



Partnerství
pro vzdělávání
2030+

Wellbeing jako cesta k odolnosti

Marie Hájek Salomonová

Proč pořád ten wellbeing?!

Co říkají data o duševním zdraví žáků 9. ročníků ZŠ (NUDZ, Národní monitoring 2023)

Více než 50 % žáků a žákyň 9. tříd projevuje známky zhoršeného wellbeingu.

Až 40 % žáků a žákyň ZŠ projevuje známky středně těžké až těžké deprese.

3 z 10 dotazovaných projevují známky středně těžkých až těžkých úzkostí.

Odborná pomoc by byla vhodná pro každého 3. žáka čižačku.



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.



Co je odolnost?

- nezdolnost, houževnatost, pružnost či nezlomnost

Schopnost manévrovat při řešení problémů a projevovat přizpůsobivost tváří v tvář nepřízni osudu.¹



Resilient learning communities framework, RTI International

Individuální wellbeing je úzce spojen s odolností, protože vyšší pozitivní hodnocení vlastního života koreluje se snížením stresu a zvýšenou schopností vyrovnat se s nepřízní osudu (Fredrickson a Joiner, 2002).



Nejlepším způsobem, jak podpořit odolnost, je zaměřit se na systémy, které školy a jednotlivce v nich obklopují. Přístup založený na zdrojích se zaměřuje na silné stránky různých jednotlivců a komunity. Možnosti a zdroje vzdělávací komunity sahají daleko za zdi školní budovy (Michael Ungar, 2018).



Komunity jako “centra odolnosti”

Odolnost komunity není “součet” odolnosti jednotlivců.

Kdo má být pro školní komunitu garantem pro wellbeing a pokládat základy odolnosti?

- umí podpořit jednotlivce i skupiny
- funguje primárně preventivně
- zajišťuje síťování školy a napojení na další zdroje podpory

→ **efektivní ŠPP**

- strategii wellbeingu nenaplnuje samo, ale agreguje know-how



Principy podpory wellbeingu ve škole

Podpora wellbeingu ve vzdělávání by se měla řídit následujícími principy:



Systémový přístup



Respekt k jednotlivci



Aktivní zapojení



Očekávání úspěchu



Partnerství a spolupráce



Zajištění bezpečí



Opatření založená na důkazech





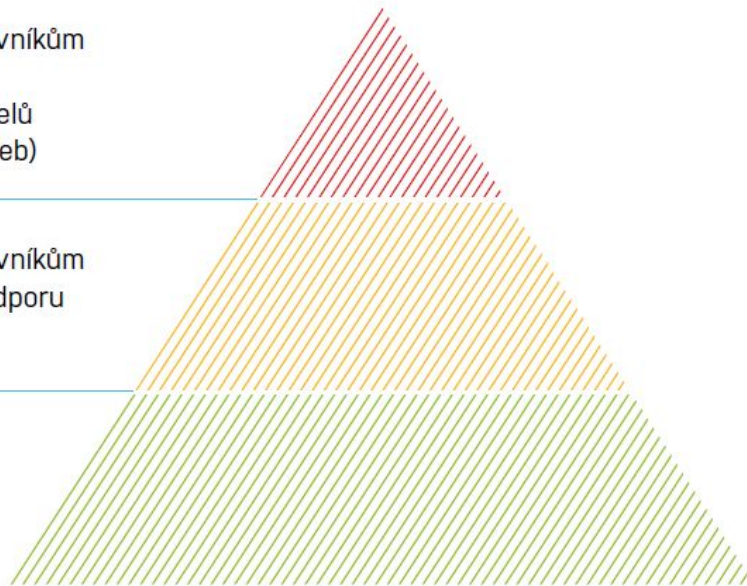
Systemový přístup

Opatření na úrovni školy je vhodné diferencovat do tří úrovní:

opatření určená žákům a pracovníkům školy, která vyžadují zapojení externích partnerů (poskytovatelů psychosociálních a dalších služeb)

opatření určená žákům a pracovníkům školy vyžadujícím zvýšenou podporu v rámci školy

opatření určená všem žákům a pracovníkům školy





Aktivní zapojení

Do plánování, realizace a vyhodnocování opatření podporujících wellbeing na úrovni školy jsou **zapojováni** pracovníci školy, žáci i jejich rodiče.

Ve škole je cíleně podporována **participace a smysluplné zapojení** žáků ve výuce i ostatních činnostech školy.





Partnerství a spolupráce

Podpora WB zahrnuje opatření posilující pocit **sounáležitosti všech aktérů** (pracovníků, žáků, rodičů žáků).

Ke všem pracovníkům, žákům i jejich rodičům přistupováno s **respektem** a i v krizových situacích je zachována jejich lidská důstojnost.

Škola cíleně přijímá opatření k podpoře **pozitivního klimatu** v pedagogickém sboru i žákovském kolektivu.

Škola aktivně navazuje **spolupráci se subjekty**, které jim mohou pomoci v podpoře WB žáků a pracovníků.





Zajištění bezpečí

Ve školách jsou cíleně přijímána opatření k zajištění **fyzického a emocionálního bezpečí žáků i pracovníků.**



Jakou podporu chtějí studující?

Co říkají data o duševním zdraví a vyhledání pomoci (Nevypuť duši)

73 % náctiletých považuje mít se komu svěřit za nápomocné v péči o duševní zdraví.

78 % náctiletých udává, že se v případě duševní nepohody stydí říct si o pomoc.

70 % náctiletých se bojí říct si o pomoc z důvodu strachu z odmítnutí.

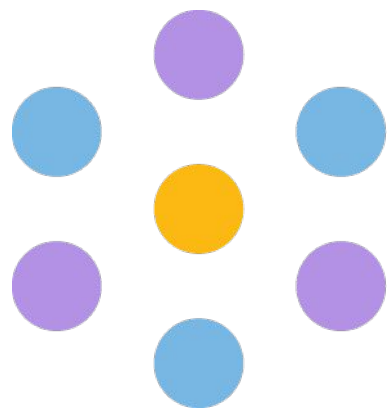
73 % náctiletých si přeje být hlavně vyslyšeno, respektováno a nehodnoceno.

64 % náctiletých se obává, že když se svěří, mohou být jejich soukromé informace zneužity.

56 % náctiletých si myslí, že kdyby pomoc byla poskytována ve škole, využilo by ji více z nich.

Pouze 26 % teenagerů, kteří mají zhoršený vztah s rodiči, by se na ně obrátilo o pomoc.





Týden pro wellbeing ve škole

4. - 11. 2. 2025



Partnerství
pro vzdělávání
2030+



Partnerství
pro vzdělávání
2030+

Díky za pozornost

www.partnerstvi2030.cz

www.wellbeingveskole.cz