

Posudek vedoucího práce

Název práce: Psychická zátěž při vykonávání učitelského povolání

Autorka: Barbora Pekařová

Studijní program: M7503 – Učitelství pro základní školy (2. stupeň)

Studijní obor: Učitelství pro 2. stupeň ZŠ – anglický jazyk a literatura Učitelství pro 2. stupeň ZŠ – výchova k občanství

Práce se zaměřuje na psychickou zátěž učitelů. Autorka tento fenomén pojednává na celé škále jeho projevů a z různých perspektiv: zabývá se jak obecnými znalostmi o stresu a reakcích organismu na něj, tak specifiky školního prostředí až po syndrom vyhoření jako důsledek dlouhodobého či intenzivního stresu. Autorka čerpá data z dotazníku pro učitele a na jejich základě nejen že sumarizuje výsledky svého šetření, ale také navrhuje doporučení, jež by mohla vést ke zlepšení psychického zdraví učitelek a učitelů.

V teoretické části práce se autorka věnuje nejprve obecně pojmu stres, jeho příčinám, projevům, důsledkům, prevenci a technikám zvládnání stresu. Následně zaměřuje svoji část na školní prostředí. Oceňuje, že autorka pojímá profesi učitele komplexně. Tedy, že do ní nezahrnuje pouze přímou výuku, ale také komunikaci s rodiči či společenská očekávání od práce učitelstva a v neposlední řadě také důsledky vzdělávací politiky státu mezi něž můžeme zařadit například počet žáků ve třídách či dostupnost psychologické péče pro zaměstnance škol. Autorka také upozorňuje, že učitelky a učitelé jsou vystaveni stresu ve všech jeho podobách (senzorické, motorické a emoční). Je třeba ocenit, že se autorce podařilo rozsáhlou odbornou i populárně-naučnou diskusi o stresu shrnout srozumitelně a v přiměřeném rozsahu. Kromě toho je součástí teoretické práce také přehled dostupných kurzů a jiných zdrojů podpory psychohygieny učitelů.

Zvláštní kapitolu pak autorka věnuje přehledu dosavadních empirických výzkumů učitelského stresu. Autorka zpracovává jak přehled českých, tak zahraničních výzkumů. Z jejich porovnání vyplývá, že stres u učitelů se projevuje stále více, což vede až k syndromu vyhoření a odchodům ze školství. Zde se opět ukazuje význam tématu nejen v jeho osobní rovině zaměřené na jednotlivé učitele, ale také na úrovni vzdělávací politiky, kdy stresující podmínky mohou vést k nezájmu o učitelskou profesi či k úbytku učitelek a učitelů.

Praktická část práce je založena na datech získaných prostřednictvím dotazníku pro učitele. Autorka si klade za cíl určit míru stresu učitelek a učitelů, jeho příčiny a důsledky a v neposlední řadě také vztah učitelů k odborné pomoci. Dotazník vyplnilo 693 respondentů, což považuji za potvrzení významu tématu jako takového i za výraz důvěry v autorku a formulace v dotazníku. Data k jednotlivým otázkám autorka v práci prezentuje přehledně spolu s grafy zobrazujícími počet odpovědí.

Z tezí, které z práce Barbory Pekařové vyplývají, zde podtrhuji zejména výrazné zastoupení pracovního vytížení (44%) mezi příčinami učitelského stresu. To lze interpretovat tak, že vzestupná tendence stresu ve školách není zapříčiněna rozšířenou představou, že „děti jsou stále více nevychované“, nýbrž, že větší roli hrají pracovní podmínky ve školách. Ostatně „komunikace s problémovými žáky“ následuje mezi příčinami až po komunikaci s rodiči a zaujímá až třetí místo v této kategorii. Důležitou součástí práce jsou otázky zaměřené na sebevzdělávání učitelů a zkušenost s odbornou pomocí. Zde se ukazuje, že většina (60%) respondentů žádné zvláštní vzdělání zaměřené na psychohygienu neabsolvovala. Z kombinace dat také vyplývá, že ohroženou skupinou jsou učitelé s kratší délkou praxe. Ti častěji uvažují o odchodu z praxe a také častěji vyhledávají odbornou pomoc. V následných doporučeních pro praxi pak autorka zohledňuje jak fázi profesní přípravy, tak další vzdělávání učitelek a učitelů.

Celkově si autorka velmi dobře poradila s velkým množstvím dat i s tématem, které se dotýká důležitých aspektů současného českého školství. O tom svědčí i poptávka některých respondentů po

výsledcích jejího šetření. Práce přináší cenná data, věrohodně je interpretuje a zároveň je zpřístupňuje i pro kladení dalších výzkumných otázek. Z výše uvedených důvodů navrhuji hodnocení A, doporučuji práci k obhajobě a ke zvážení dávám také možnost vybraná data a závěry praktické části publikovat.

V Římě 8.6. 2023

Mgr. Václav Sixta Ph.D.