

**Partnerství pro vzdělávání 2030+ vydává
publikaci pro vyučující
*Wellbeing ve škole: Jak na pozitivní přístup k učení i k životu 1.***

TISKOVÁ ZPRÁVA

Praha, 25. 10. 2023 – V posledních týdnech směrem k veřejnosti proudí alarmující **data o stavu duševního zdraví dětí a studujících** na českých školách. Duševní zdraví a wellbeing studujících a vyučujících jsou do značné míry spojené nádoby a bez zaměření se na vzdělavatele duševní zdraví dětí příliš nezlepšíme. Série bezprecedentních událostí, které ovlivnily v minulých letech celou společnost, má nepopíratelně dopad na všechny aktéry a aktérky ve vzdělávání. Tato situace si vyžaduje systémová opatření, multioborovou a mezioborovou spolupráci i různými způsoby vyjádřenou podporu od odborné i široké veřejnosti. Učitelky a učitelé jsou v první řadě také lidé. Proto Partnerství pro vzdělávání 2030+, z. ú., přichází právě v těchto dnech s publikací určenou pro učitele a učitelky zaměřenou na jejich osobní wellbeing.

Iniciativa **Wellbeing ve škole** si klade za cíl v této oblasti z pozice expertů a expertek informovat, vzdělávat a také podporovat wellbeing všech aktérů a aktérek ve vzdělávání. Nyní právě v rámci této iniciativy vydává Partnerství pro vzdělávání 2030+ publikaci věnovanou vzdělavatelům a vzdělavatelkám v českých školách. Autorkou publikace **Wellbeing ve škole: Jak na pozitivní přístup k učení i k životu 1.** je **Lenka Felcmanová**, vedoucí pracovní skupiny Wellbeing v Partnerství pro vzdělávání 2030+, z. ú. Inspirací pro vznik této příručky jí byl program **TeacherWISE** zaměřený na podporu wellbeingu ve vzdělávání a **Neurosekvenci model ve vzdělávání**.

Co je wellbeing?

Wellbeing je stav, ve kterém můžeme v podporujícím a podnětném prostředí plně rozvíjet svůj fyzický, kognitivní, emocionální, sociální a duchovní potenciál a žít spolu s ostatními plnohodnotný a spokojený život. (definice pracovní skupiny Wellbeing v Partnerství pro vzdělávání 2030+, z. ú.)

4 Co je wellbeing? / Wellbeing vyučujících

Co je wellbeing?

Wellbeing je stav, ve kterém můžeme v podporujícím a podnětném prostředí plně rozvíjet svůj fyzický, kognitivní, emocionální, sociální a duchovní potenciál a žít spolu s ostatními plnohodnotný a spokojený život.

Ve fyzické oblasti
souvisí se zdravím a bezpečím a je ovlivněn fyzickou aktivitou, zdravým stravováním, spánkovým režimem a uvědomělou volbou zdravého životního stylu a prostředí.

V kognitivní oblasti
souvisí se schopnostmi kritického myšlení, řešení problémů a kreativity. Odráží se ve způsobu zpracování informací, vytváření úsudků a také v motivaci a vytváření k úspěšnému dosahování stanovených cílů.

V emocionální oblasti
souvisí s kladným vnímáním sebe sama, rozpoznáváním emocí a seberegulací. Odráží se ve schopnosti důvěry v sebe i druhé a v odolnosti umožňující zvládat nepříznivé situace.

V sociální oblasti
souvisí se schopností empatie, pocitem soumělnosti, navazováním a udržováním vztahů a spolupráce s ostatními a komunikačními dovednostmi.

V duchovní oblasti
souvisí s poznáváním a naplňováním smyslu naší existence, hodnotami a etickými principy.

wellbeingveskole.cz

Wellbeing ve škole:
Jak na pozitivní přístup k učení i k životu / 1 5

Proč je wellbeing důležitý?

Wellbeing úzce souvisí s kvalitou našeho života v práci i mimo ni. Umožňuje nám naplno uplatňovat naše profesní dovednosti, být ve výuce kreativní a dobře zvládat management chování studentů. Dobrý pocit z práce zlepšuje i náš wellbeing doma a samozřejmě to platí i opačně. Vědomá péče o vlastní wellbeing nám pomáhá lépe reagovat na stres, nepříjemnosti a náročné situace, se kterými se v práci i mimo ni setkáváme.

Učitelství je intenzivní, naplňující ale současně vyčerpávající profese. Učitelé a učitelky s nízkou úrovní wellbeingu pociťují vyšší míru stresu mají větší obtíže s poskytováním podpory svým žákům a žákynám a méně často je chválí. Jejich pracovní produktivita klesá (Přáček a kol.: Whitacker a kol. 2012).

Vysoká úroveň osobního wellbeingu a aktivní péče o něj nám poskytuje potřebnou odolnost a flexibilitu v reakci na stres a výzvy, které nám v profesním i osobním životě přicházejí do cesty.

Vlastní pozitivní přístup k podpoře osobního wellbeingu je vzorem pro žáky a žákyně, kterým bychom měli pomoci naučit o svůj wellbeing celoživotně pečovat.

Wellbeing vyučujících

Vše uvedené oblasti wellbeingu se vztahují na žáky a žákyně i na učitele a učitelky, v této publikaci kognitivní složku wellbeingu více zacílíme na oblast profesní související s vytvářením pozitivních životních rolí a profesní dráhy vyučujících.

Pro zhodnocení aktuální úrovně wellbeingu v jeho jednotlivých složkách nabízíme dotazník POISE z již zmiňovaného programu TeacherWISE. Dále nabízíme sadu otázek k zamýšlení nad tím, co v současné době děláte v podpoře osobního wellbeingu v jednotlivých oblastech.

Vědomá péče o vlastní wellbeing
nám pomáhá lépe reagovat
na stres, nepříjemnosti
a náročné situace, se kterými se
v práci i mimo ni setkáváme.

(Zdroj: Publikace Wellbeing ve škole: Jak na pozitivní přístup k učení a životu 1.)

Přestože pojem **wellbeing** je v českém prostředí relativně nový, souvisí velmi úzce se známým a široce uznávaným **konceptem základních lidských potřeb a s neurovědním pohledem na fungování lidského mozku.**

Wellbeing je stav, který umožňuje naplno využívat funkcí našeho mozku. K dosažení tohoto stavu potřebujeme mít naplněné své základní potřeby. Jak to poznáme? Pociťujeme klid. Těšíme se na nový den. Máme chuť zkoušet a učit se nové věci. Jsme schopni soustředěného přemýšlení. Jsme kreativní. Jako vyučující máme například kapacitu pomáhat dětem, které vyžadují vyšší míru podpory.

Zatímco u studujících se Partnerství pro vzdělávání 2030+ zaměřuje na kognitivní složku wellbeingu primárně v souvislosti s učením, u učitelů a učitelky cílí v rámci publikace na profesní oblast související s vytvářením pozitivních životních rolí a jejich

profesní dráhou. Pro zhodnocení aktuální úrovně wellbeingu v jeho jednotlivých složkách je k dispozici [Sebehodnoticí škála POISE](#) zaměřená na wellbeing vyučujících.

Wellbeing vyučujících

Vysoká úroveň osobního wellbeingu a aktivní péče o něj poskytuje potřebnou odolnost a flexibilitu v reakci na stres a výzvy, které nám všem v profesním i osobním životě přicházejí do cesty. Vlastní pozitivní přístup k podpoře osobního wellbeingu je navíc vzorem pro studující, kterým bychom měli pomoci naučit se o jejich wellbeing celoživotně pečovat.

Učitelství je intenzivní, naplňující, ale současně vyčerpávající profese. Vzdělavatelé s nízkou úrovní wellbeingu pocítují vyšší míru stresu, mají větší potíže s poskytováním podpory studujícím a méně často je nachytají při úspěchu. Jejich pracovní produktivita klesá (Ptáček a kol.; Whitacker a kol. 2012).

„Wellbeing vyučujících je pro kvalitu vzdělání i péči o duševní zdraví dětí naprosto zásadní. S wellbeingem je to jako s kyslíkovou maskou, nejprve si ji musí nasadit dospělí a ti ji pak nasadí dětem. Situace je natolik vážná, že v tom učitele a učitelky nemůžeme nechat samotné. Publikace je to nejmenší, co jsme mohli udělat. Zaměřujeme se především na podporu systémových změn, např. podporu zajištění školních psychologů, speciálních pedagogů a sociálních služeb ve školách nebo rozšíření mobilních týmů dětského duševního zdraví,“ píše Lenka Felcmanová v úvodu publikace

Aktivní péče o osobní wellbeing je velmi bohaté téma, proto je plánován další díl publikace, který se dotkne oblastí, na které se v prvním díle nedostalo.

Infografiky – oblasti wellbeingu:

- [pro školy](#)
- [pro rodiče](#)

Kontakt pro média:

Pokud potřebujete doplnění nebo jakékoliv další vyjádření expertek a expertů z tvůrčí skupiny [Wellbeing](#), neváhejte mě kontaktovat.

Klára Červinková, mediální aktivity [Wellbeing ve škole](#),
klara.cervinkova@partnerstvi2030.cz, 734 732 643

Partnerství pro vzdělávání 2030+, z. ú.

Partnerství pro vzdělávání 2030+ založilo v červnu 2020 sedm významných platforem ve vzdělávání podpisem Memoranda o Partnerství pro vzdělávání 2030+: Asociace krajských vzdělávacích zařízení, Asociace ředitelů základních škol ČR, Česká odborná společnost pro inkluzivní vzdělávání (dnes SOFA), Česká rada dětí a mládeže, Nadační fond Eduzměna, Národní síť Místních akčních skupin ČR a Stálá konference asociací ve vzdělávání (SKAV). Zapojené organizace se ztotožňují se dvěma hlavními cíli Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030+ a chtějí aktivně přispět k jejich naplnění: 1. Zaměřit vzdělávání více na získávání kompetencí potřebných pro aktivní občanský, profesní i osobní život. 2. Snížit nerovnosti v přístupu ke kvalitnímu vzdělávání a umožnit maximální rozvoj potenciálu dětí, žáků a studentů. V dubnu 2021 se přidalo sedm organizací v roli odborných partnerů: Asociace výchovných poradců, Centrum Locika, Centrum sociálních služeb Praha – Pražské centrum primární prevence, EDUin, Jednota školských informatiků, Učitel naživo a Učitelská platforma. V červnu 2022 se k Partnerství 2030+ přidaly další čtyři organizace odborných partnerů: Asociace pracovníků Pedagogicko-psychologických poraden, Cyril Mooney Education, Nevypuště Duši a PAQ Research. V září 2023 se již dvanáctým odborným partnerem stala Replug me Education.

V listopadu 2022 byl založen a zapsán ústav Partnerství pro vzdělávání 2030+, z. ú. Od ledna 2023 vystupuje Partnerství pro vzdělávání 2030+ již jako samostatná organizace.

Našimi konzultačními partnery ústavu jsou Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, Česká školní inspekce, Asociace krajů České republiky a Národní ústav duševního zdraví.

Finančními partnery Partnerství pro vzdělávání 2030+ jsou Nadace České spořitelny, Nadace RSJ, Nadace BLÍŽKSOBĚ, Nadace Lilie & Karla Janečkových, Nadační fond Kládné nuly a Nadace ČEZ.