

Psychologické aspekty učitelství

Zdroje:

R. Havlík, J. Koťa

J. Křivohlavý

K. Paulík

J. Průcha

E. Řehulka, O. Řehulková

Nesnáze v profesi (teorie)

- „Nemožné povolání“
- Nemožnost zajistit, aby bylo dítě úspěšné
- Nižší sociální status, nízké ohodnocení
- Subjektivně vnímaná nízká prestiž profese (R. Havlík)
- Tzv. „semiprofese“ – nízký profesionalismus (S. Štech)
- Pracovní nejistota (subjektivní hodnocení, spravedlnost...)
- Kolísání mezi pomocí a mocí (kontrolou) – konfliktnost role (B. Vašina)
- Omezené možnosti zvládat nekázeň
- Relativní osamělost
- Tlak na inovování, nové požadavky

Stresory a zdroje nespokojenosti učitelů (dle učitelů)

- Nedostatečné ohodnocení
- Administrativa
- Čas (příprava, ale i řada jiných úkolů)
- Rozdílná (a zhoršující se) úroveň žáků (problém inkluze)
- Nemotivovanost žáků a chování žáků
- Postoje rodičů
- Média, společnost – převažuje kritika na pozitivním hodnocením

Stres v učitelství

- Fyzická zátěž (zvl. poruchy pohybového aparátu a oběhového systému)
- Smyslová zátěž, hlasová zátěž
- Psychická zátěž – emoční zátěž (stres)
- -----
- 72 % učitelů/učitelek - mírný stres (D. Fontana)
- 23 % vážný stres
- -----
- 40 % zvýšený neuroticismus (E. Řehulka) – nejvíce u učitelek základních a speciálních škol
- 10 % doporučeno raději nepracovat s mládeží

Psychické zdraví učitelů a stárnutí v profesi

S dobou působení v profesi se zvyšuje zejména:

- Únava
- Bolesti hlavy
- Nervozita
- Poruchy spánku

(u mužů méně)

52 % učitelů/ek v předdůchodovém věku má **psychické problémy** (Hillert, Schmitz, 2004):

deprese, syndrom vyhoření, poruchy adaptability, somatizace, afektivní poruchy, alkoholismus, strach a úzkosti

Zvládání stresu

- **coping strategie (plán)** – behaviorální, kognitivní a sociální odpovědi, kterými se jedinec snaží regulovat zátěž
- Tzv. **odolnost (hardiness)** – důležité je subjektivní hodnocení situace, sociální opora, naučené i spontánní strategie – životní styl

Strategie jsou obranné i útočné

- netečnost (apatie, bezmoc, beznaděj...)
- vyhnutí se stresoru
- napadení, agrese
- posilování vlastních zdrojů (vůle, posilování tělesné i psychické)

Učitelky a zvládání stresu (E. Řehulka)

- sociální opora (75 %)
- režim odpočinku
- hobby
- léky (49 %)... někdy se uvádí až 80 %
- implicitní i explicitní psychologické metody
- lékař, psycholog
- sport
- kouření (30 %) – trend snížení
- alkohol (30 %) – trend zvýšení

Pracovní spokojenost učitelů (K. Paulík)

Pracovní spokojenost učitelů je relativně vysoká, avšak nižší než celková životní spokojenost

Co podporuje spokojenost:

- Dobré vztahy v kolektivu
- Úspěchy žáků
- Charakter práce – tvůrčí práce, být s dětmi

Prázdniny, volný čas, smysluplnost práce, klid a pracovní podmínky až na posledních místech

Stoupá spokojenost s prostředím, relativně vysoká je spokojenost s nadřízenými, nespokojenost je s řízením školství

- Asi 10 % učitelů zcela nespokojeno, nevolili by profesi znovu

Trendy

- Lepší materiální podmínky i platy, avšak velké rozdíly mezi školami
- Vyrůstají požadavky na učitele (ŠVP, portfolia, profesní růst, projekty, ICT...)
- Snaha o podporu **zevnitř** (kolegiální podpora, mentoring) i **zvnějšku** (vzdělávání, výcviky, sítě škol, poradci...)