

RAPORT podsumowujący aktywność wolontariuszy
projektu Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat
ewaluacja ex-post

okres realizacji projektu: 1 października 2021 – 30 września 2023

Zamawiający:

Stowarzyszenie Młodzieży i Osób z Problemami Psychicznymi, Ich Rodzin i Przyjaciół POMOST
oraz Regionalne Centrum Wolontariatu "Centerko"

Wykonawczyni:

Pracownia 3E Aneta Szarfenberg

www.pracownia3e.pl

lipiec 2023 r.

Spis treści

Kontekst.....	2
Podsumowanie	2
Działania z wolontariuszami.....	3
Poziom zaangażowania uczestników	5
Ocena wybranych aspektów zachowań i postaw wolontariuszy	15
Średnie wartości w badaniach na początek i na koniec projektu	15
Szczegółowe wartości dla wszystkich osób.....	16
Samooocena cech i postaw wolontariuszy	16
Zmiany cech i zachowań - wykresy	20
SPIS TABEL	48

Kontekst

Ewaluacja projektu „Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat” realizowana jest w ramach rozwoju instytucjonalnego. W projekcie założono realizację badań ewaluacyjnych, uwzględniających sytuację życiową oraz kondycję zdrowotną uczestników projektu + publikacja raportu z rekomendacjami dla Wnioskodawcy i placówek zajmujących się os. z problemami psychicznymi. Realizacja badania obejmuje: przygotowanie metodologii i narzędzi, badanie ewaluacyjne ex-ante, badania kwartalne, badanie ex-post oraz opracowanie raportu końcowego.

W projekcie przyjęto następujące rezultaty (dla min. 70% uczestników projektu):

- Wzrost pewności siebie i poczucia własnej wartości, zmniejszenie lęków i napięć;
- Nauka systematyczności, punktualności oraz umiejętności przydatnych w pracy i codziennym życiu;
- Zwiększenie samodzielności;
- Otwarcie się społeczeństwa na osoby chorujące psych., łamanie stereotypów;
- Uświadomienie przez uczestników projektu swoich praw i możliwości aktywności społ.

Niniejsze opracowanie jest drugim z raportów, prezentującym wyniki zebrane w ramach badania śródkresowego, realizowanego w trakcie rozpoczęcia realizacji projektu.

W ramach pierwszego etapu przeprowadzono badanie wśród 14 wolontariuszy (w projekcie zakładane jest udzielenie wsparcia dla 20 osób z problemami psychicznymi z woj. łódzkiego, będących pod opieką terapeutów, lekarzy lub psychologów w placówkach terapeutycznych, które po przeszkoleniu będą realizowały wolontariat w wybranych podmiotach). Podsumowano także przebieg projektu na podstawie notatek opiekunów wolontariuszy. Badanie miesięczne zostało przeprowadzone na koniec lutego 2022, gdy po ograniczeniach związanych z pandemią rozpoczęto bardziej intensywne działania w ramach projektu.

Badania zrealizowane w trakcie trwania projektu badania obejmowały badanie kompetencji wolontariuszy i wolontariuszek uczestniczących w projekcie:

- zrealizowane przy wykorzystaniu kwestionariusza ankiety (formularz) oraz przy organizacyjnym wsparciu opiekunów rekrutowanych wolontariuszy;
- monitoring opiekunek i opiekuna wolontariatu realizowane poprzez comiesięczne notatki.

Podsumowanie

Wnioski wynikające z przeprowadzonego badania:

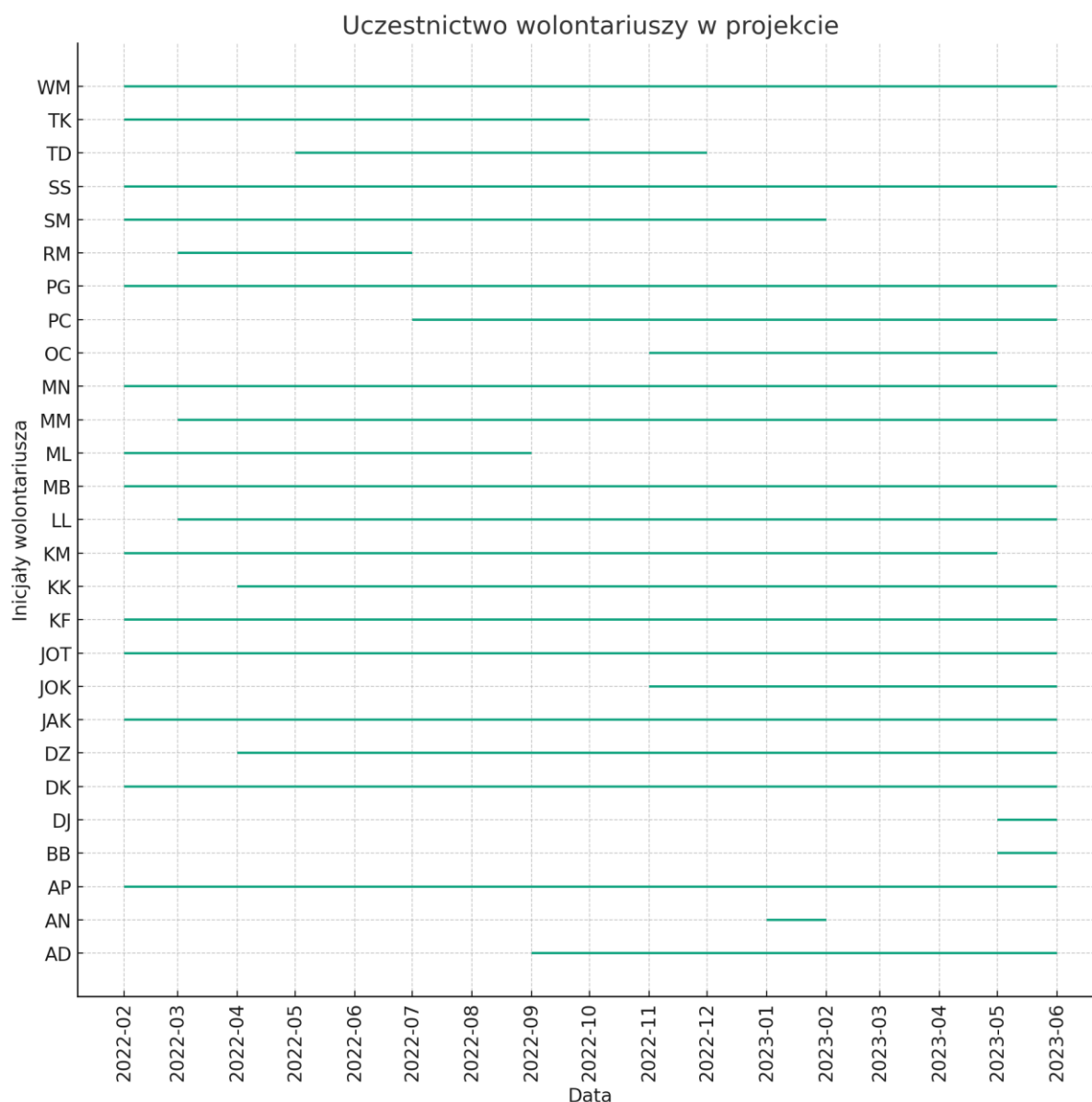
- ⇒ W monitorowanym okresie realizowano działania wspierające kierowane do grupy 27 osób, z czego 14 uczestniczyło w projekcie przez cały okres jego realizacji w monitorowanym okresie (tj. od lutego 2022 do maja 2023).

- ⇒ W ramach działań wszyscy wolontariusze uczestniczyli w spotkaniach i rozmowach wspierających z opiekunami merytorycznymi i z asystentami wolontariatu.
- ⇒ **7 wolontariuszy** wybrało miejsce aktywności wolontariackiej, dwie osoby odbyły pierwsze wolontaryjne aktywności, trzy osoby nie podjęły aktywności wolontariackiej z powodu pandemii, dwie osoby nie podjęły aktywności wolontariackiej z innych (własnych) przyczyn.
- ⇒ Większość wolontariuszy uczestniczących w projekcie jest zaangażowana i zmotywowana do działania, czasem wolontariusze deklarują jednocześnie chęć udziału w wolontariacie i czynniki utrudniające tę aktywność (np. trudności z pamięcią lub koncentracją wynikające z choroby, izolacje, zniechęcenie).

Działania z wolontariuszami

W projekcie realizowano działania aktywizujące do wolontariatu oraz wspierające w jego realizacji. W czasie realizacji tego modułu w projekcie – tj. od lutego 2022 do czerwca 2023, w projekcie wzięło udział 27 osób (9 kobiet i 18 mężczyzn), 11¹ z nich (w tym dwie kobiety) uczestniczyło w projekcie przez cały okres jego realizacji, tj. przez 16 miesięcy. Ostatnie z osób rekrutowanych do projektu (1 kobieta i 1 mężczyzna) rozpoczęły działania w maju 2023. Okres uczestnictwa wolontariuszy w projekcie przedstawia poniższy wykres.

¹ Do zweryfikowania we wtorek, po odebraniu drugiej części ankiet za czerwiec.



W ramach projektu wolontariusze najczęściej uczestniczyli w spotkaniach z osobami wspierającymi (opiekunem / opiekunką wolontariatu w organizacji realizującej projekt, koordynatorem /koordynatorką działań wolontariackich w organizacji przyjmującej do aktywności oraz kadrą projektu np. psychologiem). Z różną częstotliwością (w odniesieniu do różnych osób) realizowano następujące działania:

- spotkanie / rozmowa wstępna / wywiad z opiekunem merytorycznym,
- wypełnienie ankiety projektowej (także przy wsparciu asystenta),
- spotkanie indywidualne z asystentem,
- rozmowy z asystentem / asystentką wolontariatu,
- spotkanie indywidualne z asystentem (lub rozmowa telefoniczna ze względu na izolację),
- rozmowy z opiekunem / opiekunką wolontariatu,

- spotkanie grupowe z psychologiem,
- rozmowa z psychologiem,
- rozmowa z opiekunem merytorycznym,
- działania wolontarystyczne,
- szkolenie wolontarystyczne,
- spotkania z innymi wolontariuszami podczas wolontariatu.

Poziom zaangażowania uczestników

W badaniu na początku realizacji projektu opiekunowie wolontariatu (2 osoby) wskazywali na dość zróżnicowany poziom zaangażowania uczestników projektu. Bardzo zmotywowane i zaangażowane były dwie osoby uczestniczące w projekcie, średnio – 2, mało – cztery. W odniesieniu do pozostałych wskazano indywidualne aspekty charakteryzujące na zaangażowanie lub mogące je kształtować:

- Wolontariusz obecnie odbywa staż, który jest dla niego priorytetowy.
- Wolontariuszka wyrażała chęć uczestniczenia w działaniach. Zgłaszała często problemy z pamięcią wynikające z choroby. Obecnie uczęszcza do ŚDS „Przystań”.
- Wolontariusz wyrażał chęć uczestniczenia w działaniach, natomiast podkreślał, że w ostatnim czasie „często nie chce mu się nic”. Obecnie uczęszcza do ŚDS „Przystań”, jak wraca do domu podkreśla, że praktycznie nie podejmuje działań.
- Wolontariuszka wyrażała chęć uczestniczenia w działaniach. Ze względu na izolację z powodu choroby nie miałyśmy możliwości uczestniczyć na wolontariacie. Jest silnie zmotywowana. Wolontariuszka także pracuje zawodowo, stąd godziny popołudniowej wchodzi jedynie w grę.
- Wolontariusz wyrażał chęć uczestniczenia w działaniach. Był bardzo zadowolony z pierwszego spotkania w Fundacji Zielone Wzgórze. Jest bardzo zaangażowany i zmotywowany. Programowanie to jego pasja życiowa. Chce ją rozwijać i w przyszłości podjąć pracę w tym obszarze, to determinuje duże zaangażowanie wolontariusza.
- Wolontariusz wyrażał chęć uczestniczenia w działaniach. Obecnie uczęszcza do ŚDS „Przystań”. Zgłaszała problemy wynikające z choroby związane np. z koncentracją. Ankietę wypełnialiśmy ok 1,5 godz. Wolontariusz był bardzo zaangażowany i jest chętny na spotkanie indywidualne z psychologiem.

W okresie realizacji projektu zmieniało się nastawienie uczestników projektu do podjętej aktywności wolontariackiej, występowały też sytuacje, które miały wyraźny wpływ na zaangażowanie danej osoby w działalność wolontariacką i/lub w działania w projekcie. Zaangażowanie to było monitorowane indywidualnie, w odniesieniu do każdej z osób uczestniczących w projekcie.

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
1	AN	2		7	Zmiany: z wysokiego poziomu spadek, potem wzrost	Zmienne nastawienie do wolontariatu. Raczej wysoka motywacja na początku, zmniejszenie wskutek nieporozumień, na koniec ponowny wzrost. Jakość komunikacji z koordynatorką wolontariatu w miejscu realizacji (początkowo była słaba i przełożyła się na nieporozumienia i spadek zaangażowania w pierwszym okresie. Bezpośrednie rozmowy i wyjaśnienie sytuacji przełożyły się na wzrost zaangażowania do pierwotnego poziomu.
2	AP	16		Mały (9), średni (7), duży (1)	Poziom zaangażowania zmieniał się co kilka miesięcy.	Osoba uczestniczyła w wolontariacie w okresie 3 miesięcy, przez cały czas pozostając w projekcie i wyrażając zainteresowanie wolontariatem. Zaprzestanie działań wynikało z przeziębień w sezonie jesienno-zimowym (zarówno własnych jak i koordynatorki wolontariatu), później głównie ze względu na zobowiązania zawodowe.
3	AD	10	Zielone Wzgórze	Średni (6), duży (4)	Brak zmian, pozytywne nastawienie przez cały czas.	Osoba nie uczestniczyła w wolontariacie w dwóch miesiącach, raz z powodu odwołania zajęć, drugi z powodu przeziębienia. Odnotowano systematyczność i stabilizację w pozytywnej kondycji.
4	BB	2		Duży (2)	Brak zmian w krótkim okresie.	Osoba uczestniczyła w wolontariacie przez 2 miesiące. Odnotowano stabilizację w pozytywnej kondycji, a także, że

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
						osoba zapisała się na wolontariat z inną osobą i razem mają większą motywację.
5	DK	15	Viva Kotylion	10 (6), 9 (4), 8 (2), 2 (1), 0	Od znikomego do bardzo dużego zaangażowania	Osoba deklarowała, że wolontariat jest dla niej dodatkowym zajęciem, najważniejszy jest staż i praca, początkowo te dwa aspekty (zawodowe) destabilizowały aktywność wolontariacką . Po uzyskaniu stabilizacji życia prywatnego i zawodowego osoba wznowiła wolontariat i była bardzo zaangażowana w działania, w jednym miesiącu odnotowano przerwę wynikającą z urlopu.
6	DJ	2	Viva Kotylion	Duży (2)	Brak zmian w krótkim okresie.	Osoba uczestniczyła w wolontariacie przez 2 miesiące. Odnotowano stabilizacja w pozytywnej kondycji, a także, że osoba zapisała się na wolontariat z inną osobą i razem mają większą motywację.
7	DZ	15	Viva Kotylion	Początkowo średni, później mały i zerowy, w ostatnim miesiącu - średni	Zmienne	Zaangażowanie w wolontariat było początkowo (około 2 miesiące) średnie, później przez kolejne 10 miesięcy brak aktywności, w przedostatnim miesiącu ponowne niewielkie zaangażowanie i zerowe w ostatnim. 4 miesiące działań wolontariackich. W pierwszym miesiącu i w trakcie aktywności wolontariackiej zepsuł się odkurzacz, przez co osoba bardzo się zestresowała i ten nastrój utrzymał się przez kolejne kilka tygodni do czasu, aż ktoś z personelu ŚDS przekazał inny, używany sprzęt do Kotylionu. Były to łącznie dwa miesiące aktywności wolontariackiej, później kondycja tej osoby pogorszyła się, w ciągu kolejnych miesięcy była ona hospitalizowana i korzystała z opieki lekarskiej. Po zakończeniu leczenia osoba wróciła do wolontariatu. Z

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
						notatek wynika, że słabsza kondycja zdrowotna przekładała się na brak własnej aktywności w zakresie wolontariatu, pomimo deklarowanego zainteresowania tą aktywnością.
8	JAK	16	Świetlica podwórkowa	Wysoki – przez cały okres	Brak zmian – wysokie zaangażowanie przez cały okres	Działania wolontariackie (lub gotowość do ich świadczenia) odnotowano przez cały okres projektu. Osoba po dwóch miesiącach wdrożyła się i samodzielnie docierała do placówki. Zdarzało się, że jeśli wolontariat nie był realizowany, to za każdym razem z przyczyn zewnętrznych lub losowych : dzieci uczestniczyły w innych zajęciach / miały ferie, zmieniano lokalizację świetlicy, na czas wolontariatu wypadła wizyta u dentysty, osoba przeziębiała się / gorzej się czuła. Odnotowano widoczną stabilizację w pozytywnej kondycji i systematyczność, a także, że osoba jest pozytywnie nastawiona, regularnie chodzi na wolontariat i lubi to robić.
9	JOK	8	Dom Dziennego Pobytu	Początkowo wysoki, przez średni do zerowego	Brak zmian – pozytywne nastawienie przez cały czas	Osoba realizowała działania wolontarystyczne w okresie 3 miesięcy, przy czym także i w tym okresie aktywność ta była ograniczona (jedna zamiast dwóch wizyt) ze względu na złe samopoczucie lub słabą kondycję. Odnnotowano stabilizację w pozytywnej kondycji przez większość projektu, jednak ze względów zdrowotnych (słaba kondycja) osoba zaprzestała prowadzenia działań wolontariackich w trzech ostatnich miesiącach.
10	JOT	16	Zielone Wzgórze	Od znikomego po bardzo wysokie.	Bardzo zmienne	Osoba realizowała wolontariat w okresie 11 miesięcy (z różną intensywnością w poszczególnych miesiącach). Odnotowano, że „nastawienie do podjętej aktywności

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
						wolontariackiej można porównać do chorągiewki na wietrze. Rano na zbiórce mówi, że nie chce jechać, jak już pojedzie, cieszy się, że pojechała. Dwa dni później nie chce jeździć na wolontariat. Jak pojedzie na wolontariat czuje radość i wdzięczność." Stale wymaga wsparcia i motywowania przez cały okres projektu, zapewnianego przez zespół asystentki, koordynatorki oraz okresowo także psychologa. To wsparcie zespołu jest czynnikiem motywującym i mobilizującym do działania. Czynniki osłabiające występowały w odniesieniu do sytuacji rodzinnej (osłabienie kondycji w maju i czerwcu ze względu na trudne relacje z córką i święta dnia matki /dziecka, które o tym przypominają). Drugi powód to brak pieniędzy na bilety (niska umiejętność gospodarowania budżetem).
11	KK	13	Viva Kotylion	Stabilnie wysoki poziom chęci do działań przez większość projektu	Różnie: od średniego, przez wysoki do zerowego	W okresie 7 miesięcy osoba realizowała wolontariat, w tym także realizując dodatkowe zajęcia w kociarni. „Życzliwość koordynatorów w Fundacji + wsparcie asystenta w dalszym ciągu wyraźnie wpłynęła na podtrzymanie częstotliwości spotkań na wolontariacie.” Po dwóch miesiącach od rozpoczęcia projektu odnotowano stabilną systematyczność, samodzielność i pracowitość, które utrzymywały się przez kolejne 7 miesięcy. Aktywność została zakończona z powodu choroby mamy – osoba wołała zostać w domu i towarzyszyć mamie, w tym czasie kontakt zmniejszył się praktycznie do zerowego zaangażowania w dwóch ostatnich miesiącach. Odnotowano, że w ostatnich dwóch miesiącach

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
						„zaangażowanie w projekcie jest na poziomie odpowiednim do sytuacji zdrowotnej”.
12	KF	15	ŚDS (1 m-c), Zielone Wzgórze (14)	Wysoki (od rozpoczęcia wolontariatu)	Stabilnie wysoki	14 miesięcy aktywności wolontariackiej w Fundacji Zielone Wzgórze. Ważne było wsparcie na początku projektu: „Na chwilę obecną mamy cel rozpocząć wolontariat. Wolontariusz sam nie kontaktuje się z asystentem, czeka na informację.” Potrzeba stymulacji i wsparcia była odnotowywana przez cały czas. Czynniki wpływające na tę osobę to praca w grupie i działa na plus jeśli wszystko jest ok, ale wpływały także np. lęki innego wolontariusza. Przez długi czas notowano stabilną systematyczność i punktualność, czasem także „Gotowość podejmowania kolejnych nowych wyzwań pod warunkiem wsparcia asystentki.”
13	KM	16	brak	Znikomy	Brak zmian	Brak aktywności wolontariackiej poddawanej ocenie. Nastawienie praktycznie się nie zmieniło – osoba nie była pewna, czy w ogóle jest zainteresowana wolontariatem, planowała wziąć udział choć raz aby sprawdzić czy takie działania się jej spodobać, ale ostatecznie nie dotarła. W maju osoba zrezygnowała z udziału w projekcie ze względu na brak czasu i kwestie zdrowotne.
14	LL	13	Viva Kotylion (3), Zielone Wzgórze (1)	Średni	Zmienny, okresowo większe zainteresowanie jednak	4 miesiące aktywności w wolontariacie. Początkowo był z tą osobą trudny kontakt, po rozpoczęciu działań odnotowano poprawę relacji i zainteresowanie działaniami. W kolejnych miesiącach trudności mieszkaniowe i finansowe spowodowały skoncentrowanie się na poszukiwaniu pracy i

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
					nieznacznie przekładające się na działania wolontariackie	finalnie wyjazd za pracę. W czasie aktywności wolontariackiej odnotowano, że osoba „jest otwarta ma wolontariat, jeśli sytuacja prywatna jej na to pozwala.”
15	MB	15	Viva Kotylion	Bardzo duży	Zaangażowanie przez cały czas na bardzo wysokim poziomie	13 miesięcy działań wolontaryjnych. W tym czasie dwa czynniki wpływały na zaangażowanie i zadowolenie z działania: w jednym miesiącu był to dyskomfort wynikający ze współpracy z inną osobą odbywającą wolontariat, wówczas zmieniono grupę i problem został rozwiązany. Druga okoliczność to podjęcie pracy zawodowej, która była priorytetem. Praca trwała jeden miesiąc, później osoba zrezygnowała. Odnotowano także zmianę kondycji zdrowotnej w tym czasie. W kolejnym miesiącu sytuacja ustabilizowała się i osoba wróciła z pełnym zaangażowaniem do wolontariatu.
16	ML	8	-	Średni, później mały	Zmniejszenie	Osoba nie podjęła wolontariatu, początkowo ze względu na pandemię i obostrzenia, później ze względu na brak zgody opiekunki w Klubie Samopomocy, do którego uczęszcza.
17	MM	14	Viva Kotylion	Średni, później mały	Zmniejszenie	Osoba uczestniczyła w wolontariacie przez 8 miesięcy. Początkowo osoba wykazywała zainteresowanie i angażowała się w miarę możliwości (utrudnieniem były dojazdy do Łodzi). Później osoba rozpoczęła studia i pomimo deklarowanego zainteresowania nie miała czasu na wolontariat.
18	MN	17	Zielone Wzgórze (2),	Mały, później bardzo mały	Zmniejszenie	W pierwszym miesiącu odnotowano, że osoba w drodze na wolontariat odczuwała „silny lęk i sam nie wiedział czy chce

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
			Dom Dziennego Pobytu (1)			uczestniczyć w projekcie czy nie”. W kolejnym miesiącu wolontariat (i dojazd) był realizowany wspólnie z inną osobą, co zmniejszyło poziom lęku. Niemniej – osoba przestała chodzić na wolontariat. Po kilku miesiącach zrealizowano wolontariat w innym miejscu, jak się okazało – było to także krótkotrwałe. Osoba unikała tej aktywności nie podając wyraźnego powodu.
19	OC	7	Dom Dziennego Pobytu	Bardzo niski	W pierwszym miesiącu zainteresowanie średnie, później zerowe.	1 miesiąc aktywności wolontariackiej. Po pierwszych działaniach osoba była zadowolona i deklarowała dalsze zaangażowanie. Po krótkiej przerwie związanej z chorobą ta osoba nie uczestniczyła w wolontariacie. Przekazała, że „mama zasugerowała jej, że zajęcia w ŚDS „Przystań” więcej jej dadzą niż chodzenie na wolontariat i że ona się tam źle czuje”.
20	PC	12	Viva Kotylion	Średni	Zainteresowanie było bardzo zmienne	Wolontariat realizowano w okresie 9 miesięcy, z różną intensywnością i z kilkutygodniową przerwą. Odnotowano problem z zachowaniem osoby podczas wolontariatu, rekomendowana konsultacja psychologiczna nie została przeprowadzona, ale po przerwie w wolontariacie osoba kontynuowała działania już bez problemów.
21	PG	15	Zielone Wzgórze, Labore Simul	Raczej wysoki	Zmienny wysoki	10 miesięcy działań wolontariackich, które w początkowym okresie projektu zostały na krótko przerwane przez pogorszenie kondycji zdrowotnej. Działania wolontariackie w pełni pokrywały się z zainteresowaniami realizującej je osoby. Równolegle zaangażowała się w podobne działania w innej organizacji. Druga organizacja przystąpiła do projektu i

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
						już w ramach współpracy z Centerkiem osoba odbywała tam najpierw wolontariat a później płatny staż.
22	RM	5	Viva Kotylion (1)	Średni, później mały	Zmniejszenie	Osoba uczestniczyła w projekcie sporadycznie, w pierwszym okresie była hospitalizowana, w międzyczasie rozpoczęła działania wolontarystyczne, ale później podjęła pracę i to całkowicie kolidowało z dodatkowymi aktywnościami.
23	SS	15	Zielone Wzgórze (7), ŚDS Przyszań (1)	Raczej wysoki	Początkowo duże zainteresowanie, później zmiana na minus ze względu na staż	Rozpoczęcie wolontariatu było możliwe przy indywidualnym podejściu (np. przeznaczenie dwukrotnie więcej czasu na rozmowy przygotowujące), osoba była zaangażowana w podejmowane działania. Czynnikiem negatywnym były natrętne myśli (np. że jest się leniwym człowiekiem), co przekładało się na słabszą pracę wolontariacką i słabsze relacje w grupie, w tym aktywny udział w sytuacji konfliktowej. Kolejną stresującą okolicznością było przygotowanie do podjęcia stażu. Odnotowano, że osoba „jest w procesie, aby w najbliższych miesiącach podjąć staż. Okazuje się, że wyjście ze strefy komfortu, powoduje wzrost lęków i natrętnych myśli.” W ramach działalności wolontariackiej dobrze sprawdzała się formuła współpracy z koordynatorem 1:1 i duże wsparcie w przepracowaniu własnych pojawiających się trudności osoby odbywającej wolontariat. Ta działalność została zawieszona wraz z rozpoczęciem stażu.
24	SM	13	Happy Kids	Wysoki	Stały w okresie aktywności	Osoba uczestniczyła w wolontariacie w okresie 4 miesięcy. W okresie wolontariatu pojawiły się trudności w komunikacji ze strony koordynatorki, co przekładało się na mniejszy

Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post

Lp.	ID osoby	Liczba miesięcy udziału w projekcie	Miejsce wolontariatu	Średni ogólny poziom zaangażowania	Zmiana w nastawieniu	Sytuacje wpływające na zmianę
						entuzjazm i słabsze zainteresowanie wolontariatem, który został zawieszony ze względu na poród i opiekę nad niemowlęciem.
25	TD	8	-	Znikomy	Stale było słabe zainteresowanie	Ze względu na złe samopoczucie psychiczne nie podjęto żadnych działań w wolontariacie.
26	TK	9	Biblioteka – poza projektem (4)	Średni i mały	Spadek	Osoba oczekiwała przez kilka miesięcy na rozpoczęcie wolontariatu, opóźnione najpierw przez obostrzenia związane z pandemią, później z innych powodów goszczącej placówki (DPS). W międzyczasie osoba nawiązała współpracę z biblioteką i tam (poza projektem) podjęła aktywność wolontariacką, którą kontynuowała przez kolejne kilka miesięcy, później zakończyła udział w projekcie ponieważ i tak nie miała czasu na dodatkowe zajęcia.
27	WM	17	Viva Kotylion	Duży i średni	Niewielkie wahania	Wolontariat realizowany był przez cały okres projektu, aczkolwiek czasem z niewielką intensywnością (raz w miesiącu, czasem dwa razy). Zdarzały się nieobecności wynikające z przyczyn losowych (np. w dniu dyżuru wypadało święto) albo ze względu na zmęczenie po pracy.

Ocena wybranych aspektów zachowań i postaw wolontariuszy

Średnie wartości w badaniach na początek i na koniec projektu

Opiekunowie wolontariatu oceniali także wybrane aspekty (cechy) zachowań i postaw wolontariuszy uczestniczących w projekcie, przy czym 6 podanych cech ma charakter pozytywny (im wyższa ocena tym lepiej) a 2 mają charakter negatywny (im niższa ocena tym lepiej). Przyjęto skalę 0-10, gdzie 0 jest oceną najniższą oznaczającą brak danej cechy, a 10 to nota najwyższa.

W badaniu przeprowadzonym na początku realizacji projektu zestawiono i uśredniono zebrane dane. Średnia z ocen w odniesieniu do poszczególnych pozytywnych zagadnień mieściła się w przedziale 5,5 (pewność siebie) do 7,5 (umiejętności przydatne w codziennym życiu). Cechy negatywne (poziom lęków i napięcie) występowały wśród uczestników średnio na poziomie 4-4,4.

Dla poszczególnych cech wskazano w pierwszym badaniu także dominantę – wartość występującą najczęściej dla każdej z podanych cech (oraz częstotliwość z jaką występuje). Im wyższa jest wartość dominanta, tym wyższa jest zaznaczana najczęściej nota. Maksymalna wartość dominanta to 10 (gdyby taką notę wskazywano dla danej cechy najczęściej), a najwyższa częstotliwość to 14 – gdyby tę samą notę wskazano dla wszystkich osób objętych badaniem.

W zestawieniu poniżej: najwyższą dominantą to 8 odnotowana w odniesieniu do punktualności (4 osoby), umiejętności przydatnych w codziennym życiu (4 osoby) oraz samodzielności (3 osoby). Najczęściej dla jednej cechy wskazywano dominantę na poziomie 5 – w odniesieniu do poczucia własnej wartości u pięciu osób.

Tabela 1 Średnia i dominanta dla cech ocenianych przez opiekunów wolontariatu uzyskana w pierwszym badaniu

Cechy	średnia	dominanta (częstotliwość)
1 pewność siebie – p	5,5	7 (4)
2 poczucie własnej wartości – p	5,8	5 (5)
3 poziom lęków – n	4,0	2 (3)
4 poziom napięcie – n	4,4	2 (3)
5 systematyczność – p	6,1	8 (5) oraz 5 (4)
6 punktualność – p	6,4	8 (4)
7 samodzielność – p	6,1	5 (4) oraz 8 (3)
8 umiejętności przydatne w pracy i w codziennym życiu – p	7,5	7 (4) oraz 8 (4)

Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonego badania

Szczegółowe wartości dla wszystkich osób

Dane zbierano przez cały okres projektu (opiekun i opiekunka wolontariuszy przygotowywali co miesiąc notatkę obrazującą kondycję każdej z osób uczestniczących w projekcie).

Samooceń cech i postaw wolontariuszy

Kwestionariusz samooceny dla wolontariuszy składał się z 61 pytań pogrupowanych w 13 obszarów tematycznych (po 4 pytania do każdego obszaru) i 9 pytań dotyczących ogólnej kondycji. Uczestnicy badania wskazywali w 10-stopniowej skali (od 0 – najniższa, do 10 – najwyższa ocena) w jakim stopniu zgadzają się z podanym stwierdzeniem.

Zestawione w tabeli poniżej wyniki pokazują, że średnio najwyżej wolontariusze oceniali: aktywność w obszarach zaangażowanie, tolerancja i akceptacja różnorodności oraz odpowiedzialność. Średnia wartości dla wszystkich zagadnień w ramach każdego z obszarów wynosiła 8,0. Spośród wszystkich odpowiedzi najwyższą średnią odnotowano w odniesieniu do twierdzenia „Jestem osobą wrażliwą” (8,7); „Gdy się do czegoś zobowiązę, to jest to dla mnie ważne.” (8,4); „Podjęcie się realizacji zadania zastanawiam się, w jaki sposób mogę je wykonać najlepiej.” (8,3) i „Zadanie, które otrzymuję, staram się wykonać na 100% swoich możliwości.” (8,3). Twierdzenia, w których średnia odpowiedzi jest najniższa: „Potrafię sprawnie działać pod presją (czasu, stresu, niespodziewanych zmian).” (3,9); „Jestem osobą odporną na stres i niespodziewane trudności.” (4,1) oraz „Łatwo dostosowuję się do zmian.” (4,1). W poniższym zestawieniu najwyższe średnie zaznaczono pogrubieniem, a najniższe wyróżniono niebieskim tłem.

W odniesieniu do większości zagadnień wskazano w tabeli także dominantę – notę najczęściej wskazywaną w odniesieniu do poszczególnych odpowiedzi. W niektórych zagadnieniach żadna nota nie była dominującą. W zestawieniu wyróżnia się obszar „Tolerancja i akceptacja różnorodności”, bowiem w odniesieniu do wszystkich czterech zagadnień najczęściej (średnio przez co trzeciego uczestnika badania) notą była ocena najwyższa z możliwych. W odniesieniu do opinii jednostkowych ocena 10 jest dominantą wskazaną przez połowę uczestników przy zagadnieniu „Jestem osobą wrażliwą”.

W pytaniach z zakresu ogólnego samopoczucia 12 osób wskazało, że odczuwa lęki oraz napięcie pojawiające się bez wyraźnej przyczyny. Spośród cech pozytywnych średnio najwyżej oceniana jest punktualność (7,5) a najniżej pewność siebie (4,9).

Tabela 2 Średnia i dominanta cech w samoocenie wolontariuszy

cecha	średnia	dominanta (częstotl.)
1. Zaangażowanie		
1a. Podejmując się realizacji zadania zastanawiam się, w jaki sposób mogę je wykonać najlepiej.	8,3	10 (5)
1b. Realizując zadanie staram się jak najlepiej wykorzystać swoją wiedzę i umiejętności.	7,8	8 (4)
1c. Zadanie, które otrzymuję, staram się wykonać na 100% swoich możliwości.	8,3	10 (5)
1d. Zadania, które realizuję, traktuję jako możliwość rozwijania swoich umiejętności lub zainteresowań.	7,5	10 (4)
2. Komunikatywność		
2a. Potrafię dostosować język i/lub sposób komunikacji do rozmówców (nieco inaczej rozmawiać w różnych okolicznościach).	6,3	8 (3)
2b. Potrafię wyrazić swoje zdanie w sposób zrozumiały dla innych.	5,9	7 (4)
2c. Podczas rozmowy uważnie słucham i staram się zrozumieć perspektywę osoby, z którą rozmawiam.	7,4	-
2d. Podczas rozmowy panuję nad emocjami (nie mówię czegoś, czego później żałuję).	6,1	5 (4)
3. Tolerancja i akceptacja różnorodności		
3a. Mam świadomość różnorodności języków, przyzwyczajęń, zwyczajów i tradycji.	8,2	10 (5)
3b. Chętnie poznaję osoby, które żyją inaczej niż ja ze względu na ich tożsamość	7,6	10 (5)
3c. Szanuję każdego człowieka, bez względu na jego pochodzenie lub cechy, które go wyróżniają.	8,2	10 (6)
3d. Staram się zrozumieć potrzeby wszystkich osób, niezależnie od tego, do jakich grup społecznych należą.	7,9	10 (5)
4. Uczenie się		
4a. Lubię się uczyć czegoś nowego i/lub rozwijać swoje zainteresowania.	7,9	10 (4) /6(4)
4b. Korzystam z każdej okazji, żeby nauczyć się czegoś nowego i/lub rozwijać swoje zainteresowania.	7,2	9 (4) /7 (4)
4c. Jeśli będę mieć taką możliwość, to zapiszę się na kurs lub studia.	5,9	9 (3)
4d. W wolnym czasie czytam książki i/lub długie publikacje dostępne w Internecie (np. czasopisma, blogi itp.).	5,4	-
5. Inicjatywa		
5a. Chętnie angażuję się w działania, które są dla mnie interesujące.	8,2	10 (4) /8 (4)
5b. Lubię, gdy coś się dzieje.	7,1	10 (4)
5c. Jeśli widzę taką potrzebę to angażuję się w działania trudne, wymagające dużo wysiłku.	6,1	-
5d. Często mam pomysły (na nowe działanie lub aby coś realizować lepiej).	6,4	7 (4)
6. Zorientowanie na wyniki		
6a. Jestem osobą rzetelną.	6,9	7 (4)
6b. Gdy podejmę się jakiegoś zadania, to wytrwale dążę do celu.	7,5	9 (4) /8 (4)
6c. Długoterminowe zadania realizuję cierpliwie, na każdym etapie ważna jest dla mnie jakość mojej pracy.	6,4	4 (5)
6d. Zrealizowanie zadania i /lub osiągnięcie założonych rezultatów daje mi satysfakcję z pracy.	7,6	9 (5)
7. Reagowanie na problemy		
7a. Jestem osobą odporną na stres i niespodziewane trudności.	4,1	-

cecha	średnia	dominanta (częstotl.)
7b. Potrafię sprawnie działać pod presją (czasu, stresu, niespodziewanych zmian).	3,9	-
7c. Lubię wyzwania.	5,8	-
7d. Uważam, że każdy problem ma swoje rozwiązanie i zawsze staram się je znaleźć.	6,7	-
8. Praca zespołowa		
8a. Podczas realizacji wspólnego zadania chętnie słucham sugestii i pomysłów innych osób.	7,4	10 (4)
8b. Podczas realizacji wspólnego zadania chętnie dzielę się swoją opinią i pomysłami.	7,1	-
8c. Lubię pracować z innymi ludźmi.	7,1	10 (4)
8d. Lubię czuć się częścią większego zespołu lub większego zadania.	6,9	-
9. Przywództwo		
9a. Lubię realizować zadania wspólnie z innymi ludźmi.	7,0	-
9b. Czuję się lubiany /lubiana przez innych.	6,1	-
9c. Mam wrażenie, że inni ludzie chętnie ze mną współpracują.	6,2	8 (4)
9d. Potrafię motywować innych do działania.	5,2	-
10. Odpowiedzialność		
10a. Dotrzymuję danego słowa.	8,1	9 (5)
10b. Gdy się do czegoś zobowiązę, to jest to dla mnie ważne.	8,4	10 (6)
10c. Zależy mi na dobrym wykonaniu zadania, którego się podejmuję.	8,0	10 (5)
10d. Jeśli popełniam w czymś błąd, to robię wszystko aby go naprawić.	7,5	-
11. Organizacja i planowanie		
11a. Zanim zacznę wykonywać zlecone zadanie, najpierw staram się zrozumieć, jaki jest jego kontekst	7,2	9 (4)
11b. Utrzymuję kontakt z innymi osobami, które są zaangażowane w realizację tego samego zadania.	6,4	-
11c. Realizując zadanie koncentruję się na celu (do czego moja praca jest potrzebna).	7,1	-
11d. Planowanie i monitorowanie (ocena) rezultatów to dla mnie jeden z elementów realizacji zadania.	6,7	-
12. Innowacyjność i kreatywność		
12a. Łatwo dostosowuję się do zmian.	4,1	5 (3)
12b. Lubię jak dzieje się coś nowego.	6,3	-
12c. Rozwiązując problemy szukam nowych rozwiązań.	6,1	9 (4)
12d. Staram się myśleć nieszablonowo.	5,8	5 (4)
13. Empatia		
13a. Jestem osobą wrażliwą.	8,7	10 (7)
13b. Odczuwam emocje innych osób w moim towarzystwie.	7,6	8 (4)
13c. Przykre emocje (smutek, strach, przygnębienie) innych osób w moim otoczeniu sprawiają, że udziela mi się ich nastrój.	7,3	10 (4)
13d. Potrafię się cieszyć z radości innych osób (w sytuacji, która mnie bezpośrednio nie dotyczy).	7,4	10 (5)

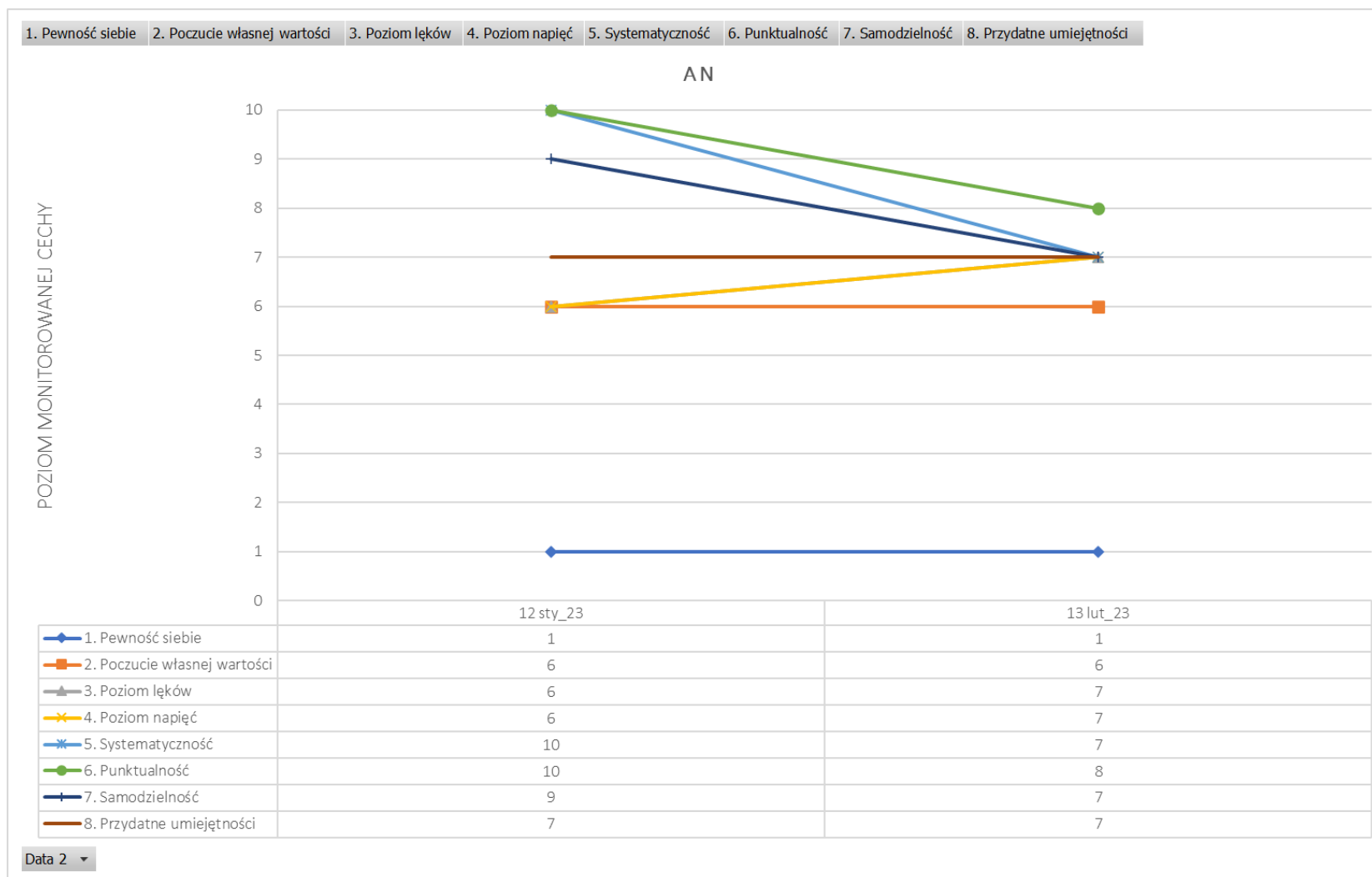
Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonego badania

Tabela 3 Średnia i dominanta ogólnego samopoczucia w samoocenie wolontariuszy

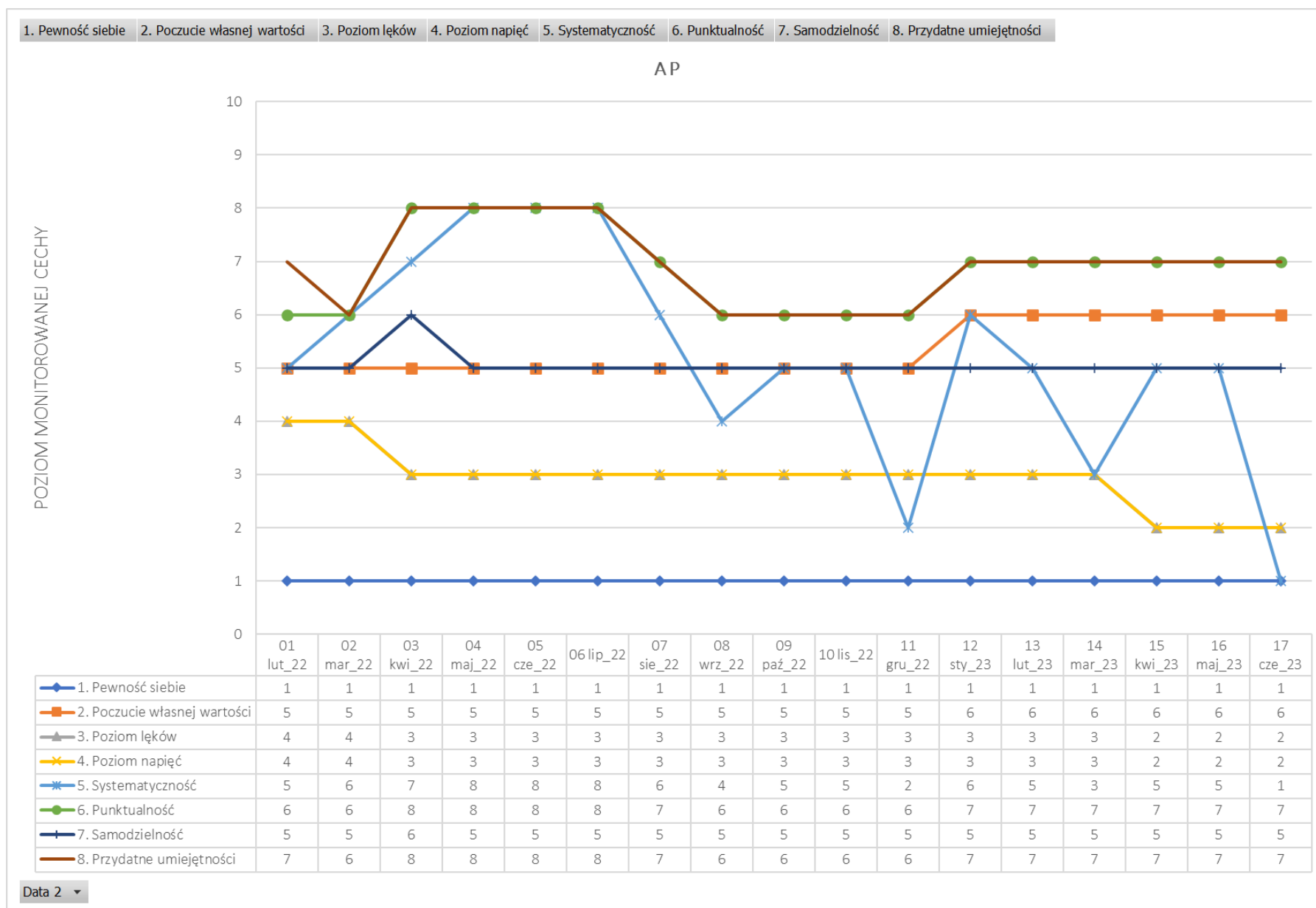
Cecha z zakresu: ogólne samopoczucie	średnia	dominanta (częstotl.)
a. Na ile oceniasz swój poziom pewności siebie?	4,9	7 (3)
b. Na ile oceniasz swój poziom poczucia własnej wartości?	5,6	
c. Czy odczuwasz lęk, który pojawia się bez wyraźnej przyczyny? --- 12 TAK	-	-
d. Jeśli w poprzednim pytaniu wybierzesz „tak”, to na ile oceniasz uciążliwość odczuwanego lęku?	6,1	
e. Czy odczuwasz napięcie, które pojawia się bez wyraźnego powodu? --- 12 TAK	-	-
f. Jeśli w poprzednim pytaniu wybierzesz „tak”, to na ile oceniasz uciążliwość odczuwanego lęku?	5,9	6 (3) / 5 (3)
g. Jak oceniasz u siebie systematyczność?	6,0	
i. Jak oceniasz u siebie punktualność?	7,5	10 (4)

Źródło: Opracowanie własne na podstawie przeprowadzonego badania

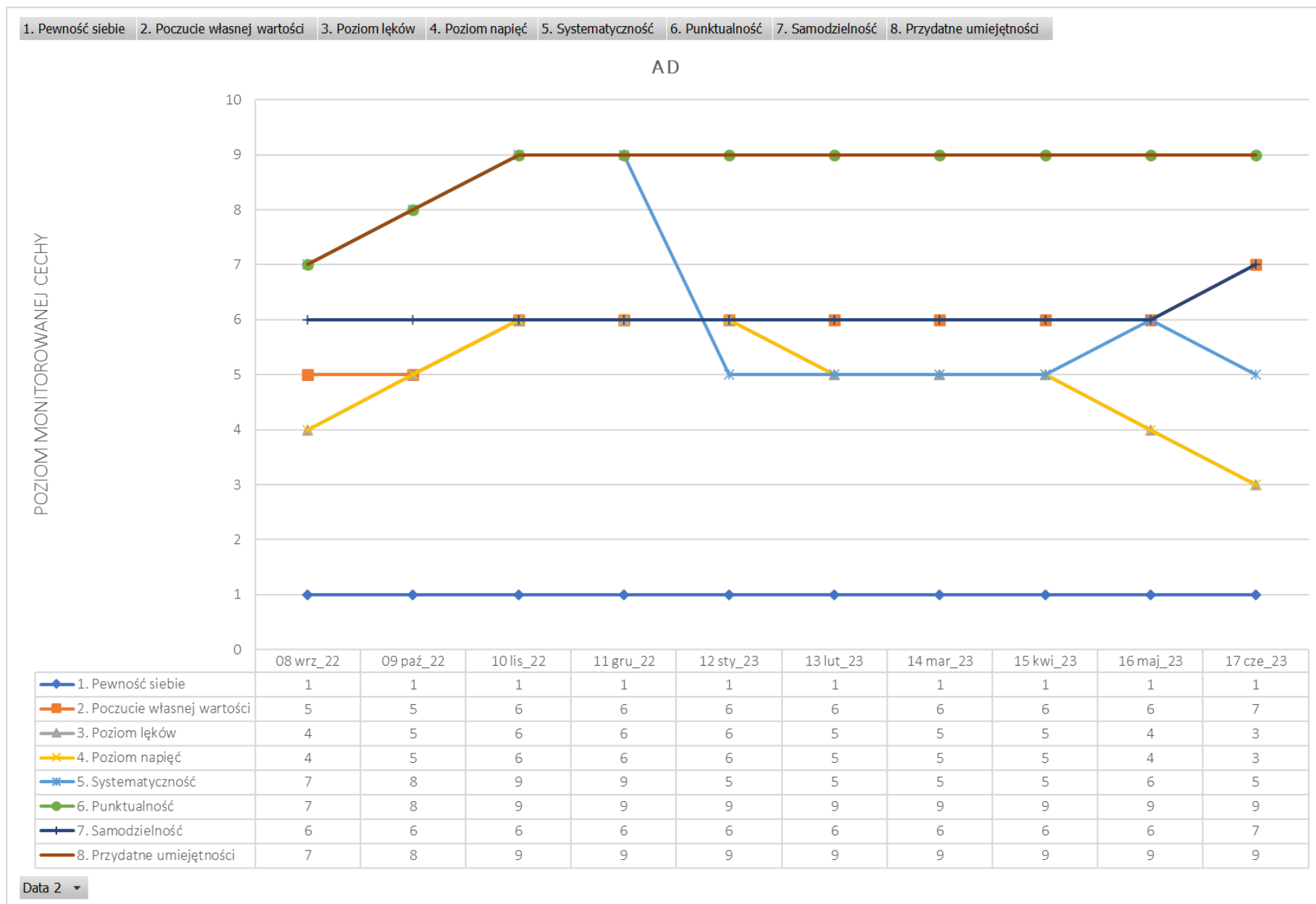
Zmiany cech i zachowań - wykresy



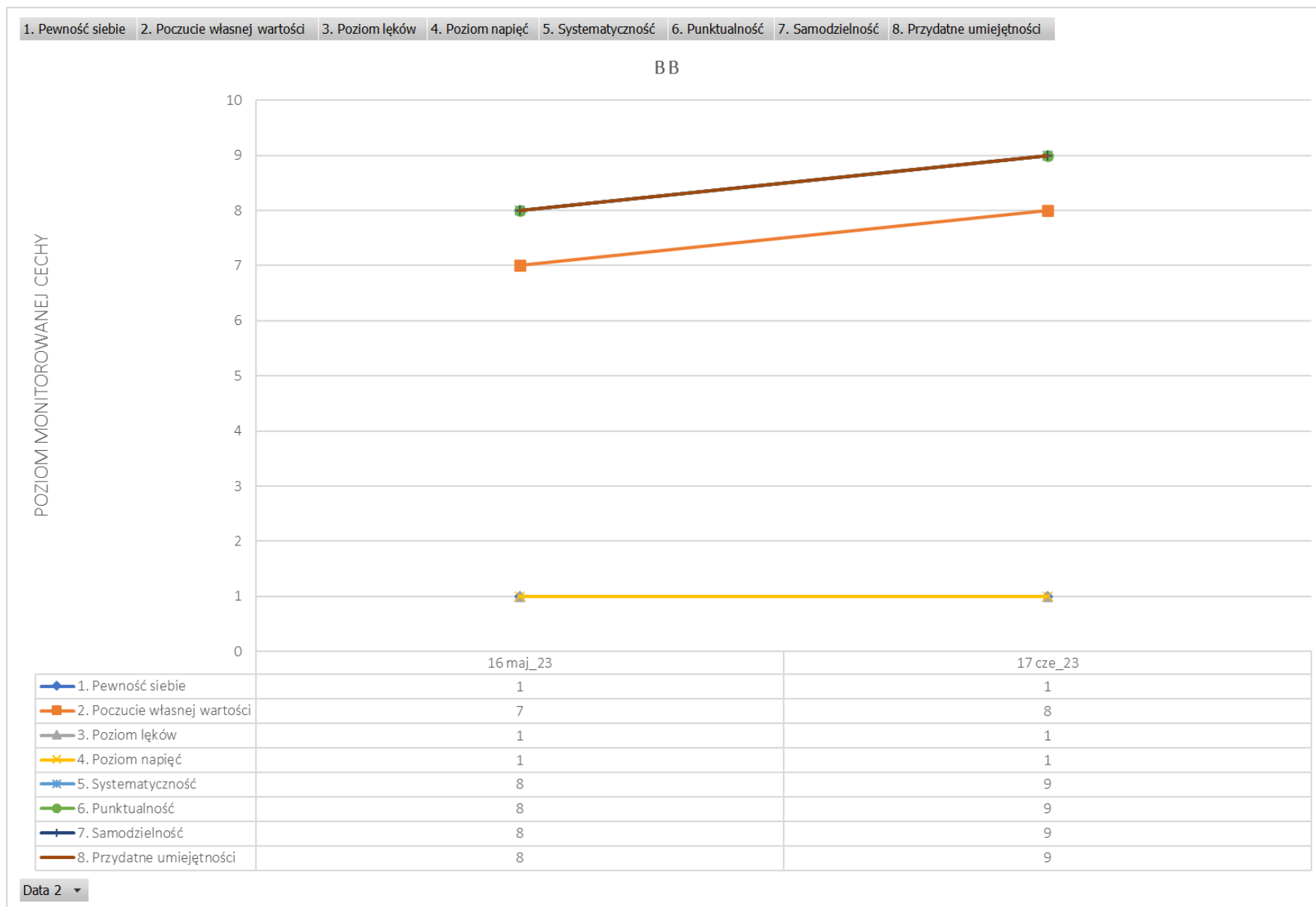
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



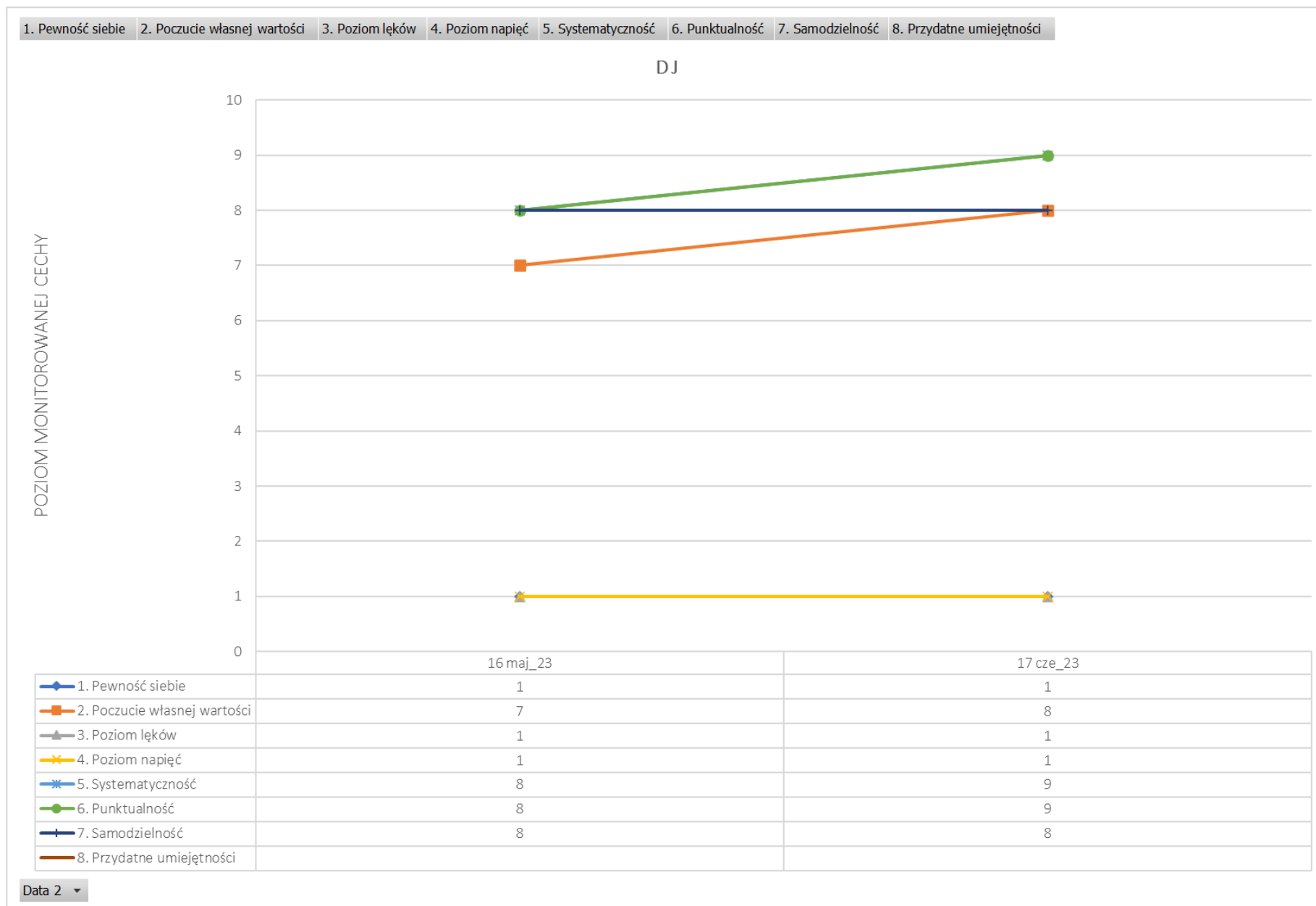
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



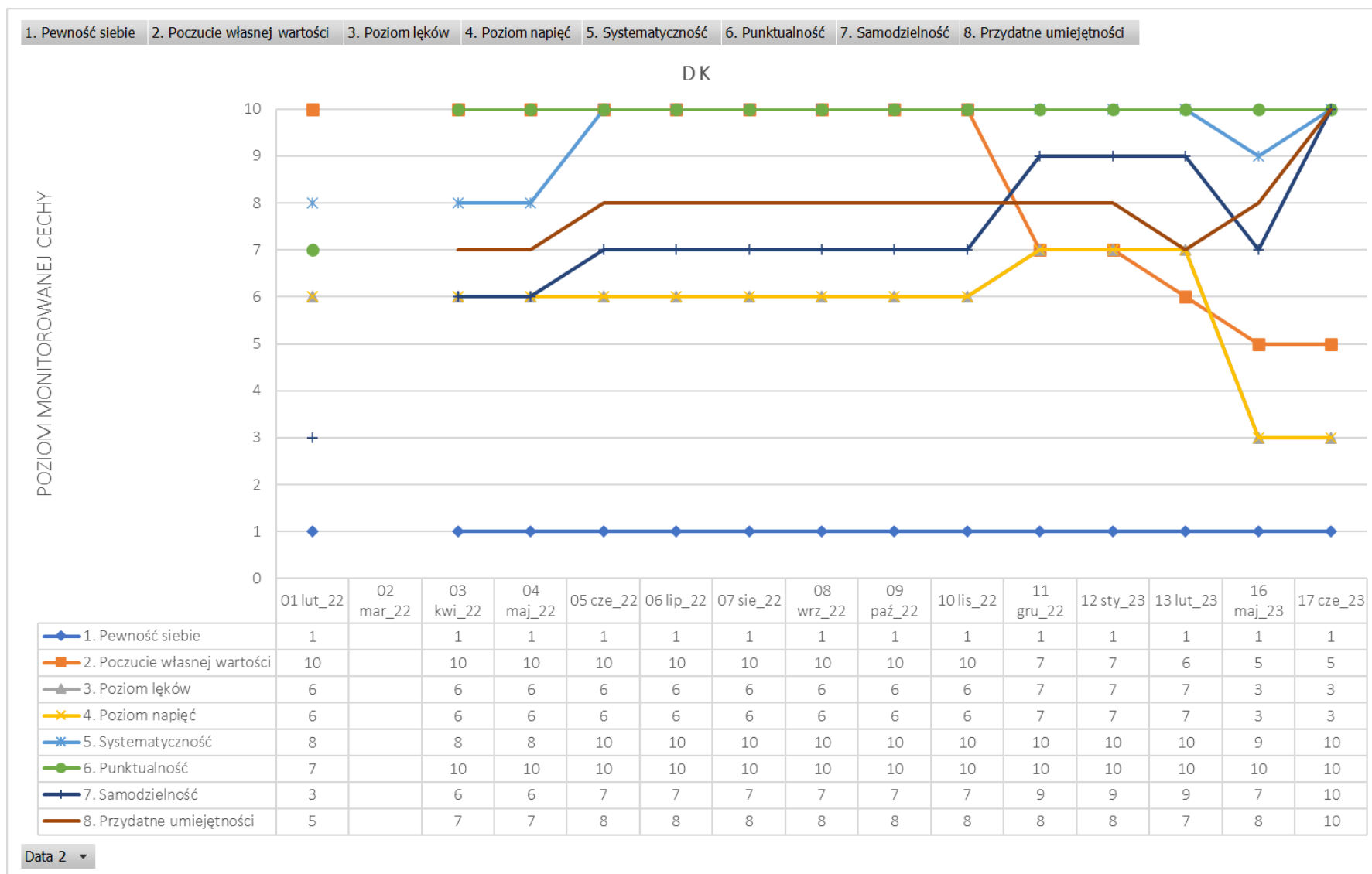
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



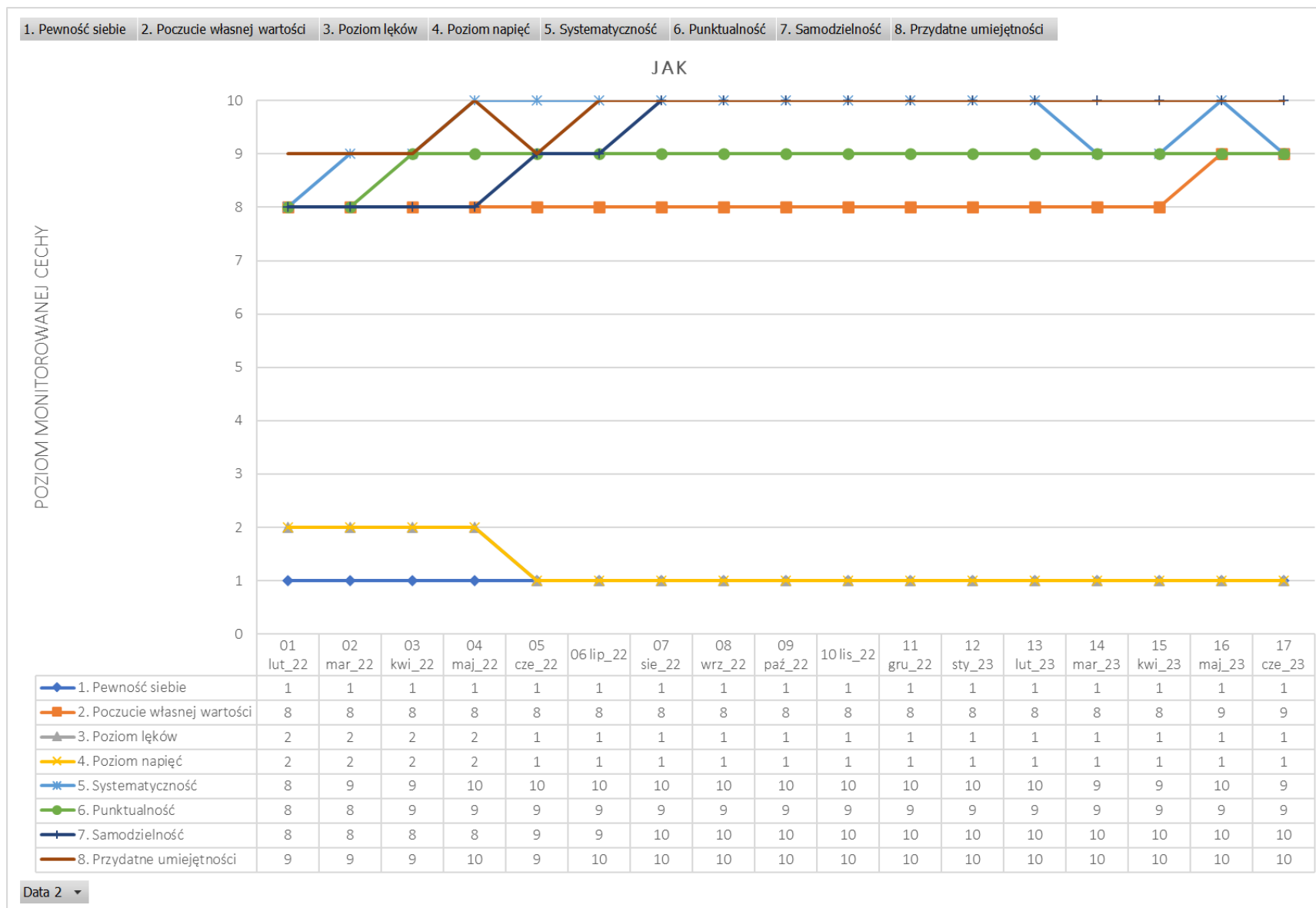
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



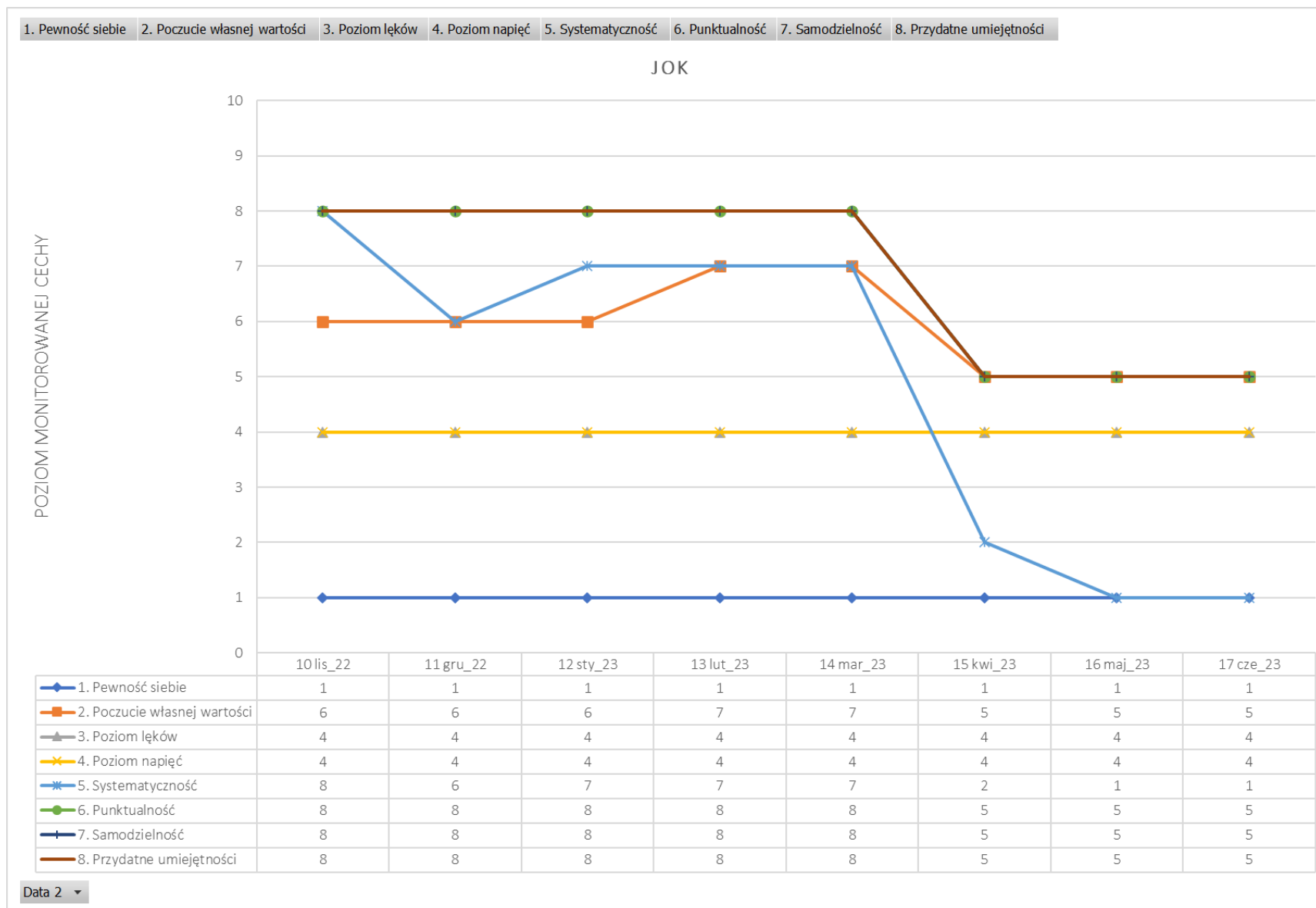
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



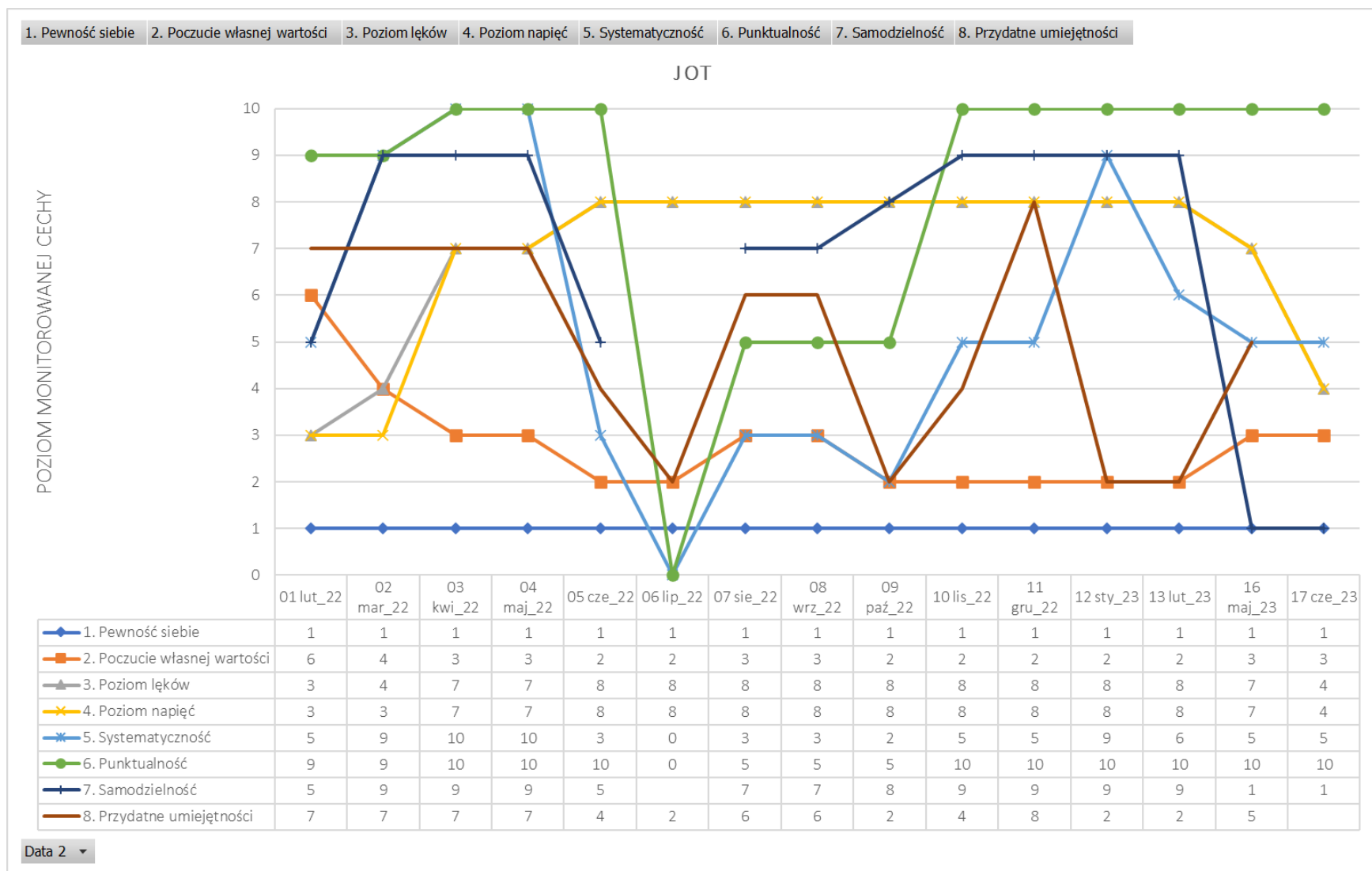
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



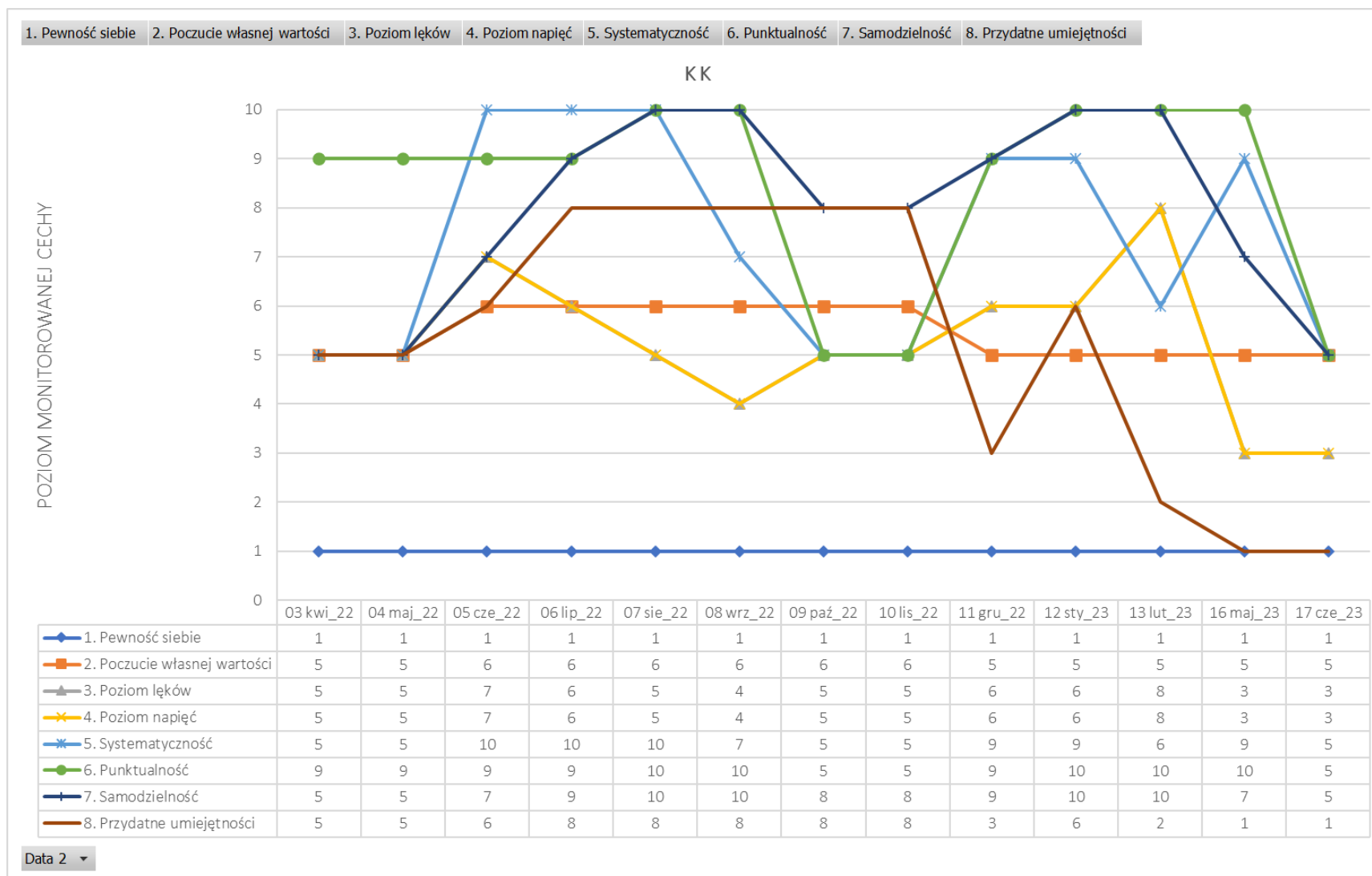
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



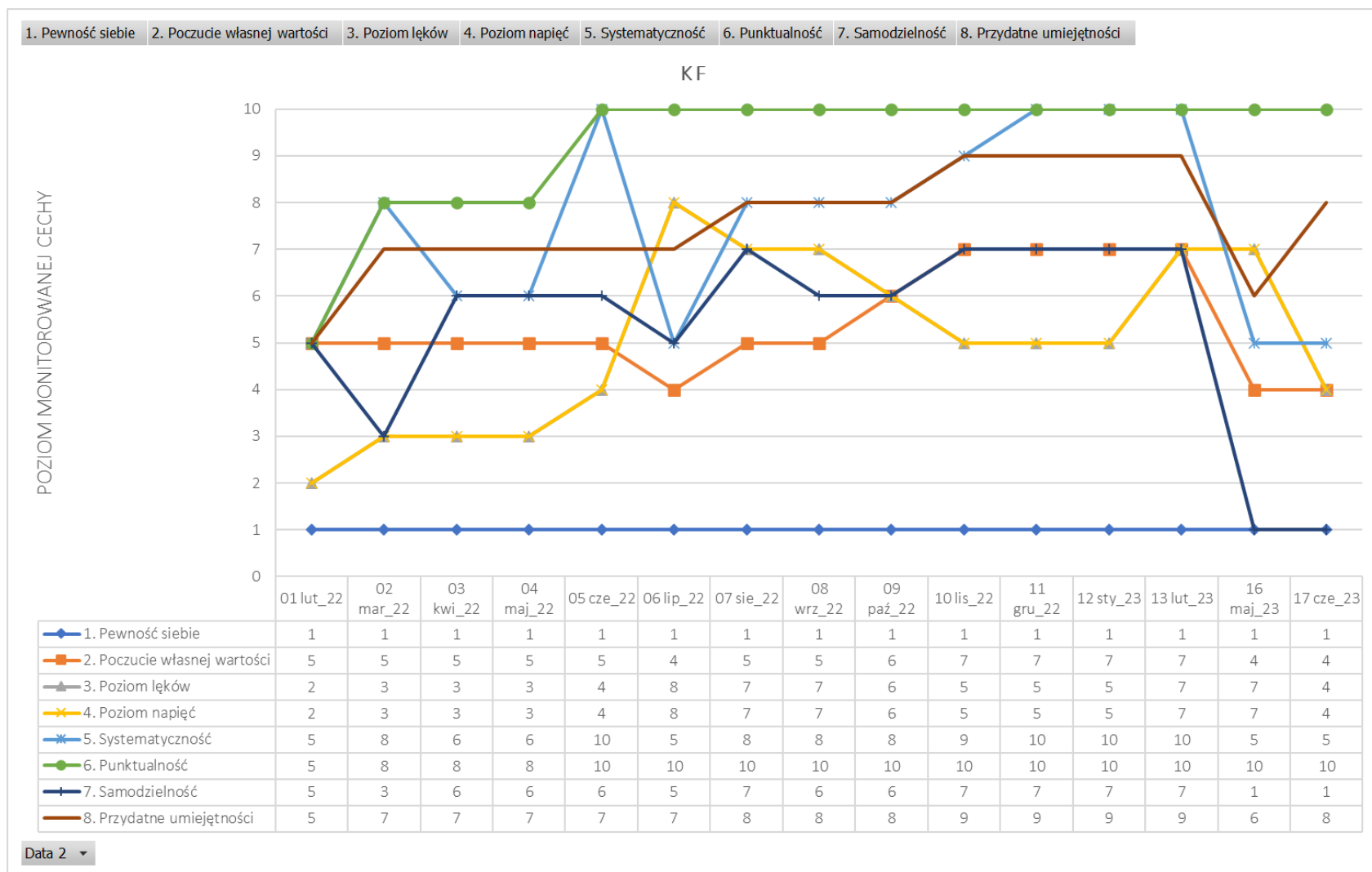
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



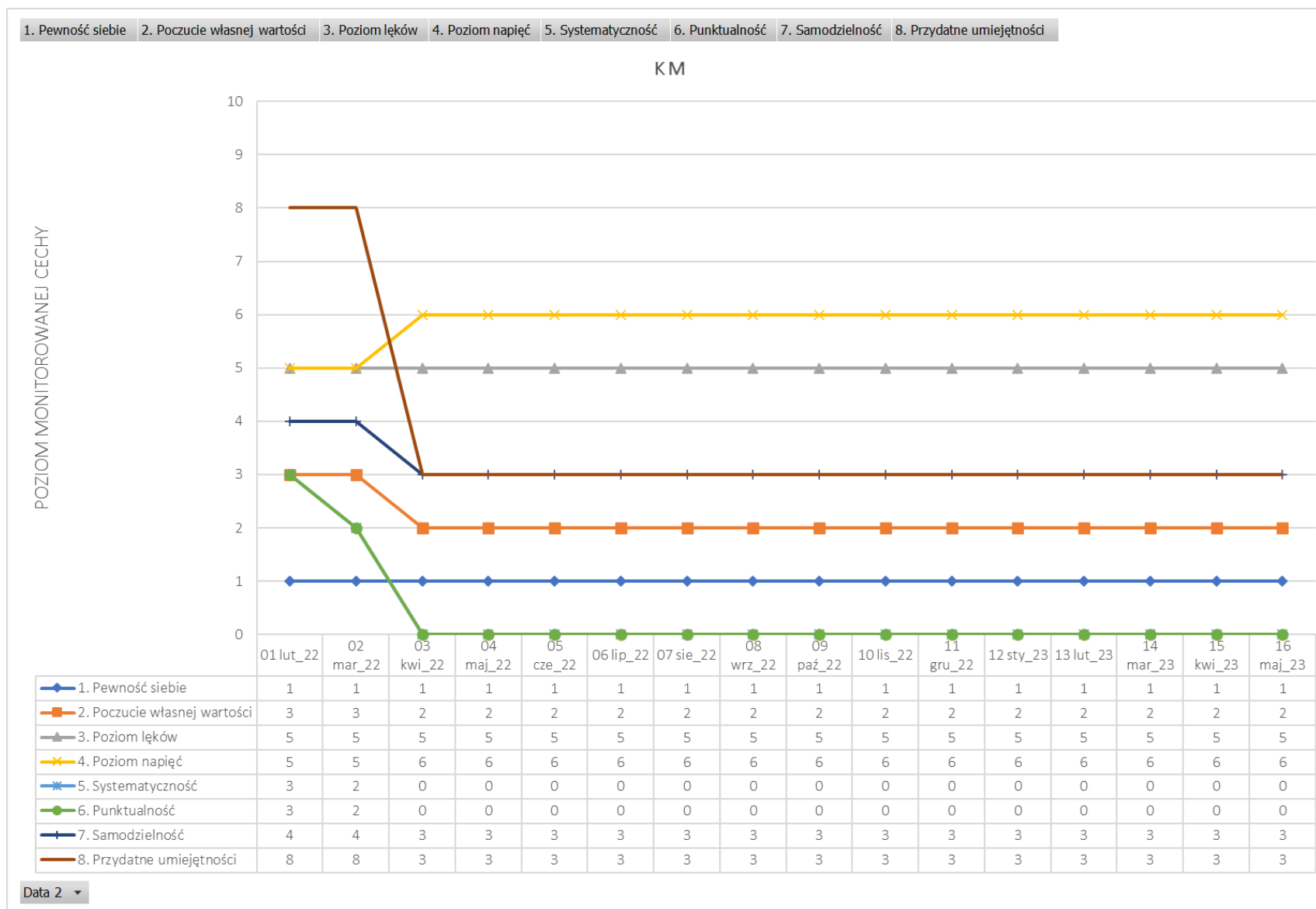
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



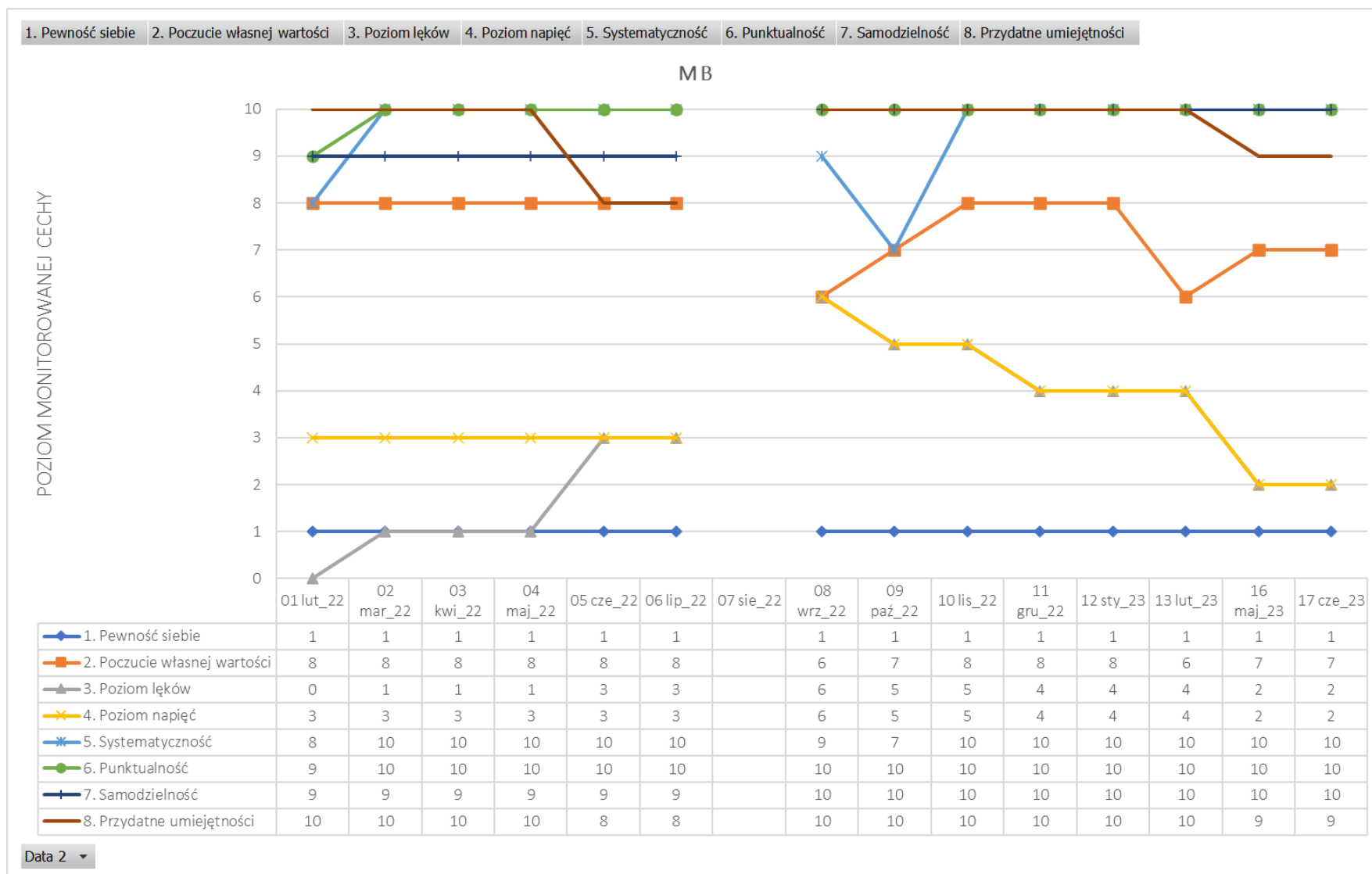
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



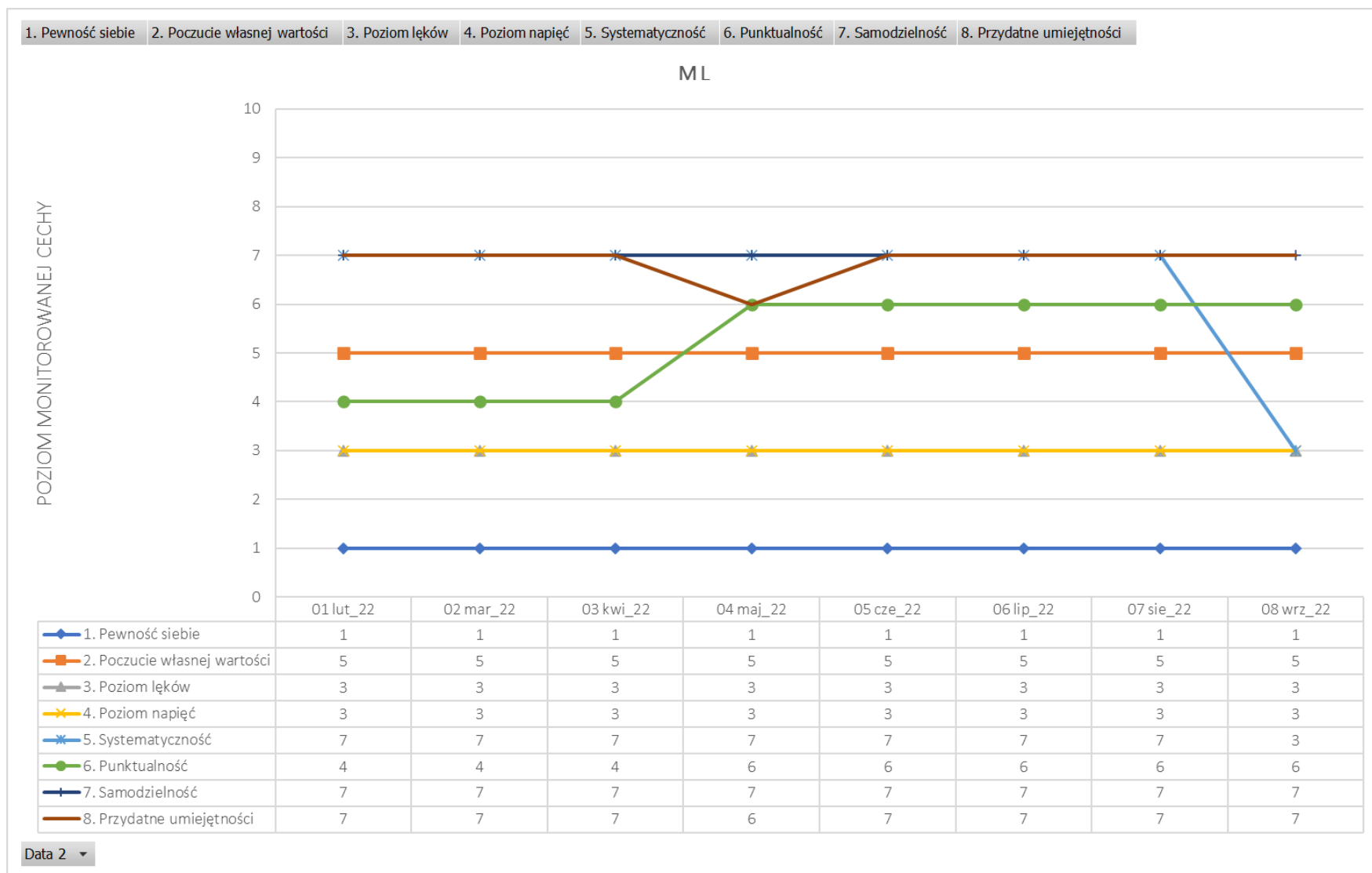
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



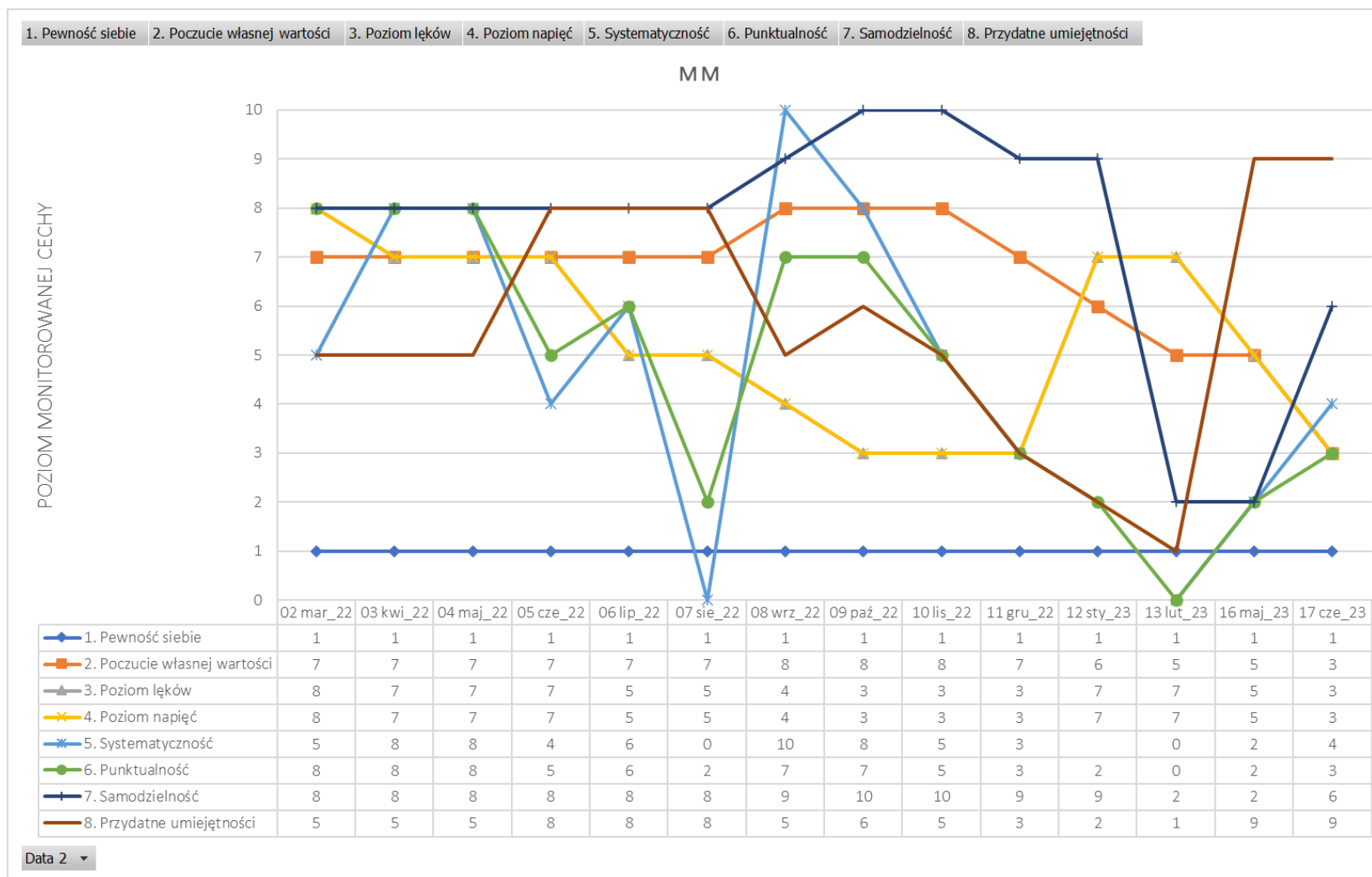
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



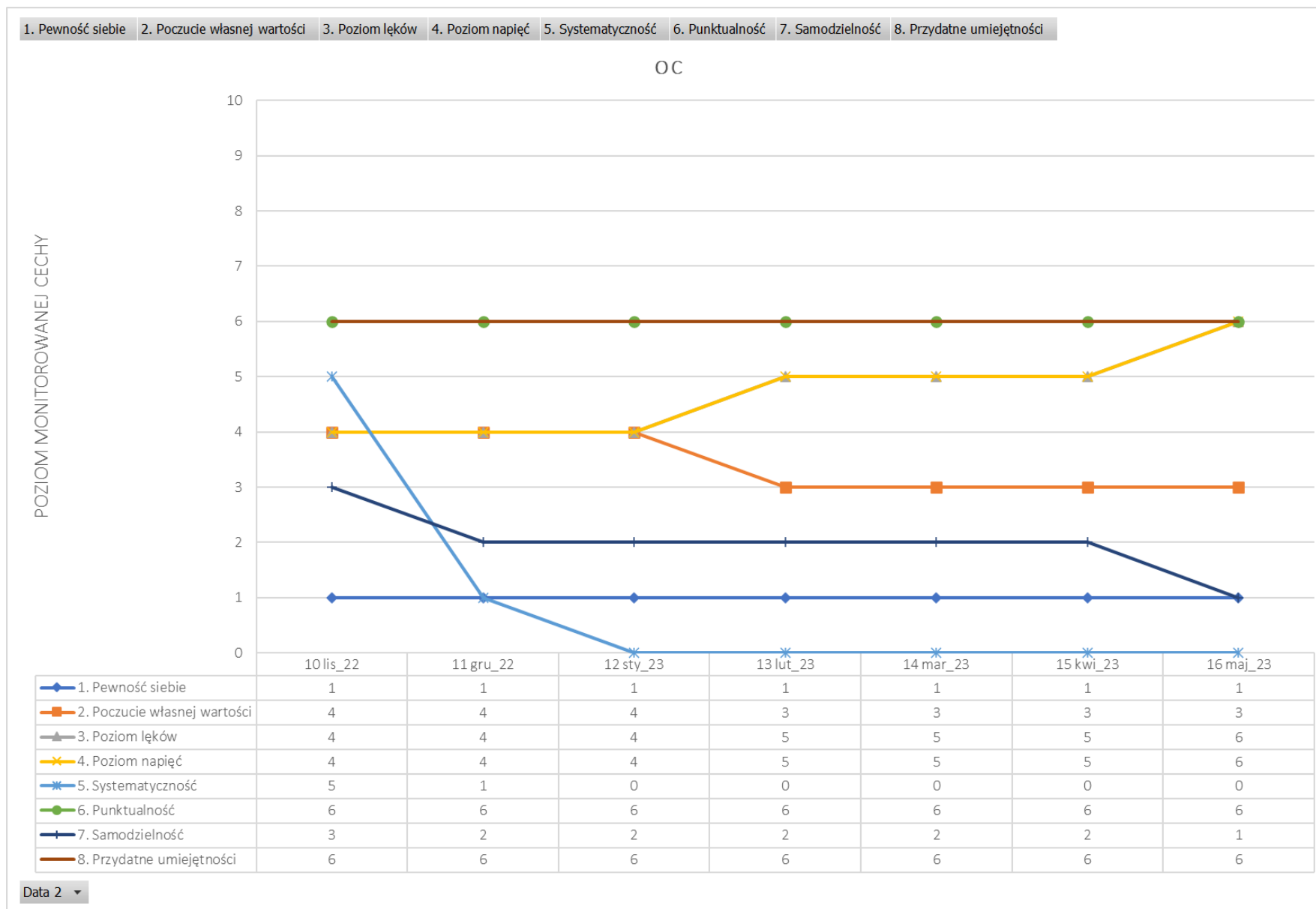
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



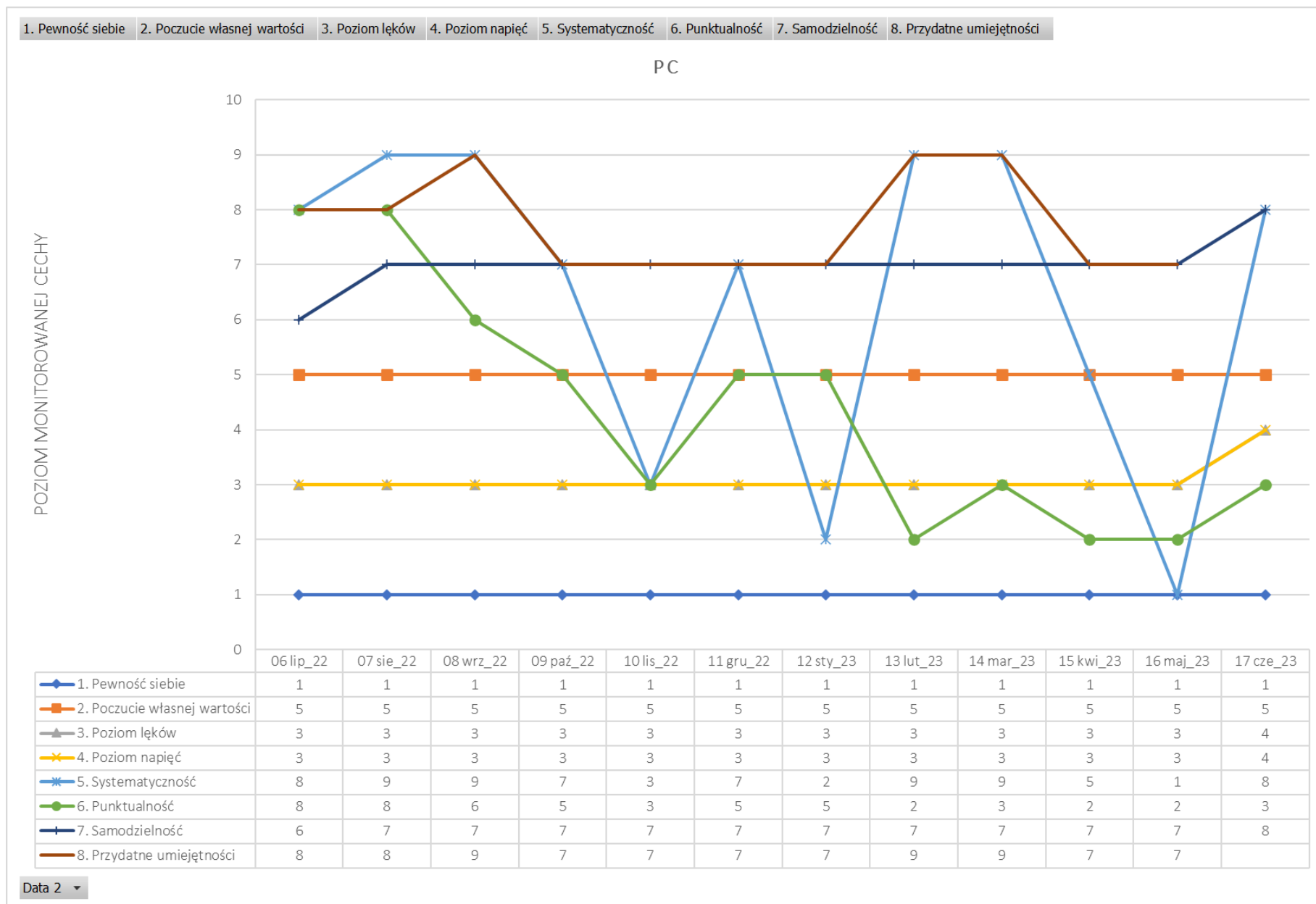
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



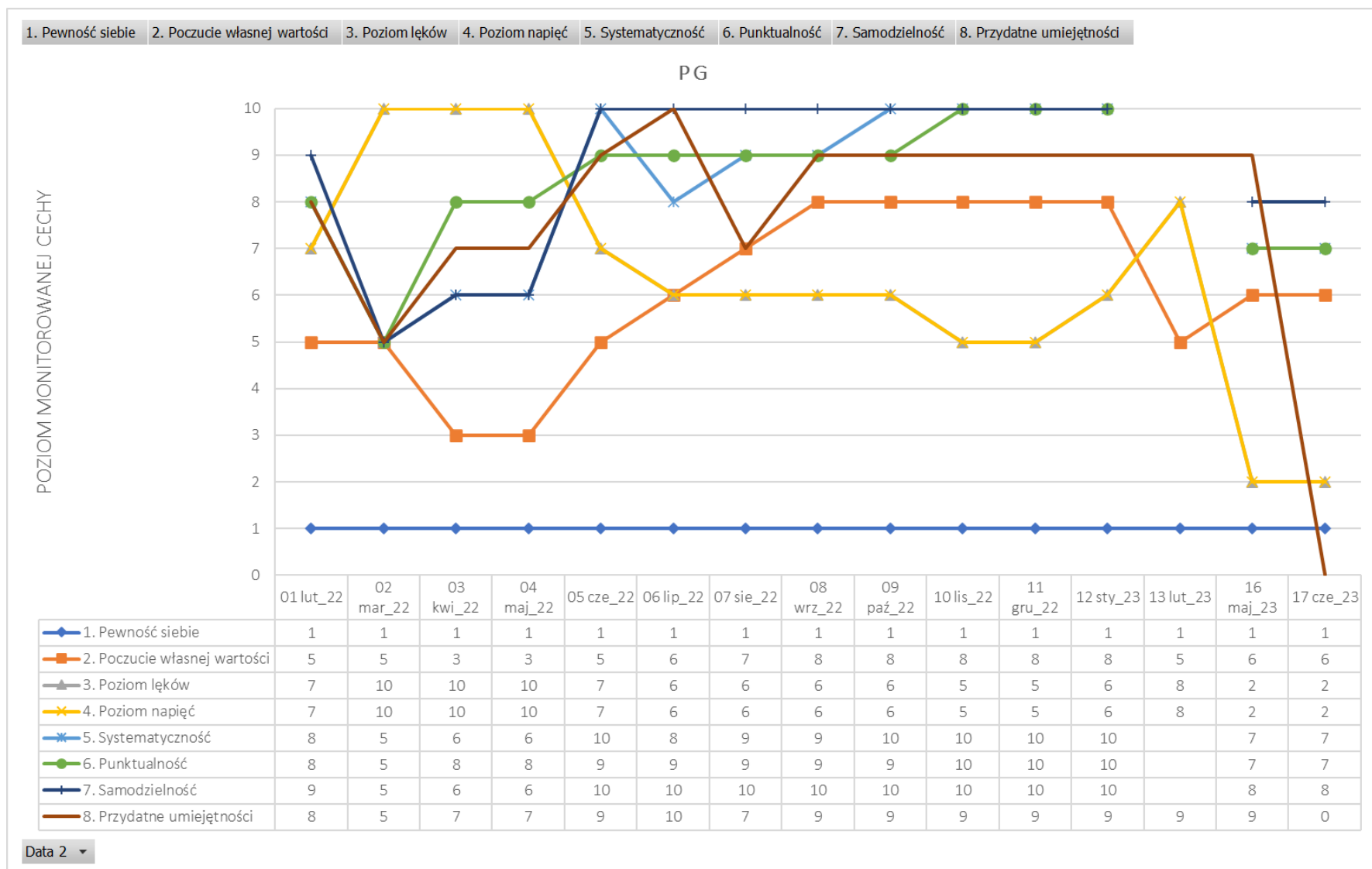
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



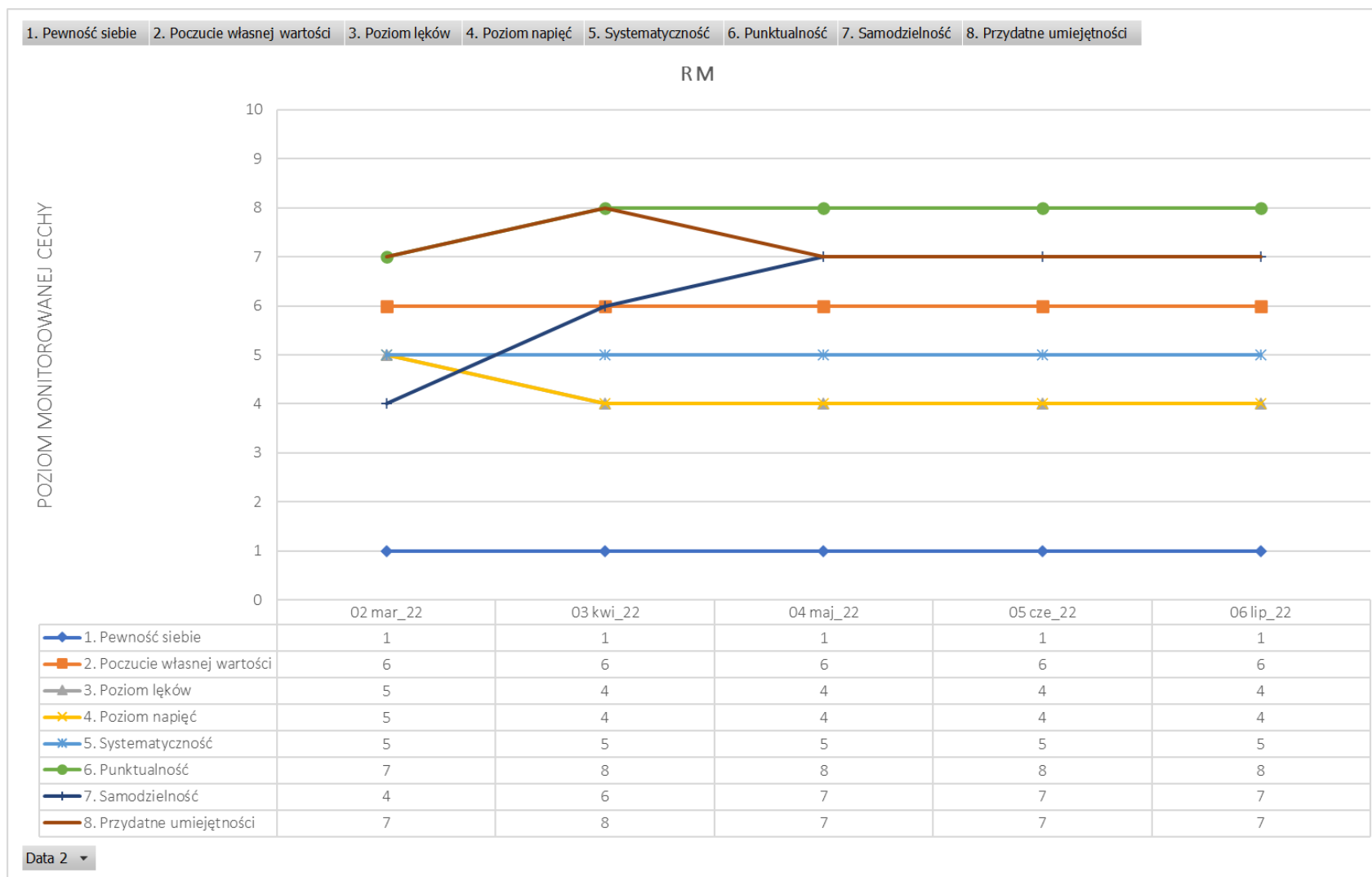
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



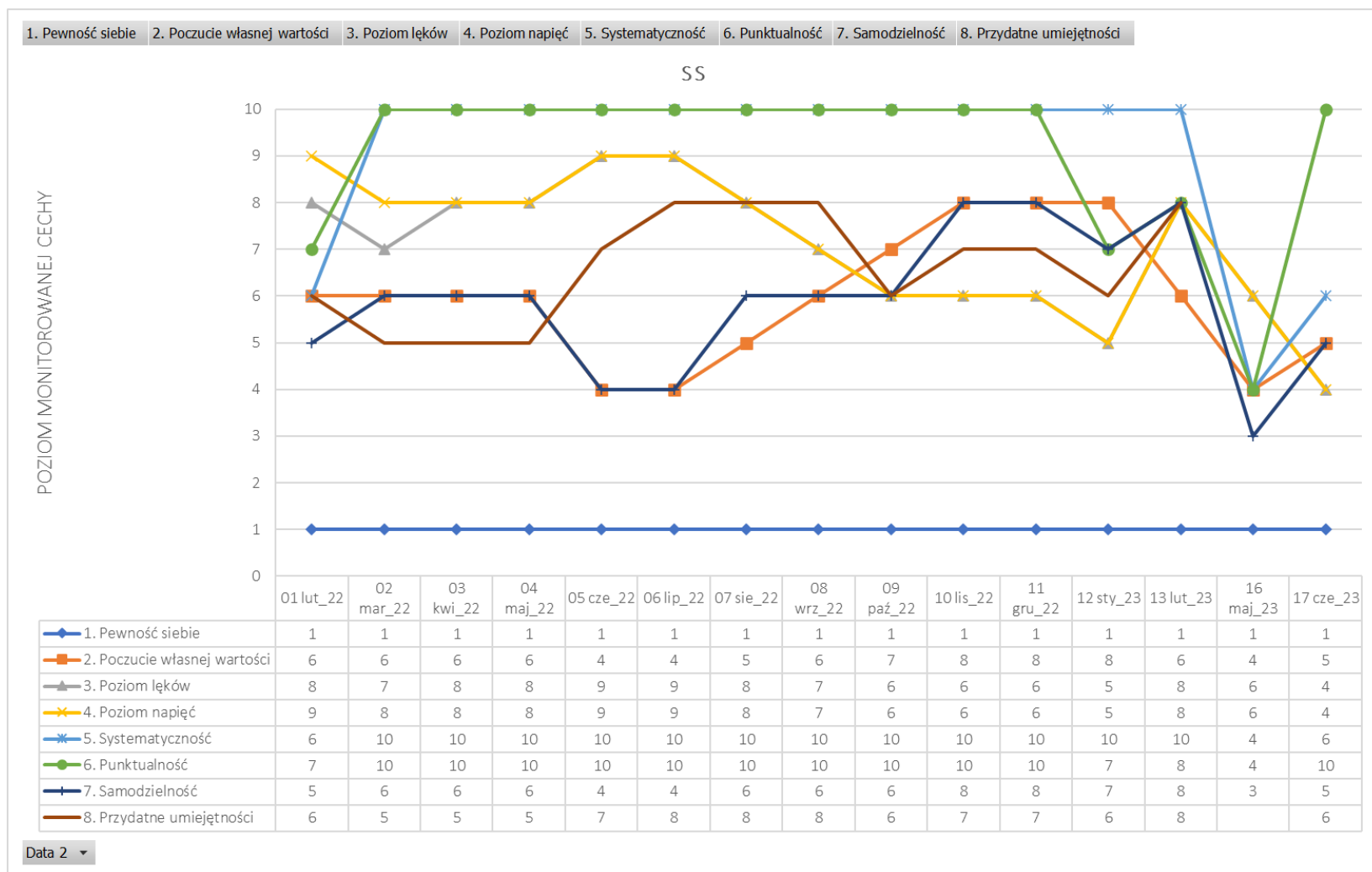
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



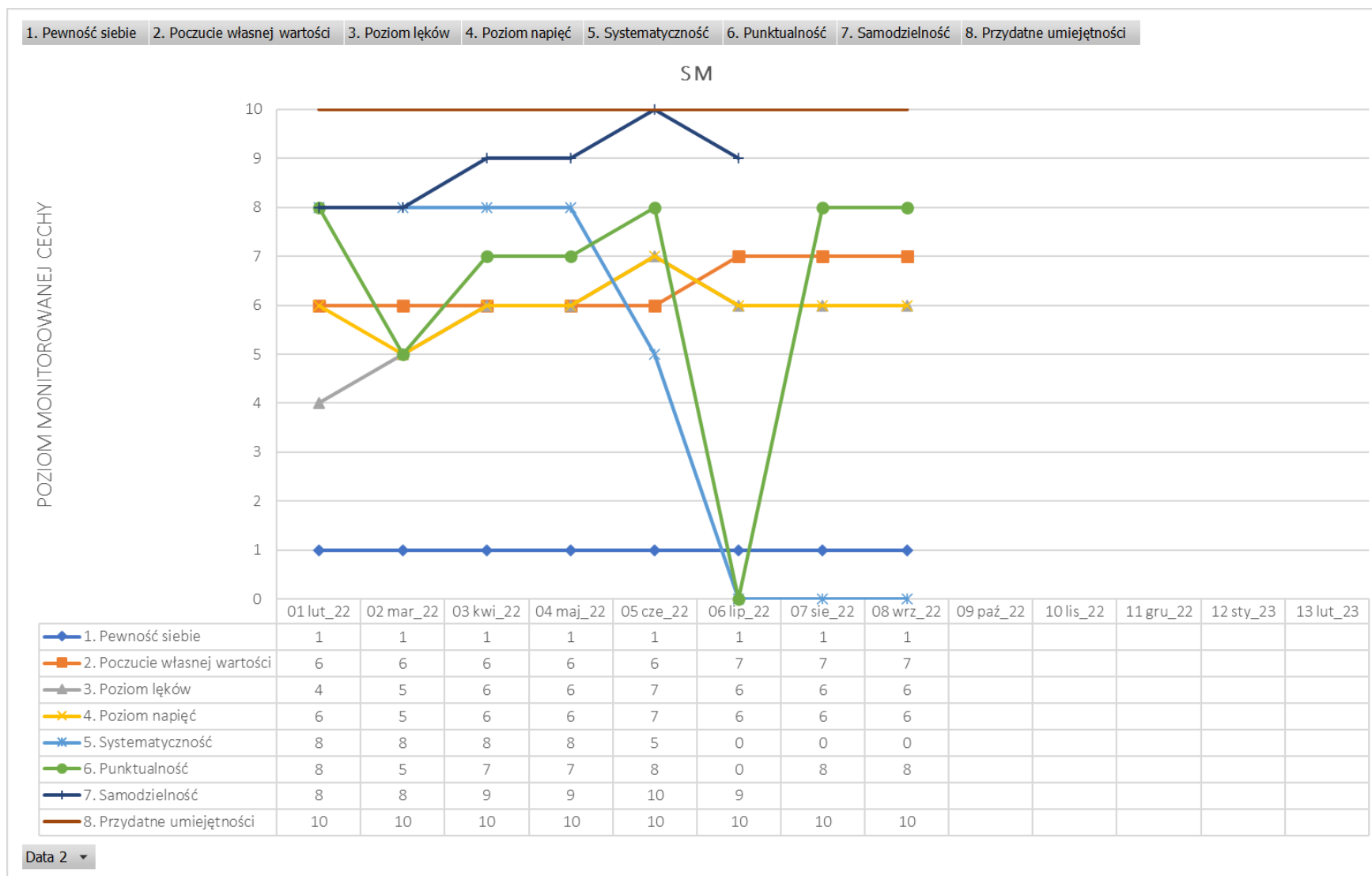
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



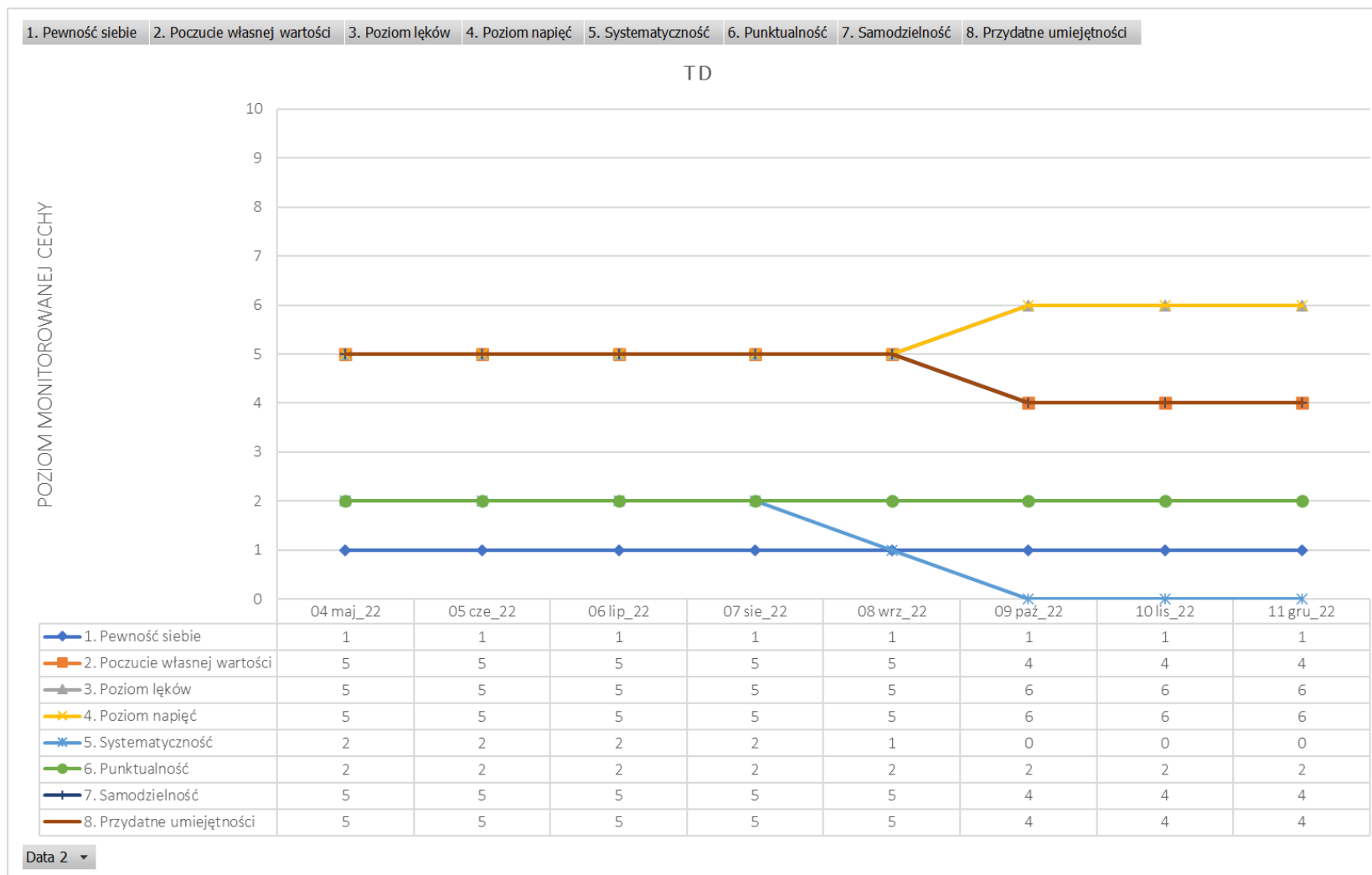
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



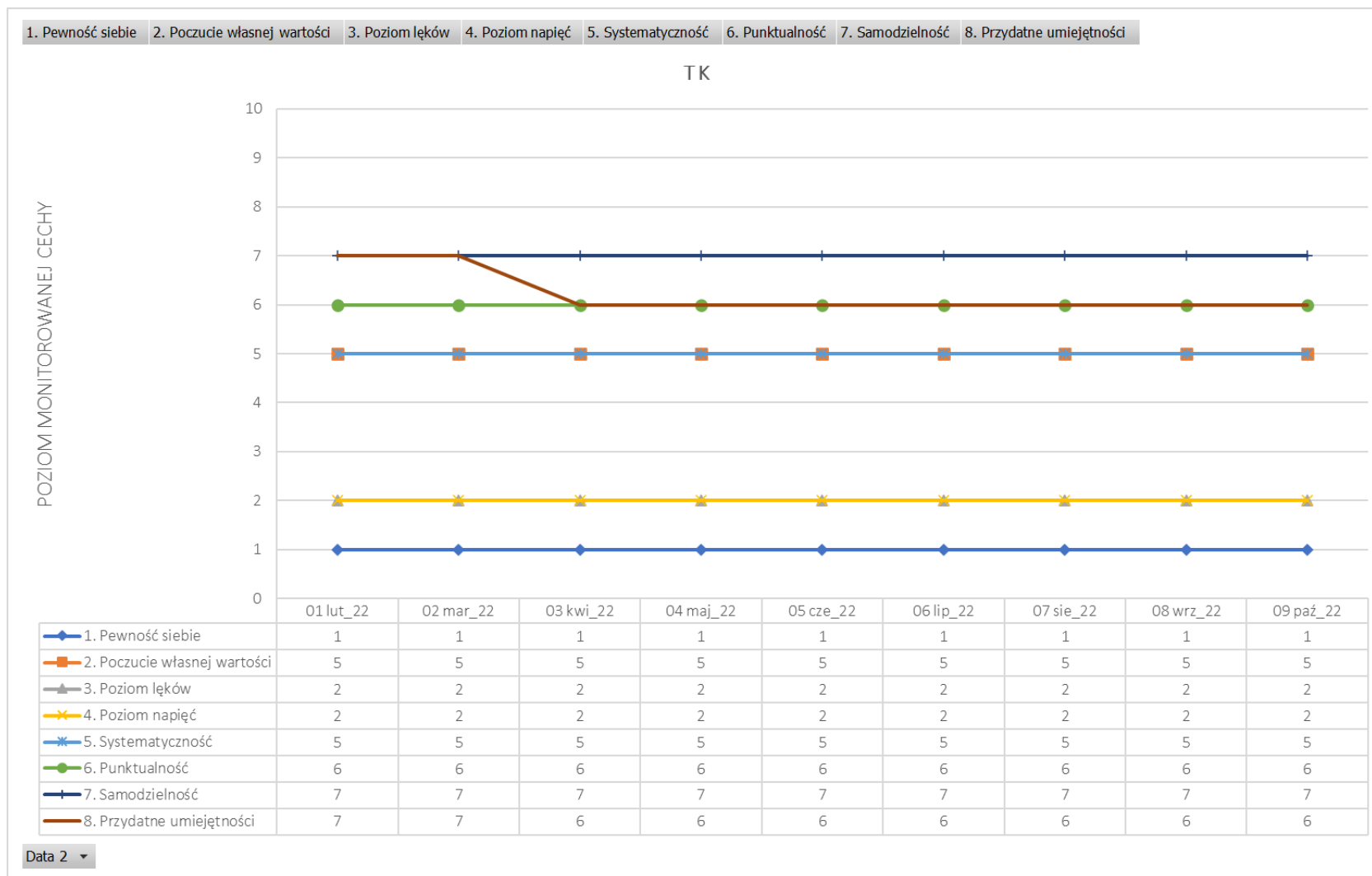
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



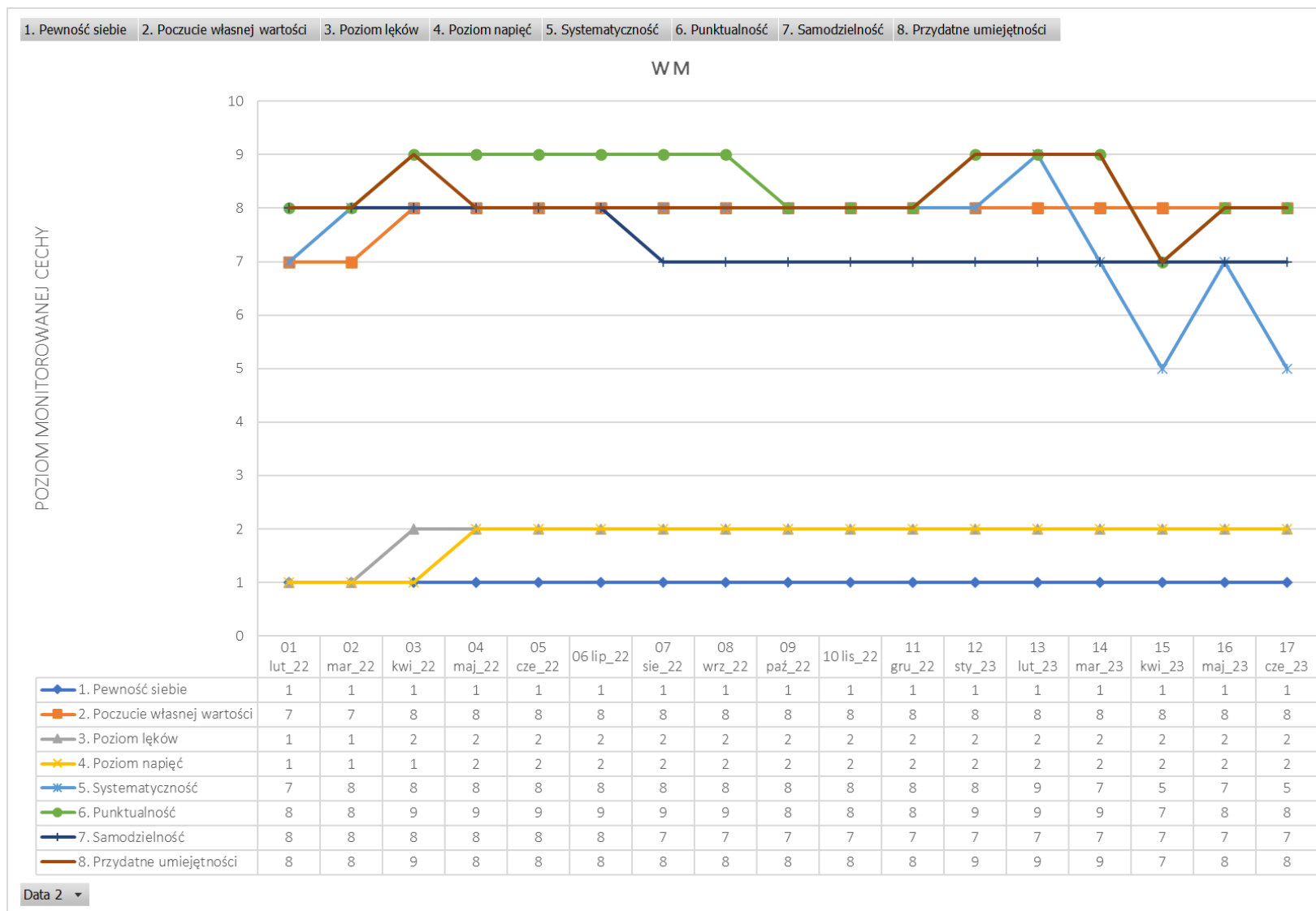
Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



Aktywizacja osób chorujących psychicznie poprzez wolontariat – Ewaluacja ex post



SPIS TABEL

Tabela 1 Średnia i dominanta dla cech ocenianych przez opiekunów wolontariatu uzyskana w pierwszym badaniu	15
Tabela 2 Średnia i dominanta cech w samoocenie wolontariuszy.....	16
Tabela 3 Średnia i dominanta ogólnego samopoczucia w samoocenie wolontariuszy.....	18

