

Obsah

ÚVOD	6
1 FENOMÉN SEBAREALIZÁCIE ČLOVEKA	10
1.1 OSOBA AKO PODMET SEBAREALIZÁCIE	10
1.1.1 <i>Atribúty osoby</i>	11
1.1.2 <i>Dimenzie osoby</i>	18
1.2 ĽUDSKÉ KONANIE AKO SPÔSOB SEBAREALIZÁCIE.....	20
1.2.1 <i>Fázy ľudského konania</i>	22
1.3 SEBAREALIZÁCIA VYVIERAJÚCA ZO SEBAPOZNANIA	24
1.3.1 <i>Roviny sebapoznania</i>	25
1.4 SEBAREALIZÁCIA AKO NAPŔŔNANIE ĽUDSKÝCH POTRIEB.....	27
1.4.1 <i>Maslowova hierarchia ľudských potrieb</i>	27
1.4.2 <i>Sebarealizujúci sa ľudia</i>	30
1.4.3 <i>Vrcholové zážitky</i>	32
1.5 SEBAREALIZÁCIA AKO UPLATŇOVANIE A ROZVÍJANIE ĽUDSKÉHO POTENCIÁLU	35
1.5.1 <i>C. Rogers – Na osobu zameraný prístup</i>	36
1.5.2 <i>Komunita Cenacolo – Ora et labora (Modli sa a pracuj)</i>	36
1.6 SEBAREALIZÁCIA AKO PLNENIE BOŽEJ VÔLE	37
1.6.1 <i>Zdravá sebaláska – Miluj blížneho ako seba samého</i>	38
1.6.2 <i>Cesta modlitby – realizácia človeka ako Božieho obrazu</i>	38
1.6.3 <i>Schopnosti ako dary od Boha</i>	39
1.6.4 <i>Ježiš Kristus – vrchol sebarealizácie</i>	40
1.7 OD SEBAREALIZÁCIE K SEBATRASCENDENCII	41
1.7.1 <i>Objasnenie sebatrascendencie podľa B. Lonergana</i>	41
1.7.2 <i>Objasnenie sebatrascendencie podľa L. M. Rullu</i>	44
1.7.3 <i>Objasnenie sebatrascendencie podľa K. Rahnera</i>	45
1.7.4 <i>Objasnenie sebatrascendencie podľa V. E. Frankla</i>	46
1.8 SEBAREALIZÁCIA VO VÝSKUMOCH.....	48
1.8.1 <i>Poľsko – Sebarealizácia a sebahodnotenie mládeže</i>	48
1.8.2 <i>Slovensko – Výskum potrieb migrantov na Slovensku</i>	50
1.9 ZHRNUTIE	52
2 TEORETICKÉ ASPEKTY DOBROVOĽNÍCTVA.....	53
2.1 DEFINÍCIA POJMOV DOBROVOĽNÍCTVO A DOBROVOĽNÍK	53

2.2	TYPOLÓGIA DOBROVOĽNÍCTVA	56
2.3	MOTIVÁCIA K DOBROVOĽNÍCTVU	58
2.4	PRÍNOSY DOBROVOĽNÍCTVA.....	63
2.5	DOBROVOĽNÍCTVO – STAV V SLOVENSKEJ REPUBLIKE.....	70
2.5.1	<i>Dobrovoľnícke centrá na Slovensku.....</i>	70
2.5.2	<i>Výskumy stavu dobrovoľníctva na Slovensku.....</i>	74
2.6	DOBROVOĽNÍCTVO – STAV VO SVETE	79
2.6.1	<i>Medzinárodné dobrovoľnícke organizácie.....</i>	79
2.6.2	<i>Výskumy stavu dobrovoľníctva vo svete.....</i>	81
2.7	MLADÝ ČLOVEK AKO DOBROVOĽNÍK	85
2.7.1	<i>Hodnoty v živote mladých ľudí.....</i>	87
2.7.2	<i>Voľný čas mladých ľudí.....</i>	90
2.8	ZHRNUTIE.....	93
3	METODOLÓGIA VÝSKUMU	95
3.1	VÝSKUMNÝ PROBLÉM A CIELE VÝSKUMU	95
3.2	METÓDY VÝSKUMU	95
3.3	SPRACOVANIE KVALITATÍVNYCH DÁT	95
3.3.1	<i>Výskumné otázky</i>	96
3.3.2	<i>Výskumný súbor a zber dát.....</i>	96
3.3.3	<i>Kategórie a kódy</i>	97
3.4	SPRACOVANIE KVANTITATÍVNYCH DÁT.....	100
3.4.1	<i>Dotazník</i>	100
3.4.2	<i>Výskumný súbor a zber dát.....</i>	101
3.4.3	<i>Výskumné hypotézy.....</i>	102
4	PRÍNOSY DOBROVOĽNÍCTVA PRE DOBROVOĽNÍKA A JEHO SEBAREALIZÁCIA.....	103
4.1	PRÍNOSY DOBROVOĽNÍCTVA PRE DOBROVOĽNÍKA.....	103
4.1.1	<i>Sebapoznanie.....</i>	103
4.1.2	<i>Napĺňanie ľudských potrieb</i>	107
4.1.3	<i>Talenty a zručnosti</i>	112
4.1.4	<i>Vzťah k cieľovej skupine.....</i>	117
4.1.5	<i>Zamestnanie</i>	119
4.1.6	<i>Efektívne využívanie voľného času.....</i>	123
4.1.7	<i>Vplyv na okolie</i>	125
4.1.8	<i>Zmeny – pred a po dobrovoľníctve.....</i>	126
4.1.9	<i>Prevencia pred sociálno-patologickými javmi.....</i>	129

4.1.10	<i>Pomoc pri depresiách – zlepšenie duševného zdravia</i>	132
4.1.11	<i>Sebatranscendencia</i>	135
4.2	NEGATÍVNE ASPEKTY DOBROVOĽNÍCTVA	136
4.2.1	<i>Negatívne zážitky z dobrovoľníctva</i>	138
4.3	SEBAREALIZÁCIA MLADÝCH DOBROVOĽNÍKOV	139
4.3.1	<i>Chápanie pojmu sebarealizácia</i>	139
4.3.2	<i>Spôsoby sebarealizácie.....</i>	140
4.3.3	<i>Vzťah medzi sebarealizáciou a dobrovoľníctvom.....</i>	143
4.4	ZHRNUTIE	146
5	STAV DOBROVOĽNÍCTVA VO VYBRANÝCH KRAJINÁCH EURÓPY A V SPOJENÝCH ŠTÁTOCH AMERICKÝCH	147
5.1	VYHODNOTENIE HYPOTÉZ	155
5.2	ZHRNUTIE	157
6	DISKUSIA	158
6.1	AKO SÚVISÍ DOBROVOĽNÍCTVO SO SEBAREALIZÁCIOU MLADÝCH ĽUDÍ 158	
6.2	PREPOJENIE MEDZI KVALITATÍVNÝM A KVANTITATÍVNÝM VÝSKUMOM 160	
6.3	ODPORÚČANIA PRE PRAX	161
	ZÁVER.....	164
	ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY	167
	PRÍLOHY	179