



Pohoda (well-being) učitelů a žáků ve škole – aktuální téma s různorodým uchopením

ANNA KUCHARSKÁ A JIŘÍ MAREŠ (EDS.)

*P*ro rok 2024 časopis Pedagogika naplánoval monotematické číslo věnované well-beingu ve školním prostředí. Téma koresponduje s téměř každodenními zprávami, že se v důsledku kritických událostí, se kterými jsme byli konfrontováni v posledních letech (pandemie covid-19, válka na Ukrajině, energetická a ekonomická krize s dopadem na rodiny aj.), zhoršuje psychické zdraví dětí a dospívajících. Ukazuje se, že je třeba věnovat větší pozornost psychické pohodě jedinců – nejenom ve školním prostředí. Psychická pohoda u dětí a dospívajících významně ovlivňuje proces i dosahované výsledky učení a vzdělávání vůbec. Netýká se jen dětí, nýbrž všech dalších aktérů ve vzdělávání (rodičů, učitelů, dalších pedagogických i nepedagogických pracovníků školy).

V rámci otevřené výzvy jsme očekávali příliv pozitivně laděných příspěvků na téma, co vše je možné pro pohodu ve školním prostředí (u)dělat. Jak ukazuje naše monotematické číslo, pozitivně laděné příspěvky skutečně přišly.

Za zmínku stojí (a upozorňujeme na to naše čtenáře), že se nám sešly příspěvky, které se vztahují přímo k praxi. Dokonce v mnohem větší míře než v monotematických číslech publikovaných v minulosti. Mají podobu článků inspirovaných praxí, ale nechybí v nich teoretické zamyšlení nad tím, jak podpořit duševní pohodu dětí. Obdrželi jsme i zprávu o proběhlé akci s tématem well-beingu a analytickou zprávu kurikulárních dokumentů. Přiřazeny k nim byly rovněž recenze dvou publikací se společným těžištěm, jak bude referováno dále.

Příspěvků, které by reflektovaly výhradně teoretické aspekty problematiky, je v tomto čísle pouze jeden. Jedná se o přehledovou studii Jiřího Mareše, v níž autor předkládá analýzu samotného pojmu well-beingu a podává výklad problematiky psychické pohody. V osmi kapitolách se autor postupně věnuje jednotlivým otázkám: Sleduje historii pojmu well-being i současné terminologické přístupy. Zabývá se teoriemi výkladu pojmu i jeho rozdílným chápáním v jednotlivých vědních disciplínách, se završujícím doporučením multidisciplinarity. Další části textu seznamují čtenáře s typologií well-beingu i možnostmi diagnostiky míry pohody u dětí, dospívajících a dospělých. Aby bylo tématu učiněno zadost, nechybí ani protipól – tj. téma nepohody ve školním prostředí. Což je velmi obohacující, neboť máme-li se snažit o zlepšení pohody ve školním prostředí, o čemž pojednává poslední část textu (*Intervence zlepšující stav pohody*), musíme se pohybovat na celé škále daného jevu, tj. od pohody k nepohodě.

Vrátíme-li se k samotné výzvě, přehledová studie prof. Mareše v rozsahu 40 stran naplňuje první tři vstupní body našich očekávání vzhledem k přijímaným příspěvkům (viz <https://ojs.cuni.cz/pedagogika/announcement/view/28>). Jako jeden ze spolueditorů tohoto čísla oceňuji, že Jiří Mareš připravil obohacující přehledovou studii, která respektuje i jeho dřívější doporučení k nárokům na přehledové studie (např. Mareš, 2013). Pro čtenáře bude jistě inspirující i rozsáhlý seznam literatury, ze které přehledová studie čerpá.

Inspirující příklady z praxe byly pro toto číslo časopisu získány tři.

Lenka Felcmanová připravila příspěvek s názvem *Možnosti podpory socio-emočního učení žáků v základních a středních školách s využitím metodik Respekt, Rozmanitost, Rovnost & Resilience*. Pojednává o metodice neziskové organizace Society for All. Jedná se o adaptaci metodiky odborného týmu Graduate School of Education z australské Univerzity v Melbourne. Souhlas k úpravě a užití v českém prostředí byl poskytnut ministerstvem školství státu Victoria, které je vlastníkem metodiky. Odborná úprava materiálu byla realizována v kontextu situací a praxe v ČR, ale také v souladu s Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělávání (RVP ZV). Vzhledem k širší záběru se mohou metodiky uplatnit v několika vzdělávacích oblastech (Člověk a zdraví a Člověk a jeho svět), vzdělávacích oborech (Etická výchova, Dramatická výchova, ale také Český jazyk a literatura) a průřezových tématech (Osobnostní a sociální výchova).

Metodiky vycházejí z principů SAFE (Durlak et al., 2011). Jedná se o rozvoj znalostí, dovedností, ale i postojů a hodnot v osmi oblastech: emoční gramotnost, silné stránky osobnosti, zvládání náročných situací, řešení problémů, zvládání stresu, vyhledání pomoci, gender a identita a pozitivní vztahy. Čtenáři si mohou udělat představu o metodikách pro jednotlivé ročníky pomocí tabulek. Jistě však ocení i vstupní partii textu, které se prostřednictvím odkazů na výzkumné studie věnují současnému stavu well-beingu jak ve světě, tak v českých školách.

I další příspěvek je příkladem z praxe současně s některými teoretickými poznatky. Jana Kočí se dlouhodobě zabývá well-beingem v prostředí vysokých škol. V příspěvku



PERMA5 – důkazy podložený rámec well-beingu zaměstnanců vysokých škol předkládá čtenářům informaci o škále The Employee Well-being Scale, což je diagnostická technika, jejímž cílem je zhodnotit well-being akademických pracovníků vysokých škol a podpořit navrhování efektivních intervencí pro zlepšení jejich bio-psycho-sociálního zdraví. Pro čtenáře budou podnětné informace o samotných základech pohody ve vysokoškolském prostředí, jak je formuloval M. Seligman (2011). Je jich pět, proto PERMA5 (z anglického originálu Positive Emotions, Engagement, Relationships, Meaning and Achievement): pozitivní emoce, zaujetí, spokojené vztahy, smysl a úspěch. Příspěvek představuje také konkrétní rozpracování stavebních kamenů well-beingu zaměstnanců vysokých škol. Upozorňujeme čtenáře i na další příspěvky autorky na zmíněné téma. Můžeme doporučit zejména ty, které se týkají validizace škály u akademických pracovníků fakult Univerzity Karlovy (Kočí, 2023; Kočí & Donaldson, 2022, 2024).

Třetí příspěvek – příklad z praxe s názvem *Podpora psychického wellbeingu u žáků na základní škole* od Olgy Kučerové a Gabriely Dymešové – pojednává o aktivitách podporujících psychický well-being žáků přímo ve školách. Může být inspirující pro učitele základních škol pro práci s jedinci i se třídou. Autorky se opírají o Strategii 2030+ a upozorňují, že podle ní by měla být škola institucí „... která bude vzdělávat žáky v oblasti duševního zdraví – s důrazem na psychohygienu a prevenci rozvoje psychických onemocnění. Škola by měla být také místem, kde bude rozvíjeno bezpečné klima, ve kterém mají žáci možnost k neformálnímu vzdělávání v oblasti zdravých sociálních vztahů“ (s. 176).

Autorky upozorňují, že v České republice se některá témata zatím příliš nerozpracovávají. Uvádějí proto přehled států, které nám mohou jít příkladem (Finsko, Velká Británie – Skotsko). Před výčtem konkrétních technik v oblasti prevence a intervence se soustřeďují na pravidla pro podporu psychického well-beingu žáků (pravidlo STOP, zajištění bezpečí, vyjasnění hranic, respekt k individuálním potřebám dítěte a jeho možnostem, profesionalita učitele). Podnětné je i upozornění na roli učitele – může psychický well-being významně podpořit, zejména při vyrovnávání se žáků se stresem. Jeho rolí však není řešení závažných psychických obtíží dítěte – zde je nutná spolupráce s odborníky.

Dva texty mají charakter zprávy. První z nich *Duševní zdraví žáků a revize rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání* Petra Chalůše a Aleny Nohavové je sdělením o semináři, který se konal v listopadu 2023 ve Strakově akademii v Praze. Jeho cílem bylo podpořit aktivity ve prospěch rozvoje well-beingu žáků, ale také upozornit na vztahovou rovinu ve školním prostředí. Téma bylo zasazeno do problematiky revizí Rámcových vzdělávacích programů pro základní vzdělávání (RVP ZV), ale také do probíhajících šetření duševního zdraví u žáků v ČR. Ocenit lze snahu všech, kteří usilují o zařazení psychosociální výchovy do RVP jako vzdělávacího oboru, prostřednictvím kterého mohou být u žáků rozvíjeny podpůrné prvky duševního zdraví a jejich well-beingu.



Klára Barancová a Martina Fasnerová zaslaly analytickou zprávu s názvem *Výchova ke zdraví v kontextu kurikulárních dokumentů zemí Evropské unie*. I když well-being v tomto textu není v centru pozornosti autorek, je nezpochybnitelné, že výchova ke zdraví jako jeden ze vzdělávacích oborů podle RVP ZV, ale i další vzdělávací obory či vzdělávací oblasti s tematikou zdraví (Člověk a zdraví, Člověk a jeho svět) mohou významně podpořit budování pohody dětí ve školním prostředí. Autorky se v příspěvku zabývají analýzou výchovy ke zdraví v kurikulárních dokumentech jednotlivých zemí Evropské unie. V přehledu uvádějí celkem 20 zemí EU. Na základě různých kritérií bylo sdruženo několik skupin států s podobnými principy, např. vzhledem ke státnímu uspořádání a orgánům přijímacím kurikulární dokument (Německo a Rakousko), k principu průřezovosti a mezipředmětovosti (Španělsko, Chorvatsko, Polsko, Francie, Maďarsko, Slovensko, Belgie), k jasně vymezenému vzdělávacímu celku (Malta) nebo i k samostatnému vyučovacímu předmětu (Finsko, Island, Kypr, Irsko, Švédsko), k možností volby při způsobu realizace výchovy ke zdraví (Rumunsko, Bulharsko, Dánsko) nebo dokonce k nepovinnému obsahu vzdělávání (Řecko). Autorky upozorňují, že se jedná pouze o analýzu dokumentů, nikoli o komplexní pohled na problematiku (tj. jak je výchova ke zdraví skutečně ve školách realizována). I tak se však čtenář dozví zajímavé údaje.

Monotematické číslo uzavírají dvě recenze. Obě cílí na stejné téma – na problematiku neurovývojových poruch ADD/ADHD, které mají dopad na fungování, vzdělávání i životní spokojenost jedinců. I když se problematice dětí s ADD/ADHD u nás dlouhodobě věnují odborníci už od dob prof. Matějčka, rozšiřuje se v posledních letech věk, o kterém se v odborné, ale i laické veřejnosti mluví, až k dospělosti.

Denisa Daříčková seznamuje čtenáře s publikací Gábora Matého *Rozptýlená mysl: Pôvod a liečenie poruchy pozornosti* (2022). Kromě obsahu publikace autorka uvádí i její celkový přínos – domnívá se, že pro učitele může být zdrojem pochopení chování i emocionality dětí s těmito vývojovými problémy a může být zdrojem pro přerámování přístupů k nim.

Recenzi publikace *Cesta životem s ADHD: Jak se vyrovnat s diagnózou v jednotlivých etapách života* autorek M. Závěrkové, J. Budíkové, M. Dobiášové, J. Kendíkové a V. Blaho Vitoškové zpracovala Lenka Nováková. Ve shodě s publikací i recenze provází čtenáře jednotlivými vývojovými etapami života, od předškolního věku do dospělosti, s důrazem na proměnlivost projevů, potřeb i rizik, se kterými je daná vývojová etapa spojena. Nechybí ani doporučení a náměty, jak s jedinci jednotlivých vývojových období pracovat, podporovat jejich rozvoj a snižovat závažnost příznaků. Výhodou publikace, kterou čtenáři jistě ocení, je, že se autorský tým opírá o své životní a profesní zkušenosti.

Přejeme čtenářům tohoto monotematického čísla načerpání co nejvíce podnětů jak pro teoretické uchopení otázek pohody (well-beingu), tak pro praktické podněty pro práci s dětmi a dospívajícími ve školním prostředí.



LITERATURA

- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B. et al. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432.
- Duševní zdraví žáků a revize rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání. Seminář. Pedagogická fakulta JU. Dostupné z: <https://www.pf.jcu.cz/cz>.
- Kočí, J. (2023). *How to build well-being in university and college students: Methodology of academic well-being promotion*. Praha: Univerzita Karlova.
- Kočí, J., & Donaldson, S. I. (2022). *Zdraví a mentální well-being vysokoškolských studentů distanční výuky*. Praha: Univerzita Karlova
- Kočí, J., & Donaldson, S. I. (2024). *Well-being and success of university students: Applying PERMA+4*. New York, NY: Routledge.
- Mareš, J. (2013). Přehledové studie: jejich typologie, funkce a způsob vytváření. *Pedagogická orientace*, 23(4), 427–454.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2020). *Strategie 2030+*. (Online). Dostupné z https://www.msmt.cz/uploads/Brozura_S2030_online_CZ.pdf
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Society for All. (2024). *Respekt, Rozmanitost, Rovnost & Resilience*. Praha: Society for All.