvaruje svoje potrebe i izgrađuje svoju sreću. Četiri su osnovne psihološke potrebe koje se zadovoljavaju najviše u

IDEJE ZA ...

Prepoznaj navike kojima gradiš svoje odnose u životu/svoj odnos s djetetom.

Kako i kada podržavaš?

Kako i kada ohrabruješ?

Kako i kada slušaš?

Kako i kada prihvaćaš?

Kako i kada vjeruješ?

Kako i kada iskazuješ poštovanje?

Kako i kada iskazuješ usklađivanje?

odnosima s drugim ljudima, a za koje se kaže da su, ako su uravnoteženo zadovoljene, temelj sreće (vidjeti: Teorija izbora, Glasser, W.)³:

1. ljubav i pripadanje

2. moć, odnosno (samo)poštovanje

3. sloboda izbora, odnosno potreba za neovisnošću

4. zabava, odnosno potreba za stvaralaštvom i učenjem.

Mentor i dijete svaki će tjedan zajednički provoditi vrijeme u različitim aktivnostima. Težnja je da mentor ima na umu uravnoteženo zadovoljavanje svojih potreba jer će tada biti sretniji, a isto tako i dijete. Svoje druženje i mentor i dijete mogu kreirati tako da se svaka od opisanih potreba uravnoteženo »hrani«.

Prepoznaju se i ponašanja koja mogu dodatno njegovati odnos. Podržavanje, ohrabivanje, slušanje, prihvaćanje, vjerovanje, usklađivanje i poštovanje – ponašanja su kojima skrbimo za druge i gradimo odnos. Nazivaju se skrbnim navikama. Postoje i ponašanja koja uništavaju dobar odnos: kritiziranje, okrivljavanje, prigovaranje, žaljenje, prijetnje, kažnjavanje te potkupljivanje ili nagrađivanje radi kontrole. Takva ponašanja nazivaju se ubojitim navikama (vidjeti: Teorija izbora, Glasser, W.)³

Prepoznaj navike kojima rušiš svoje odnose/svoj odnos s djetetom.

Kako i kada kritiziraš?

Kako i kada okrivljuješ?

Kako i kada prigovaraš?

Kako i kada žališ?

Kako i kada prijetiš?

Kako i kada kažnjavaš?

Kako i kada potkupljuješ ili nagrađuješ radi kontrole?

Što želiš postići takvim ponašanjem? Kako to možeš postići na drukčiji način, gradeći svoje odnose?

IDEJE ZA ...

Nudimo ti da budeš sretnija osoba. Čitaj, promisli i djeluj.

LJUBAV: pripadanje – prijateljstvo – brižnost – uključenost

- voljeti i biti voljen, imati bezuvjetnu ljubav i skrb, imati prijatelje, družiti se, biti u blizini ljudi, pripadati različitim skupinama (obitelj, škola, mjesto ...), ostvarivati uzajamno povjerenje s drugima ...

Tko te voli?

Što ti omogućuje da se osjećaš kao dio grupe?

Postoji li netko koga bi volio/voljela upoznati?

Koje stvari voliš raditi? Žele li i drugi sudjelovati u tome?

Možeš li sudjelovati u aktivnostima u kojima ćeš upoznati druge osobe (glazba, sport, radionica, umjetnost)?

KOJE OSOBE VOLIM?

UVAŽAVANJE I PRIZNANJE: važnost – priznanje – vještina – kompetencija

- biti u nečemu važnom dobar, vješt i uspješan, imati dobro samopoštovanje i poštovanje važnih drugih, imati jasne iskaze o svojoj važnosti, biti prepoznat po dobrom, po svojim uspjesima i o tome dobiti pozitivne povratne informacije, dobiti priznanje za to što jesam i za to što činim, od ljudi koji su mi važni – roditelja, prijatelja, partnera, profesora ...

Tko ti govori da nešto radiš dobro?

Tko misli da imaš dobre ideje?

Koje stvari možeš razviti kao vještine kako bi stekao više priznanja?

ŠTO RADIŠ DOBRO?

ZABAVA: radost – uživanje – učenje – smijeh

- smijati se, radovati, stvarati, opuštati se, učiti, igrati se, činiti ono što mi pomaže da život bude radosniji i puniji ...

Tko te nasmijava, tko ti pomaže u prihvaćanju novih stvari?

Koje stvari ti je zabavno raditi i uživati u njima?

Jako se zabavljaš kada stječeš novu vještinu – što novo možeš naučiti?

Kada si zadnji puta čuo/čula dobar vic, otišao/otišla na sladoled, izlet ...?

ŠTO ČINIŠ IZ ZABAVE?

SLOBODA: izbor – neovisnost – sloboda – autonomija

- sloboda kretanja, sloboda izbora prijatelja, sloboda mišljenja i djelovanja, samostalnost u donošenju važnih životnih odluka, bez prisile drugih, mogućnost biranja između više rješenja, neovisnost ...

Što radiš a da si to uistinu sam/sama odlučio/odlučila i izabrao/izabrala?

Koju si odluku danas donio/donijela (slobodni smo kada odlučujemo)?

Što danas možeš napraviti (slobodni smo kada stvaramo)?

Kada ćeš plesati (slobodnije se osjećamo kada plešemo)?

KOJI SU TVOJI IZBORI?

3/ ZAVRŠNA FAZA PROGRAMA



Završna faza programa jest zaokruživanje formalnog odnosa djeteta i mentora. U toj fazi, koja se jednim dijelom preklapa s prethodnom, mentor i dijete definiraju kako će provesti svoj zadnji susret u sklopu programa. Naglašava se u sklopu programa – s obzirom na to da dijete i mentor vrlo često nastavljaju druženje i po završetku njegovoga formalnog trajanja. Kao i u odabiru svih ostalih aktivnosti, i zadnji formalni susret dijete i mentor dogovaraju zajedno.

Mentore se tijekom daljnjih susreta podrške, edukacije i nadzora (supervizije) priprema na završni susret, potiče ih se na razmišljanje kako bi ga voljeli provesti, koju poruku žele poslati djetetu i što su spremni dati po zaokruživanju odnosa. Potiče ih se također da razmisle na čemu bi zahvalili djetetu i koji bi mu putokaz dali.

Priprema za zaokruživanje odnosa započinje već od davanja prvih informacija djetetu o programu i nastavlja se u daljnjem razdoblju:

- **stručnjak u programu pri prvom susretu s obitelji i pri spajanju s mentorom daje djetetu informaciju koliko će druženje s mentorom trajati u sklopu programa, i da nakon toga o mentoru i djetetu ovisi hoće li imati kakav kontakt, u kojem obliku i koliko često, no da tada neće biti praćenja od strane stručnjaka u programu**
- **mentor, kako se bliži zaokruživanje odnosa s djetetom, najavljuje djetetu da će uskoro doći vrijeme kada će se formalno zaokružiti njihovo druženje, najavljuje što dijete može očekivati od njega nakon tog razdoblja i otvara prostor za razgovor i dogovor o načinu zaokruživanja odnosa u sklopu programa.**

IDEJE ZA ...

Tijekom razdoblja druženja s djetetom možeš sam/sama ili s djetetom (poželjno) nakon svakog susreta zabilježiti nešto što je bilo pozitivno. Svaki susret može se bilježiti na zasebni papir. Pri zaokruživanju susreta, papire se može uvezati kao knjižicu ili poslagati u staklenu teglicu i ukrasiti je, te darovati djetetu uz poruku: »Hvala ti.«

- Možeš sačuvati podsjetnike na pojedine susrete (kartu, salvetu, ulaznicu, razglednicu, prešani cvijet ili list itd.), pa ih poslagati u zasebnu bilježnicu uz pozitivne, poticajne poruke i darovati to djetetu pri zaokruživanju odnosa.

- Susreti s djetetom mogu biti zabilježeni fotografijama, pa na kraju možete imati zajednički album.

- Na zadnjem susretu možete ponoviti aktivnost koja vam je bila najdraža.

- Možete naizmjenično svaki susret bilježiti u zasebnu bilježnicu i zatim je darovati djetetu pri zaokruživanju odnosa.

Kako bi ti zabilježio/zabilježila razdoblje druženja s djetetom, imaš li kakvu ideju?

**Koju poruku bi volio/voljela poslati djetetu?
Kako to možeš učiniti?**



U radu s mentorima tijekom susreta daljnje podrške, edukacije i nadzora otkrivala su se različita područja s pitanjima i potrebom za dodatnim smjernicama.

U sljedećoj tablici navedene su situacije u kojima su se našli mentori, a u kojima im je bila potrebna podrška. Grupirane su prema određenoj poveznici koja završno čini kategoriju. Za svaki od problema kasnije se nastoje dati prijedlozi za djelovanje koji su se iskristalizirali s pomoću resursa mentora i stručnjaka u programu.

MENTORI/PROCES

- Kako odgovoriti djetetu na pitanja: »Mogu li prespavati kod tebe?« i: »Smijem li pušiti za vrijeme druženja s tobom?«
- Dijete me obavijestilo da će pobjeći od kuće
- Pala mi je motivacija: »Hoću li kako utjecati na dijete?«
- Defektologica me stalno zove
- I drugo dijete iz obitelji želi da budem njegov mentor
- Dvije sestre uključene u program »kopiraju želje« – što je jedna radila s mentoricom to želi i druga, i obratno
- Postoje teškoće u dogovaranju termina i aktivnosti susreta
- Postoje očekivanja od mene vezana uz obveze u školi

OBITELJ

- Roditelj je »koma«
- Mama je verbalno napala dijete preda mnom
- Mama vrijeđa djecu (i preda mnom)

VJEŠTINE

- Dijete nema razvijene socijalne vještine
- Dijete ne traži pomoć
- Dijete se ne zna izboriti za sebe
- Kako da komuniciram s djetetom – »Dijete ne komunicira sa mnom«
- Kako se zblížiti sa zatvorenim djetetom
- Higijena djeteta nije zadovoljavajuća
- Što učiniti kada dijete radi »scene« u tramvaj u/na otvorenom
- Kako razgovarati s djetetom o pubertetu
- Što učiniti kada dijete laže; prikazuje se u boljem svjetlu/prikriva istinu
- Kako osnažiti samopouzdanje
- Dijete obeshrabruje samo sebe (naučena bespomoćnost)
- Dijete stalno iskazuje da nešto ne može
- Kako razgovarati s djetetom o preminuloj osobi

1. MENTORI/PROCES

Dio izazova u programu veže se uz situacije koje se tiču definiranja i jasnog isticanja uloge mentora u programu. Mentor se njegova uloga ističe u svim pripremnim procesima: od početnoga individualnog razgovora, preko edukacijskih aktivnosti do daljnjih susreta edukacije, podrške i nadzora.

Kako odgovoriti djetetu na pitanja: »Mogu li prespavati kod tebe?« i: »Smijem li pušiti za vrijeme druženja s tobom?«

Ako mentor nije siguran kako odgovoriti na ova pitanja, može se savjetovati sa stručnjacima u programu. Mentori i roditelji na početku zajedničkog druženja potpisuju ugovor u kojem su opisane obveze i odgovornosti. Mentori su upoznati s etičkim kodeksom volontera i pravilima unutar programa. Programom su propisana pravila koja štite sve sudionike uključene u program. Ona postoje bez obzira na želju da se zadrži dobar odnos s djetetom, čak i u fazi testiranja. Točno su određena ponašanja koja se ne prihvaćaju. Pravila su jasne poruke i jednoznačna su, no potrebno je provjeriti s djetetom je li ih razumjelo. Svakako, dobro je provjeriti što je u pozadini neke želje. Dijete koje je mentorici postavilo pitanje može li prespavati kod nje, što je bio slučaj tijekom provedbe programa, općenito je imalo izrazito veliku želju prespavati kod prijateljice, ali otac je to izričito zabranio, pa se dijete domislilo kako bi bilo super prespavati kod mentorice. Na zajedničkim susretima daljnje potpore i podrške (superviziji) dogovoreno je da dijete neće prespavati kod volonterke. Mentorica je djetetu objasnila da pravila programa ne dopuštaju da prespava kod nje. Održala je dobar odnos s djetetom iako joj nešto nije dopustila, uz jasno obrazloženje zašto to nije moguće i pozivajući se na propisane dogovore. Također, pravila nalažu da dijete i mentor tijekom zajedničkog druženja njeguju zdrave stilove života. Mentore se usmjerava da se tijekom

druženja s djetetom suzdrže od konzumacije duhanskih proizvoda. Ako mentor ima saznanja da dijete/adolescent puši, usmjerava ga se da zatraži od djeteta da na zajedničkim susretima ne konzumira duhanske proizvode jer je to suprotno zakonskim propisima i jer pravila programa ne dopuštaju takvu vrstu ponašanja. To je potencijalna situacija sukoba, no sukob ne mora nužno biti loš za odnos metora i djeteta. Neki sukobi samo učvršćuju odnos i pravila.

Dijete me obavijestilo da će pobjeći od kuće

Bijeg od kuće nije situacija koju bi mentor trebao zadržati za sebe. Moguće je zahvaliti djetetu na iskazanom povjerenju, na tome što je svoju namjeru podijelilo s mentorom, i ponuditi mu da podijeli i razmišljanja i razloge koji stoje iza takve odluke. Treba istaknuti djetetu da je to informacija koju bi mentor trebao podijeliti sa stručnjacima u programu, s obzirom na potencijalni rizik da se negativno odrazi na život djeteta, a da se on kao mentor obvezao kako će o svim takvim situacijama informirati stručnjake u programu. Oni tada mogu razmotriti koje je korake moguće dalje poduzeti: kontaktirati obitelj i/ili relevantne službe. Važno je da mentor zna da nije sam, a važno je i da dijete dobije poruku da će biti podržano, da će situacija u kojoj se nalazi, a koja je za njega teška, biti riješena u težnji da ga se zaštititi.

Pala mi je motivacija: »Hoću li kako utjecati na dijete?«

Motivacija mentora u velikoj se mjeri veže uz očekivanja. Očekivanja mentora od programa, uključujući očekivanja u odnosima: dijete, obitelj, stručnjaci u programu i sam mentor, definirana su također tijekom edukacije i supervizija. Mentorima se tada pokušava dati realna slika onoga što mogu očekivati tijekom programa. Djeca uključena u program nalaze se u različitim obiteljskim situacijama i raspolazu različitim vještinama. Neka djeca su vještija u iskazivanju svoje naklonosti prema mentoru, u kraćem razdoblju dolazi do situacija u kojima daju

povratne informacije koje mentoru govore o njegovom utjecaju na dijete, no kod neke djece teško je iščitati koliko su zadovoljna druženjem. Moguće je pitati dijete za povratnu informaciju o zajedničkim druženjima, uz davanje vlastite povratne informacije. Važno je imati na umu da je mentor uveden u život djeteta kako bi svojim ponašanjem bio model za mogući odabir ponašanja. Neka znanja i vještine koje stekne tijekom druženja s mentorom, dijete može početi koristiti tek u razdoblju nakon druženja s mentorom. Općenito, teško je katkad utvrditi koji se čimbenik odrazio na dijete tako da je započelo s određenim ponašanjem. Za mentore je važno pamtit i da su dobrovoljno odabrali ući u život djeteta, odvajati svaki tjedan vrijeme za dijete tijekom razdoblja od godine dana, i da već time šalju djetetu poruku da je važno. Za dijete, mentor je zainteresirana odrasla osoba: »Vau! On/ona je velik/velika i pokazuje interes za ono što se događa u mojem životu. Za moje prijatelje, moje interese ... Sluša me, pita me za mišljenje ... Zajedno biramo što ćemo raditi ...« Već je ta činjenica za dijete ohrabrujuća. Spektar znanja i vještina koje pojedini mentor može ponuditi djetetu za stjecanje širok je i raste s brojem uključenih mentora i djece, s brojem zajedničkih aktivnosti i aktivnosti koje će uključiti upoznavanje i druženje s drugim odraslim osobama i/ili vršnjacima. Katkad jednostavno ostaje vjerovati da će se sve uloženo ugraditi u dijete i da će ono, kad-tad, posegnuti za time u svojem životu.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Bilo bi dobro da se i njegov mlađi brat TB uključi u program jer pokazuje veliku želju za mentorom, što TA ponekad zasmeta jer je TB usmjeren na mene. Kada je njegov mlađi brat s nama, TA je opušteniji, ali čim posvetim malo pažnje njegovom bratu, javljaju se ljutnja i nervoza koje izbacuje na TB. AT

Što bi ti učinio/učinila u takvoj situaciji?

Defektologica me stalno zove

Komunikacija mentora sa stručnjacima iz okoline djeteta nije predviđena kao njegova redovna uloga. Stručnjaci u programu su osobe koje održavaju kontakt sa

školom i/ili centrima za socijalnu skrb te drugim institucijama, ako su uključene. Dođe li do situacije da je mentor kontaktiran od određene institucije, uvijek može usmjeriti tu komunikaciju prema stručnjacima u programu. Prema potrebi, održat će se zajednički sastanak stručnjaka u programu i drugih stručnjaka iz okoline djeteta.

I drugo dijete iz obitelji želi da budem njegov mentor

Imati odraslu osobu koja će biti osoba od povjerenja i koja će voditi dijete u upoznavanju novih interesa, velika je vrijednost. Brat/sestra uključenog djeteta vrlo često uočava zadovoljstvo koje uključeno dijete doživljava u druženju s mentorom, i katkad izražava želju da on/ona doživi isto iskustvo. Stručnjaci u programu razmotrit će koje su mogućnosti da zainteresirani brat/sestra dobije mentora i oni će preuzeti komunikaciju s obitelji u vezi s tim. Hoće li i brat/sestra dobiti mentora, ovisi o broju raspoloživih mentora, o jakim i slabim stranama zainteresiranog djeteta, cjelokupnoj situaciji u obitelji i drugim čimbenicima. Tijekom provedbe programa uočene su i situacije u kojima je uključeno dijete znalo pokazivati ponašanja iz kojih se iščitavalo nezadovoljstvo što se njegov mentor druži s njegovim bratom/sestrom. Sve se takve situacije prepoznaju kao dobar temelj za razgovor na supervizijama, gdje mentor može primiti dodatne smjernice za daljnje postupanje. U primjerima kada je iz iste obitelji u program uključeno dvoje djece, simpatično je promatrati kako svako od njih »kopira« izlaske svojeg brata/svoje sestre s mentorom, i traži svojeg mentora da i oni provode vrijeme u istim aktivnostima. Mentor tada može porazgovarati s djetetom, uz naznaku da primjećuje da dijete želi biti uključeno u iste aktivnosti, i može otvoriti razgovor o očekivanjama djeteta od njihovih susreta i željenim aktivnostima, uz zajednički dogovor o njima.

Postoje teškoće u dogovaranju termina susreta

Teškoće u dogovaranju susreta mogu imati različita ishodišta. Jedan dio može se vezati uz neraspolaganje vještinom upravljanja vremena, a jedan dio možda i na okupirani raspored djeteta, na proces prijenosa informacija između mentora, djeteta i roditelja ili očekivanja djeteta. Upravljanje vremenom – kako posložiti prioritete, postaviti si ciljeve i kako biti što učinkovitiji u svakodnevnicu – vještina je koja se uči. Nije realno očekivati da dijete uključeno u program već ima razvijenu tu vještinu. Možda je tek treba razviti, pri čemu mu mentor može biti od velike pomoći. Zajedničko planiranje vremena mentora i djeteta upravo je podloga za razvoj te vještine. Mentor, predstavljajući svoje aktivnosti u dnevnom rasporedu, upoznaje dijete sa svojim životom, ali i načinom raspolaganja vremena. Raspoređivanje obveza i ostavljanje prostora za druženje s djetetom, putokaz je za dijete kako da i ono to čini. Odgovara li tako i djetetu i mentoru, kod nekih spajanja pokazalo se pozitivnim odrediti jedan dan u tjednu kao dan za susret, koji se može promijeniti samo u iznimnim slučajevima (bolesti, hitnog putovanja i sl.). Ako se susreti i kontakti redovito, kontinuirano održavaju, dijete stječe sigurnost. To svakako olakšava i mentoru i djetetu organizaciju vremena. Kao poticaj za kvalitetnije upravljanje vremenom, moguće je s djetetom izraditi planer ili mu ga darovati. Kako će teći prijenos informacija o dogovorenim susretima mentora i djeteta, ovisi o dogovoru mentora i obitelji tijekom početnih susreta i povezano je s dobi djeteta. Potiče se da se dijete i mentor dogovaraju o terminu susreta, a da dijete tu informaciju prenese roditelju. Svrha takvog postupka jest da se utječe i na razvoj vještine kod djeteta, vezanoj uz komunikaciju s roditeljima. Ako će dolaziti do toga da informacija nije prenesena i da se u isto vrijeme dogovaraju druge aktivnosti djeteta, mentora će se tijekom supervizijskih susreta usmjeriti kako postupati s obzirom na specifičnosti u obitelji. Moguće je da dijete očekuje da će se vidati s

mentorom više puta u tjednu. Mentor se tada može pozvati na dogovorenu ulogu u programu: da će susreti biti jednom tjedno. Pri tome je poželjno da istakne što mu je pozitivno u druženjima s djetetom i da navede kako ima i druge obveze, no da mu je taj dio druženja s djetetom važan, bitan. Mentor može povesti razgovor i u smjeru otkrivanja onoga što bi dijete voljelo raditi na češćim susretima, i moguće je zajednički dogovoriti kako to isto postići na neki drugi način.

IDEJE ZA ...

Podrži dijete u postavljanju prioriteta u vezi s planiranjem vremena. Svrha aktivnosti pred tobom jest planiranje, upoznavanje i učenje o prioritetima i donošenju odluka. Ovdje dijete i ti upoznajete zajedničke interese. Možete postaviti plan za mjesec dana, tri mjeseca i šest mjeseci. Definirajte međusobni način komunikacije i druženja.



PITAJTE SE:

Što bismo voljeli, željeli vidjeti? Što bismo voljeli obići? Ima li nešto što bi želio/željela vidjeti, ali nikome nisi rekao/rekla? Postoji li neki film koji bi volio/voljela pogledati? Predstava koju bi volio/voljela vidjeti? Ima li nešto što ti je posebno zanimljivo?

I ti kao mentor također razmisli što te zanima te predlaži aktivnosti. Tijekom razvijanja odnosa daj djetetu mogućnost da samo donosi odluke i prijedloge. Neka djeca nemaju dovoljno informacija ni vještina da bi znala što bi mogla i željela vidjeti. Ti si taj koji im pomaže širiti interese. Ako djeca ne znaju i ne predlažu nikakve aktivnosti, sjednite zajedno i »guglajte« što biste zajedno voljeli vidjeti. Djeca žele nuditi aktivnosti, ali ne znaju kako. Djeca se tijekom vremena ne mogu sjetiti svih aktivnosti na kojima ste bili i što ste sve prošli zajedno. Bilježite svoj način provođenja vremena, u dnevnik zalijepite karte iz kina, kazališta, i napišite kratki podsjetnik kako vam je bilo.

ODREDITI PRIORITET AKTIVNOSTI

Tom se vještinom osoba služi tijekom cijelog života. Djeca će naučiti odrediti prioritet aktivnosti i ponašati se u skladu s naučenim. Ujedno, to je »alat« na koji se možeš pozivati ako ćete tijekom rada imati problema s dogovaranjem susreta.

VJEŽBA: PRIORITET ZADAĆA I AKTIVNOSTI

U vježbi možete nanizati svoje aktivnosti ili vježbati s navedenima.

Uputa: Danas je nedjelja. Tijekom idućeg tjedna morat ćeš obaviti sljedeće zadatke. Odredi prioritet aktivnosti i objasni razloge.

- U petak moraš predati dvije opsežne zadaće
- Otac bi htio da pokosiš travu.
- Majka te zamolila da pospremiš svoju sobu.
- U srijedu svi prijatelji iz razreda idu u kino.
- Prijatelj/prijateljica te poziva da dođeš k njemu/k njoj igrati igrice na računalu.

PRIORITETI	OBJAŠNENJE	
ZADAĆA I AKTIVNOSTI		
1		
2		
3		
4		
5		

Razgovarajte o prioritetima i o tome kako ste donijeli odluku. Svaka vještina treba biti demonstrirana da bi se tijekom vremena i stekla. Prakticirajte zajedno, vježbajte tu vještinu.

SASTAVNICE VJEŠTINE

Razmisli koje obveze/zadake moraš riješiti
Definiraj prioritet (ono što je važno)
Zapiši obveze na papir i označi ih brojem
Zatim te iste obveze poredaj prema hitnosti na drugom papiru
Odredi prioritete kombinirajući ta dva popisa
Počni raditi na prvoj obvezi/zadatku/zadači
ZAPAMTI! Zadatke moraš rješavati jedan po jedan

Vježba preuzeta iz priručnika: Weltmann Begun, R. (2007.): Socijalne vještine za tinejdžere. Naklada Kosinj, Zagreb⁴

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Kontaktiranje i dogovaranje susreta riješili smo komuniciranjem preko interneta, pa sada nema više isprika kao što su: »Nemam novaca na mobitelu«, »Mobitel se pokvario« i sl. No i dalje se događa da se ne pojavi na dogovorenom mjestu, a tek kasnije dobijem nekakvu ispriku preko računala. Zbog toga smo se i dogovorili da se radije vidimo rjeđe od jedanput tjedno, ali onda kada će on sigurno moći izdvojiti vremena za susret. AA

Događa se da dođem k njoj u vrijeme kada smo se dogovorile, a nje nema doma ili je negdje drugdje. Iako se vidimo jedanput tjedno, problem joj je poslati poruku i javiti da ne može u dogovoreno vrijeme.

Nekoliko puta smo dogovorile susret, a na dan susreta ona bi rekla: »Možeš doći, ali ja neću biti doma jer idem ...«, »Imamo goste ...« itd. Bilo bi u redu da mi javi na vrijeme da ne može kada smo se dogovorile, pa da susret odgodimo za neki drugi dan. AB

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

Postoje očekivanja od mene vezana uz obveze u školi

Roditelj može doživjeti mentora kao »servis za instrukcije« ili očekivati od njega da se usmjeri isključivo na školu i učenje. Mentor se u takvim situacijama može pozvati na dogovorenu ulogu u programu, koja je roditeljima istaknuta i usmeno i pismeno pri dolascima stručnjaka u programu u obitelji. Mentor će podržati dijete u ispunjavanju školskih obveza poticanjem na njihovo ispunjavanje i nuđenjem pomoći. Ako je riječ o potrebi za kontinuiranim i učestalim ulaganjem u izvršavanje školskih obveza, koja će uključivati i/ili instrukcije i/ili zajedničko učenje, preporuka je uključiti dodatnu osobu za instrukcije/ učenje. Mentor i dalje može biti tu za podršku i pomoć kod školskih obveza, no na taj način izbjegava se primarni fokus na školske obveze.



ŠTO SU REKLI MENTORI ...

GA uglavnom ne izvršava svoje školske obveze – ima loše ocjene, ne piše zadaće, ne uči, markira i općenito je nezainteresiran za školu. Dobiva pomoć u učenju od stručnog suradnika u školi i primjećujem da se u školi puno bave s njim, pokušavaju ga poticati i prilagođavaju mu nastavu. Odbija moj prijedlog da mu pomognem u učenju i zadaćama. AG

JA izvršava školske obveze, ali uglavnom pod maminim pritiskom. Ne voli učiti ni ići u školu, za pisanje zadaće odvoji jako malo vremena, ali ne želi pomoć na tom području. Veći problem je ponašanje u školi jer se voli dokazivati pred profesorima, suprotstavlja im se, nemiran je i ne sluša na satu, te zbog toga ima jedinice iz aktivnosti. Nakon razgovora s njim, stekla sam dojam da ne shvaća to preozbiljno i ne vidi posljedice koje takvo ponašanje može imati. Školu je završio s pozitivnim ocjenama, što je prema njegovom mišljenju dovoljno. AJ

Za KA škola je izvor velikih problema i nezadovoljstva. Dva puta smo zajedno pisali zadaću, katkad mi njegovi roditelji kažu da je riješio zadaću prije mog dolaska, a dva puta mi je tvrdio da nema puno i da će on to sam riješiti. Pri rješavanju zadaće primjećujem da želi što prije završiti i, iako je na početku koncentriran, pri kraju gubi koncentraciju i piše tek toliko da nešto napiše. AK

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?



2. OBITELJ

Roditelj je »koma«/Mama je verbalno napala dijete preda mnom/Mama vrijeđa djecu (i preda mnom)

Svako dijete u program je uključeno nakon prepoznavanja da će ga uvođenje dodatne odrasle osobe ojačati u zaštitnim čimbenicima i umanjiti utjecaj negativnih čimbenika. Negativni čimbenici u životu djeteta mogu biti brojni i proizlaziti iz njegove okoline ili iz njega samoga. Roditelj djeteta koji ima nedovoljno razvijene roditeljske vještine mogući je negativni čimbenik. Od mentora u ovom programu ne očekuje se da utječu na promjenu roditeljskih vještina kod roditelja. Svakako, nije ugodno naći se u situaciji kada roditelj pred vama kaže nešto ružno djetetu. Uvijek postoji mogućnost da mentor tada kaže da se ne osjeća ugodno i da se nada kako do takvih situacija neće dolaziti u budućnosti.

Potrebno je također da mentor prvom prilikom informira voditelja programa i supervizora o nastaloj situaciji kako bi dobio dodatnu podršku. Voditelj programa i supervizor zajednički će donijeti odluku o postupanju prema roditelju s njihove strane, ovisno o kontekstu situacije s kojom se mentor suočio.

U jednom primjeru spajanja, majka djeteta ignorirala je pozive mentora. S obzirom na to da je bila riječ o djetetu koje nema svoj mobitel, stručnjaci u programu dogovorili su s majkom da će je mentorica kontaktirati za dogovore s djetetom. Kako se majka nije odazivala na pozive, mentorica je gubila motivaciju zbog nemogućnosti redovitih kontakata i susreta s djetetom. Daljnjom komunikacijom stručnjaka u programu s majkom i mentorom dogovoreni su koraci koji su donijeli adekvatno rješenje.

3. VJEŠTINE

Socijalne vještine su naučeni oblici ponašanja, uvježbane sposobnosti. Dakle, mogu se naučiti i uvježbati. Uče se od najranijeg djetinjstva u obitelji – spontano, imitacijom, metodom pokušaja i pogrešaka. Kasnije se utvrđuju ili mijenjaju u interakciji s ostalim grupama s kojima se dolazi u dodir (vršnjaci, škola radne skupine i dr.) i širim socijalnim okruženjem (vidjeti: Nenasilno rješavanje sukoba, Ajduković, M. i Pečnik, N.).5 O određenim ponašanjima koja mogu ugroziti dijete, mentor je dužan obavijestiti koordinaticu programa. Svojim informiranjem nadležne osobe zaštititi će dijete. Ako mentor osjeća da će prosljeđivanjem informacije narušiti svoj odnos s djetetom, važno je reći da je to moguće, no uz komunikaciju s djetetom, u kojoj će mu objasniti zašto je određene informacije podijelio s koordinaticom programa, ta se mogućnost može minimizirati. Dakle, informacije o ponašanjima štetnim za dijete nikako nisu nešto što mentor treba zadržati za sebe.

Nerazvijene socijalne vještine

Primijeti li mentor da dijete nema razvijenu određenu socijalnu vještinu, usmjerava ga se da razgovara s djetetom i uvježbava pojedinu vještinu zajedničkim igranjem uloga vezanima uz zamišljenu ili stvarnu situaciju. Tako se kvalitetno provodi zajedničko vrijeme, dolazi do povećane kreativnosti i razvoja novog znanja. U program je uključen velik broj mentora i djece. Djeca katkad dolaze iz iste škole i već se međusobno poznaju. U jednom od provedbenih ciklusa programa bile su spojene dvije mentorice, te su s djecom koja su im dodijeljena odlazile na zajedničke aktivnosti, primjerice u kino. Obje djevojčice teško su uspostavljale prijateljstva i teško su se snalazile u većim socijalizacijskim skupinama poput razreda. Roditelji nisu ulagali napor u to da se djevojčice socijaliziraju, što im je stoga omogućeno u programu. Među nerazvijenim socijalnim vještinama mentori

su navodili i da »dijete ne traži pomoć« i ne zna »kako se izboriti za sebe«. Svaka se vještina može naučiti. Program usmjerava mentore da prepoznaju jake strane djeteta, da snaže dijete tražeći katkad pomoć od njega (u obliku savjeta, primjerice), da daju djetetu do znanja da su primijetili u čemu je dobro. Usmjerava ih se da demonstriraju svoje novo naučeno znanje, i da daju poruku djetetu da i ono od njih može tražiti pomoć. Mentor može podučiti dijete kada, na koji način i od koga može potražiti pomoć. Zajedno mogu osmisliti rješenja za neke od potencijalnih ili realnih situacija – primjerice, kada dijete treba podršku oko škole i ne zna što je bilo za domaću zadaću. Mentor i dijete mogu zamisliti situaciju u školi koja je djetetu problem, podijeliti međusobno viđenje problema te načine njegova rješenja. Mentor može poticati dijete da kaže što misli o pojedinim načinima rješavanja problema, te što bi ono željelo i moglo

učiniti. Dijete možda neće prihvatiti mentorovo viđenje pojedinog problema i njegov način rješavanja, ali će dobiti i drugo viđenje problema s kojim se nosi. Neke stvari mentorima se čine izrazito jednostavnima i logičnima, dok djetetu koje nema razvijenu određenu socijalnu vještinu i najmanji napor u rješavanju tih problema može biti velik izazov. Zato je važno biti podrška i ohrabrenje djetetu.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

AB u samom početku nije mogao uspostaviti kontakt očima, obraćao mi se s »vi«, bio je dosta povučen i nije htio previše razgovarati ili predlagati aktivnosti. U tri mjeseca situacija se malo poboljšala – AB sada ima ležerniji odnos prema meni, lakše razgovaramo i otvoreniji je nego prije. Ako se u razgovorima dotaknemo područja odnosa s obitelji ili prema školi, brzo se povlači i prebacuje temu. Zanima ga ono što se događa u mojem životu, razmjenjujemo iskustva i pričamo o njegovim željama i interesima (planovima za budućnost, aktivnostima tijekom slobodnog vremena i sl.). BA

Često osjećam da bih joj voljela svašta pričati, međutim, smeta mi što taj razgovor ne bi uvijek bio spontan, pa osjećam da si nemamo što reći. To je ponajprije zbog mene jer se i inače u komunikaciji s ljudima s kojima nemam prisan odnos osjećam isto. Voljela bih to poboljšati, odnosno stvoriti intimniji odnos, ali osjećam nekakvu blokadu. BB

CB je važno da bude po njezinom i dok je tako, dobro je. Na izletu se uopće nije potrudila družiti s drugima. Iako sam je poticala da se družimo u grupi, ona je na sve prijedloge odgovorila da ne želi ... BC

Prešutjela mi je stanje u svojoj obitelji koje se znatno pogoršalo u zadnja dva mjeseca, a kada sam je pitala zašto mi nije rekla prije, odgovorila je da misli da to nije nešto što samo tako ispričaš ljudima. Mislim da joj je sama ta tema bila relativno neugodna i bolna, pa je nije spominjala, ali sada zna da mi se može obratiti s bilo kojim problemom i temom. AT

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

Kako komunicirati s djetetom/»Dijete ne komunicira«/Kako se zbližiti sa zatvorenim djetetom

S razvijenim komunikacijskim vještinama se ne rađa – one se uče tijekom života i mogu se razvijati. »Nemoguće je ne komunicirati u situaciji kada se dvoje ljudi vide. Jer aktivnost ili neaktivnost, riječi ili šutnja – sve ima vrijednost poruke« (Paul Watzlawick, prema Nelson-Jones, 2007)6. Dobri međuljudski odnosi nisu rezultat slučaja, nego poznavanja određenih elemenata bitnih za uspješnu komunikaciju i primjene tih elemenata u specifičnoj situaciji. Ako dijete odbija komunikaciju, mentor je taj koji je treba potaknuti postavljanjem pitanja i/ili upotrebom projektivne tehnike (zajedničkim crtanjem s djetetom, igranjem društvene igre i sl.). Smisao postavljanja pitanja jest dobivanje informacija od sugovornika, bolje razumijevanje sugovornika, pomoć sugovorniku da jasnije, sveobuhvatnije razmišlja o sebi i o određenoj situaciji, pomoć sugovorniku da izrazi osjećaje te održavanje razgovora. Postoje različiti tipovi pitanja, a na mentorima je da odluče koju vrstu žele upotrijebiti:

OTVORENA/EKSPLOATIVNA – primjerice: Što misliš o našem budućem druženju? Pitanje je otvorenog tipa i potiče osobu na davanje širokog odgovora.

ZATVORENA PITANJA – primjerice: U školi ti je dobro? Jesi li sretan što ćemo se družiti? Tom vrstom pitanja sugovornik se ograničava i od njega se traži konkretan odgovor, da ili ne. Ako je dijete zatvoreno te se komunikacija između njega i mentora teško uspostavlja, važno je podsjetiti mentora da bude svjestan da dijete već komunicira s njim. Treba pogledati njegov neverbalni govor i možda će primijetiti sram, uzbuđenje te razne osjećaje zbog kojih dijete bira komunicirati na svoj specifičan način. Potrebno je dati djetetu vremena da upozna mentora, a mentora poticati na strpljenje. S vremenom će mentor i dijete naći i razviti svoj specifični oblik komunikacije. Znanje mentora o tome kako u komunikaciji s djetetom aktivno slušati, važno je za što učinkovitije izgrađivanje povjerenja, premošćivanje razlika, pomoć djetetu da se otvori, prikupljanje podataka o djetetu i sl.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

U izvještajnom razdoblju osjećala sam se djelomično prihvaćeno od djeteta. S obzirom na to da CA nije imao mobitel, mama je posredovala u kontaktima za vrijeme ljetnih mjeseci. Na upite i pozdrave koje sam slala preko maila i Facebooka, CA nije odgovarao te smo se uspjeli čuti nekoliko puta fiksnim telefonom. Nije prihvatio ideju da komuniciramo putem pisama i htio je da se komunikacija vodi preko mame. U telefonskim razgovorima bio je dosta suzdržan i kratak tako da sam stekla dojam da ćemo u rujnu graditi odnos iz početka. Na prvom susretu nakon ljetne pauze bio je zatvoren, opet je počeo izbjegavati kontakt očima i obraćati mi se s »vi«, međutim, to je već do drugog susreta iščezlo. AC

Komunikacija s PA za mene je pravi izazov jer se sve svodi na to da ona odgovara na moja pitanja, i to najčešće s da, ne i ne znam. Prvo sam mislila da možda ne želi provoditi vrijeme sa mnom, ali svaki put kaže da jedva čeka naš susret, a kad se nađemo, nije baš društven

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

Higijena djeteta nije zadovoljavajuća

Dijete je ogledalo svojih roditelja i prilika u kojima živi. Ako nema razvijene higijenske navike, mentor može pokušati razgovarati o tome pri slaganju rasporeda budućih zajedničkih aktivnosti. Mogu planirati ili napraviti popis aktivnosti koje u jednom danu trebaju napraviti. Primjerice: ujutro kada ustanem, umijem se, počešljam i operem zubiće (radnja koja se stalno ponavlja kako bi postala navika, koja će kasnije postati automatsko izvođenje vještine). Mogu razgovarati na način da podučavaju dijete, dajući svoj vlastiti primjer, ali da ih pritom ne kritiziraju. Kada dijete stekne neku

naviku, obvezno ga je potrebno pohvaliti.

U jednom od primjera tijekom provedbe programa, mentor je naučio dijete s kojim se družio da redovito sa sobom nosi papirnate maramice.

Dijete bi se samo pohvalilo kada se sjetilo ponijeti maramice i pritom je bilo zadovoljno samo sa sobom, te je nailazilo na odobravanje okoline jer je usvojilo nešto što je općeprihvaćeno i što mu je potrebno u životu. Nakon što je dijete počelo koristiti maramice, rjeđe je dolazilo do upala dišnih puteva i rjeđe je obolijevalo. Higijena je pola zdravlja!

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Higijenske navike su izrazito loše, ali dijete pokazuje volju i želju da ih promijeni. Čini mi se da jednostavno ne zna kako jer je cijela obitelj dosta zapuštena, pa ona dosad nije ni uočavala probleme što se tiče higijene. Budući da sam ja izrazito uredna osoba, EA to prepoznaje kao nešto što joj se sviđa. Ipak, mislim da će trebati puno vremena da počne mijenjati svoje higijenske navike. Zbog specifičnog mirisa (od mačaka), mislim da je i druga djeca izbjegavaju. Inače EA »sve zna« o higijeni – ali ta znanja ne primjenjuje. Pokušavam joj skrenuti pozornost na higijenske navike, pa sam joj tako kupila lavandu za ormar i cvijet o kojem se treba brinuti. AE

Primijetila sam da su joj zubi malo žutiji i često zna imati neopranu kosu. Spominjala je da je bila kod zubara, a dogovorile smo se da odem s njom ginekologu. AF

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

Što učiniti kada dijete radi »scene« u tramvaju/na otvorenom

Ako se »incidentne« situacije ponavljaju, mentor može pokušati pratiti djetetova ponašanja kako bi uvidio što je točno prethodilo određenom ponašanju.

U jednom od spajanja, dijete je radilo »scene« u tramvaju ili na otvorenom svaki put kada je odlazilo kući, odnosno kada je susret s mentorom završavao. Na susretima daljnje edukacije, podrške i nadzora (supervizije) ustanovilo se što djetetu stvara problem. Pokazalo se da se dijete teško nosilo s osjećajem rastanka.

U takvim situacijama treba biti mudar. Kada se ustanovi problem, može se poticati dijete da verbalizira svoje osjećaje, pokazati mu i reći da se razumije njegova ljutnja, tuga. To je ujedno i trenutak u kojem dijete može osjetiti sigurnost jer će se susret s mentorom nastaviti i nakon tog razgovora.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

ZB kao da ima dva lica. Kada je sa mnom nasamo, onda je poput odraslog čovjeka. Lijepo pričamo, smijemo se, ima svakakve komentare, ali sve pristojne i zrele. Čim dođemo u društvo druge djece, javlja se potreba da bude u središtu pozornosti i onda to pokušava postići na krivi način. Počne raditi gluposti ili vikati, pa ispada nepristojan. A u biti uopće nije takav kada ste s njim nasamo. BZ

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

Kako razgovarati s djetetom o pubertetu

Razgovor o nekim temama djeca će prije započeti s mentorom nego sa svojim roditeljem.

Evo nekih informacija o adolescenciji (vidjeti:

Provjera nekih postavki teorije višerazinskog socijalnog učenja u području predikcije ovisničkog ponašanja, Vučina, T.)7:

Adolescencija je razdoblje koje je moguće podijeliti na doba preadolescencije (11/12 do 14 godina), adolescenciju u užem smislu (14 do 17/18 godina) i postadolescenciju (18 do 24 godine i dalje). Preadolescenciju obilježava početak bioloških i fizioloških promjena, a istaknuto obilježje obuhvaćene populacije jest emocionalna nestabilnost. Za razdoblje preadolescencije karakteristične su česte promjene raspoloženja, povećana je osjetljivost na kritike te nemogućnost kontroliranja emocionalnih reakcija. U adolescenciji se, osim navedenih promjena, događaju i kognitivne promjene, razvija se socijalna kognicija, odnosno razmišljanje osobe o odnosima s drugima. Mnogi adolescenti imaju sklonost stvarati priču o sebi koja postaje njihov osobni mit. Najčešće postoje dva vida osobnog mita: osjećaj posebnosti i osjećaj nepobjedivosti. Zbog osobnog mita posebnosti adolescenti drže da su ekstremno različiti od ljudi koji ih okružuju. Posljedice takvog načina razmišljanja mogu dovesti do mišljenja adolescenata kako ih nitko ne može razumjeti te da će im zbog toga drugi ljudi biti manje spremni pomoći. Osim navedene posljedice, adolescent se može osjećati sam u svojoj patnji i problemima te može reagirati depresivnošću. Drugi vid osobnog mita jest osjećaj nepobjedivosti zbog kojeg adolescenti misle kako ih ništa ne može povrijediti ili uništiti (vidjeti: Adolescent Development, Dacey, J. i Kenny, M.)8. Taj vid ima posebnu ulogu u rizičnim ponašanjima kod adolescenata. Mladi često vjeruju kako im se ne može dogoditi ništa loše, čak i kada je riječ o sudjelovanju u rizičnim aktivnostima.

U razgovoru o pubertetu potrebno je biti iskren. Ako mentor dijeli vlastito iskustvo iz razdoblja adolescencije, treba paziti da ono bude edukativno

i pozitivno. U razdoblju preadolescencije i adolescencije utjecaj vršnjaka je izrazito bitan, a utjecaj roditelja slabi. Mlada osoba nerijetko dolazi u sukobe s roditeljima kako bi proširila svoje granice i testirala roditeljska pravila, što je prirodno za to razvojno razdoblje. Percepcija roditelja u očima adolescenta u tim je trenucima negativna. Mentor u razgovoru s djetetom može pokušati objasniti percepciju roditelja, odnosno zašto se ponašaju na način na koji se ponašaju. Roditelji postavljaju pravila zbog ljubavi prema djetetu i straha da mu se nešto ne dogodi.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Najviše se brinem zbog njezinog odnosa s dečkom koji je stariji od nje. A htjela bih poraditi i na načinu odijevanja, koji je uvijek OK kada je sa mnom, ali po pričama mi se čini da se možda preizazovno odijeva kada ide u šetnje s prijateljicama, pogotovo navečer. AD

Što bi učinio/učinila u navedenoj situaciji?



Što učiniti kada dijete laže; prikazuje se u boljem svjetlu/prikriva istinu

Mentoru koji se nosi s problemom iznošenja neistine nudi se da razmisli zašto dijete ne govori istinu: kako to da je odlučilo koristiti ta ponašanja, da bi zavaralo mentora ili da bi se svidjelo mentoru? Neke od obitelji koje su bile uključene u program niskog su socio-ekonomskog statusa. Mentor ulazi u njihovu obitelj i njihov stambeni prostor, te o njima stječe realnu sliku s obzirom na njihove materijalne mogućnosti. Tijekom djetetovog razvoja prva manifestacija stida javlja se u kontaktu s nepoznatom osobom. Dijete se boji da ga nepoznata osoba neće prihvatiti (strah od neprihvatanja). Kada se prikazuje »obojano«, šalje poruku da doživljava sebe socijalno neadekvatnim. U tom smislu, stid i manifestacija ponašanja u kojem dijete govori neistine i sebe prikazuje u boljem svijetlu pozivaju drugoga (mentora/mentoricu) da ga razuvjeri, pokaže da to nije tako i da ga prihvaća.



ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Na trenutke mi se čini da je razumijem, a na trenutke da smo potpuni stranci. Mišljenja stalno mijenja tako da ne znam što joj je u pojedinom trenutku važno. Jedino što mi se ne sviđa je to što često poseže za lažima i izgovorima koji pokrivaju te laži. Nekoliko puta sam je uhvatila u laži, a unatoč tome mi je lagala u oči i uvjeravala me da govori istinu i da nema razloga lagati. AM

Prilično je tvrdoglav te sam u nekoliko navrata primijetila da voli preuveličavati stvari, katkad i slaže, možda u namjeri da mi se sviđi jer je kada je »uljepšavao« istinu, to uglavnom bilo zato da bi pokazao sebe u što boljem svjetlu. S obzirom na to da ima 12 godina, nisam to shvatila kao velik problem. AN

Kada mi OA prepričava svoje doživljaje ili događaje koje je proživjela između naših susreta, često su jako filmski, odnosno zvuče izmišljeno. Kao da prepričava scenu nekog filma, uvijek je sve jako dramatično i neuvjerljivo. Teško je to opisati na papiru, morat ću vam ispričati na supervizijama, ali imam dojam kao da namjerno poboljšava svoju priču nekim uistinu nestvarnim detaljima kako bi mi bila zanimljivija. Stvar je u tome da je ona meni zanimljiva takva kakva jest i nema potrebe da izmišlja nekakve čudesne priče. AO

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

PA baš i nije svjesna svojih boljih strana, a ako je tko pita za lošije, reći će da je debela. Po pitanju debljine ne poduzima ništa, čak mi se i njezina baka na to žali. Jako je osjetljiva ako je netko iznevjeri, na to baš »šizi«. Teško mi je reći nešto više jer je jako nedefinirana, nemotivirana, kao da je oko nje samo sivilo! S obzirom na obiteljsku situaciju, to je i razumljivo. Pokušavam je motivirati, pričam joj o super stvarima koje bi mogla postići u životu, ali previše je uvjerena da je konobarenje njezin vrhunac! AP

RA je drag i druželjubiv dečko, ali prilično nezainteresiran za svijet oko sebe, nema interesa ni hobija. Svjesniji je svojih loših strana, primjerice toga da su njegove loše ocjene ponajviše rezultat njegove lijenosti i ravnodušnosti. Dosta negativno gleda na budućnost, misli da učenje i ocjene nisu bitni jer ionako neće uspjeti upisati srednju školu, a ako neće upisati srednju, neće ni naći posao itd. AR

Nije svjesna svojih potencijala i mogućnosti, nego eventualnih nedostataka, od kojih najvećim drži svoj fizički izgled (nije ništa izričito spomenula, ali konstantno se žali na to). AS

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?

Kako osnažiti samopouzdanje/Dijete obeshrabruje samo sebe /Dijete stalno iskazuje da nešto ne može

Tijekom rada s djetetom, mentor ga treba usmjeravati prema njegovim jakim stranama. Uvijek je najlakše primijetiti što je loše i na čemu sve dijete treba raditi, ali prepoznavanje jakih strana djeteta kako bi ih zajedno mogli njegovati, daje snažniji pozitivni odjek. Dijete od svoje okoline često dobije kritiku ili poruku što ne valja i što treba mijenjati. Mentor ima specifične uloge: prijatelja, ali i osobe koja nastupa s odgojnim elementima. Kada mentor primijeti neku jaku stranu djeteta, može ga pohvaliti i tako osigurati da će pozitivno ponašanje biti zamijećeno. Kada mentor daje pohvalu djetetu, poželjno je da ona bude usmjerena na određeno, specifično ponašanje, da bude specifična za dijete, a ne općenita. Pohvala je izrazito bitna, ali je i treba znati dati. Malom pohvalom mentor će kod djeteta izazvati osjećaj ponosa. Ponos je socijalni osjećaj, a mentor može postići da se dijete osjeća ponosno.

Dijete vjeruje da je time što je nekim svojim postupkom izazvalo odobravanje mentora (pojedince ili grupe), dobilo socijalnu potvrdu ili »dokaz« da vrijedi kao biće.

Kako razgovarati s djetetom o preminuloj osobi

Neka djeca već u najranijoj dobi imaju iskustvo smrti bliske osobe. Drugi roditelj, u želji da »sačuva« dijete i izbjegne produbljivanje traume te zbog vlastitog nesnalaženja i vlastitih emocija, ne razgovara s djetetom o tom događaju. Dijete uviđa da nešto nije u redu, da su se stvari promijenile, čuje o smrti koja se mistificira, a ne razumije je. Mentor može ponuditi djetetu razgovor o tome. Možda se dijete neće odmah otvoriti, no važno je reći djetetu da mogu razgovarati o svemu. U razgovoru s djetetom potrebno je biti jasan i iskren. Djeca vrlo često ne pronalaze riječi kojima bi opisala svoje osjećaje. O dobi djeteta ovisit će i reakcija na smrt. Na dječja ili adolescentska pitanja o smrti često je teško odgovoriti. Najbolje

je biti iskren i izravan u svakom odgovoru i dati samo onoliko informacija koliko dijete traži. Ako dijete želi razgovarati samo o ispraćaju, treba mu dati informacije samo o tome, a ako dijete pita hoće li i ono umrijeti, mentor može biti i iskren i vješti pa odgovoriti da će se to dogoditi za puno, puno godina, u dalekoj budućnosti. Primaju li djeca poruku da je razgovor o smrti prihvatljiv, oslobodit će se i postavljati pitanja, a odgovori koje dobiju pomoći će im da lakše prebrode smrt voljene osobe. Ako dijete iznenadi mentora nekim pitanjem na koje ne zna kako odgovoriti, uvijek mu može priznati da zaista ne zna (vidjeti: <http://www.roda.hr/article/read/kako-djetetu-objasniti-smrt>, pogledano 20. rujna 2015.)⁹.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Volio/voljela bih znati ...

- Kako razgovarati s djevojkama o prvoj mjesečnici i zaljubljivanju
- Kako se ponašati kada su roditelji popustljivi i djeci ne određuju granice
- Kako čuvati svoje vlastite granice u odnosu na druženja s djecom
- Kako govoriti o svojim dojmovima i svojim emocijama, a pri tome ne povrijediti drugoga
- Kako reagirati kada dijete traži da čuvam njegove tajne
- Što učiniti kada je otac u obitelji alkoholičar (kako se odnositi prema njemu)
- Što učiniti kada kod djeteta još ne uviđamo pozitivan pomak
- Na koji način održavati i izgrađivati odnos s djetetom
- Što treba očekivati od djece i što volonteri očekuju od sebe
- Što učiniti kada je dijete ljuto na mene kao mentora
- Što je to što uzimam osobno i zbog čega se osjećam loše kada dijete možda izbjegava susret
- Kako u odnosu kvalitetnije zastupati sebe i zauzimati se za sebe
- Kako se ponašati i o čemu razmišljati kada je djetetu »dosadno« sve ono što mu ponudim
- Kako poticati djecu na razgovor
- Što učiniti kada je dijete nepovjerljivo prema meni
- Kako razgovarati s djetetom o osjećajima
- Što učiniti kada dijete obeshrabruje samo sebe (naučena bespomoćnost)
- Što učiniti kada dijete stalno iskazuje da nešto ne može
- Što učiniti kada dijete više na baku preda mnom
- Kako raditi na promjeni »ne mogu« u »mogu/želim«

Što bi ti učinio/učinila u navedenim situacijama?



Što su rekli mentori ...

Najveći izazov u druženju s djetetom

Uspostaviti normalnu komunikaciju s majkom i zainteresirati je za program i druženja s djetetom

Postići redovitost susreta

Otpor djeteta prema školi

Nije lako zadržati početnu motivaciju i interes djeteta, ponestajalo mi je ideja za susrete

Najveći izazov mi je bio kada je prva djevojka odustala od programa, odnosno kada mi se nije javljala

Izazov mi je bio to što sam dobila dječaka jer sam dosad radila uglavnom s djevojčicama, također i komunikacija s majkom te njezino ponašanje

Ponovno uspostaviti kontakt s roditeljima nakon što se nisu javljali (nije težak izazov, ali drugog se ne mogu sjetiti)

Održavati razinu motivacije i ne upletati se u odnose unutar obitelji

Teška obiteljska situacija djeteta, njegovo zatvaranje (povremeno), nekomuniciranje

Biti nekome uzor i autoritet

Zainteresirati dijete i potaknuti ga na izražavanje ideja i predlaganje aktivnosti

Na početku mi je bio izazov postići zadovoljavajući odnos s djetetovom majkom (da me ne »gnjavi« previše svaki put kada dođem, no da ipak imamo dobru komunikaciju)

Natjerati se da ponovno dolazim na susrete nakon djetetovih nedolaženja ili kašnjenja

Način rješavanja nastalih izazova

Odmah čim bi nastao nesporazum, riješila bih ga razgovorom u kojem bih sve objasnila

Komunikacijom sa stručnjakom u programu, s djetetom i njegovom majkom

Što izravnije moguće, uz primjere

Uglavnom sam rješavala probleme sa stručnjacima u programu

Kontaktirala sam stručnjaka u programu

Izazov komunikacije s majkom rješavala sam tako da sam je često zvala i dogovarala termine, te na lijep, jasan način priopćavala važne stvari

Hladne glave

Pričajući s djetetom, iskrenim razgovorom

Razgovorom i strpljenjem, s pomoću stručnjaka u programu (koordinatorice)

Razgovorom i objašnjavanjem zašto se nešto ne smije raditi

Razgovorom i dogovorom

Razgovorom i s puno strpljenja

Većinu izazova uspjela sam riješiti sama, po intuiciji, a kada mi to nije uspijevalo, pitala sam stručnjake u programu

Najveći izazov u druženju s djetetom

Najveći izazov bio mi je uopće se približiti djetetu, zadobiti njegovo povjerenje i opuštenost u razgovoru, a izazov koji tek slijedi jest podići djetetovo samopouzdanje

Najveći izazov javio se kada me dijete upoznalo i opustilo se u mojoj blizini, pa je postalo neposlušno

Najveći izazov svakako mi je bilo suočavanje s djetetovim ponašanjem, stavovima i razmišljanjima te adekvatno reagiranje na njih

Pomoći djetetu da pokuša promijeniti neke svoje ustaljene vrijednosti (ocjenjivanje ljudi prema izgledu), kao i da unaprijedi socijalne vještine

Zadobiti bar malo djetetova povjerenja, nakon početnog fijaska dovesti odnos u pozitivniju fazu

Testiranja od strane djeteta konstantni su izazovi, no najveći izazov bio je steći njegovo povjerenje i razgovarati o problemima koji ga muče

Način rješavanja nastalih izazova

Isključivo razgovorom o problemu, o njegovom utjecaju na naš odnos i nastalim posljedicama

Puno su mi pomogli stručnjaci u programu tijekom supervizije i priče ostalih mentora jer sam najprije pomislila da možda radim nešto krivo, no kada sam vidjela da i drugi imaju slične probleme, njihovi savjeti i potpora puno su mi koristili

Dosta su mi pomogli savjeti supervizorice kako reagirati u konkretnoj situaciji, što reći, kako se postaviti i slično

Pokušavala sam ga kroz razgovor usmjeriti na to da cijeni prave vrijednosti, a što se tiče konflikata s vršnjacima, savjetovala sam ga i usmjeravala što da učini

Supervizijama, sudjelovanjem u zajedničkim aktivnostima bez obzira na manjak slobodnog vremena

Odličnu podršku dobivao sam na supervizijama, pomogle su mi da rješavam probleme s kojima se nisam znao nositi



5/

KAKO

OHRABRITI

SEBE



U radu s mentorima može se uočiti kako su ispočetka vrlo motivirani za upoznavanje i druženje s djetetom, a ovisno o tome kakva su bila njihova očekivanja i kako reagiraju na njihovo ispunjavanje i/ili neispunjavanje, motivacija oscilira. Katkad je mentorima otežano vidjeti pomake kod djeteta, pa smetnu s uma početni smisao i svrhu uključivanja u program, što dodatno utječe na njihovu motivaciju.

Kaže se da je motivacija pokretačka snaga koja usmjerava čovjeka prema ostvarenju određenog cilja. U programu je važno da dijete i mentor izgrade odnos, i da on bude temelj pozitivne podrške za dijete. Težnja je da mentor vjeruje da će uloženo vrijeme i aktivnosti ostati ugrađeni u dijete kao pozitivni poticaj za budućnost, da će dijete dobiti dodatnu poruku da je važno i vrijedno, i dodatne osobe kao uzor. To će biti ugrađeno u njegov život kao sjeme koje će kad-tad donijeti plod. Taj plod možda će katkad biti vidljiv, a možda katkad i neće. Važno je vjerovati da će biti tu i kretati se prema naprijed.

Prirodno je očekivati da će tijekom druženja doći do situacija koje će mentoru biti pozitivna povratna informacija, no bit će i onih koje će izazivati nedoumice.

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Kako sam mogao/mogla prepoznati uspjehe koje sam postizao/postizala u odnosu s djetetom

- U želji djeteta da se češće vidimo, u promjenama ponašanja, u zainteresiranosti za moj život
- Lako, s vremenom se uoče sitna i pozitivna dostignuća
- Stručnjaci u programu su ih istaknuli
- Teško primjećujem uspjehe, osim u ostvarenju odnosa
- Najveći uspjeh mi je sve prisniji odnos s djetetom, mislim da sam ga postigla
- U djetetovom veselju što dolazim i pitanju kad ću opet doći
- U povećanju povjerenja, brige i interesa djeteta
- Vidim da se djevojčica veseli susretima, što znači da su joj druženja bila ugodna (iako to često nije pokazivala)
- Po nekim djetetovim ponašanjima
- Vidim da se međusobno poštujemo
- U razgovoru sam uvidjela da je dijete poslušalo moje savjete i primijenilo ih
- Uspjehe sam mogla prepoznati po tome što je dijete čekalo spremno kada je znalo da dolazim, u početku je ili igralo igrice ili gledalo televiziju, pa sam ga morala moliti da krenemo, zatim je počelo pričati o svojim prijateljima, o školi, tražiti savjete, prije smo se znali posvađati, a sada, pred kraj druženja, ispričava se ako primijeti da je u nečemu pretjeralo
- Već u prvih mjesec dana vidio se pomak, dijete je postalo smirenije, samopouzdanije, otvorenije

ŠTO SU REKLI MENTORI ...

Kako sam mogao/mogla prepoznati uspjehe koje sam postizao/postizala u odnosu s djetetom

Pitam se ima li kakve koristi za DB od našeg druženja jer mi je to teško procijeniti kada nije sa mnom. Mislim da je previše negativnih osoba oko nje da bih ja, jedna pozitivna, nešto uspjela promijeniti. Vjerovala sam da mogu, ali sve manje i manje vjerujem u to. BD

Jako sam zadovoljna kako moj i DA odnos napreduje i samo se nadam da će i dalje ići u tom smjeru. AD

Ne želim mijenjati ništa i radujem se novim susretima! CA

Kako vrijeme prolazi, KB i ja se sve bolje slažemo. BK

Primjećujem pozitivne pomake u odnosu na prije – počeo je realnije i optimističnije razmišljati o svojoj budućnosti. Kada smo prije pričali o srednjim školama koje bi mogao upisati, bio je neodlučan i nezainteresiran, a sada prilično odlučno tvrdi da će upisati školu za automehaničara. Vidim da entuzijastično i pozitivno priča o tome i mislim da je odabrao školu koja odgovara njegovim radnim navikama. Također primjećujem da mu je računalo, osim zabave, postao i hobi. Često mi priča o tome, traži dijelove za računalo i sl., što je veliki pomak jer prije nije imao nikakvih interesa ni hobija. CD

Naš odnos je zbunjujuć. Koji put se ponašamo kao da smo stvarno velika i mala sestra, a koji put kao da se prvi put u životu vidimo. Koji put nam je izlazak dobar, a koji put loš. EB

Jako sam zadovoljna MB i našim odnosom. Ono što bih promijenila i na čemu trenutačno radim jest definiranje nekih granica. Gotovo na svakom susretu imamo teškoće s rastankom, pa se susret redovito produljuje i premašuje pet sati. To sada nije problem, ali mislim da bi mogao postati kada počne faks, a s njim i moje obveze zbog kojih neću imati previše vremena. Inače, što se ostalog tiče, u dogovorima o tome gdje ćemo se i kada naći, što ćemo raditi, nema problema. BM

Naš odnos je kontinuirano dobar. Imamo prijateljski odnos u kojem uvažavamo jedna drugu i nemam problema u dogovorima s njom i traženju kompromisa. Lako možemo razgovarati o svemu, o stvarima koje su, recimo, vezane uz moj faks, uz sestru, prijateljice, ali i o tome što ona voli, što je radila i slično. Također često razgovaramo o onome što planiramo raditi i o tome što će biti nakon naših godinu dana. Jako je pametna i razumna, rekla bih, i mislim da se s njom može razgovarati kao s nekom starijom osobom. D



Motivacija se može povećati sljedećim strategijama: pozitivnim razmišljanjem, postavljanjem realističnih ciljeva, preuzimanjem odgovornosti i samonagrađivanjem.

POZITIVNO RAZMIŠLJANJE

Za način razmišljanja bitne su misli koje se odabiru!

Javlja li se kod mentora sklonost samokritičnosti, biranju negativnih riječi kada govori o vlastitim mogućnostima, tada svaku negaciju, primjerice: »Ja ne mogu«, treba zamijeniti pozitivnim riječima.

Važno je bilježiti male uspjehe u radu s djetetom.

Ako je uspjelo jednom, uspjeh će ponovno!

Za napredak u odnosu i uviđanje promjena potrebno je vrijeme. Ulaže li se trud, napredak će doći, potrebno je dati vremena odnosu s djetetom. Ako mentor ne osjeća dovoljno snage za motivaciju, ohrabrenje može pronaći u razgovoru s drugim mentorima i u mentorskoj grupi.

REALISTIČNI CILJEVI

Važno je da ciljevi u odnosu i radu s djetetom budu realni. Ako roditelj nije naučio dijete u

njegovih 8, 10 ili 12 godina određenim vještinama, nerealno je odmah očekivati velike pomake. Mentori nerijetko imaju velika očekivanja od sebe. Velike ciljeve (primjerice, stjecanje higijenskih navika) dobro je podijeliti na manje cjeline (poput, recimo, dentalne higijene – praćenje teoretskog i praktičnog dijela te zajedničko pranje zubi). Svaku manju cjelinu, realno postavljenu, valja pratiti i odrediti vremenski rok za stjecanje navike. Važno je koristiti strategije, tehnike i metode učenja koje mentoru najviše odgovaraju u odnosu s djetetom. Kada se jave trenutci demotiviranosti koje ne može svladati sam, mentor može naći pomoć na supervizijskim sastancima. Što prije podijeli svoje nedoumice i potraži pomoć, prije će se vratiti svojoj početnoj motivaciji.

PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI I SAMONAGRAĐIVANJE

Postupci, misli i aktivnosti se biraju, a samonagrađivanjem se može povećati motivacija. Mentor se može nagraditi nečime što ga raduje i u čemu uživa.



Što je utjecalo na moju motivaciju tijekom uključenosti u program

Što su rekli mentori ...

POVEĆANJE MOTIVACIJE

Uviđanje promjena, pohvale od djeteta i stručnjaka u programu

Aktivnosti u kojima je dijete bilo zadovoljno

Pozitivan feedback od stručnjaka u programu

Želja da pomognem, strast koordinatorice

Supervizije, edukacije, dijete

Povećanje se javilo nakon svake supervizije, odnos s djetetom

Upoznavanje djeteta, ulazak u obitelj, druženje s djetetom

Stalne organizirane grupne aktivnosti

Djetetova sreća za vrijeme druženja

Stjecanje povjerenja, bliskost

Želja djeteta za više zajednički provedenog vremena

Susreti koji su bili zanimljivi i u kojima se dijete aktiviralo, odnosno pokazalo interes

Podrška drugih volontera i stručnjaka u programu na supervizijama

Djetetove povratne informacije da napreduje, supervizije i iskustva drugih te podrška stručnjaka u programu (najbolja stvar!)

Učestala druženja s ostalim mentorima, s nekima više, s nekima manje, ali najviše grupni izleti

SMANJENJE MOTIVACIJE

Osjećaj da je dijete nezainteresirano

Nemogućnost usklađivanja vremena, dogovori s roditeljima

Dijete izbjegava susret sa mnom

Otpor djeteta i majke u zadnjih nekoliko tjedana projekta

Neviđanje

Obveze izvan mentoriranja, umor

Čekanje vezano uz trenutak spajanja s djetetom, majčino otkazivanje susreta te »natezanje« u dogovaranju termina druženja

Roditelji koji nisu baš motivirani, nemogućnost dogovora termina susreta

Slabiji kontakt s djetetom, manjak povezivanja na dubljoj razini

Djetetovo nejavljanje

Organizacija vremena zbog mojih i djetetovih obveza

Stalno poticanje djeteta da izrazi želje i ideje, smišljanje što ćemo raditi na svakom susretu – postalo je naporno i monotono

Ponašanje djeteta za vrijeme druženja

Nakon nekoliko susreta stvari se nisu poboljšale, grozno ponašanje djetetove majke, djetetovo nedolaženje na susrete jer je majka »zaboravila« na njih

Jedino što me na trenutak demotiviralo bio je djetetov odlazak u dom

POVEĆANJE MOTIVACIJE

Motivacija je bila velika na početku programa i na prvih nekoliko susreta

Pozitivne, male promjene koje sam primijetila u djetetovom ponašanju i razmišljanju

Uvidjela sam njezino povjerenje u mene koje je raslo s povećanjem broja naših susreta

Supervizije

Zadnjih pet susreta, kada smo se mogli družiti bez svađa i kada smo i on i ja uživali, u kinu, na kuglanju itd.

Razlog za rast je sve veća povezanost s obitelji i s djetetom

SMANJENJE MOTIVACIJE

S vremenom je motivacija sve više padala i došla do nule, na kraju programa sretna sam da je sve završilo

Nesuradljivost roditelja, osjećaj da sam nepoželjna i da roditelj želi prekinuti sudjelovanje u programu

Koji put njezina neiskrenost, za koju držim da nije bila u lošoj namjeri, nego da mi se predstavi u što boljem svjetlu

Teškoće u komunikaciji s djetetom

Početak druženja, kada smo bili zajedno s njegovim bratom BN, jer je GN potpuno druga osoba u bratovom društvu, stalno su se tukli i vrijeđali



ŠTO SU REKLI MENTORI ...**Moj savjet budućem mentoru**

- Budi strpljiv, iskoristi svoje i djetetove pozitivne strane i ulažite ih u odnos.
- Uključi se u program!
- Program je super i iskustvo je predivno.
- Održavaj stalni kontakt i budi iskren.
- Lijepo iskustvo za budućnost.
- Hrabrost i upornost!
- Radiš nešto jako plemenito. Možeš puno utjecati na jedan ljudski život.
- Bitno je da ostaneš ustrajan u svojim ciljevima.
- Upornost u odnosu.
- Vjeruj svojim stručnjacima u programu, imaj pozitivan stav i dobru volju!

ŠTO SU REKLI MENTORI ...**Ono što sam dobio/dobila sudjelujući u programu**

- Nezaboravno iskustvo, upoznala sam mnogo ljudi sa sličnim ciljevima i stavovima
- Novo iskustvo, novi način pristupanju problemu
- Nova iskustva, nova poznanstva
- Edukacija, taktičnost pri rješavanju problema
- Neponovljivo iskustvo koje me usrećilo
- Mnogo toga: iskustvo, izravan rad s djecom, supervizija, savjetovanje, sudjelovanje u muzikoterapiji ...
- Nova poznanstva, znanja i iskustvo, upoznala sam dobrog dječaka i radila s njim, dobila sam nova znanja na supervizijama i edukacijama
- Simpatična koordinatrica, super program i opuštena atmosfera
- Novo iskustvo, poznanstva, postala sam strpljivija, naučila sam više o sebi
- Veliko iskustvo, nova osoba u životu, zanimljivo druženje, veća tolerancija
- Novo iskustvo, novi prijatelji, dobro provedeno vrijeme
- Već dulje sam željela isprobati nešto takvo, sada imam i to iskustvo
- Novo iskustvo
- Upoznala sam ljude, dobila mnogo znanja, zabave ...
- Upoznala sam divne ljude, provela stvarno lijepe trenutke, upoznala neki novi svijet i sklop u glavi svoje male sestre, osjećala sam se jako lijepo
- Jedno veliko iskustvo, nova poznanstva, znanje i vještine, svima bih preporučila da probaju nešto takvo
- Nova saznanja, prilika da imam prijateljski odnos s djetetom u budućnosti
- Novo iskustvo, dosta znanja i dobrih savjeta, prva praksa - i, naravno, nova prijateljica
- Stekla sam znanja, iskustva
- Program mi je pomogao u mojem budućem zanimanju
- Naučila sam kako ne treba tako lako odustajati od nečega jer se uvijek može popraviti, kao što je to bilo u odnosu s mojim djetetom
- Stekao sam nova znanja i nova iskustva, razvio sam odnos s malim djetetom te se prisjetio vlastitog djetinjstva



6/ LITERATURA

1. Bucay, J. (2007.): Ispričat ću ti priču. Fraktura, Zagreb.
2. Jeđud, I., Rezić, N., Ustić, D., Žižak, A. i sur. (2003.): Priručnik za volontere uključene u program UISP-a: Velika sestra veliki brat. Udruga za inicijative u socijalnoj politici, Zagreb.
3. Glasser, W. (2000.): Teorija izbora. Alinea, Zagreb.
4. Weltmann Begun, R. (2007.): Socijalne vještine za tinejdžere. Naklada Kosinj, Zagreb
5. Ajduković, M. i Pečnik, N. (2007.): Nenasilno rješavanje sukoba. Alinea, Zagreb
6. Nelson-Jones, R. (2007.): Praktične vještine u psihološkom savjetovanju i pomaganju. Naklada Slap, Jastrebarsko
7. Vučina, T. (2010.): Provjera nekih postavki teorije višerazinskog socijalnog učenja u području predikcije ovisničkog ponašanja. Sveučilište u Zagrebu, doktorska disertacija
8. Dacey, J. i Kenny, M. (1994.): Adolescent Development. Madison, Wisconsin: Brown & Benchmark Publishers.
9. Internetska stranica: <http://www.roda.hr/article/read/kako-djetetu-objasniti-smrt>



7/ PRILOZI

EVALUACIJSKI UPITNIK

Procijeni na skali od 1 (slabo, uopće ne) do 5 (odlično, potpuno) svoj doživljaj uključenosti u program. Dobiveni rezultati koristit će se za unaprjeđenje kvalitete provedbe programa na zadovoljstvo svih korisnika. Hvala ti.

Evaluacijski upitnik osmišljen je u provedbenom ciklusu 2014./2015. godine. Pitanja prate svaki dio faze projekta te se od mentora traži numerička i opisna procjena svake faze projekta, s ciljem dobivanja njegove perspektive. Dobiveni rezultati poslužili su za unaprjeđenje projekta. Neki od njih pomogli su i u pisanju ove brošure.

EVALUACIJSKI UPITNIK

1. Što si očekivao/očekivala kada si se prijavio/prijavila u program?

2. Koliko su se tvoja očekivanja ispunila?

1 2 3 4 5

3. Što je to što je bilo drukčije?

4. Je li ti motivacija tijekom programa bila ista? Ako nije, što je to što je utjecalo na:

POVEĆANJE MOTIVACIJE

SMANJENJE MOTIVACIJE

5. Jesu li ti informacije koje si dobio/dobila prije ulaska u obitelj bile dovoljne za ulazak u obitelj? DA NE

6. Koje bi ti informacije bile od koristi prije ulaska u obitelj, a nisi ih dobio/dobila?

7. Što su, prema tvojem mišljenju, roditelji trebali znati prije tvojeg ulaska u obitelj?



IZAZOVI I
PODRŠKA

1. Što ti je bio najveći izazov?
2. Na koji si način rješavao/rješavala nastale probleme?
3. S kim ili s čim si imao/imala najviše teškoća?
4. Je li ti nedostajala podrška tijekom provedbe programa?

DA

NE
5. Ako si na prethodno pitanje odgovorio/odgovorila DA, u kojem smislu ti je nedostajalo podrške, od koga, u kojem dijelu, u kojem odnosu i na koji način?
6. Procijeni razinu financijske podrške:

1

2

3

4

5
7. Procijeni razinu podrške u odnosu:

1

2

3

4

5

POČETNA
EDUKACIJA

- Kako ti se svidjela edukacija?

1

2

3

4

5
- Što je bilo dobro na edukaciji?
- Što ti se nije svidjelo na edukaciji?
- Kako bi ti poboljšao/poboljšala početnu edukaciju?
- Preporučio/preporučila bih edukatoricu i za idući ciklus provedbe programa.

DA

NE

SUPERVIZIJA

- Kako ti se svidjela supervizija?

1

2

3

4

5
- Što je bilo dobro na superviziji?
- Što ti se nije svidjelo na superviziji?
- Koliko si kroz superviziju dobio/dobila novih znanja?
- Prema tvom mišljenju, koja je funkcija supervizija?
- Kako bi ti poboljšao/poboljšala supervizijske susrete?
- Preporučio/preporučila bih supervizoricu i za idući ciklus provedbe programa.

DA

NE



EDUKACIJA

Kako ti se svidjela edukacija?	1	2	3	4	5
--------------------------------	---	---	---	---	---

Što je bilo dobro na edukaciji?

Što ti se nije svidjelo na edukaciji?

Kako bi ti poboljšao/poboljšala edukaciju?

Preporučio/preporučila bih edukatoricu i za idući ciklus provedbe programa.	DA	NE
---	----	----

1. Što si dobio/dobila sudjelujući u programu?

2. Koliko si mogao/mogla prepoznati uspjehe koje si postizao/postizala u odnosu s djetetom?

3. Što bi unaprijedio/unaprijedila u provedbi programa i na koji način?

4. Opiši najljepši i najlakši dan u programu.

5. Tvoj savjet budućem volonteru mentorskih programa:

DRAGI VOLONTERI,
HVALA VAM :-)

Evaluacijski upitnik
osmislile: Nives
Butorajac, Ana
Krajačić

Prijedlozi, napomene i pohvale :-)

O AUTORICAMA ...

Nives Butorajac diplomirala je socijalnu pedagogiju na Edukacijsko-rehabilitacijskom fakultetu. Završila je dvije godine realitetne psihoterapije, teorije izbora u organizaciji Udruge za realitetnu terapiju Republike Hrvatske. Profesionalno iskustvo stječe u odgoju i obrazovanju i u organizacijama civilnog društva. Udruzi Plavi telefon priključuje se 2004. godine kao volonterka na liniji pomoći, a kasnije se uključuje u sve segmente rada Udruge. Kao stručna suradnica radi na projektima Plavog telefona: »Škola bez bola«, »Trening životnih vještina«, »DaAkako«, »Nipetnišest«, »Škola za mlade«, »Plavi menadžeri«. U provedbenom ciklusu 2014./2015. zaposlena je u Udruzi kao koordinatorica projekta »Mentori u zajednici«.

Gordana Šimunković je socijalni pedagog u najsitnijim dijelovima stanica tijela. Uključivanje u mentorski program 2009. godine dalo je smjernice njezinom daljnjem profesionalnom razvoju i traženju onakvih standarda kvalitete kakve je upoznala u programu. U mentorskom programu iskusila je različite uloge: od mentora, stručnjaka u programu do voditelja. Plavi telefon od 2002. godine za nju je mjesto gdje se može zabaviti, imati slobodu izbora, mogućnost stjecanja novih znanja i vještina, i gdje je stekla dragocjene važne osobe. Poznaje i voli svaki njegov kutak, a oduševljava je bujanje sobnih biljaka u prostoru Udruge, dobro i pozitivna. Trenutačno se profesionalno usavršava na području javnog zdravstva.



Naslov: Iskustva mentora

Autorice: Nives Butorajac, Gordana Šimunković

Izdavač: Plavi telefon

Za izdavača: Miroslav Vučenović

Godina izdanja: 2015.

Lektura: Zrinka Ana Prosoli

Tisak: Top grafika j. d. o. o.

Naklada: 100 komada



Gradski ured
za obrazovanje,
kulturu i sport

Publikacija je nastala uz financijsku potporu
Gradskog ureda za kulturu, obrazovanje i sport

ISBN: 953-98671-9-3