

# Podpora duševního zdraví žáků základních škol v době postcovidové

Kateřina Kusendová

---

Bakalářská práce  
2023



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

Akademický rok: 2022/2023

# ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

|                   |   |
|-------------------|---|
| Jméno a příjmení: | Kateřina Kusendová  |
| Osobní číslo:     | H20377  |
| Studijní program: | B0111A190011 Sociální pedagogika                                  |
| Forma studia:     | Prezenční   |
| Téma práce:       | Podpora duševního zdraví žáků základních škol v době postcovidové |

## Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.

Vymezení terminologie a teoretických východisek z oblasti základního vzdělávání, prevence a duševního zdraví.

Příprava metodiky empirické části, zpracování projektu výzkumu a stanovení výzkumného problému.

Realizace kvantitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.

Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.

Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

DUŠEK, Karel a Alena VEČEŘOVÁ-PROCHÁZKOVÁ, 2010. Diagnostika a terapie duševních poruch. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1620-6.

GAVENDOVÁ, Nora, 2021. Kognitivně-behaviorální přístupy v praxi pedagoga. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-271-2501-2.

JEDLIČKA, Richard, Jaroslav KOŤA a Jan SLAVÍK, 2018. Pedagogická psychologie pro učitele: psychologie ve výchově a vzdělávání. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-0586-1.

KUČEROVÁ, Helena, 2013. Psychiatrické minimum. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4733-0.

PUNCH, Keith, 2015. Úspěšný návrh výzkumu. Vydání druhé. Přeložil Jan HENDL. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0980-5.

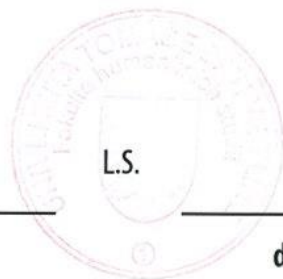
Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Lucie Cejpek Blašíková, Ph.D.**  
Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce: **20. ledna 2023**

Termín odevzdání bakalářské práce: **28. dubna 2023**

---

**Mgr. Libor Marek, Ph.D.**  
děkan



**doc. Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.**  
ředitel ústavu

Ve Zlíně dne 20. ledna 2023

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem citoval(a). V případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor.

Ve Zlíně 18.4.2023







## Univerzita Tomáše Bati Fakulta humanitních studií

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle ve soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédá k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce se zabývá podporou duševního zdraví žáků základních škol v době postcovidové. Teoretická část je členěná do dvou kapitol. Tyto kapitoly pojednávají o základním vzdělávání, o době pandemie Covid 19 v souvislosti s duševním zdravím žáků a o době po této pandemii. Objasňuje a vymezuje pojem duševní zdraví a popisuje také duševní onemocnění. Dále se výzkum věnuje školnímu zařízení, kde zmiňujeme prevenci ve školním zařízení, což je pro tuto práci velmi důležité. V poslední řadě vymezuje pandemii onemocnění Covid 19 a protiepidemické opatření v této pandemii. Praktická část přináší výsledky kvantitativně zpracovaného výzkumu, jehož hlavním cílem je zjistit potřebnou podporu duševního zdraví žáků poskytnutou ze strany školy. Práce se zaměřuje na 8. a 9. třídu základní školy a na jejich zkušenosti a pocity spojené se situací ve škole po pandemii Covid 19.

Klíčová slova: duševní zdraví, Covid 19, pandemie, duševní problémy, školní poradenské pracoviště

## **ABSTRACT**

The bachelor's thesis addresses mental health support of elementary school students in the post-covid era. The theoretical part is divided into two chapters. These chapters discuss primary education, the period of the Covid 19 pandemic in relation to the mental health of pupils and the time after the pandemic. The thesis clarifies and defines the concept of mental health and also describes mental illnesses. Furthermore, the research is devoted to school facilities, where the prevention in school facilities is addressed, which is very important for this thesis. Finally, it defines the Covid 19 pandemic and anti-epidemic measures applied within this pandemic. The practical part presents the results of quantitatively processed research, the main goal of which is to find out the necessary mental health support of pupils provided by the school facility. The work focuses on the 8th and 9th grade of elementary school and their experiences and feelings related to the school situation after the Covid 19 pandemic.

Keywords: mental health, Covid 19, pandemic, mental health issues, school counsel office

Touto cestou bych ráda poděkovala Mgr. Lucii Cejpek Blašíkové, Ph.D., za její cenné rady, čas a ochotu. Velké poděkování patří také mé rodině, která mě podporovala po celou dobu studia. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat školám, které souhlasily se zapojením žáků do výzkumu a také samotným respondentům za ochotu výzkumu se zúčastnit.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

# OBSAH

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ÚVOD</b> .....  | <b>9</b>  |
| <b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....                               | <b>11</b> |
| <b>1 ŠKOLA A ŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ</b> .....                      | <b>12</b> |
| 1.1    ROLE ŽÁKA .....                                       | 13        |
| 1.2    DOSPÍVÁNÍ JAKO ROZVOJ IDENTITY .....                  | 14        |
| 1.3    DOBA PANDEMIE COVID 19 VE ŠKOLÁCH .....               | 15        |
| 1.4    DOBA POSTCOVIDOVÁ VE ŠKOLÁCH .....                    | 19        |
| 1.5    ŠKOLNÍ PORADENSKÉ PRACOVÍŠTĚ.....                     | 20        |
| 1.5.1    Účel poskytování poradenských služeb ve škole ..... | 22        |
| 1.5.3    Členové školního poradenského zařízení:.....        | 25        |
| <b>2 DUŠEVNÍ ZDRAVÍ</b> .....                                | <b>32</b> |
| 2.1    DUŠEVNÍ ZDRAVÍ A PANDEMIE COVID 19 U DĚTÍ .....       | 33        |
| 2.2    WELLBEING VE ŠKOLE.....                               | 35        |
| <b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....                               | <b>37</b> |
| <b>3 VÝZKUMNÝ PROBLÉM</b> .....                              | <b>38</b> |
| 3.1    CÍLE .....  | 38        |
| 3.2    VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....                                 | 39        |
| 3.3    METODA SBĚRU DAT .....                                | 39        |
| 3.4    VÝZKUMNÝ SOUBOR .....                                 | 39        |
| 3.5    VÝZKUMNÝ NÁSTROJ .....                                | 41        |
| 3.6    ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....                            | 41        |
| <b>4 ANALÝZA</b> .....                                       | <b>42</b> |
| <b>5 INTERPRETACE</b> .....                                  | <b>59</b> |
| <b>ZÁVĚR</b> .....   | <b>63</b> |
| <b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....                       | <b>64</b> |
| <b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....              | <b>69</b> |
| <b>SEZNAM OBRÁZKŮ</b> .....                                  | <b>70</b> |
| <b>SEZNAM TABULEK</b> .....                                  | <b>71</b> |
| <b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....                                   | <b>72</b> |



## ÚVOD

V tomto výzkumu se zaměřujeme na podporu duševního zdraví žáků základních škol ze stran školy. Duševní zdraví žáků bylo velmi ovlivněno pandemií Covid 19 a distanční výukou. Podporou v této situaci by měla být pro děti rodina, ale také školní zařízení. Prvotní projevy určitých duševních problémů mohou zachytit právě pedagogičtí pracovníci ve školských zařízeních (Kartous, ©2014). Cílem je tedy zjistit, jak se žáci ve škole cítí a zda jim nabízí dostatečné prostředky k udržení psychické pohody. Ve výzkumu se zaměřujeme na žáky 8. a 9. tříd základních škol.

Teoretická část je rozčleněna do dvou kapitol, které tvoří teoretický základ pro problematiku výzkumu. Zaměřují se konkrétně na školství, kde je zmíněna cílová skupina výzkumu, školní poradenské pracoviště, činnosti konkrétních pracovníků školního poradenského pracoviště a pandemie Covid 19 v souvislosti s vládními opatřeními ve vzdělávání. Další kapitolu tvoří duševní zdraví, ve které se pozornost upírá na duševní problémy spojené s již zmíněnou pandemií a distanční výukou ve školách. Také je zde popsán wellbeing, který slouží ke zlepšení duševního zdraví dětí ve školách.

Praktická část vytyčuje výzkumný problém a výzkumné cíle, spolu s hlavními výzkumnými otázkami a dílčími výzkumnými otázkami. Zabývá se také výzkumným souborem, který představuje základní vzorek pro šetření výzkumu. Výzkumným nástrojem pro sběr dat kvantitativního výzkumu byl zvolen dotazník. Výzkumné šetření bylo vyhodnocováno pomocí kontingenční tabulky v programu Microsoft Excel a otevřené odpovědi byly kódovány. Analýza je tvořena pomocí grafů.

V závěru práce jsou představeny konečné výsledky výzkumu, kterými bylo odpovězeno na předem stanovené výzkumné otázky. Touto problematikou je vhodné se zabývat, protože je velmi aktuální. V době pandemie došlo k mnoha vládním opatřením, kdy byl volný pohyb osob značně omezen a děti tak trávily většinu svého času pouze doma v izolaci. Touto situací byl značně ohrožen i jejich duševní stav. Již v době před pandemií byl dle studie Skokauskase (2019) problém s psychiatrií pro děti a adolescenty. V této studii zmiňuje, že tvůrci politiky zdraví nevěnují dostatečnou pozornost o dětské duševní zdraví (Skokauskas, 2019). Dotazů na Lince bezpečí za rok 2020 velmi přibývalo, mezi nejčastější témata patřily deprese a hned vzápětí za nimi sebepoškozování (Jandová, ©2020). Kvůli pandemii se také výrazně zhoršilo duševní zdraví dětské a dorostové populace, čímž se zvýšila také poptávka po akutní pedopsychiatrické péči (Bínová, Havelka, ©2021). V roce 2017 Linka bezpečí

přijala 573 hovorů na téma sebepoškozování, v roce 2022 jejich počet vzrostl na číslo 4079. Velké množství těchto hovorů ovlivnila právě již zmíněná pandemie, omezené kontakty s vrstevníky, nevyužití volného času, ale také právě návrat do školy, kde se u dětí projevily stres z učení (Petráková, ©2023). Škola by měla hrát velkou roli v prevenci duševního zdraví. Učitel by měl být ten, kdo žákům může v jejich psychické nepohodě pomoci jako první. Důležité je také fungování poradenského týmu ve škole. Škola je vedle rodiny součástí blízkého kruhu dítěte, ve kterém by mělo mít šanci najít vhodnou podporu (Kartous, ©2014).

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 ŠKOLA A ŠKOLNÍ PROSTŘEDÍ

Základním zákonem týkající se školy můžeme uvést zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním a vyšším odborném a jiném vzdělávání (dále jen Školský zákon). Tento zákon upravuje jak předškolní vzdělávání, tak i základní, střední, vyšší odborné a některé jiné vzdělávání ve školách a školských zařízeních. Zákon stanovuje podmínky, za nichž se uskutečňuje vzdělávání a výchova, také vymezuje práva a povinnosti fyzických i právnických osob a určuje kompetence orgánů, které vykonávají státní správu a samosprávu ve školství. Dle školského zákona je v České republice školní docházka povinná po dobu devíti školních let (nejvýše do konce školního roku, ve kterém žák dosáhne sedmnácti let). Tato povinná školní docházka začíná počátkem školního roku, který následuje po dovršení šestého roku věku dítěte, pokud není povolen odklad. Pokud dítě dosáhne šestého roku věku v období od září do konce června příslušného školního roku, může být přijato k plnění povinné školní docházky již v tomto roku, jestli se jedná o dítě, které je dostatečně fyzicky i duševně vyspělé a zda o to jeho zákonný zástupce požádá. Zákonný zástupce dítěte má povinnost dítě přihlásit k zápisu k povinné školní docházce (od 1. dubna do 30. dubna kalendářního roku, kdy má být dítě povinno zahájit školní docházku). Cílem základního vzdělávání je, aby žáci získali potřebné strategie k učení a tím se zvýšila jejich motivace k učení celoživotnímu. Měli by se také naučit tvořivě myslet a řešit přiměřené problémy. Zlepšit se v komunikaci a spolupráci a umět chránit svoje fyzické i duševní zdraví, životní prostředí i hodnoty. Cílem povinné školní docházky je také naučit žáky ohleduplnosti a tolerance k jiným lidem, odlišným kulturním i duchovním hodnotám. Žáci by měli poznat své schopnosti i reálné možnosti a umět je uplatnit společně se svými dovednostmi a vědomostmi při rozhodování o své budoucnosti (Zákon č. 561/2004). K tomuto všemu je vedou pedagogičtí pracovníci, které můžeme považovat za širší profesní skupinu (Průcha, 2002). Právní vymezení této skupiny najdeme v zákoně č. 563/2004 Sb., O pedagogických pracovnících, kde se jako pedagogický pracovník označuje zaměstnanec, který vykonává přímou výchovnou, vyučovací, speciálně-pedagogickou nebo přímou pedagogicko-psychologickou činnost. Součástí této skupiny je také osoba, která vykonává pedagogickou činnost v zařízení sociálních služeb. Přímou pedagogickou činnost tak konkrétně mohou vykonávat profese jako učitel, vychovatel, speciální pedagog, psycholog, pedagog volného času, asistent pedagoga, pedagog v zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků, trenér, metodik prevence v pedagogicko-psychologické poradně a také vedoucí pedagogický pracovník (Zákon č. 563/2004 Sb.).

Škola je významnou institucí, která ovlivňuje dětskou osobnost a rozvoj různých psychických funkcí. Všechna školská zařízení rozvíjí poznávací schopnosti a různé dovednosti, ale také působí jako velmi důležitý socializační činitel, který upravuje rozvoj určitých vlastností osobnosti, ale také žádoucí chování. Školní zařízení také eliminuje individuální rozdíly a vytváří tlak na posílení vlastností a kompetencí, které odpovídají obecnému modelu úspěšného žáka. Některé požadavky a očekávání školy mohou být pro některé z žáků těžce splnitelné, také hodnocení jejich výkonů a chování představuje pro žáky specifickou zkušenost, která může ovlivnit celkově jejich vlastní sebepojetí. Další směřování daného jedince také ovlivňuje právě školní úspěšnost nebo naopak neúspěšnost (Vágnerová, Lisá, 2021).

## 1.1 Role žáka

Pojem sociální role označuje chování, které sociální skupina očekává od jednotlivých členů společnosti. Role nezávisí jen na hodnotách a normách určité skupiny, ale i na sociální pozici daného jedince ve skupině. Pokud jedinec neplní sociální roli, může dojít k jeho vyloučení ze skupiny. Důležité je pochopení sociálních rolí pro porozumění vztahům v školních institucích, kde se vyskytují vztahy mezi žáky a učiteli a mezi žáky samotnými. Pojem žák má dle Pedagogického slovníku dva významy. První je označení pro člověka v roli vyučovaného, které není nijak omezeno věkem. Za druhý význam může být považováno dítě, které navštěvuje základní školu (Průcha, Walterová, Mareš, 2013). V období pubescence se role žáka mění. Dospívající díky tlaku dospělých chápe vzdělání jako most k vlastní budoucnosti, ale zároveň školu jako takovou považuje za nutnost, která je pro něj momentálně nevýznamná. Známky a jiné hodnocení chápe jako nějakou hodnotu dospělých a nedokáže si k nim přiřadit důležitost pro budoucí uplatnění. Žákovská role je pro pubescenta v duchu „nenamáhat se“, proto se většinou připravují pouze na předem určené termíny zkoušení (Vágnerová, 2000). Důležité je v tomto období dodržovat rozvrh a nepřetěžovat žáky zkoušením a jinými úkoly. Během celého týdne by učení mělo být rozvrženo tak, aby byl žák schopný se dostatečně soustředit (Heller, 2014). Vztah k budoucnosti u pubescenta je posílen hlavně při přechodu na druhý stupeň základní školy. Zde se také žáci postupně rozdělují na studenty a učně, dle jejich budoucího profesního začlenění a výrazně tak rozhodují o své další budoucnosti. Očekávání od své budoucí profese ovlivňují také motivaci a vztah žáka k učení. Tato změna má také vliv na sociální vztahy ve třídě, kdy starší žák méně respektuje učitele zcela bez výhrady, oproti žákům mladším. Starší žák tak přijímá jen to, co mu vyhovuje, čeho si váží a co ho zajímá. Některí žáci své



odlišné názory s učitelem nemusí konfrontovat, hledají místo, kde bude jejich názor akceptován – mezi vrstevníky. Zde se jedná o symbolickou konfrontaci, kdy vrstevníci jsou ve stejném postavení a s kritikou budou souhlasit (Vágnerová, 2000). Důležitá je v tomto období také sociální identita žáka a jeho příslušnost k určitým sociálním skupinám, míra postavení, kterou ve skupině získal. Pro člověka, a hlavně pro dospívajícího jsou důležité názory a postoje druhých lidí (v tomto období většinou vrstevníků), kteří mu poskytují informace o něm samotném, sdělují mu, jak jej okolí vnímá. Jako příklad rolí nebo postavení ve společnosti je pozitivní role hvězdy v třídním kolektivu nebo naopak negativní role neúspěšného jedince (Sedláčková, 2009). Pubescenti učitele chápou jako autoritu ve vztahu k výuce, tj. učitel by měl vysvětlit látku. Požadují od učitele určitou spravedlnost a dodržování pravidel. Také oceňují učitele, kteří je do určité míry berou jako rovnocenné (učitel vyslechne jejich názor, je ochotný jim cokoliv vysvětlit a vyslechnout je). Proto by měl učitel posilovat jejich hledání identity a motivovat je ke školní práci a k lepším výsledkům. Důležitá je pro žáky jistota, učitel by měl tuto potřebu posilovat také dodržováním pravidel, i emocionálních. Rozladěný učitel v žácích spíše vyvolává napětí (Vágnerová, 2000).

## 1.2 Dospívání jako rozvoj identity

Dospívání může být označeno jako fáze hledání a rozvoje vlastní identity (Erikson, 1964 cit. podle Vágnerová, 2000). Dítě si tak utváří odpověď na otázku „Kdo jsem?“ (Klimesš, ©2008). Od šesti až sedmi let do jedenácti až dvanácti let se jedná o období mladšího školního věku, kdežto následující období je již označováno jako dospívání (Langmeier, Kejčirová, 2006). Dospívající hledá nový smysl sebepojetí, mění se jednotlivé složky vlastní identity a také si osvojuje nové kompetence. Získává nové role, ke kterým si tvoří svůj postoj, jak je přijmout. V této fázi si dospívající promýšlí, jaký by chtěl být, není totiž závislý jen na konkrétní realitě a názorech druhých jako v dětství. Složky identity, které vlastnil do této doby se mění (například to, jak vypadá nebo jak uvažuje). Tímto je také nucen ke změně představy o sobě, kdyby na změnu nepřistoupil, musel by nové informace popřít. Změny musí být v tomto období zpracovány, jak na kognitivní úrovni, tak i emocionálně, kde jde hlavně o akceptaci. Akceptace je důležitá ve vztahu k sobě samotnému, jde o akceptaci své nové, nehotové identity. Pocity nejistoty a nespokojenosti s vlastní identitou bývají časté a vedou k problémům se zmiňovanou akceptací. V předchozím období byl dospívající zaměřen především na okolní svět, nyní je jeho pozornost upjata na sebe samotného. Ve zvýšené míře se zabývá sám sebou a chce se o sobě dozvědět více. Pro toto

období je také typické zvýšení sebekritičnosti, ale i kritičnosti k druhým. To je také spojeno s emoční nestabilitou až labilitou, dohromady se sebekritičností komplikují sebepoznání. Dospívající uvažuje o tom, jakým by mohl být a věří, že jeho aktuální stav není nejlepší. Jedná se o období, kdy se pubescent zaměřuje na své emoce a pocity. Psychika v tomto období je velmi složitá. Je totiž komplikovaná, rozladěná díky aktuálním výkyvům nálady, nejistotou a nezkušeností. Mnohdy není ani možné správně charakterizovat vlastní pocity (Vágnerová, 2000). Dospívající se také snaží vymezovat vůči rodičům, být nezávislý a mít kolem sebe kamarády. Období pandemie Covidu 19 všechny tyto potřeby potlačila, což s sebou přineslo i negativní důsledky. Mezi nejčastější patří úzkost, která je spojená s obavami z nákazy, ale může být také jako dopad sociální izolace a neschopnosti organizace volného času (*Zavřené školy nejsou pro děti výhrou: hrozí psychické problémy a závislosti*, ©2020).

### 1.3 Doba pandemie Covid 19 ve školách

Covid 19 je onemocnění, které je vyvolané virem, jež nazýváme „koronavirus 2 způsobující těžký akutní respirační syndrom“ (SARS-CoV-2). Jedná se o nový kmen koronavirů, který nebyl do prosince 2019 u lidí zaznamenán. Příznaky tohoto onemocnění jsou horečka, kašel, celková slabost nebo únava, změna nebo ztráta chuti nebo čichu, bolest v krku, hlavy, svalů a průjem. U každého člověka se velmi liší. Někteří mohou být asymptomatictí (bez příznaků), jiní mohou mít výše zmíněné příznaky a další mohou mít závažné příznaky jako jsou potíže s dušností nebo dýcháním, zmatenost a bolest na hrudi. Virus SARS-CoV-2 se šíří z člověka na člověka prostřednictvím drobných částic uvolňovaných při dýchání nakažené osoby (Evropský informační portál o očkování, ©2023). První případy onemocnění Covid 19 byly oficiálně hlášeny 31.12.2019 ve střední Číně, konkrétně ve Wu-chanu, za nedlouho se toto onemocnění rozšířilo do celého světa. První případ v České republice se objevil 1.3.2020. Světová zdravotnická organizace (WHO) vyhlásila globální stav zdravotní nouze dne 30.1.2020 a dne 11.3.2020 prohlásila šíření koronaviru za pandemii, tedy hromadný výskyt infekčního onemocnění velkého rozsahu zasahující více kontinentů (Národní zdravotnický informační portál, ©2022). Uzavření škol jako protiepidemické opatření postihlo na celé zemi zhruba 1,6 miliardy žáků, adolescentů a studentů z celého světa. (Uhlíř, ©2021) Doba pandemie se velmi dotkla i školských zařízení. Kvůli epidemii došlo k uzavření veškerých škol v České republice ode dne 13. března 2020. Usnesením vlády se zakázala osobní přítomnost žákům a studentům na základním, středním a vyšším odborném vzdělávání ve školách a školských zařízeních.

Přítomnost studentů na hromadných formách výuky a zkoušek při studiu na vysokých školách byla také zakázána. Veškeré zájmové vzdělávání i kurzy a jiné umělecké vzdělávání se nemohlo vykonávat za osobní přítomnosti žáků a studentů (Usnesení č. 74/2020 Sb.). Od vyhlášení tohoto zákazu se vládní opatření týkající se školství měnily.

✓ výuka probíhala nebo byla možná ve všech školách a ročnících ⊖ část ročníků či škol byla uzavřena či probíhala rotační výuka  
✗ školy byly zcela uzavřeny (výjimkou mohly být konzultace s jednotlivci či malými skupinami, speciální školy, školy vyčleněné pro děti zdravotníků apod.)

| jaro 2020              | MŠ   | ZŠ – 1. stupeň                                 | ZŠ – 2. stupeň  | SŠ, VOŠ<br>konzervatoře   | VŠ  |  |
|------------------------|--|--|---|---|---|--|
| 11. března – 7. května | ✓<br>školy obvykle uzavřeny z rozhodnutí zřizovatele | ✗  | ✗   | ✗   | ✗   | 20. dubna možný návrat posledních ročníků VŠ (skupiny do 5 studentů) – nezhledujeme<br>27. dubna možný návrat všech ročníků VŠ – konzultace ve skupinách max. 5 studentů |
| 11.–22. května         | ✓<br>školy obvykle uzavřeny z rozhodnutí zřizovatele | ✗  | ⊖<br>dobrovolně 9. ročník (max. 15 žáků)                        | ⊖<br>dobrovolně poslední ročníky (max. 15 žáků)   | ✓<br>běžná výuka všechny ročníky dle rozhodnutí VŠ (max. 15 osob) |  |
| 25.–29. května         | ✓<br>dobrovolně všechny ročníky                      | ✓<br>dobrovolně všechny ročníky (max. 15 žáků) | ⊖<br>dobrovolně 9. ročník (max. 15 žáků)                        | ⊖<br>dobrovolně poslední ročníky (max. 15 žáků)   | ✓<br>obvykle zkuškové období                                      |  |
| 1.–5. června           | ✓<br>dobrovolně všechny ročníky                      | ✓<br>dobrovolně všechny ročníky (max. 15 žáků) | ⊖<br>dobrovolně 9. ročník (max. 15 žáků)                        | ⊖<br>dobrovolně poslední ročníky (max. 15 žáků)<br>praktická výuka všechny ročníky  | ✓<br>obvykle zkuškové období                                      |  |
| 8.–30. června          | ✓<br>dobrovolně všechny ročníky                      | ✓<br>dobrovolně všechny ročníky (max. 15 žáků) | ⊖<br>dobrovolně třídnické hodiny všechny ročníky (max. 15 žáků) | ⊖<br>dobrovolně poslední ročníky (max. 15 žáků)<br>dobrovolně praktická výuka a třídnické hodiny všechny ročníky (max. 15 žáků) | ✓<br>obvykle zkuškové období                                      |  |

Obrázek 1: Uzavírání škol kvůli pandemii Covid 19 na jaře 2020 (MŠMT, ©2021).

| podzim 2020                 | MŠ | ZŠ – 1. stupeň                   | ZŠ – 2. stupeň  | SŠ, VOŠ konzervatoře  | VŠ  |  |
|-----------------------------|----|----------------------------------|---|---|---|--|
| 1. září – 9. října          | ✓  | ✓                                | ✓   | ✓   | ✓   | některé školy uzavřeny hygienickými stanicemi, některé VŠ i z vlastního rozhodnutí |
| 12.–13. října               | ✓  | ✓                                | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky                      | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky, běžná výuka nižší stupeň gymnázií | ✗   |  |
| 14. října – 16. listopadu   | ✓  | ✗                                | ✗   | ✗   | ✗   |  |
| 18.–24. listopadu           | ✓  | ⊖<br>běžná výuka 1. a 2. ročníky | ✗   | ✗   | ✗   |  |
| 25.–27. listopadu           | ✓  | ⊖<br>běžná výuka 1. a 2. ročníky | ✗   | ⊖<br>běžná výuka závěrečné ročníky, praktická výuka všechny ročníky     | ✗<br>praktická výuka poslední ročníky dle rozhodnutí VŠ (max. 20 studentů)        |  |
| 30. listopadu – 4. prosince | ✓  | ✓<br>běžná výuka všechny ročníky | ⊖<br>běžná výuka 9. ročník, rotační výuka 6.–8. ročníky | ⊖<br>běžná výuka závěrečné ročníky, praktická výuka všechny ročníky     | ✗   |  |
| 7. prosince – 18. prosince  | ✓  | ✓<br>běžná výuka všechny ročníky | ⊖<br>běžná výuka 9. ročník, rotační výuka 6.–8. ročníky | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky                                      | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky, prezenční výuka 1. ročník dle rozhodnutí VŠ |  |
| 21. a 22. prosince          | ✓  | ✗<br>volno před prázdninami      | ✗<br>volno před prázdninami                             | ✗<br>volno před prázdninami   | ✗<br>praktická výuka poslední ročníky dle rozhodnutí VŠ (max. 20 studentů)        |  |

Obrázek 2: Uzavírání škol kvůli pandemii na podzim 2020 (MŠMT, ©2021)

| jaře 2021               | MŠ  | ZŠ – 1. stupeň  | ZŠ – 2. stupeň                     | SŠ, VOŠ konzervatoře                 | VŠ  |  |
|-------------------------|---|---|------------------------------------|--------------------------------------|---|--|
| 4. ledna – 26. února    | ✓   | ⊖<br>běžná výuka 1. a 2. ročníky  | ✗                                  | ✗                                    | ✗   | opatření platilo od 27. prosince 2020, ale prakticky se uplatnilo od 4. ledna (po prázdninách) |
| 1. března – 10. dubna   | ✗   | ✗   | ✗                                  | ✗                                    | ✗   |  |
| 12.–23. dubna           | ⊖<br>běžná výuka předškolní ročník (max. 15 dětí)   | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky (běžná výuka přípravné třídy a malé školy) | ✗                                  | ✗                                    | ✗   | od 19. dubna možnost skupinové výuky žáků ohrožených školním neúspěchem na 2. stupni ZŠ        |
| 26.–30. dubna           | ⊖<br>11 krajů: běžná výuka předškolní ročník (max. 15 dětí)<br>3 kraje: běžná výuka všechny ročníky | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky (běžná výuka přípravné třídy a malé školy) | ✗                                  | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky | ✗<br>praktická výuka poslední ročník dle rozhodnutí VŠ                  |  |
| 3.–7. května            | ⊖<br>7 krajů: běžná výuka předškolní ročník (max. 15 dětí)<br>7 krajů: běžná výuka všechny ročníky  | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky (běžná výuka přípravné třídy a malé školy) | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky | ✗<br>praktická výuka poslední ročník dle rozhodnutí VŠ                  |  |
| 10.–14. května          | ✓<br>běžná výuka všechny ročníky  | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky (běžná výuka přípravné třídy a malé školy) | ⊖<br>rotační výuka všechny ročníky | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky dle rozhodnutí VŠ ve většině krajů |  |
| 17.–21. května          | ✓<br>běžná výuka všechny ročníky  | ✓   | ✓                                  | ⊖<br>praktická výuka                 | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky dle rozhodnutí VŠ                  |  |
| 24. května – 30. června | ✓<br>běžná výuka všechny ročníky  | ✓   | ✓                                  | ?✓                                   | ⊖<br>praktická výuka všechny ročníky dle rozhodnutí VŠ                  |  |

Obrázek 3: Uzavírání škol kvůli pandemii na jaře 2021 (MŠMT, ©2021).



Obrázek 4: Roční absence žáků ve škole, kvůli pandemii a protiepidemickým opatřením v roce 2020 (*Už i jedničkáři jsou bez motivace. ' Za rok od zavření škol strávili doma nejvíce času vysokoškoláci.*, ©2021).

Kvůli uzavření škol z důvodu šíření pandemie Covid 19 se zavedla novela školského zákona č. 349/2020 Sb., zavádějící distanční výuku. Distanční výuka byla zavedena při druhém uzavření škol, tedy v říjnu 2020. V jarních měsících roku 2020 neměly školy povinnost distančně vyučovat, šlo pouze o možnost využívat distanční výuku. Distanční výuka byla velkým problémem pro děti z chudších rodin. Kvůli technické nevybavenosti vypadly ze vzdělávacího systému hlavně děti ze sociálně slabých rodin, což by mohlo mít závažné dopady na jejich budoucnost. Tyto děti většinou nemají žádné technické zázemí, které k této formě výuky potřebují. Když už vlastní počítač, tak jim často schází nebo mají nedostatečné připojení k internetu. Z důsledku distanční výuky rodiče byli nuceni trávit více času se svými dětmi, čímž se také zvýšily konflikty v rodinách. Rodiče nebyli připraveni trávit tolik času s dětmi a učit se s nimi, což se podepsalo na psychice všech členů domácnosti. U dětí dochází také kvůli sociální izolaci ke vzniku různých sociálních fobií a dalších psychopatologických jevů (Formanová, ©2021). V České republice se psychické problémy značně podceňují, protože systém se nesnaží dostatečně podpořit sociálně znevýhodněné žáky. Pozitivní stránkou systému jsou letní doučovací kempy, které proběhly a také změna ve financování školních psychologů. V době uzavření škol byla značná snaha o inovace ve školách, ta se



bohužel po opětovném otevření škol vytratila (Lánská, ©2022). Děti nezvládaly dlouhou domácí izolaci při uzavření škol a trpěly depresemi a často sahaly i k sebepoškozování, informovala Konference o vzdělávání PREF 2020. V České republice byla založena nezisková organizace s názvem Nevypust' duši, jejímž cílem je zlepšení informovanosti v oblasti duševního zdraví. Tuto nadaci založila Marie Salomonová, která z analýz hovorů na Lince bezpečí zjistila, že se koronavirová pandemie velmi podepsala na duševním zdraví dětí. Zjistila, že děti trápil nedostatek podnětů, malý kontakt s vrstevníky, nedostatek sportovního vyžití, ale také naopak nízká míra soukromí v domácím prostředí a narůstající konflikty v rodině. Jejich duševnímu zdraví také neprospívala nejistota způsobená nejasnými informacemi o tom, jak dlouho bude tato situace trvat a kdy a jakým způsobem se vrátí do školy. Velký stres se objevoval především u žáků devátých tříd a maturantů. V období distanční výuky například v ZŠ Kunratice zavedli pravidelné „ranní dýchánky“, kdy každý den před začátkem vyučování si s dětmi 20 minut povídali a zjišťovali jejich problémy (Hronová, ©2020). Důležitým tématem v době distanční výuky bylo také hodnocení žáků a zpětná vazba, která jim měla být poskytována. Méně, než polovina škol hodnotila i kritéria týkající se efektivity práce při online výuce (např. schopnost organizovat si čas a učení, vyšší míra odpovědnosti za vlastní vzdělávání a spolupráce v online prostředí) (Felcmanová, Hečková, Myšková et al., 2021).

#### 1.4 Doba postcovidová ve školách

Pro ulehčení adaptace žáků ve škole a pro opětovné zahájení prezenční výuky Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ve spolupráci s Českou školní inspekcí a Národním pedagogickým institutem připravilo metodické doporučení pro základní školy, střední školy a konzervatoře. Cílem tohoto doporučení je pomoci školám nastavit pravidla a připravit plán nejenom pro období adaptace, ale také pro pedagogickou práci. V metodickém dokumentu nalezneme doporučení, jak se připravit na návrat žáků do škol z hlediska školy, jak připravit rodiče žáků a jak připravit žáky samotné, jak řešit adaptační období žáků, které je pro každého žáka jinak dlouhé a v neposlední řadě se dokument zaměřuje na pedagogickou činnost učitelů. (*Pedagogická doporučení k návratu žáků do škol: Návrat žáků do škol – metodologická doporučení (pedagogická část)*, ©2021). Po návratu žáků do škol po tak dlouhé sociální izolaci se očekává, že adaptace na běžný školní režim potrvá déle než obvykle. Při tomto nástupu lze využít i techniky zaměřené na mapování emočního zázemí žáků nebo aktivity, které jsou zaměřené na jejich komunikaci. Na začátku prezenční výuky by učitelé neměli mít na žáky vysoké nároky. Důležité je také sdílení názorů žáků

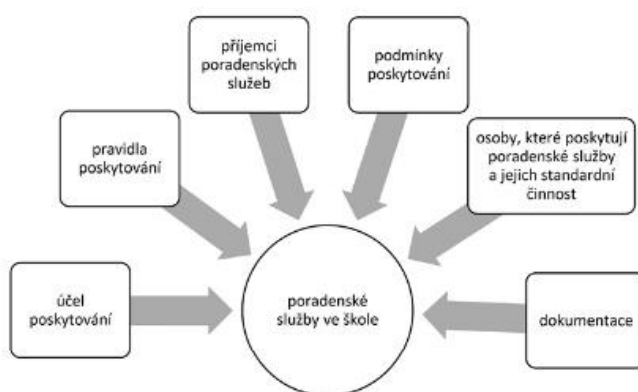
na probíhající situaci. Doporučuje se také zařadit do života ve škole techniky pro podporu duševního zdraví například krátké imaginace, dechové cvičení či cvičení na podporu všímavosti nebo koncentrace. Každý žák měl jiné zkušenosti s pandemií, a proto každý žák měl jiné emoční reakce. U některých se mohla objevovat radost z návratu do školy, u jiných naopak strach, úzkost nebo výbuchy vzteku (*Jak podpořit žáky při návratu do školy po COVID-19 – tipy pro učitele.*, ©2020). Některé z dětí mohou prožívat i určitý šok z nějaké situace, kterou zažily (onemocnění blízké osoby nebo úmrtí) (Berková, Stretti et al., ©2020). Důležitá v tomto období byla podpora vztahů ve třídě, tvorba pozitivního klimatu a smysl podpořit vzájemnou spolupráci třídy (*Jak podpořit žáky při návratu do školy po COVID-19 – tipy pro učitele.*, ©2020). Z pohledu České školní inspekce je role třídního učitele v tomto období velmi důležitá, proto by měli ředitelé projevit snahu o posílení této role (Felcmanová, Hečková, Myšková et al., 2021). Třídní učitelé by k žákům měli mít nejbližší, a proto měli za úkol využít třídnických hodin a rozvíjet tak komunikaci žáků, která je důležitá pro normalizaci vztahů. Třídnické hodiny sloužily také ke vzájemné diskuzi a celkové podpoře adaptace žáků. V třídnických hodinách se staršími žáky základních škol bylo doporučeno využít tvůrčí aktivity (například vytvoření mandal, strom obav a těšení apod.) Vhodné je využití venkovních prostor pro výuku, pokud je to možné. Žáci byli dlouhou dobu doma v izolaci a nemohli si dostatečně vybit energii. Toto prostředí se dá využít jak k ryze pohybovým aktivitám, tak k aktivitám spojených s postřehem (aktivity, které propojují obě mozkové hemisféry) nebo rozvojem fantazie. Venkovní prostředí může být pro žáky také uklidňující (Berková, Stretti et al., ©2020). Kvůli dlouhodobé distanční výuce bylo doporučeno školám zvýšit intenzitu komunikace s rodiči. Nejčastějším komunikačním prostředkem, který školy využívaly k informování rodičů byly webové stránky školy. Většina ředitelů škol tak považuje pravděpodobně oficiální nástroje (webové stránky, e-maily apod.) za důležitější, a proto příliš často nevyužívali třídní schůzky. Třídní schůzky, které se konaly v období rozvolňování vládních opatření ve školství se většinou týkaly informací o organizaci návratu k prezenční výuce. Třídní schůzky byly zaměřeny také na reflexi distanční výuky. Většina ředitelů základních škol uvedla, že reakce rodičů na distanční výuku často nebyly ani pozitivní, ani negativní (Felcmanová, Hečková, Myšková et al., 2021).

## 1.5 Školní poradenské pracoviště

V Českém školství jsou poradenské služby poskytovány ve školách a školských poradenských zařízeních. Poradenství ve školství spadá pod činnost Ministerstva školství,

mládeže a tělovýchovy. Hlavní myšlenka o fungování je postavena na spolupráci a činnosti školního poradenského pracoviště a školských poradenských pracovišť. Pracoviště je orientováno na děti, žáky a studenty, ale nabízí také pomoc rodičům (zákonným zástupcům) a školám (Knotová, 2014). Tyto služby jsou právnicky ukotveny v zákoně 561/2004 Sb., Školský zákon, který školská poradenská zařízení popisuje. Jsou to zařízení, jež zajišťují pro děti, žáky a studenty a jejich zákonné zástupce, pro školy a školská zařízení konkrétně tyto činnosti: informační, diagnostickou, poradenskou a metodologickou, dále poskytují odborné speciálně pedagogické a pedagogicko-psychologické služby, preventivně výchovnou péči a napomáhají při volbě vhodného vzdělávání dětí, žáků a studentů a napomáhají taktéž v přípravě na jejich budoucí povolání. Tato služba také spolupracuje s orgány sociálně-právní ochrany dětí a orgány péče o mládež a rodinu, s poskytovateli zdravotních služeb a s dalšími (Zákon č. 561/2004 Sb.) Školní poradenství je také součástí vyhlášky 197/2016 Sb. Vyhláška o poskytování poradenských služeb ve školách a školských zařízeních (Novela vyhlášky 72/2005 Sb.) Jsou zaměřené na primární prevenci sociálně-patologických jevů, prevenci školní neúspěšnosti, mají také informační charakter (volba další vzdělávací dráhy nebo budoucí profese), služby se využívají při integraci a inkluzi, při péči o nadané žáky, a naopak o žáky dlouhodobě neprospívající a také na metodickou činnost směřovanou k pedagogům. Mezi školská poradenská zařízení patří pedagogicko-psychologické poradny (PPP) a speciálně-pedagogická centra (SPC). Pedagogicko-psychologické poradny jsou určeny dětem přibližně od 3 let (při vstupu do mateřské školy), žákům a studentům až do ukončení středního, případně vyššího odborného vzdělání. Poradny poskytují službu také rodičům, pedagogům a školám. Hlavní náplní této poradny je diagnostika, poradenství, intervence, nápravná péče a prevence. Podílí se na činnostech v oblasti prevence rizikového chování u dětí a mládeže, některé pedagogicko-psychologické poradny také připravují reedukativní, volnočasové nebo intervenční programy. Důležitá je psychologická a speciálně-pedagogická poradenská činnost, která je zaměřená na rozvoj osobnosti, sebepoznávání a sebepojetí. Zaměřují se i na problémy ve vývoji osobnosti z psychologického hlediska, tudíž i o psychické zdraví žáků. Všechny služby školního poradenství jsou bezplatné, za úplatu svou činnost mohou vykonávat pouze, pokud o ni požádá jiný subjekt př. soud. Speciálně-pedagogická centra jsou určeny dětem převážně od 3 do 19 let. Jedná se o podporu klientů v předškolním věku v péči rodičů, ale i o podporu klientů integrovaných do škol a školských zařízení, a klientů s těžkým a kombinovaným zdravotním postižením, kteří do škol docházet nemohou. Činnost speciálně pedagogických center je vykonávána i ambulantně (př. v rodině). Tyto centra poskytují pomoc také

pedagogům běžných škol s integrací žáků s postižením. Součástí školního poradenského pracoviště jsou výchovný poradce, školní metodik prevence, školní speciální pedagog a školní psycholog. Do tohoto týmu spolupracovníků je často pozván i třídní učitel, jelikož jsou na něj žáci zvyklí a má s nimi většinou bližší vztah. Dalšími členy mohou být i učitelé výchov, jako jsou například občanská výchova, výchova rodinná, etická apod. Ředitel školy je zodpovědný za tyto služby, pokud tedy sám ředitel nepověří nějakého z pedagogických pracovníků (Knotová, 2014). Z dotazníkového šetření v praktické části vyplývá, že řada žáků nezná členy poradenského pracoviště a myslí si, že součástí školy někteří z nich vůbec nejsou. Dokonce uvádí, že některé názvy pracovníků nikdy dříve neslyšeli.



Obrázek 5: Schéma poradenských služeb ve škole (Mertin, Krejčová et al., 2020).

### 1.5.1 Účel poskytování poradenských služeb ve škole

- a) Poradenské služby ve škole by měly přispívat k vytváření vhodných podmínek pro zdravý tělesný a psychický vývoj žáků (kam můžeme zařadit duševní zdraví), také pro sociální vývoj a pro rozvoj jejich osobnosti.
- b) Dalším účelem těchto služeb je naplňování vzdělávacích potřeb a rozvíjení schopností, dovedností a zájmů žáků.
- c) Součástí poradenských služeb je také zjišťování speciálních vzdělávacích potřeb žáků, mimořádného nadání, doporučování vhodných podpůrných opatření a vyhodnocování poskytování podpůrných opatření žákům se speciálními vzdělávacími potřebami a žákům mimořádně nadaným.

- d) Poradenské služby slouží k prevenci a řešení vzdělávacích a výchovných obtíží, prevenci různých forem rizikového chování a dalších problémů souvisejících se vzděláváním a s motivací k překonávání problémových situací.
- e) Vytváří vhodné podmínky pro vzdělávání žáků. Také vhodné podmínky, formy a způsoby práce pro žáky, kteří jsou příslušníci jiných kultur či žijících v jiných podmínkách a pro žáky nadané a mimořádně nadané.
- f) Služby přispívají k vhodné volbě vzdělávání a profesního uplatnění.
- g) Rozvíjí pedagogicko-psychologické a speciálně pedagogické znalosti a profesní dovednosti pedagogických pracovníků.
- h) Podporují žáky se speciálně vzdělávacími potřebami ve vzdělávání a žáky nadané. Projevují snahu o zmírnění důsledků znevýhodnění a o prevenci jeho prohlubování.
- i) Součástí těchto služeb je také metodická podpora pedagogů, kteří se podílejí na vzdělávání žáků nadaných a žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Přispívají k metodické podpoře výchovných poradců, školních metodiků prevence, asistentů pedagoga a dalších pedagogických i nepedagogických pracovníků, kteří se podílejí na zajišťování podpůrných opatření ve vzdělávání.
- j) Pracovníci poradenských služeb projevují snahu o posílení kvality těchto služeb zejména prostřednictvím součinnosti školských poradenských zařízení a školních poradenských pracovišť.
- k) Spolupracují s orgány moci a s ostatními orgány např. OSPOD (Vyhláška č. 72/2005 Sb.).



### 1.5.2 Pravidla poskytování poradenských služeb ve škole

Poradenská pracoviště ve školních zařízeních musí dodržovat i konkrétní pravidla, která určuje zákon.

- a) Školská poradenská zařízení musí dodržovat účel poradenských služeb.
- b) Musí dodržovat etické zásady o poskytování těchto služeb.
- c) Tyto služby vychází z individuálních potřeb žáka, podporují jeho samostatnost a přispívají k jeho sociálnímu začleňování.
- d) Zletilému žákovi nebo zákonným zástupcům poskytují zprávu a doporučení, které jsou výsledkem psychologické nebo speciálně pedagogické diagnostiky.
- e) Spolupracují s dalšími školskými zařízeními.
- f) Sledují a vyhodnocují poskytování navržených podpůrných opatření.
- g) Informují žáka a zákonné zástupce o poradenských službách poskytovaných školským poradenským zařízením nebo školou.
- h) Žákovi a zákonným zástupcům poskytují podrobné a srozumitelné informace o průběhu a výsledku poskytování poradenských služeb.
- i) Školská poradenská zařízení se souhlasem zletilého žáka nebo jeho zákonných zástupců žáků nezletilých poskytují závěry vyšetření, jakožto podklad pro doporučení ke vzdělávání žáka se speciálními vzdělávacími potřebami, dalšímu školskému poradenskému zařízení, které se na péči o žáka podílí (Vyhláška č. 72/2005 Sb.).

### 1.5.3 Členové školního poradenského zařízení:

#### 1. Výchovní poradce

Výchovní poradce je současně učitel a také významný poradenský pracovník. Tento pedagogický pracovník úzce spolupracuje s vedením školy, kde projednává fungování poradenských služeb. Kvalitu poradenských služeb, které poskytuje výchovní poradce, ovlivňuje vedení školy vytvářením odpovídajících podmínek pro jeho činnost. Poradce také pracuje s třídním kolektivem, protože se často jedná o koordinátora poradenských služeb ve škole. Spolupráce s třídním učitelem a metodikem prevence je velmi vhodná, při tvorbě a realizaci programů (Knotová, 2014).

#### Činnosti výchovního poradce:

Činnosti výchovního poradce můžeme rozdělit do dvou oblastí – první je poradenská činnost a druhou oblast lze nazvat jako metodickou a informační činnost.

##### I. Poradenská činnost

Do této oblasti řadíme kariérové poradenství a další poradenskou pomoc při rozhodování o další vzdělávací a profesní cestě žáků. Jedná se například o činnosti jako šetření k volbě povolání, poradenství pro zákonné zástupce společně s třídními učiteli ohledně očekávání od žáků, poskytování služeb kariérového poradenství cizincům, návštěva škol a podávání informací. Dále sem patří vyhledávání a orientační šetření žáků, jejichž vývoj a vzdělávání vyžadují zvláštní pozornost, příprava návrhů na další péči těchto žáků, zprostředkování vstupní a průběžné diagnostiky speciálních vzdělávacích potřeb a mimořádného nadání, spolupráce se školskými poradenskými zařízeními, příprava podmínek pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a poskytování kariérového poradenství pro tyto žáky.

##### II. Metodická a informační činnost

Metodická a informační činnost je určena pro pedagogické pracovníky, kdy se jedná například o otázky kariérového rozhodování žáků, o přípravu a vyhodnocování pedagogické podpory nebo o tvorbu individuálních vzdělávacích plánů. Součástí je zprostředkovávání nových metod pedagogické diagnostiky a intervence pedagogickým pracovníkům, metodická pomoc pracovníkům školy, předávání odborných informací z oblasti kariérového poradenství a péče o žáky se speciálními vzdělávacími potřebami. Také zde můžeme zařadit poskytování informací žákům a jejich zákonným zástupcům o činnostech školy, poradenských zařízeních, shromažďování odborných zpráv a informací o žácích

v poradenských zařízeních a vedení písemných záznamů, které umožňují doložit obsah a rozsah činností výchovného poradce (Vyhláška č. 72/2005 Sb.).

Dle výzkumu žáci 8. a 9. tříd nejčastěji berou výchovného poradce jako osobu, která jim poradí v jakékoliv situaci. Několik žáků tvrdí, že výchovný poradce pomáhá konkrétně s výběrem školy. Tuto profesi několik žáků vnímá jako chybějící na své škole.

## **2. Metodik prevence**

Metodik prevence se zabývá primární prevencí rizikového chování u dětí, žáků a studentů (Legislativně se primární prevencí zabývá Metodické doporučení č. j. 212912010-28, k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních). Školním metodikem prevence může být kterýkoliv učitel školy. Cílem této profese je předcházet rozvoji rizikových projevů v chování žáků (Knotová, 2014).

### **Činnosti školního metodika prevence:**

Školní metodik prevence zajišťuje činnosti, které rozdělujeme do tří oblastí – metodická a koordinační činnost, informační činnost a poradenská činnost.

#### **I. Metodická a koordinační činnost**

Školní metodik prevence má na starost koordinaci tvorby, kontrolu, evaluaci a participaci při realizaci minimálního preventivního programu školy. Jeho prací je také koordinace a participace na realizaci aktivit školy zaměřených na prevenci záškoláctví, závislostí, násilí, vandalismu, sexuálního zneužívání, zneužívání sektami, rasismu a xenofobie, prekriminálního a kriminálního chování, rizikových projevů sebepoškozování a dalších projevů rizikového chování. Koná metodické vedení činnosti pedagogických pracovníků školy v oblastech již zmiňované prevence rizikového chování. Vyhledává a nastavuje vhodné podpory, které směřují k odstranění rizikového chování. Koordinuje a vzdělává pedagogické pracovníky v oblasti prevence rizikového chování, koordinuje také přípravu a realizaci aktivit zaměřených na zapojování multikulturních prvků do vzdělávacího procesu a pomáhá při integraci žáků, čímž se snaží o prevenci rasismu a xenofobie. Provádí individuální a skupinovou práci s žáky s obtížemi v adaptaci, se sociálně-vztahovými problémy, s rizikovým chováním a problémy, které jakkoliv negativně ovlivňují jejich vzdělávání. Spolupracuje s orgány státní správy a samosprávy, které mají v kompetenci problematiku rizikového chování, s metodikem preventivních aktivit v poradně a s poradenskými, terapeutickými, preventivními, krizovými a dalšími odbornými pracovišti. Metodik kontaktuje odpovídající odborné pracoviště a podílí se na intervenci

a následné péči v případě akutního výskytu rizikového chování. Shromažďuje také odborné zprávy a informace o žácích v poradenské péči specializovaných poradenských zařízení v rámci prevence rizikového chování. Vede písemné záznamy, které umožňují doložit rozsah a obsah jeho činností, navržených a realizovaných opatření.

## II. Informační činnost

Školní metodik prevence mimo jiné zajišťuje a předává odborné informace o problematice rizikového chování, o nabídkách programů a projektů, o metodách a formách specifické primární prevence pedagogickým pracovníkům. Prezentuje výsledky preventivní práce školy a podílí se na získávání nových odborných informací a zkušeností. Vede a průběžně aktualizuje databáze spolupracovníků školy pro oblast prevence rizikového chování, zejména orgánů státní správy a samosprávy, středisek výchovné péče, poskytovatelů sociálních služeb, zdravotnických zařízení, Policie České republiky, orgánů sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD), nestátních organizací, které působí v oblasti prevence, center krizové intervence a dalších zařízení, institucí a ostatních odborníků. Předává informace a zprávy o realizovaných preventivních programech, jak zákonným zástupcům, tak pedagogickým pracovníkům a školskému poradenskému zařízení. V neposlední řadě vede dokumentaci, evidenci a administrativu související se standardními činnostmi v souladu se zákonem o ochraně osobních údajů a předává informace o těchto programech pro potřeby zpracování analýz, statistik a krajských plánů prevence.

## III. Poradenská činnost

Mezi poradenskou činnost metodika prevence patří vyhledávání a orientační šetření žáků s rizikem nebo projevy rizikového chování, poskytování poradenských služeb těmto žákům a jejich zákonným zástupcům, případně zajišťování péče, která odpovídá odbornému pracovišti ve spolupráci s třídními učiteli. Spolupracuje s třídními učiteli i při zachycování varovných signálů spojených s možností rozvoje rizikového chování u jednotlivých žáků a tříd. Podílí se na sledování úrovně rizikových faktorů ve škole. Metodik prevence vykonává přípravu podmínek pro integraci žáků se specifickými poruchami chování ve škole a koordinuje poskytování poradenských a preventivních služeb těmto žákům (Vyhláška č. 72/2005 Sb.).

Dle dotazníkového šetření v praktické části velká většina žáků 8. a 9. název metodik prevence slyší úplně prvně. Jen zcela ojediněle někteří z žáků ví, že tato osoba řeší prevenci. Dokonce někteří odpověděli, že tvoří preventivní programy (2 respondenti).

### 3. Školní psycholog

Školních psychologů na školách v současné době stále přibývá, jelikož ředitelé i učitelé jejich přítomnost velmi oceňují. Ne však v každé škole jsou školní psychologové běžnou součástí. Školní psychologové se věnují zejména individuálním konzultacím s učiteli. Tato profese je označována jako vnitřní podpora školy. Jeho posláním je pomáhat rozvoji školy, a tak vytvářet lepší podmínky pro vzdělávání. Pozornost psychologů ale nezůstává pouze na škole, věnuje ji také rodičům a žákům (Knotová, 2014).

#### **Činnosti školního psychologa:**

Školní psycholog vytváří program o poskytování pedagogicko-psychologických poradenských služeb ve škole, společně s metodikem prevence se věnuje i programům primární prevence. Komunikuje také s vedením školy, pedagogy, žáky a zákonnými zástupci. Oblasti činností školního psychologa lze rozdělit do tří oblastí – diagnostika a depistáž, konzultační, poradenská a intervenční činnost a poslední je metodická práce a vzdělávací činnost.

#### I. Diagnostika a depistáž

Školní psycholog spolupracuje s pedagogy při zápisu do 1. ročníku základního vzdělávání, vykonává depistáž specifických poruch učení v základních a středních školách, také diagnostiku při vzdělávacích a výchovných problémech žáků. Depistáž a diagnostiku provádí také u nadaných dětí. Zjišťuje sociální klima ve třídě a provádí různé dotazníky, ankety a screeny ve škole.

#### II. Konzultační, poradenská a intervenční činnost

Součástí jeho práce je také péče o žáky se speciálními vzdělávacími potřebami, kterým jsou poskytována podpůrná opatření prvního stupně a pomáhá při sestavování plánu pedagogické podpory a vedení. Pečuje i o žáky s podpůrnými opatřeními druhého až pátého stupně a pomáhá při sestavování individuálního plánu a vedení. Vytváří individuální případovou práci se žáky s osobními problémy, krizovou intervencí a její zpracování pro žáky, pedagogické pracovníky nebo zákonné zástupce. Realizuje své poznatky v prevenci školního neúspěchu žáků (patří sem náprava a vedení), v kariérovém poradenství, dává doporučení na techniky a hygienu učení pro žáky, vykonává skupinovou a komunitní práci. Koordinuje preventivní práce ve třídě, programy ve třídě apod. Tento pracovník také podporuje spolupráci třídy a třídního učitele. Nabízí individuální konzultace pro pedagogické pracovníky v oblasti výchovy a vzdělávání. Provádí také konzultace se



zákonnými zástupci při vzdělávacích a výchovných problémech dětí. Svou činností a názory podporuje tolerantní a multikulturní prostředí ve škole a podporuje dlouhodobě selhávající žáky ve vzdělávání.

### III. Metodická práce a vzdělávací činnost

Školní psycholog se podílí na přípravě programu zápisu do 1. ročníku základního vzdělávání, tvoří metodickou podporu při práci se žáky se speciálními vzdělávacími potřebami a metodickou pomoc třídním učitelům. Připravuje pracovní semináře pro pedagogické pracovníky, konzultace i metodické vedení. Účastní se i pracovních porad školy. Další s činností je koordinace poradenských služeb poskytovaných ve škole, zejména výchovného poradce, školního metodika prevence a třídních učitelů. Pořádá besedy a osvětu zákonným zástupcům, prezentuje a informuje. Zařizuje koordinaci poradenských služeb mimo školu a spolupracuje se školskými poradenskými zařízeními, zdravotnickými a dalšími. Součástí jeho činností je také metodická intervence z psychodidaktiky pro učitele s podporou při tvorbě školního vzdělávacího programu. Participuje se na přípravě přijímacího řízení ke vzdělávání na střední škole (Vyhláška č. 72/2005 Sb.).

Žáci 8. a 9. tříd v dotazníkovém šetření tvrdí, že školní psycholog jim poradí a pomůže s jakýmikoli problémy. Někteří respondenti odpověděli, že školního psychologa na své škole vůbec nemají a další tvrdí, že jej na škole postrádají.

#### 4. Školní speciální pedagog

Školní speciální pedagog se zabývá vzděláváním žáků se zdravotním postižením, zdravotním a sociálním znevýhodněním a jejich inkluzí. Speciální pedagog vytváří podpůrné a vyrovnávací opatření znevýhodněných žáků, aby jejich vzdělávání bylo co nejvíce ztotožněno se vzděláváním intaktních žáků. Ve své činnosti zahrnuje také metodickou podporu učitelů, pracuje se zákonnými zástupci a s poradenskými zařízeními (Knotová, 2014).

#### **Činnosti školního speciálního pedagoga:**

Školní speciální pedagog se podílí na vytváření programu poskytování pedagogicko-psychologických poradenských služeb ve škole, společně s programem primární prevence. Také komunikuje s vedením školy, pedagogy, žáky a zákonnými zástupci.

Školní speciální pedagog tvoří činnosti v třech oblastech – diagnostika a depistáž, konzultační, poradenská a intervenční činnost a metodická, vzdělávací a koordinační činnost.

### I. Diagnostika a depistáž

Spolupracuje při zápisu do 1. ročníku základního vzdělávání dle potřeb. Vyhledává žáky s rizikem vzniku vzdělávacích potřeb a zařazuje je do vhodného preventivního, stimulačního nebo intervenčního programu. Vyhledává žáky se speciálními vzdělávacími potřebami a zařazuje je do speciálně pedagogické péče. Důležité je v této činnosti vytyčení hlavních problémů žáka, stanovení plánu pedagogické podpory v rámci školy a mimo ni a intervenčních činností. Celková diagnostika a vyhodnocování speciálních vzdělávacích potřeb žáka je také součástí činnosti speciálního pedagoga. Tvoří ankety, dotazníky a screeniny ve škole, které se týkají speciálních vzdělávacích potřeb. Školní speciální pedagog také provádí speciálně pedagogickou a etopedickou diagnostiku při výchovných problémech a stanovuje intervenční přístup.

### II. Konzultační, poradenská a intervenční činnost

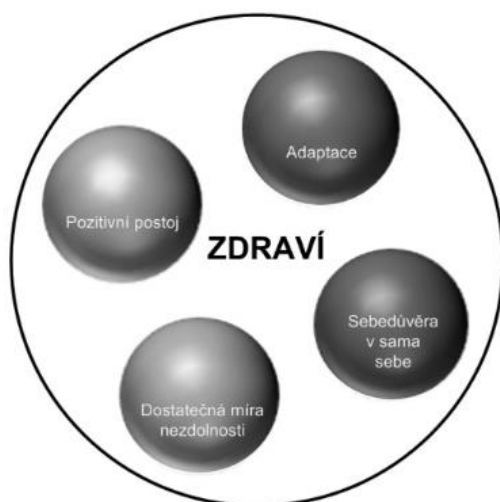
Tvoří intervenční podporu při realizaci plánu pedagogické podpory, dlouhodobou i krátkodobou individuální speciálně pedagogickou péči (za účelem naplňování podpůrných opatření pro žáky, speciálně pedagogické vzdělávací činnosti, reedukační, kompenzační a stimulační činnosti se žákem s rizikem vzniku speciálních potřeb) a dlouhodobou i krátkodobou péči o skupinu těchto žáků. Podílí se na vytvoření individuálního vzdělávacího plánu u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a plánu pedagogické podpory žáků s rizikem vzniku těchto potřeb ve spolupráci s třídním učitelem, učitelem odborného předmětu, vedením školy, se zákonnými zástupci, žákem a s ostatními. Průběžně také vyhodnocuje účinnost poskytovaných podpůrných opatření pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami a rizikem vzniku těchto potřeb. Tvoří preventivní intervenční programy v oblasti školního úspěchu, výchovných problémů s uplatněním speciálně pedagogických nebo etopedických přístupů. Participuje na kariérovém poradenství, na úpravě prostředí a zajištění speciálních pomůcek a didaktických materiálů. Vytváří individuální konzultace pro rodiče i pro pedagogické pracovníky v oblasti speciálních vzdělávacích potřeb a s pracovníky školských a dalších poradenských zařízení. Speciální pedagog vytváří speciálně pedagogické přístupy při řešení multikulturní problematiky.

### III. Metodická, koordinační a vzdělávací činnost

Součástí této oblasti je příprava a průběžná úprava podmínek pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami ve škole. Další činností je metodická pomoc třídním učitelům při vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami nebo rizikem jejich vzniku a metodická činnost pro další pedagogické pracovníky (specifika výuky, možnosti žáků, instruktáže pomůcek a materiálů a další). Školní speciální pedagog pořádá pracovní semináře pro pedagogické pracovníky v oblasti speciálních vzdělávacích potřeb a rizika jejich vzniku. Spolupracuje s pedagogickými pracovníky, kteří zajišťují poradenské služby se školskými poradenskými zařízeními a dalšími institucemi a odborníky. Jsou součástí vytváření programů, individuálních vzdělávacích plánů, plánů pedagogické podpory s cílem rozšíření služeb a zkvalitnění péče o skupinu žáků se speciálními vzdělávacími potřebami nebo rizikem jejich vzniku. Speciální pedagog pořádá besedy a osvětu zejména zákonným zástupcům. Koordinuje a metodicky vede asistenty pedagoga (Vyhláška č. 72/2005 Sb.).

## 2 DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Tradiční pojem zdraví se dříve soustředil pouze na biologickou rovinu, do které duševní ani sociální zdraví nebylo zahrnuto. Dříve se zdraví tedy charakterizovalo jako nepřítomnost nemoci. Nyní se zdraví týká také roviny sociální a duševní, což ukazuje i definice dle Světové zdravotnické organizace (WHO) z roku 1948 (Švamberg Šauerová, 2018). Podle WHO je zdraví stav úplné tělesné, sociální i duševní pohody, nejedná se tedy jen o nepřítomnost nemoci či vady (WHO, 2018). Do definice zdraví v období dospívání se zařazuje také nepřítomnost rizikového chování a úspěšný přechod do dospělosti. Základní podmínkou pro zdraví je vyvážené a optimální fungování organismu ve všech třech oblastech (biologické, psychické a sociální), jež umožňuje se vyrovnat s nároky vnějšího i vnitřního prostředí bez narušení životních funkcí (Machová, Kubátová, 2016). Pro zdraví je specifické, že neobsahuje pouze složku tělesnou (objektivní), ale i sociální a duševní (subjektivní). Tyto složky nemusí být vždy v souladu. Člověk, který je objektivně zdravý nemusí být automaticky zdravý i subjektivně (Švamberg Šauerová, 2018). Zdraví je chápáno jako nejdůležitější hodnota lidského života. Jako nejdůležitější hodnota je označováno, protože pokud je člověk zdravý, může pracovat, uskutečňovat své přání a realizovat své životní plány. Zdraví je tudíž chápáno jako jedna z podmínek smysluplného života, nejedná se pouze o cíl. Stejně jako má individuální hodnotu, tak obsahuje i společenskou hodnotu, která tkví v hospodářském a sociálním rozvoji společnosti. Je také výsledkem mnoha vztahů, do kterých je člověk začleněn a zapojen do širšího lidského společenství (Machová, Kubátová, 2016). Zdraví také může být negativně popisováno jako absence nemoci, schopnost vyrovnat se s denními aktivitami nebo pozitivně jako způsobilost a určitá podoba vyrovnanosti. Zdraví tak tvoří předpoklad pro dlouhotrvající přežití a zároveň plný, plodný a kvalitní lidský život (Švamberg Šauerová, 2018). Duševní zdraví je velmi úzce spjato se zdravím fyzickým i sociálním (WHO, ©2003).



Obrázek 6: Názorový model zdraví (Švamberg Šauerová, 2018).

Tento model je spojený především s duševním zdravím a znázorňuje postoj člověka ke svému zdraví na úrovni prevence (Švamberg Šauerová, 2018). Dušení zdraví lze charakterizovat jako stav nepřítomnosti nemoci či poruchy, při kterém je člověk schopen adaptace na prostředí a situace, dokáže přijímat vše, co život přináší příjemného, včetně sexuality a citového života (Hartl, 2004). Podle WHO je duševní zdraví určitý stav pohody, v němž si jedinec uvědomuje své vlastní schopnosti, dokáže se vyrovnat s běžným stresem života a pracovat produktivně, a dokonce je schopen přispět své komunitě (*Doing what matters in time od stress: an illustrated guide*, ©2020). Tato definice je označována za určitý pokrok, kdy už nejde jen o nepřítomnost nemoci či poruchy. V souvislostech s duševním zdravím je zmiňována i duševní hygiena. Jedná se o interdisciplinární obor, který se zabývá prevencí psychických poruch, duševních nemocí a optimálními podmínkami pro fungování psychiky. Zkoumá faktory, které psychiku člověka ovlivňují. Duševní hygiena vychází ze spojení hygieny a preventivního lékařství. Ve školních zařízeních má velký význam pro žáky i pro učitele (Švamberg Šauerová, 2018).

## 2.1 Duševní zdraví a pandemie Covid 19 u dětí

Jak již bylo zmíněno v předchozí kapitole kvůli pandemii Covid 19 došlo k sociální izolaci dětí a adolescentů. Ať už z hlediska uzavření škol, kdy Česká republika měla školy uzavřeny nejdéle z celé Evropské unie, tak kvůli zákazu mimoškolních akcí, zákazu vycestování z okresu a ostatních vládních opatření. Kvůli tomuto období prokazatelně došlo ke zhoršení duševního zdraví mladistvých (Uhlíř, ©2021). Na konferenci Národního ústavu duševního zdraví Petr Winkler (2020) uvedl, že 30 % patnáctiletých dívek zažívá depresivní stavy více

než jednou týdně. Podobně, i když lépe jsou na tom chlapci, kterých je 13 %. Většina takových dospívajících, kteří mají tyto problémy týkající se duševního zdraví odbornou pomoc vůbec nevyhledávají. Takové problémy s duševním zdravím se mohou projevat například horší výkonností ve škole, záškoláctvím, užíváním návykových látek, zhoršením vztahů mezi žáky a učiteli, ale i mezi vrstevníky samotnými, jinými problémy s chováním až sklony k sebevraždě. Zora Dušková, pracovnice dětského krizového centra na této konferenci uvedla, že během koronavirového období zaznamenali obrovský nárůst sebepoškození u adolescentů, kteří se tak snaží přebýt psychickou bolest tou fyzickou (Hronová, ©2020).

### **Nejčastější poruchy duševního zdraví u mladistvých spojené s vlivem pandemie**

Mezi nejčastější poruchy u mladistvých dle metaanalýzy jsou uváděny **deprese a úzkostné stavy**. Nárůst příznaků depresí i úzkostných stavů u dospívajících během pandemie Covid 19 je až dvojnásobný. Dle této studie jeden ze čtyř (25,2 %) mladých lidí ve světě zažívá zvýšené příznaky deprese, před pandemií to bylo 12,9 % a jeden z pěti (20,5 %) mladých lidí má klinicky zvýšené příznaky úzkosti, před pandemií 11,6 % (Racine et al., ©2021). Do kategorie úzkostných poruch jsou zahrnuty také psychosomatické poruchy. Během pandemie se nejvíce u dospívajících vyskytovala nespavost (43,3 %), bolest hlavy (40,5 %), pocity slabosti (33,8 %) a bolesti břicha (30,5 %) (Barbieri et al., ©2022). Depresivní symptomy u dospívajících můžeme rozdělit do tří skupin: emoční, kognitivní a somatické. Mezi emoční symptomy patří přetrvávající smutná či podrážděná nálada, ztráta zájmu o aktivity, které měl jedinec dříve rád a ztráta prožitku štěstí (anhedonie). Do kognitivních symptomů řadíme obtíže s koncentrací a pamětí, ztrátu sebedůvěry či sebeúcty, pocity vlastní neschopnosti, beznaděje, sebeobviňování až vracející se myšlenky na sebevraždu. Součástí somatické skupiny jsou pokles nebo ztráta energie, zvýšená unavitelnost, změny v chuti k jídlu a změny hmotnosti, poruchy spánku a psychomotorické zpomalení, ale i agitovanost (Goetz, ©2005). Další studie ukazuje, že 80 % dětí se speciálními potřebami jsou závislé na školních službách. Uzavření škol pro ně tak znamenalo značnou ztrátu kontaktu se speciálními pedagogy, ale i s prostředím školy a jejími asistenčními technologiemi (Abbey, et al., ©2020). Během prvního lockdownu se nárůst nových pacientů v pedopsychiatrických ordinacích zásadně nezměnil. Situace v období prvního lockdownu s sebou nesla výrazné navýšení úzkostných poruch a lehké navýšení netolismu. Mírné zvýšení také psychiatři zahlédli u depresivních poruch a sebepoškození. Tato situace se změnila při období druhého lockdownu. Pedopsychiatři zaznamenali nárůst nových

pacientů. Výraznější byl také nárůst depresivních poruch, netolismu, sebevražedných myšlenek a sebepoškozování. Častěji se také vyskytovaly poruchy příjmu potravy, poruchy chování a střídání nálad. Lékaři také popsali problémy s převráceným režimem spánku a bdění u adolescentů, postupnou demotivaci a otrávenost, rezignaci na vzdělání a ztrátu zájmů. Poukazovali také na zhoršení vztahů v rodinách dané vyčerpáním rodičů či existenčními problémy rodiny (Bínová, Havelka, ©2021). Právě škola by měla hrát klíčovou roli v prevenci psychických onemocnění. Učitel je osoba, která žákům může jako první pomoci v případě, že trpí duševní nepohodou. Učitel by si měl této nepohody všimnout a otevřeně a lidsky si s žákem promluvit a vyslechnou jej. Učitel je totiž pro řadu žáků vzor či důvěryhodná osoba, která udržuje vztahy ve třídě. Ve výzkumu v praktické části žáci odpovídali, že jednou z činností třídního učitele je právě řešení vztahů ve třídě. Právě postoj třídního učitele je velice důležitý. Učitel by si tak měl všimnout jakýchkoliv změn u svých žáků (př. samotářství, zhoršení prospěchu nebo pozornosti apod.). Právě tyto změny je vhodné konzultovat se členy poradenského pracoviště. Pokud má škola funkční poradenské pracoviště je to obrovská výhoda. Nejlépe by mělo být pracoviště složené z metodika prevence, školního psychologa, výchovného poradce, speciálního pedagoga a ideálně i sociálního pedagoga či etopeda. Učitel samozřejmě může prostřednictvím rozhovoru s ostatními žáky zjistit další informace o daných změnách. Důležité je také zjistit jaký vztah má žák s jeho zákonnými zástupci a podle toho přistoupit i k rozhovoru s nimi. Škola je z hlediska podpory duševního zdraví velmi důležitá. Osvětové činnosti o duševním zdraví by měly být ve školách samozřejmostí. Také by žáci měli znát jak o sebe a své blízké vztahy pečovat. Cílem je žáky podpořit, pokud nějaký duševní problémy prožívají a dodat jim odvalu říct si o pomoc. Vysvětlit, že když někdo požádá o pomoc není to znakem slabosti a že diskuze o těchto tématech je běžná (Kartous, ©2014).

## 2.2 Wellbeing ve škole

Duševní zdraví se často spojuje s pojmem wellbeing. Wellbeing je také označován jako stav psychické pohody (Švamberg Šauerová, 2018). „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.“ (Partnerství pro vzdělávání 2030+, ©2023). Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) je wellbeing stav, v němž si člověk uvědomuje své schopnosti, dokáže si poradit s normálním životním stresem, produktivně funguje a přispívá do vlastní komunity. Wellbeing je považován za klíčový faktor pro duševní zdraví (Galderisi, et al., ©2015).

Ve spolupráci s národními a mezinárodními organizacemi Národní ústav duševního zdraví vytvořil webovou stránku [opatrujse.cz](http://opatrujse.cz), kde jak rodiče, tak učitelé i samotní žáci naleznou videa, články a doporučení pro zlepšení duševního stavu a způsoby, jak vylepšit svou psychickou odolnost. Celé webové stránky jsou vytvořeny na základě vědecké evidence. Projekt vznikl ve spolupráci s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a jeho dokumentem Strategie vzdělávací politiky České republiky do roku 2030+ (Aliev, et al., ©2020). Cílem je zaměřit vzdělávání více na získávání kompetencí, které jsou potřebné pro aktivní občanský, profesní i osobní život a snížit nerovnosti v přístupu ke kvalitnímu vzdělávání a umožnit dětem, žákům a studentům maximální rozvoj jejich potenciálu. Wellbeing lze podpořit zlepšováním sociálního i fyzického prostředí, podporou emocionálního a sociálního učení a životních dovedností, prevencí emočních problémů a problémů s chováním, jejich včasnou identifikací a intervencí, ale také kvalitní výukou nebo zdravotní péčí. Ve většině zemích se na podpoře a rozvoji wellbeingu podílí vládní i nevládní organizace. Také existují programy, intervence a doporučení, které školy mohou využít. Délka takových programů by měla trvat 3-6 měsíců s týdenní frekvencí setkávání se. Podle této studie jsou krátkodobé jednorázové intervence neúčinné. Intervence se sociálním zaměřením (rozvoj komunikačních schopností, trénink očního kontaktu) fungovaly dle studie lépe než intervence zaměřené na rozvoj jednotlivých žáků (pojmenování emocí a práce s nimi). Zaměření programů by tedy mělo mít celoškolský přístup, který zahrnuje změny vzdělávacího obsahu, změny ve výuce, další vzdělávání učitelů, spolupráce s rodiči a další. Nejvíce účinnými metodami se ukázaly interaktivně aktivizační metody (hry, stimulace, skupinová práce). Výuka by měla být laděná pozitivně a nevyvolávat v žácích strach. Dalšími kladnými metodami jsou podpora pocitu vlastní účinnosti a posilování zdravých vztahů mezi dospělými, dětmi a vrstevníky. Wellbeing ve škole se potýká s řadou překážek. Jednou z překážek může být nedostatečná proškolenost učitelů v oblasti wellbeingu nebo jejich pozornost je zaměřena pouze na výuku. Dalším problémem může být také existence řady nařízení, strategických a kurikulárních dokumentů, kterými se musí učitelé řídit (Weare, Nind, ©2011).



## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

### 3 VÝZKUMNÝ PROBLÉM

Práce se zabývá analýzou podpory duševního zdraví žáků základních škol v době postcovidové. Pandemie Covidu 19 ovlivnila snad úplně každého. Jelikož kvůli této pandemii došlo k uzavření škol, tato situace se proto velmi dotkla i dětí a adolescentů. Uzavření škol jako protiepidemické opatření postihlo v celé zemi zhruba 1,6 miliardy žáků, adolescentů a studentů. Od vyhlášení tohoto protiepidemického opatření se vlivem pandemie začaly zaplňovat dětské a dorostové psychiatrie čím dál tím více. Nárůst depresivních a úzkostných symptomů projevující se u adolescentů právě po vypuknutí pandemie je téměř dvojnásobný (Uhlíř, ©2021). Jak Ministerstvo zdravotnictví, tak i Světová zdravotnická organizace (WHO) si plně tuto krizovou situaci uvědomovaly a reagovaly na ni pomocí detailních pokynů pro specialisty v oboru a brožurami s radami pro širokou veřejnost. Sledování duševního zdraví v České republice se věnuje Národní ústav duševního zdraví (NÚDZ), který také poukazuje, že zhoršení duševního zdraví během pandemie postihuje také Českou republiku (Bartoš, Cahlíková, Bauer, Chytilová, ©2020). Jelikož duševní zdraví je nejrizikovější právě u adolescentů a dětí, (Uhlíř, ©2021) proto se v tomto výzkumu budeme věnovat právě této oblasti, konkrétně tedy žákům 8. a 9. ročníků základních škol. Toto téma je stále velmi aktuální, a právě v souvislosti s tímto výzkumem nás zajímá právě jak se k podpoře duševního zdraví u dětí staví škola, která se řadí do nejdůležitějších socializačních činitelů. Škola totiž připravuje děti na život pracovní, občanský, ale i osobní, a zastává tak úkoly jak ke společnosti, tak k jedinci samotnému (Průcha, Mareš, Walterová, 2008). Proto je právě podpora duševního zdraví od tohoto zařízení velmi důležitá.

#### 3.1 Cíle

**Hlavním cílem** kvantitativního výzkumu je **zjistit a popsat podporu duševního zdraví žáků základních škol po období pandemie Covid 19**. Chceme také zjistit obsah prevence duševního zdraví na základních školách. Dalším z cílů je popsat podporu duševního zdraví ze stran konkrétních pracovníků základních škol. Také nás zajímá podpora duševního zdraví uvnitř kolektivu žáků základních škol.

### 3.2 Výzkumné otázky

**Hlavní výzkumná otázka:** Jakou podporu duševního zdraví poskytuje škola žákům základních škol v době postcovidové?

**Díličí výzkumné otázky:**

**VO1** Jaký je obsah prevence duševního zdraví na základních školách?

**VO2** Jaká je podpora duševního zdraví ze stran pracovníků základních škol?

**VO3** Jaká je podpora duševního zdraví uvnitř kolektivu žáků základních škol?

### 3.3 Metoda sběru dat

Výzkum je realizován kvantitativně formou dotazníkového šetření. Výzkum se zaměřuje na podporu duševního zdraví v období po pandemii Covid 19 ze strany základních škol. Protože výzkumným souborem jsou žáci 8. a 9. tříd ze Zlínského kraje, konkrétně z okresu Uherské Hradiště, je dotazníkové šetření vhodné, jelikož jde o větší skupinu respondentů a šetření je zcela anonymní (Chrástka, 2016). V rámci dotazníkové metody je zde z části zakomponován již vytvořený dotazník, který byl vytvořen týmem pracovníků Pedagogické fakulty univerzity Palackého v Olomouci a společností Podané ruce, o.p.s. Tento dotazník se týká duševního zdraví a je určen pro žáky 7. a 8. tříd základních škol. Výzkumem se zaměříme na podporu duševního zdraví v postcovidovém období z pohledu žáků 8. a 9. tříd základních škol v okrese Uherské Hradiště. Hluběji prozkoumáme jejich duševní zdraví a zmapujeme situaci, která právě probíhá.

### 3.4 Výzkumný soubor

#### Základní soubor

Základním souborem výzkumu jsou žáci 8. a 9. tříd základních škol ve Zlínském kraji, konkrétně v okrese Uherské Hradiště. Žáci 8. a 9. tříd patří dle zákona č. 561/2004 Sb., patří do druhého stupně základního vzdělávání. Pro výzkumný soubor byli zvoleni žáci 8. a 9. tříd základních škol, jelikož se doba pandemie dotkla také jich. Tento výzkumný soubor můžeme také zařadit dle vývojové psychologie do období pubescence. Právě v období pubescence žáci začínají přemýšlet nad svou budoucností a jsou tak citlivější k takovým změnám jako je právě dlouhotrvající období pandemie a doba po ní (Helus, 2009). Dle záměrného výběru byli vybráni žáci ze Zlínského kraje, konkrétně z okresu Uherské Hradiště. Tento okres byl pro výzkum vybrán, protože Zlínský kraj v listopadu roku 2022 podpořil téměř pět milionů

centrum duševního zdraví v Uherském Hradišti. Tato podpora vznikla na podnět žádosti Charity Uherské Hradiště. Takovéto služby nabízí pouze Charita Uherské Hradiště a Centrum služeb a podpory Zlín. Tato pracoviště, která působí na území Zlínského kraje jsou také zapojena do projektu Národní plán pro duševní zdraví 2020-2030 (Mráčková, ©2022). Ve Zlínském kraji, tedy konkrétně v okrese Uherské Hradiště je prokazatelně duševní zdraví velmi aktuálním tématem, proto je výzkum směřován právě na tento okres.

### Výběrový soubor

Základních škol ve Zlínském kraji je celkem 267. Celkový počet žáků základních škol ve Zlínském kraji ve školním roce 2021/2022 je 50 723 žáků. Z celkového počtu základních škol ve Zlínském kraji je pouze 128 základních škol úplných, které mají druhý stupeň vzdělávání. Konkrétně v okrese Uherské Hradiště je 34 základních škol, kde se vyskytují žáci druhého stupně vzdělání (MŠMT, ©2022). Ze základního výběru byly školy ve Zlínském kraji, z okresu Uherské Hradiště vybírány náhodným výběrem. Náhodný výběr probíhal pomocí generátoru náhodných čísel. Za předpokladu vyšší zpětné vazby bylo osloveno 14 základních škol ve Zlínském kraji z okresu Uherské Hradiště, se spoluprací souhlasily pouze 2 základní školy. Celkový výzkumný soubor pro tento výzkum tvoří 100 žáků 8. a 9. tříd základních škol ve Zlínském kraji okres Uherské Hradiště. Základní školy požádaly o zachování anonymity.

| Okres                   | Počet základních škol |
|-------------------------|-----------------------|
| Kroměříž                | 50                    |
| <b>Uherské Hradiště</b> | <b>66</b>             |
| Vsetín                  | 69                    |
| Zlín                    | 82                    |
| <b>Celkem</b>           | <b>267</b>            |

Tabulka 1 Počet základních škol ve Zlínském kraji dle okresů (MŠMT, ©2022).

Z celkového počtu základních škol ve Zlínském kraji (267) z okresu Uherské Hradiště je pouze 34 základních škol úplných, což znamená, že jejich součástí je i druhý stupeň, tedy žáci 8. a 9. tříd.

| Okres                   | Počet základních škol |
|-------------------------|-----------------------|
| Kroměříž                | 22                    |
| <b>Uherské Hradiště</b> | <b>34</b>             |
| Vsetín                  | 36                    |
| Zlín                    | 36                    |
| <b>Celkem</b>           | <b>128</b>            |

Tabulka 2 Počet úplných základních škol ve Zlínském kraji dle okresů (MŠMT, ©2022).

### 3.5 Výzkumný nástroj

Pro kvantitativní výzkum byl zvolen dotazník. Dle Gavory (2000) jde o způsob kladení otázek písemně a písemně získávaných odpovědí. Dotazník je složen z dotazníku vlastní konstrukce, do kterého jsou zakomponovány otázky ze standardizovaného dotazníku. Standardizovaný dotazník byl vytvořen týmem pracovníků Pedagogické fakulty univerzity Palackého v Olomouci a společností Podané ruce, o.p.s. Tento dotazník se týká duševního zdraví a je určen pro žáky 7. a 8. tříd základních škol. Použité otázky z tohoto výzkumu jsou otázky č. 3, 4, 5 a č. 31. Tento dotazník má celkem 6 částí a 170 otázek. Dotazník je velmi aktuální, protože se zabývá také situací v období pandemie a situací po ní. Dále byl sestaven dotazník vlastní konstrukce, ve kterém se otázky zaměřují na duševní zdraví žáků a na jeho podporu ze stran školy, ale i kolektivu. Také zkoumá prevenci na školách a informovanost žáků o tomto druhu prevence. Celkový počet otázek v dotazníku je 30. Součástí jsou škálové otázky (Likertova typu), otevřené otázky a uzavřené otázky. Dotazníky jsou zcela anonymní a školám byly poskytnuty v tištěné podobě. Respondenti vyplňovali dotazníky se souhlasem vedení základních škol a za přítomnosti třídního učitele.

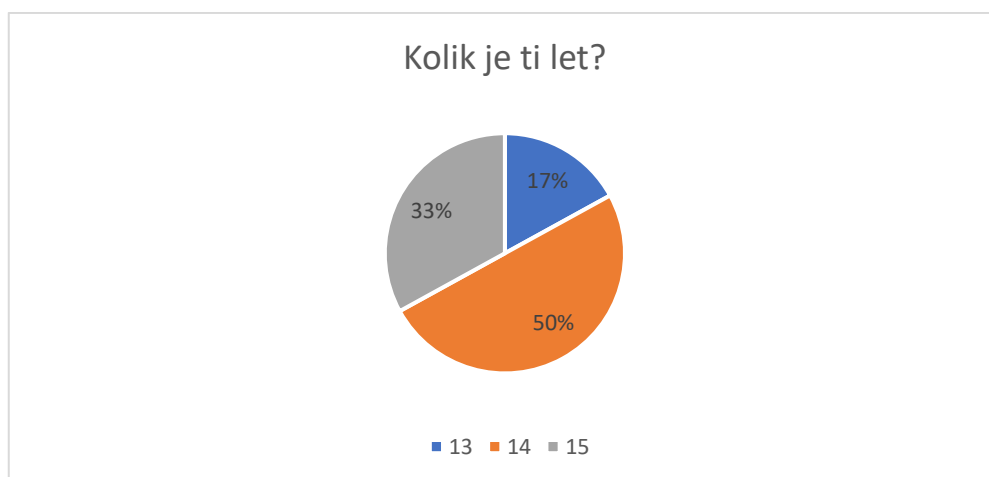
### 3.6 Způsob zpracování dat

Na základě otázek v dotazníku byla získaná data převedena do programu Microsoft Excel do kontingenční tabulky. Otevřené odpovědi byly sepsány a podle kódů zařazeny do kategorií se stejným nebo podobným významem. Zpracování dat proběhlo vypočítáním relativní a absolutní četnosti a také aritmetického průměru. Pro přehlednost byly jednotlivé otázky zpracovány do grafů. Data v grafech jsou doplněna komentáři, které je více vysvětlují a popisují. Na konci shrnují výsledky a zodpovídají námi stanovené výzkumné otázky.

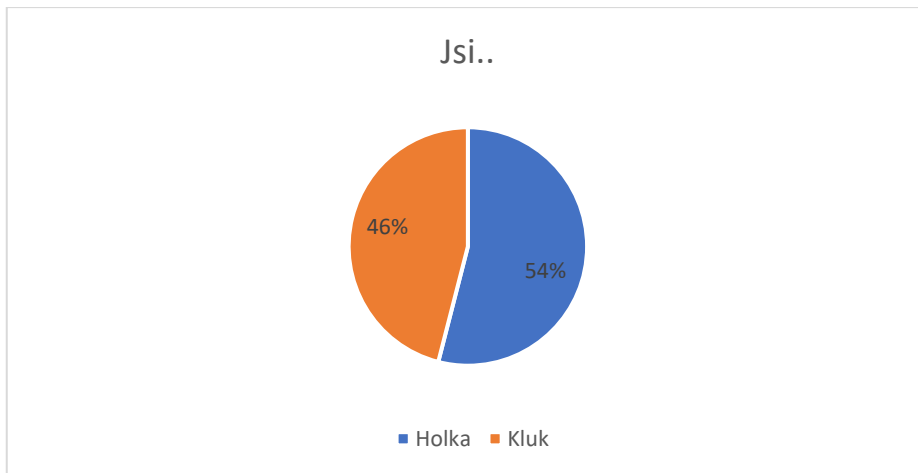
## 4 ANALÝZA

Kapitola se zabývá analýzou výsledků kvantitativního výzkumu, která je tvořena pomocí grafů. Tyto grafy jsou doplněny o komentáře, které grafy více popisují. Výsledky byly získány pomocí anonymního dotazníkovému šetření. V této části se nejprve zaměříme na faktografické položky, které určují věk a pohlaví respondentů. V dotazníku se objevují škálové otázky, otevřené otázky i otázky uzavřené. Výzkumu se zúčastnilo celkem 100 respondentů ze dvou různých základních škol v okrese Uherské Hradiště. Všichni respondenti jsou žáky 8. a 9. tříd základních škol. Položky 3 až 17 spadají do Likertovy škály, kdy místo slov jsou použity smajlíci, přičemž první znamená: zcela souhlasím, druhý znamená: spíše souhlasím, třetí znamená: nevím, ani nesouhlasím, ani souhlasím, čtvrtý znamená: spíše nesouhlasím a pátý znamená: zcela nesouhlasím. Tato škála byla žákům vysvětlena i při vyplňování dotazníků.

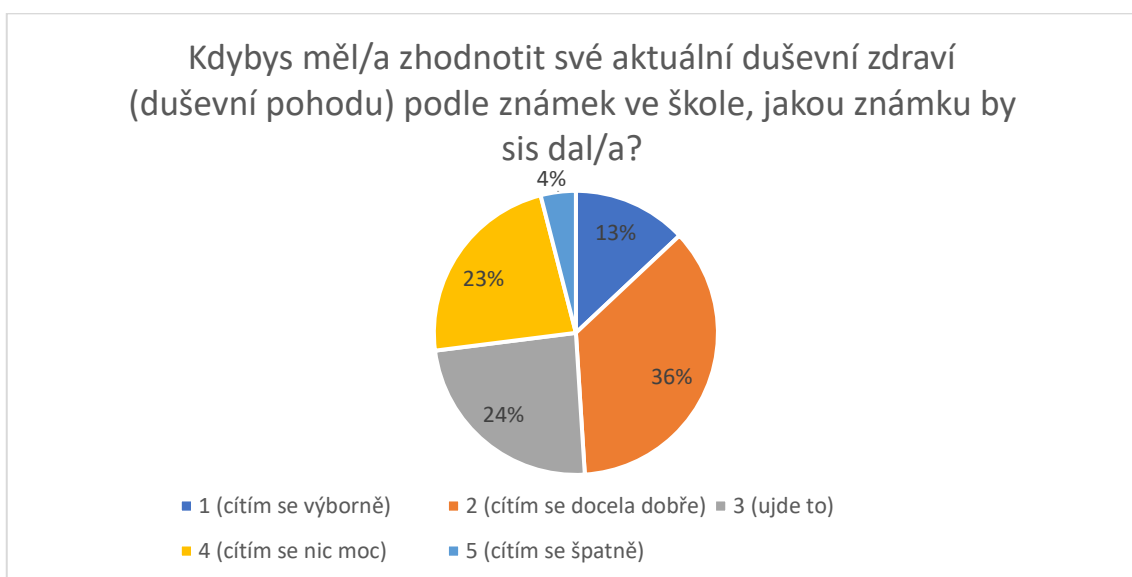
### Položka č. 1



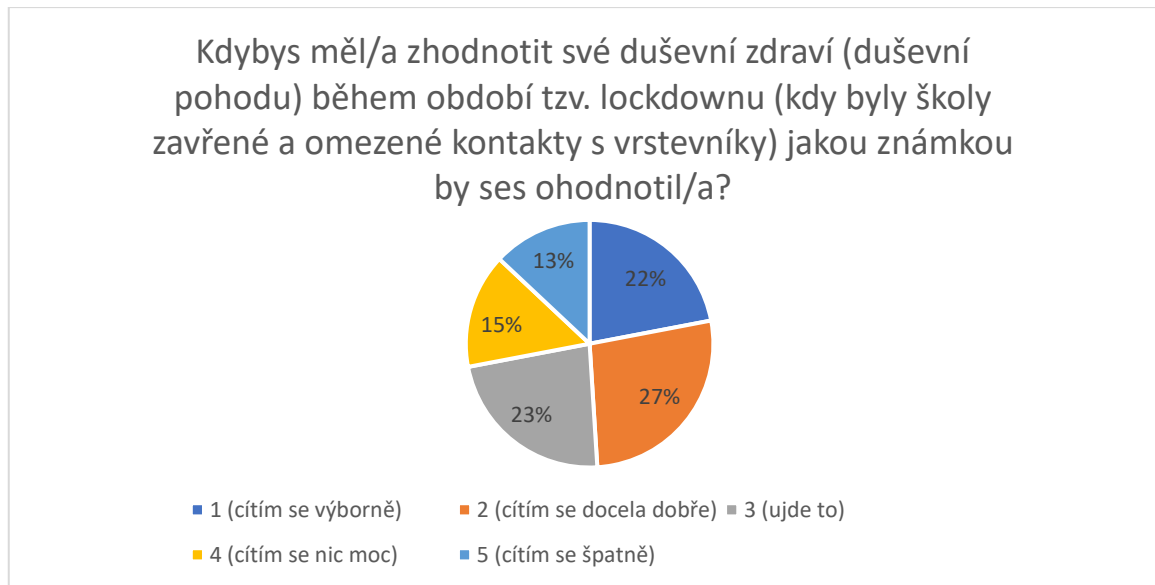
Graf č. 1: Výzkumu se zúčastnilo celkem 100 respondentů. Z grafu lze vyčíst, že polovina respondentů byla ve věku 14 let. Dále se výzkumu zúčastnili žáky ve věku 15 let (33 %) a žáci ve věku 13 let (17 %).

**Položka č. 2**

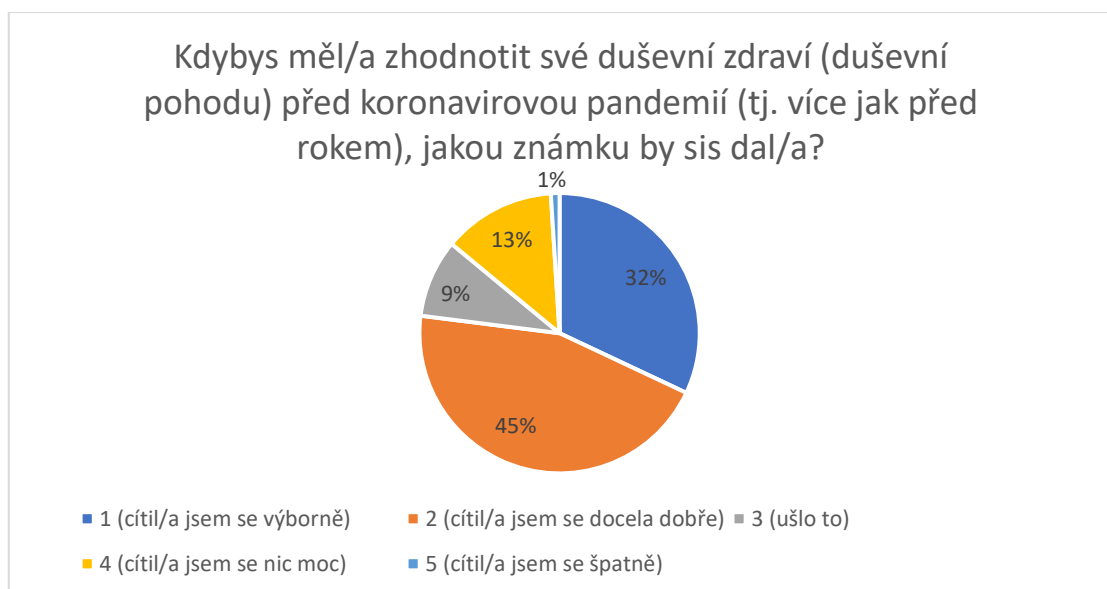
Graf č. 2: Tento graf značí pohlaví respondentů. Lze vyčíst, že pohlaví je poměrně rovnoměrné, přičemž dívek je 54 % a chlapců 46 %.

**Položka č. 3**

Graf č. 3: Graf č. 3 demonstruje aktuální duševní zdraví respondentů. Nejvíce respondentů (36 %) odpovědělo, že se cítí docela dobře. Necelá polovina respondentů tvrdí, že jejich stav duševní zdraví ujde (24 %) tedy, že se necítí ani špatně, ani dobře, nebo že se cítí nic moc (23 %). Pouze 13 % respondentů může říct, že se cítí výborně, naopak špatně se cítí pouze 4 %.

**Položka č. 4**

Graf č. 4: Graf značí duševní zdraví žáků v období lockdownu. Polovina respondentů udává, že během lockdownu se cítili docela dobře (27 %) nebo, že v tomto období se necítili ani špatně, ani dobře – ušlo to (23 %). Další respondenti se cítili dokonce výborně (22 %). Respondentů, kterých bylo méně (15 %) tvrdí, že se cítili nic moc a nejméně respondentů odpovědělo, že se cítili špatně (13 %).

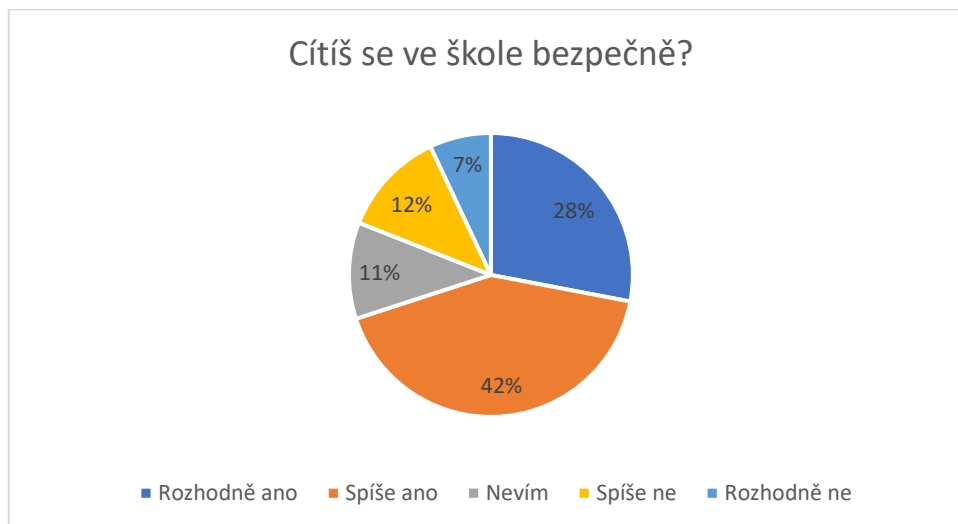
**Položka č. 5**

Graf č. 5: Z grafu lze vyčíst stav duševního zdraví žáků před pandemií, kdy nejčastější odpovědí (45 %) bylo, že se cítili docela dobře. Další velmi častou odpovědí (32 %) bylo, že se cítili dokonce výborně. Nic moc se cítilo pouze 13 % respondentů a 9 % uvedlo, že



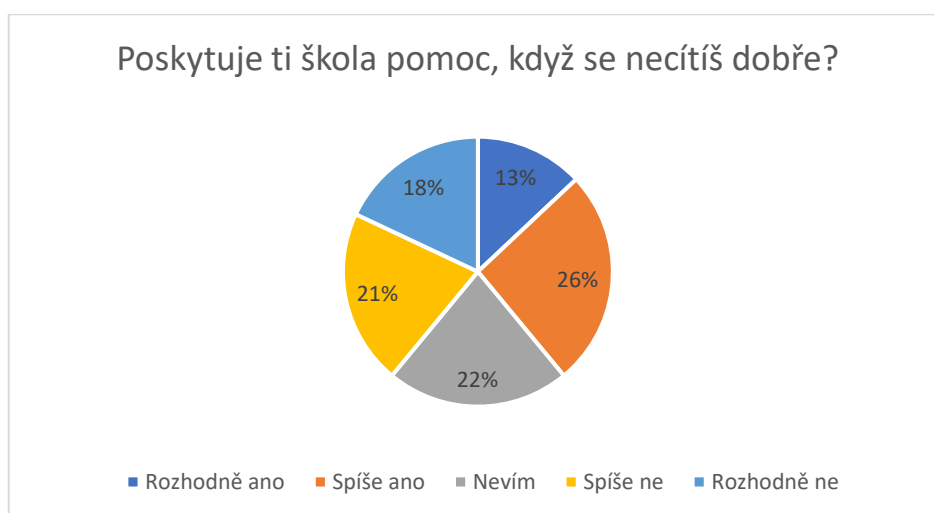
jejich duševní zdraví ušlo. Před koronavirovou pandemií se pouze 1 % respondentů cítilo špatně.

#### Položka č. 6

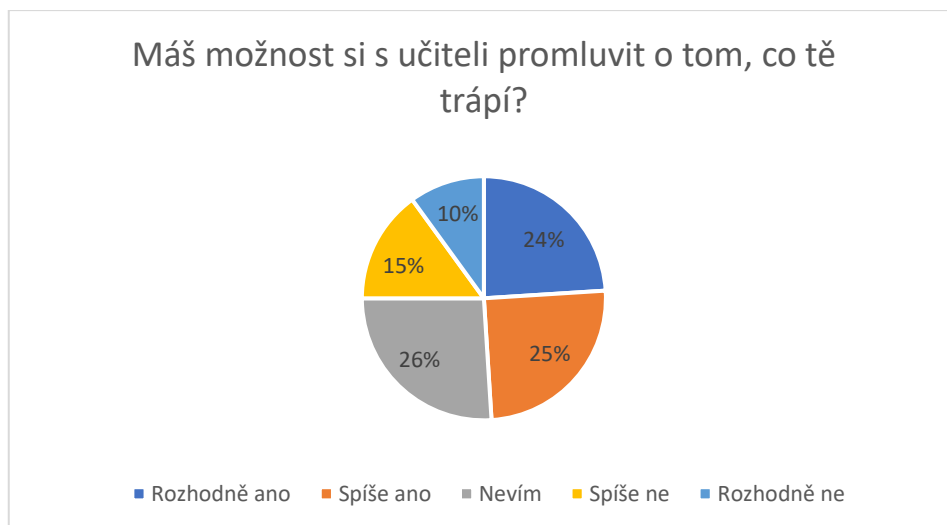


Graf č. 6: Tento graf se zabývá pocitem bezpečí ve škole. Většina žáků se ve škole cítí bezpečně (70 %). S tím nesouhlasí pouze 19 % žáků, kteří uvedli, že s touto odpovědí buď spíše nesouhlasí (12 %), nebo rozhodně nesouhlasí (7 %). Odpověď nevím zvolilo 11 % žáků.

#### Položka č. 7



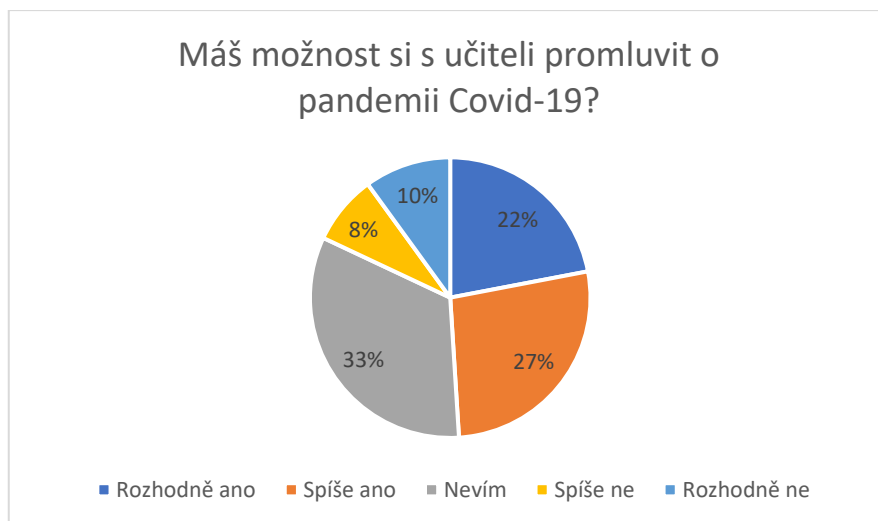
Graf č. 7: Graf ukazuje, že 39 % žáků si myslí, že jim škola poskytuje podporu, když mají nějaké problémy (odpověď rozhodně ano – 13 %, odpověď spíše ano – 26 %), ale také 39 % těchto žáků si myslí, že jim škola dostatečnou podporu neposkytuje (odpověď rozhodně ne – 18 %, odpověď spíše ne – 21 %). Neurčitou odpověď nevím zvolilo 22 % žáků.

**Položka č. 8**

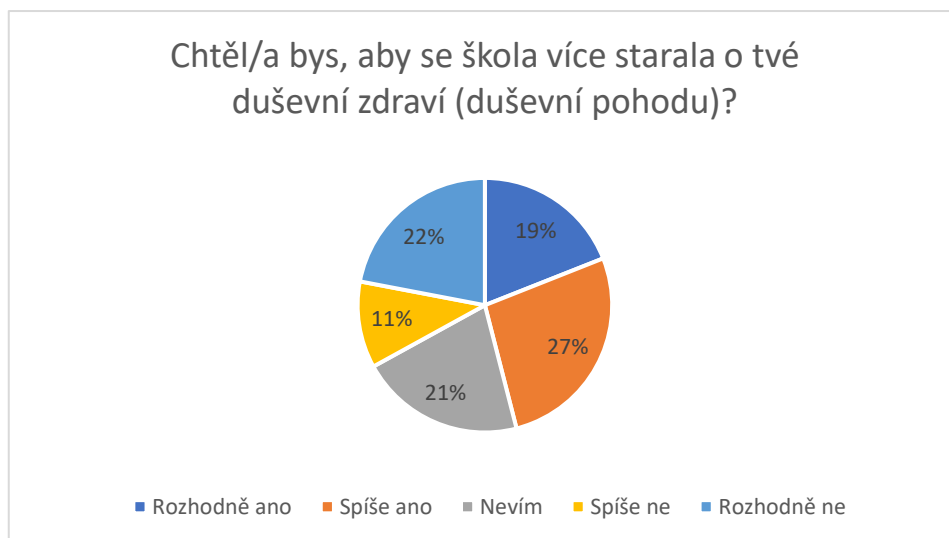
Graf č. 8: Z grafu lze vyčíst, že necelá polovina žáků (49 %) má možnost si s učitelem promluvit o svých problémech (odpověď rozhodně ano – 24 %, odpověď spíše ano – 25 %). 26 % žáků neví, zda tuto možnost mají a 25 % žáků tvrdí, že tuto možnost nemají (odpověď rozhodně ne – 10 %, odpověď spíše ne – 15 %).

**Položka č. 9**

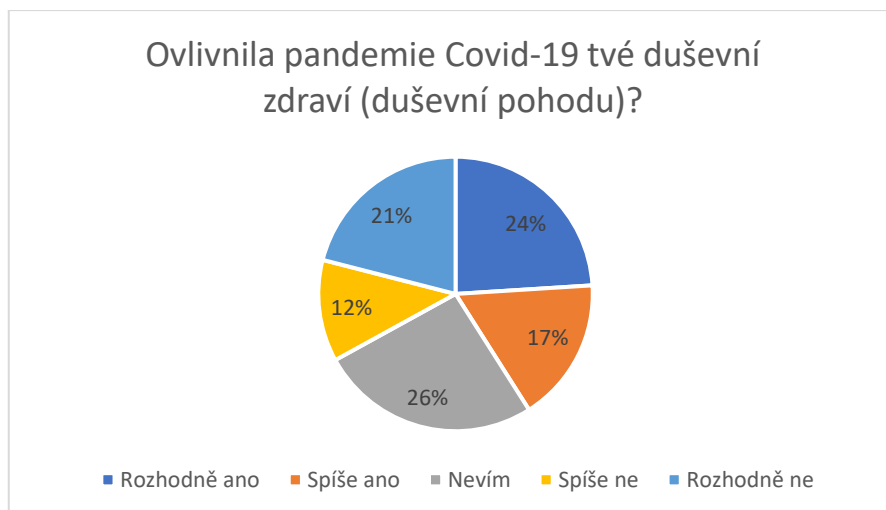
Graf č. 9: Graf 9 demonstruje znalost duševní prevence žáků. Pouze 32 % respondentů tvrdí, že o prevenci duševního zdraví ve škole někdy slyšeli (odpověď rozhodně ano – 17 %, odpověď spíše ano – 15 %). Necelá polovina respondentů (46 %) o prevenci duševního zdraví ve škole neslyšela (odpověď rozhodně ne – 23 %, odpověď spíše ne – 23 %). Odpověď nevím, ani nesouhlasím, ani souhlasím odpovědělo 22 % žáků.

**Položka č. 10**

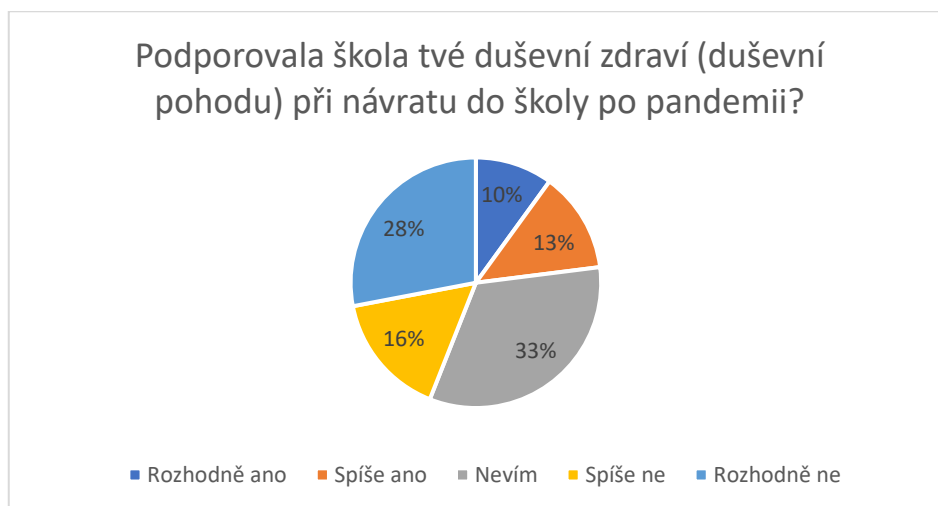
Graf č. 10: Tento graf značí, zda si žáci mají možnost s učitelem promluvit o pandemii Covid 19. Nejvíce respondentů odpovědělo, že neví, zda tuto možnost mají (33 %). Necelá polovina (49 %) tvrdí, že tuto možnost mají (odpověď rozhodně ano – 22 %, odpověď spíše ano – 27 %). Pouze 18 % respondentů odpovědělo, že tuto možnost na své škole nemají (odpověď rozhodně ne – 10 %, odpověď spíše ne – 8 %).

**Položka č. 11**

Graf č. 11: Z grafu lze vyčíst, že 46 % dotázaných žáků by chtělo, aby se jejich škola více starala o jejich duševní zdraví (odpověď rozhodně ano – 19 %, odpověď spíše ano – 27 %). 33 % žáků s tímto nesouhlasí a nechtějí, aby se škola o jejich duševní zdraví více starala (odpověď rozhodně ne – 22 %, odpověď spíše ne – 11 %). Zbýlých 21 % neví, zda by chtěli, aby se škola více starala o jejich duševní zdraví.

**Položka č. 12**

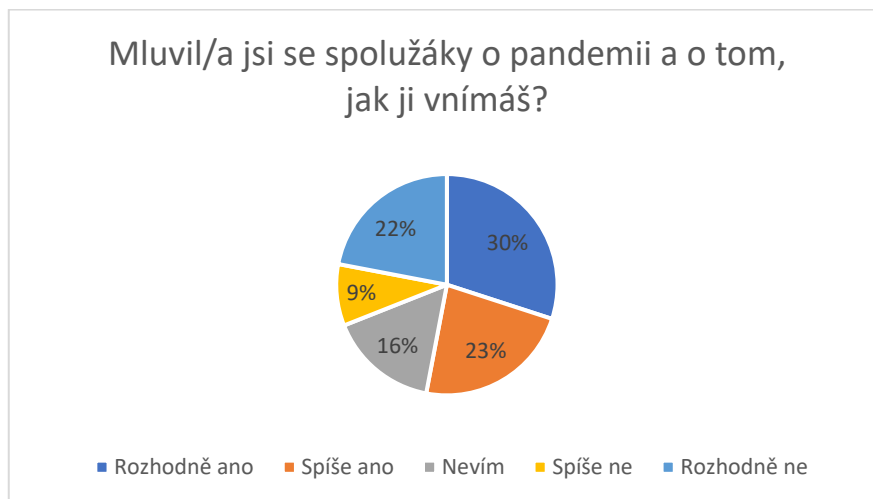
Graf č. 12: Graf značí odpovědi, zda pandemie Covid 19 ovlivnila duševní zdraví žáků. 26 % žáků uvedlo odpověď neví – ani nesouhlasím, ani souhlasím. 24 % respondentů tvrdí, že pandemie jejich duševní zdraví rozhodně ovlivnila, s čím souhlasí také dalších 17 % respondentů, kteří tvrdí, že je spíše ovlivnila. 21 % respondentů tomuto názoru zcela odporuje a tvrdí, že pandemie rozhodně neovlivnila jejich duševní zdraví. Dalších 12 % se s tímto tvrzením ztotožňuje a uvádí, že pandemie jejich duševní zdraví spíše neovlivnila.

**Položka č. 13**

Graf č. 13: V tomto grafu je zobrazena podpora ze strany školy v době návratu po pandemii, kdy pouze 23 % respondentů tvrdí, že škola podporovala jejich duševní zdraví při návratu po pandemii (odpověď rozhodně souhlasím – 10 %, odpověď spíše souhlasím – 13 %). 33 % respondentů na tuto otázku odpovědět nedokázalo, proto zvolili možnost neví. 28 %

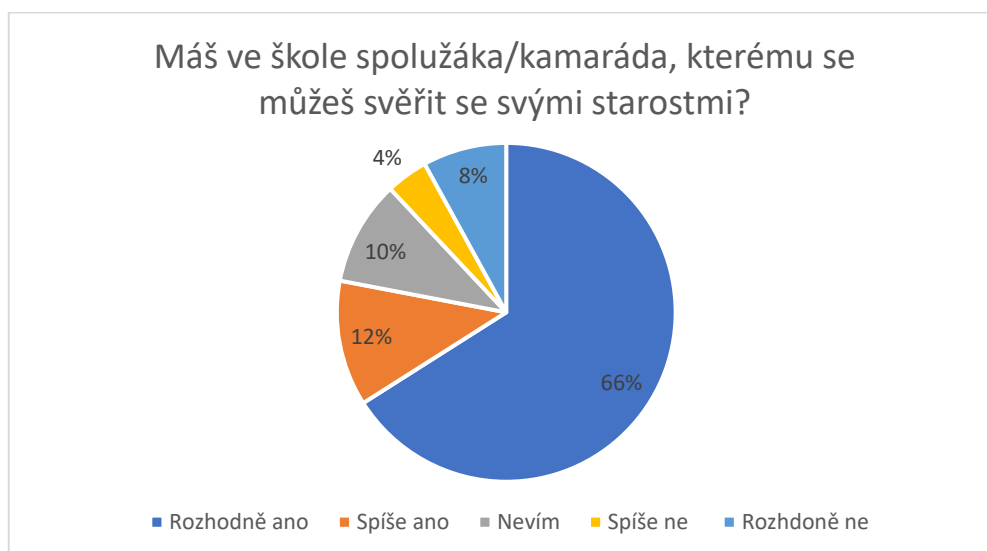
respondentů tvrdí, že škola jejich duševní zdraví při návratu do školy rozhodně nepodporovala a 16 % žáků udává, že je škola spíše nepodporovala.

#### Položka č. 14



Graf č. 14: V grafu vidíme, že více než polovina respondentů (53 %) mluvila se spolužáky o pandemii a o celkovém vnímání této situace (odpověď rozhodně ano – 30 %, odpověď spíše ano – 23 %). 16 % respondentů uvedlo neurčitou odpověď „nevím“ – ani nesouhlasím, ani souhlasím. 31 % žáků se spolužáky o pandemii nemluvilo (odpověď rozhodně ne – 22 %, odpověď spíše ne – 9 %).

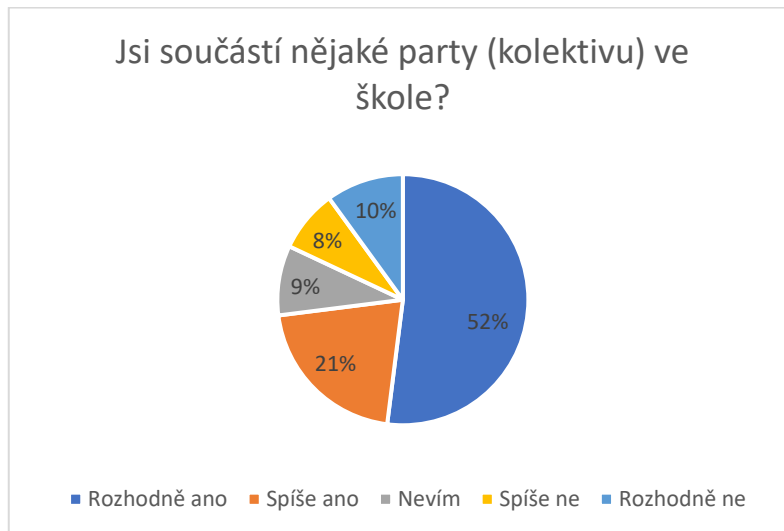
#### Položka č. 15



Graf č. 15: Z tohoto grafu lze jasně vidět, že velká většina respondentů (66 %) rozhodně má ve škole spolužáka či kamaráda, kterému se může svěřit. S tímto faktem také souhlasí 12 % respondentů, kteří odpověděli, že spíše mají někoho takového. 10 % respondentů si není

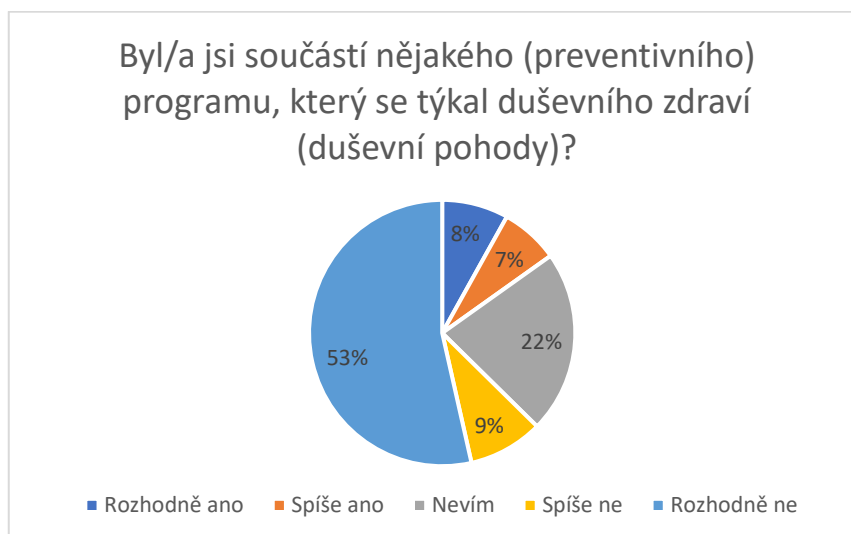
jisto, neví, zda někoho takového ve škole mají. Bohužel 12 % respondentů tvrdí, že rozhodně žádného kamaráda či spolužáka, kterému se mohou svěřit nemají.

### Položka č. 16



Graf č. 16: Graf č. 16 demonstruje příslušnost respondentů k nějaké partě nebo kolektivu ve škole. Více než polovina respondentů (52 %) tvrdí, že rozhodně jsou součástí nějaké party či kolektivu, s čím souhlasí dalších 21 %, kteří tvrdí, že spíše nějakou součástí jsou. Pouze 9 % respondentů si není jisté, zda jsou nějakou součástí (odpověď nevím). 18 % respondentů tvrdí, že se necítí součástí nějaké party či kolektivu ve škole (odpověď rozhodně ne – 10 %, odpověď spíše ne – 8 %).

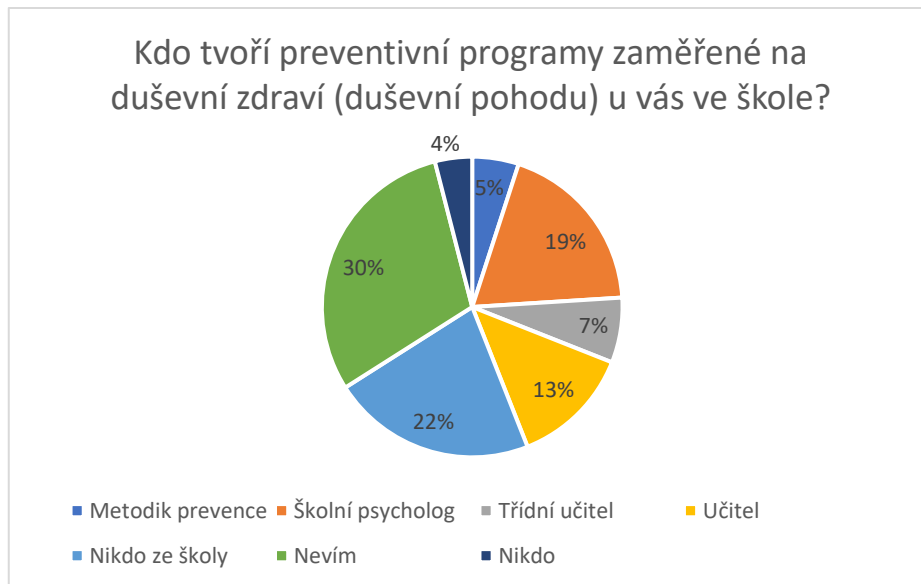
### Položka č. 17



Graf č. 17: Z grafu lze na první pohled vyčíst, že více než polovina respondentů (53 %) tvrdí, že rozhodně nebyli součástí nějakého preventivního programu, který by se týkal duševního

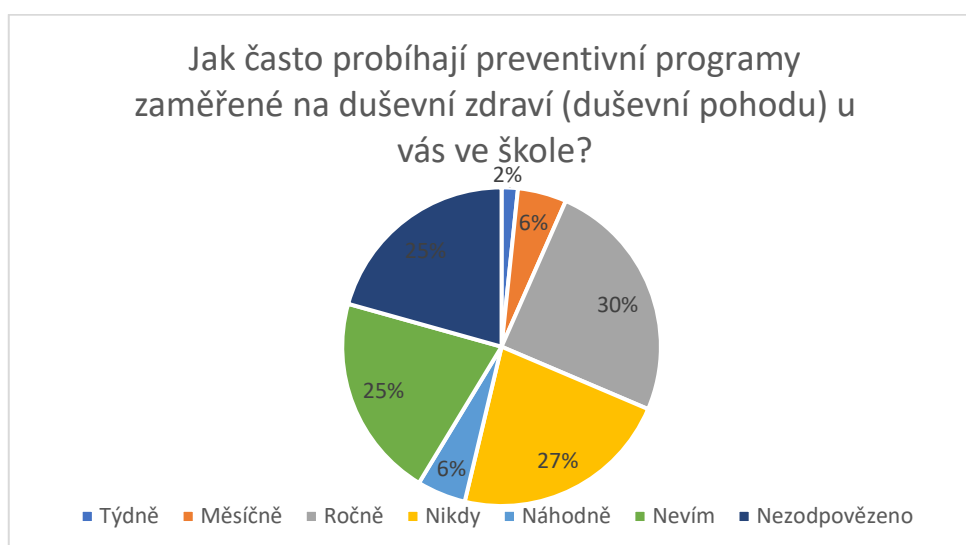
zdraví. K těmto respondentům se přidává dalších 9 %, kteří si myslí, že spíše nebyli ničeho takového součástí. 22 % respondentů si není jisto (odpověď nevím). Pouze 15 % žáků si je vědomo, že byli součástí preventivního programu na téma duševní zdraví (odpověď rozhodně ano – 8 %, odpověď spíše ano – 7 %).

### Položka č. 18



Graf č. 18: Z grafu č. 18 je zřejmé, že 30 % respondentů neví, kdo realizuje preventivní program zaměřený na duševní zdraví ve škole, žáci si myslí, že to není nikdo ze školy (22 %). Někteří si myslí, že je to součástí činností školního psychologa (19 %) či některého z učitelů (13 %). Metodika prevence zvolilo pouze 5 % zúčastněných respondentů.

### Položka č. 19



Graf č. 19: Tento graf představuje odpovědi na otázku, jak často probíhají preventivní programy zaměřené na duševní zdraví. Nejčastější odpovědí na tuto otázku je, že se tyto programy realizují ročně (30 %) nebo že žáci netuší, jak často (odpověď nevím – 25 %). Méně časté odpovědi jsou, že preventivní programy probíhají měsíčně (6 %), týdně (2 %), nikdy (6 %) nebo pouze náhodně (6 %).

#### Položka č. 20



Graf č. 20: Z tohoto grafu lze na první pohled vyčíst, že většina respondentů (64 %) tvrdí, že nemají možnost zjistit stav svého duševního zdraví ve škole. S tímto tvrzením několik respondentů nesouhlasí (27 %) a tvrdí, že stav svého duševního zdraví mají možnost zjistit prostřednictvím školy.

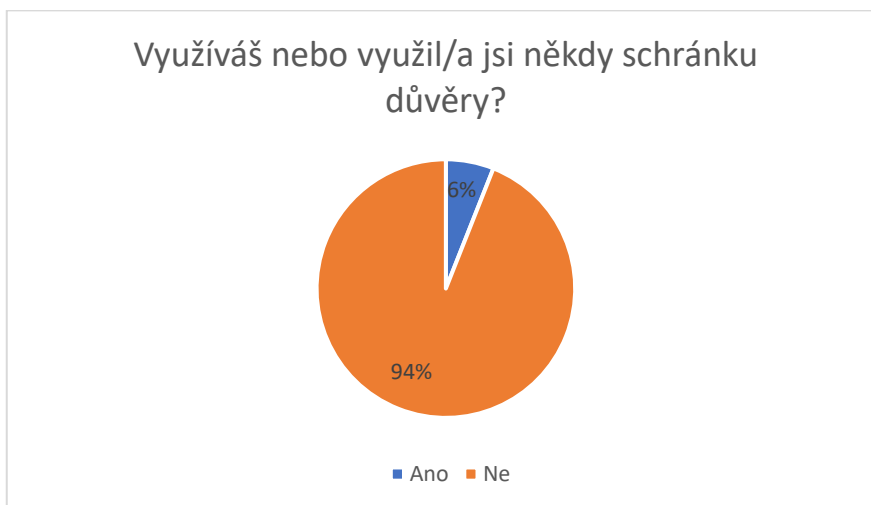
#### Položka č. 21 Co si myslíš, že znamená prevence duševního zdraví (duševní pohody)?

Žáci na tuto otázku odpovídali otevřenou odpovědí. Nejčastější odpovědí bylo, že nemají tušení nebo, že neví, co pojem znamená (35 odpovědí). Dále se objevovaly odpovědi, že jde o to, být v pohodě, být psychicky v pořádku a být duševně zdraví (23 odpovědí). Zřídka si žáci myslí, že jde o léčení depresí (3 odpovědi). Nejrelevantnější odpovědí bylo, že jde o předcházení duševních problémů a zjišťování duševní pohody.



**Položka č. 22**

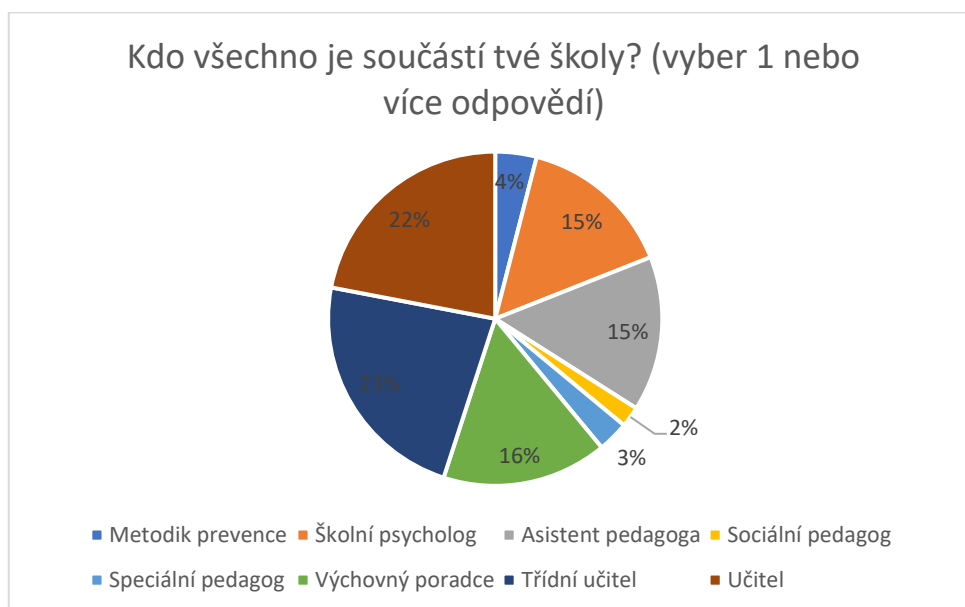
Graf č. 21: Tento graf ukazuje, že 84 % respondentů ví, že ve škole mají schránku důvěry a 12 % tvrdí, že schránku důvěry ve škole nemají.

**Položka č. 23**

Graf č. 22: Graf na první pohled popisuje, že 94 % respondentů schránku důvěry nikdy nepoužili, pouze 6 % respondentů přiznalo, že se schránkou důvěry mají zkušenosti. Důvodem použití schránky důvěry bylo chování spolužáků, problémy v rodině a problémy s učiteli.

**Položka č. 24**

Graf č. 23: Z grafu lze vyčíst, že většina žáků (79 %) ví na koho se obrátit s nějakým problémem ve škole. 19 % tvrdí, že neví, za kým by s nějakým problémem šli.

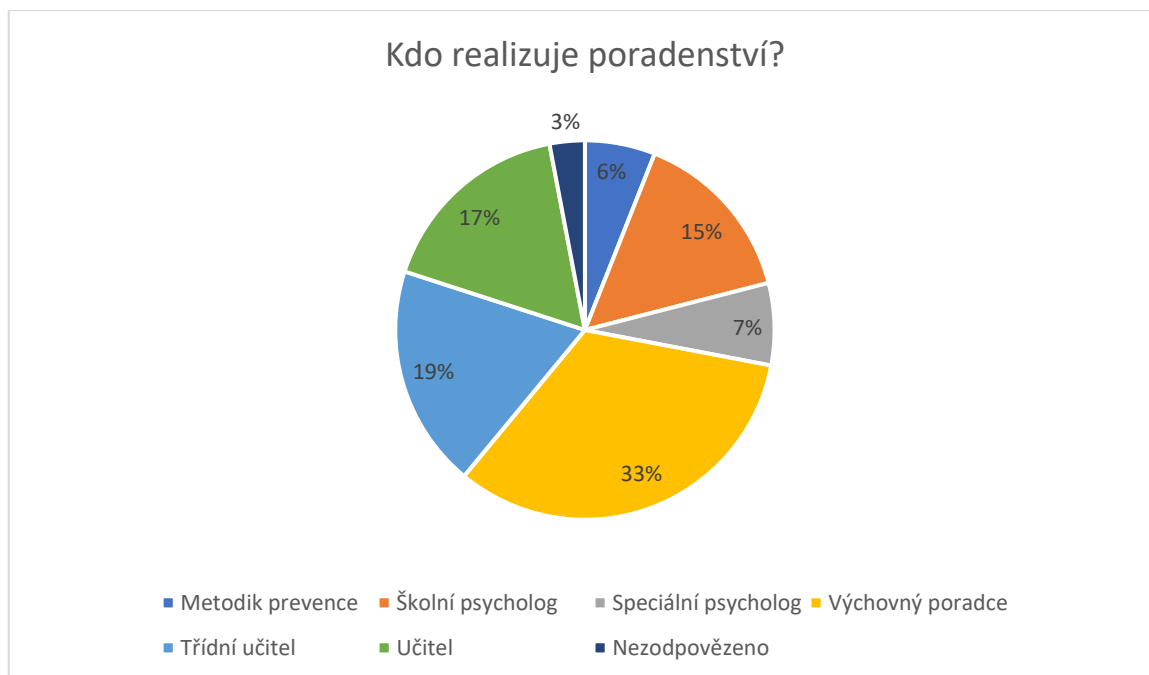
**Položka č. 25**

Graf č. 24: V tomto grafu vidíme odpovědi, kdo je podle žáků součástí jejich školy. Nejvíce žáků označilo třídního učitele (23 %) a učitele (22 %). 16 % respondentů má ve své škole také výchovného poradce. Shodný počet žáků (15 %) odpověděl, že součástí školy je také školní psycholog a asistent pedagoga. Metodik prevence se v odpovědích objevoval zřídka (4 %), podobně jako speciální pedagog (3 %). Pouze 2 % respondentů udávají, že na své škole mají také sociálního pedagoga.

**Položka č. 26** Jaké činnosti ve Vaší škole provádí tito pracovníci? Uveď konkrétní činnosti, které víš nebo si myslíš, že tito pracovníci provádí.

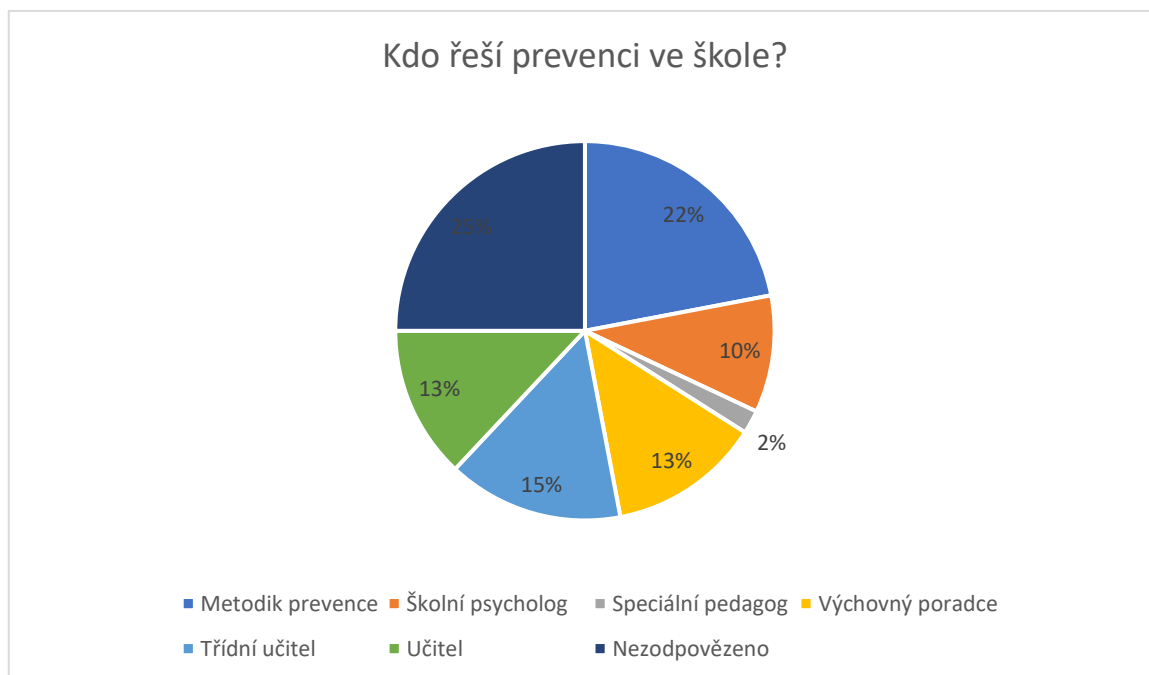
1. **Metodik prevence:** Metodik prevence dle žáků řeší jejich problémy (4 odpovědi). Další činností je tvorba, nabídka a prezentace programů (například o šikaně) (4 odpovědi). Činnosti, které žáci také uvedli jsou, že kontroluje docházku a provádí prevenci (2 odpovědi). Nejvíce odpovědí bylo, že vůbec neví, kdo metodik prevence je a tento pojem slyší poprvé. V dotazníku se objevilo nejméně odpovědí, jelikož žákům tento pracovník není vůbec známí.
2. **Školní psycholog:** U školního psychologa se respondenti shodli na odpovědích, většina měla stejný smysl. Školní psycholog pomáhá a řeší problémy (18 odpovědí), řeší psychiku a duševní zdraví žáků (15 odpovědí), vyslechne žáky, když potřebují (4 odpovědi). Objevovali se také odpovědi, že na škole školního psychologa žáci nemají (4 odpovědi).
3. **Třídní učitel:** Třídní učitel dle respondentů se nejčastěji stará o třídu a o její vztahy a problémy (31 odpovědí). Také se velmi často objevovala odpověď, že třídí učitel učí (21 odpovědí). Dle žáků s nimi tráví nejvíce času a nejlépe zná třídu, proto se mu nejčastěji svěřují, dokáže je totiž vyslechnout (12 odpovědí). V dotazníku se jednalo o nejvíce odpovědí na otevřenou otázku. Na tuto otázku se objevovaly pouze kladné odpovědi a pozitivní hodnocení třídního učitele.
4. **Výchovný poradce:** Respondenti si myslí, že činností výchovného poradce je, že radí žákům (14 odpovědí) a že jim pomůže s problémem (8 odpovědí). Další činností tohoto pracovníka je, že pomáhá žákům s výběrem školy (7 odpovědí). Často se objevovala odpověď nevím nebo odpověď nebyla žádná.

## Položka č. 27



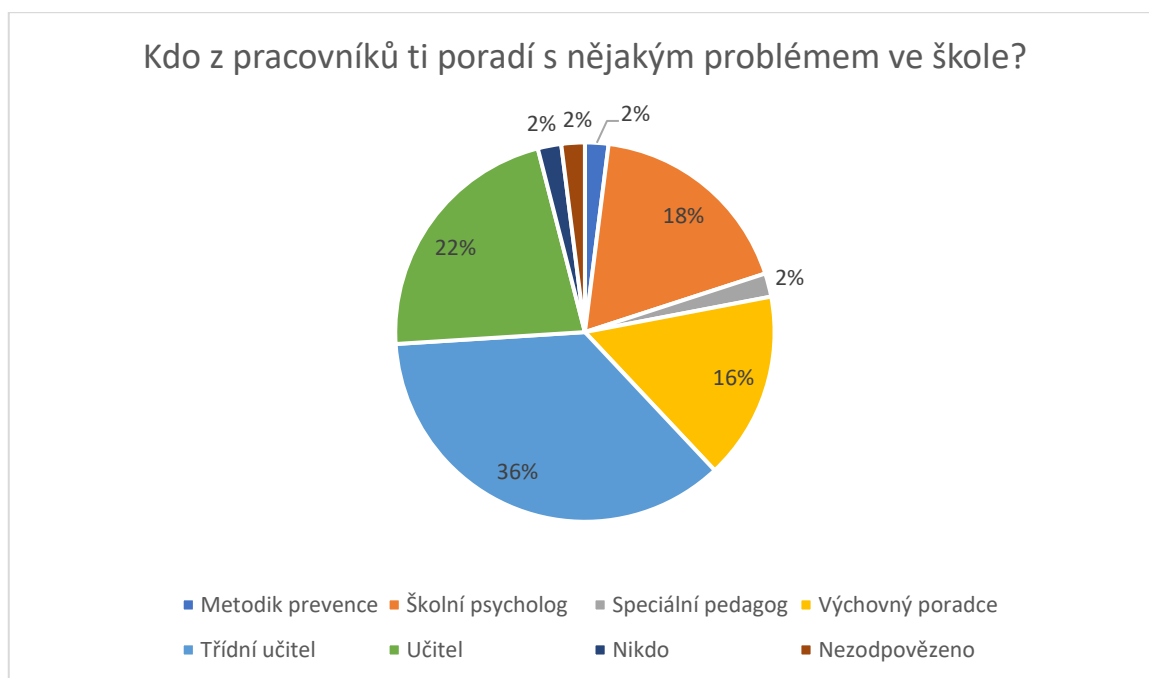
Graf č. 25: Z grafu můžeme vyčíst, že podle respondentů nejčastěji realizuje poradenství výchovný poradce (33 %). Další z pracovníků, kdo dle jejich odpovědí realizuje poradenství jsou třídní učitel (19 %), učitel (17 %) a školní psycholog (15 %). Jen zřídka se vyskytovaly odpovědi jako speciální pedagog (7 %) nebo metodik prevence (6 %).

## Položka č. 28



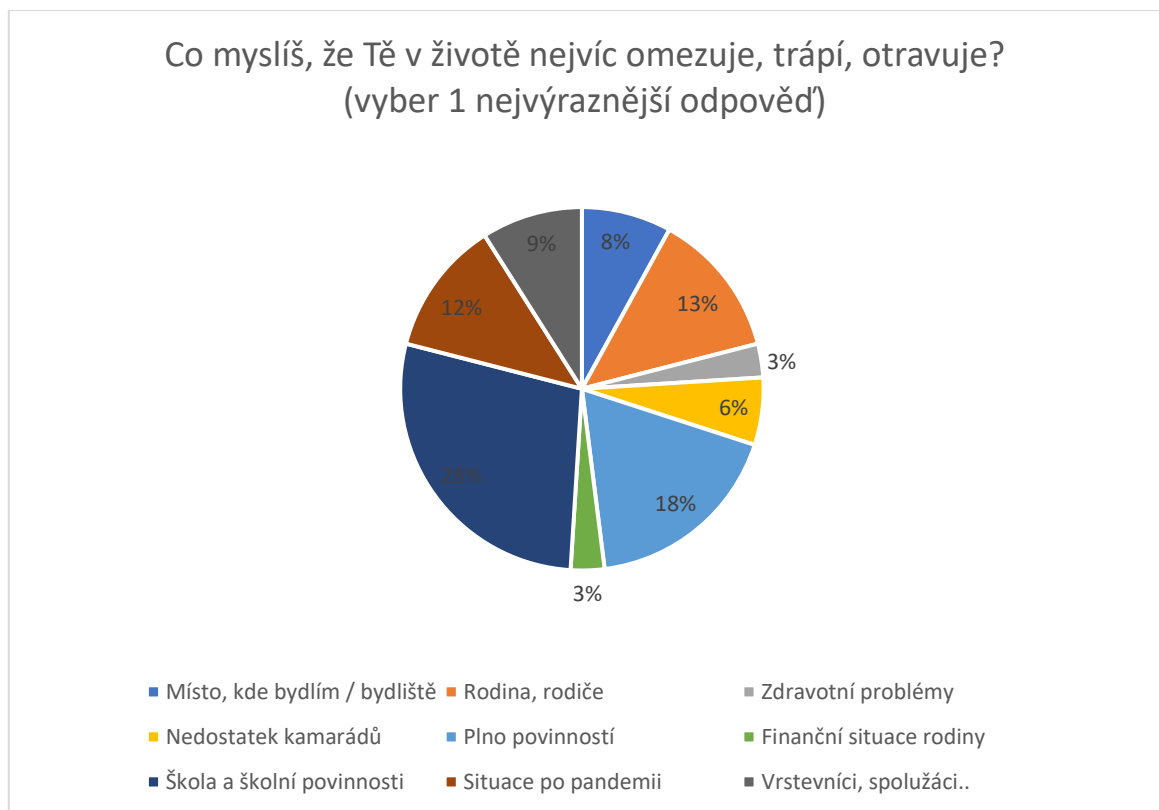
Graf č. 26: Na otázku ohledně prevence nejvíce respondentů nedokázalo odpovědět (25 %). Dle respondentů prevenci ve škole řeší nejčastěji metodik prevence (22 %). Dále se této činnosti mohou dle respondentů účastnit třídní učitel (15 %), učitel (13 %) a výchovný poradce (13 %). 10 % respondentů odpovědělo, že prevenci řeší školní psycholog a 2 % respondentů si myslí, že prevenci má na starosti speciální pedagog.

### Položka č. 29



Graf č. 27: Graf demonstruje odpověď na otázku, na koho se žáci obrátí s problémem. Nejvíce respondentů (36 %) věří, že jim s problémem poradí třídní učitel. Další by se obrátili na některého z učitelů (22 %), školního psychologa (18 %) nebo výchovného poradce (16 %).

## Položka č. 30



Graf č. 28: Z grafu se dozvíme, že nejvíce respondenty omezuje škola a školní povinnosti (28 %). Respondenti také tvrdí, že je trápí plno povinností (18 %), situace po pandemii (14 %), rodina a rodiče (13 %), vrstevníci a spolužáci (9 %), bydliště (8 %), nedostatek kamarádů (6 %), zdravotní problémy (3 %) a finanční problémy (3 %).

## 5 INTERPRETACE

Dle slov MUDr. Jana Uhlíře (2021) pandemie Covidu 19 ovlivnila více než 1,6 miliardy studentů. Jedním z protiepidemických opatření bylo také uzavření škol. Děti tak trpěly sociální izolací (Uhlíř, ©2021). Pandemie měla dopad téměř na veškeré sféry života, jednalo se o dopady ekonomické, sociální, na vzdělávání, na prohloubení nerovností, omezený přístup ke zdravotní péči a samozřejmě na psychické zdraví. Veškeré vlivy pandemie se promítají do duševního zdraví jedinců (Šeblová et kol., ©2020). Dle metaanalýzy jsou mezi nejčastější poruchy u mladistvých řazeny deprese a úzkostné stavy. Nárůst příznaků depresí i úzkostných stavů u dospívajících během pandemie Covid 19 byl až dvojnásobný (Racine et al., ©2021). Po návratu do škol se do hlavní role dostává škola, která by měla hrát klíčovou roli v prevenci psychických onemocnění. Učitel by měl být osoba, která žákům může jako první pomoci v případě, že trpí duševní nepohodou. Třídní učitel je totiž řadou žáků chápán jako vzor či důvěryhodná osoba (Kartous, ©2014).

Výzkumného šetření se zúčastnilo 100 žáků ze dvou různých základních škol v okrese Uherské Hradiště. Výzkumný vzorek tvoří žáci 8. a 9. tříd. Z celkového počtu 100 respondentů bylo 54 dívek (54 %) a 46 chlapců (46 %). Jejich věk se pohyboval od 13 do 15 let. Nejpočetnější skupinou byli žáci ve věku 14 let (50 %), dále žáci ve věku 15 let (33 %) a žáci ve věku 13 let (17 %). Sesbíraná data byla zpracována v kontingenční tabulce v programu Microsoft Excel. Po vyhodnocení byla data analyzována do grafů a otevřené odpovědi pomocí kódů a kategorií interpretovány slovně. V bakalářské práci jsem se zaměřila na duševní zdraví dětí z pohledu školy v období po pandemii Covid 19. V praktické části byla sestavena hlavní výzkumná otázka a tři dílčí výzkumné otázky. Tyto otázky korespondují se sestavenými cíli. Zaměříme se tedy na výsledky získané z analýzy dat, kterými zodpovíme stanovené výzkumné otázky.

### **VO1 Jaký je obsah prevence duševního zdraví na základních školách?**

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy podpořilo projekty na podporu duševního zdraví pro rok 2023. Jedná se také o podporu vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti wellbeingu, kdy by pedagog měl umět posilovat pozitivní atmosféru ve třídách, týmovou spolupráci a svou prací vytvářet vhodné prostředí pro duševní pohodu žáků. V této oblasti jde i o podporu školního poradenského pracoviště, kdy ministerstvo podporuje zavedení školních psychologů a speciálních pedagogů do základních škol. Duševní zdraví by se mělo objevit i v Rámcových vzdělávacích programech (MŠMT, ©2023). Z výzkumu vyplynulo,

že většina žáků nikdy nebyla součástí preventivního programu zaměřeného na podporu duševního zdraví ve škole (položka č. 17) a někteří ani neví, co pojem prevence duševního zdraví znamená (položka č. 21). Žáci také často neví, kdo takové preventivní programy tvoří, myslí si, že nejspíše to není nikdo z pedagogických pracovníků jejich školy (položka č. 18). Pokud by tyto preventivní programy v jejich škole probíhaly, tak jejich frekvence dle výzkumu není častá, nejčastěji se objevuje, že preventivní programy se realizují maximálně ročně (položka č. 19). Žáci ve školách mají schránky důvěry, které využívají minimálně, jedná se o ojedinělé případy, například šikany ze stran spolužáků nebo problémy s rodiči či učiteli (položka č. 23). Jednoznačně lze tedy tvrdit, že z výzkumu vyplývá nedostatečnost preventivních programů zaměřených na podporu duševního zdraví, na druhou stranu nelze jednoznačně tvrdit, že by žáci chtěli, aby se jim škola v této oblasti věnovala více (položka č. 11). Někteří z žáků tvrdí, že se ve škole necítí bezpečně (položka č. 6). Z výzkumu také vyplývá, že polovina respondentů si nemyslí, že jim škola poskytuje pomoc, když mají nějaké problémy a necítí se duševně v pořádku (položka č. 7).

## **VO2 Jaká je podpora duševního zdraví ze stran pracovníků základních škol?**

Již před pandemií bylo zřejmé, že škola by měla hrát klíčovou roli v prevenci duševního onemocnění žáků. Důležité je pro včasné rozpoznání prvotních příznaků duševní nepohody fungující školní poradenské pracoviště. Členy poradenského pracoviště by se mělo skládat z metodika prevence, speciálního pedagoga, výchovného pedagoga, školního psychologa a ideálně i sociálního pedagoga či etopeda (Kartous, ©2014). Žáci v dotazníkovém šetření často nevěděli, jací pracovníci jsou součástí jejich školy a školního poradenského pracoviště a jaké činnosti vykonávají (položky č. 25 a 26), což pro ně není tak důležité, protože se nejvíce svěřují třídnímu učiteli. Důležitou roli v prevenci duševního onemocnění hraje právě třídní učitel, který má k žákům nejbližší (Kartous, ©2014). S tímto tvrzením respondenti, kteří se výzkumu zúčastnili souhlasí. Žáci vnímají třídního učitele jako někoho, kdo se stará o vztahy ve třídě, kdo s nimi tráví nejvíce času a zná je. Z těchto důvodů je pro ně právě třídní učitel osoba, které se nejčastěji svěřují, a která je vyslechne, proto se domnívám, že z hlediska podpory duševního zdraví je třídní učitel jedna z nejdůležitějších osob v rámci školy. Právě třídní učitel by si měl všimnout prvotních změn u svých žáků, které by mohli vést ke zhoršení duševního zdraví. Cílem není jen žáky podpořit v situacích, kdy si o pomoc řeknou, ale také jim dodat odvalu si o pomoc říci (Kartous, ©2014). Metodika prevence většinou žáci neznají, neví, co dělá a toto označení mnohdy slyší prvně. Zřídka si metodika spojují s preventivními programy a prevencí. Školní psycholog je dle respondentů osoba,



která pomáhá řešit jejich problémy a řeší jejich psychické zdraví. Výchovný poradce dle dotazovaných žáků jim poradí, když se v něčem rozhodují například s výběrem školy (položka č. 26). Z výzkumu lze konstatovat, že žáci nedostali dostatečný prostor, aby si s učiteli mohli promluvit o pandemii Covid 19 a o problémech spojené s ní (položka č. 10).

### **VO3 Jaká je podpora duševního zdraví uvnitř kolektivu žáků základních škol?**

V období dospívání je pro člověka velmi důležitá podpora ze stran vrstevníků, pro dospívajícího jsou důležité jejich názory a postoje, kterými získává informace o něm samotném – jak je vnímán (Sedláčková, 2009). Žáci ve výzkumu uvedli, že se spolužáky mluvili i o pandemii Covid 19 a o jejich vnímání této situace (položka č. 14). Ne všichni respondenti mají ve škole spolužáka nebo kamaráda, kterému se může svěřit se svými starostmi (položka č. 15). Žáci pak prožívají nelehké období, kdy hledají osobu, které se svěřit a získat tak někoho, kdo jim poskytne podporu v obtížné situaci. Škola zahrnuje sociální dimenzi, která se vztahuje na komunikaci a spolupráci mezi jednotlivci a skupinami. Významnou měrou se na této dimenzi podílí právě žáci při své vzájemné interakci (Průcha, Walterová, Mareš, 2003). Z výzkumu vyplývá, že bohužel ne všichni žáci se cítí být součástí nějakého kolektivu ve škole (položka č. 16).

### **Hlavní výzkumná otázka: Jakou podporu duševního zdraví poskytuje škola žákům základních škol v době postcovidové?**

Výzkum potvrzuje, že důsledkem pandemie Covid 19 došlo ke zhoršení duševního zdraví u žáků základních škol (položky č. 3, 4 a 5). Jak tvrdí velké množství studií a článků např. Vliv pandemie Covidu 19 na duševní zdraví dětí a adolescentů (Uhlíř, ©2021), Duševní zdraví dětí a adolescentů v době pandemie Covidu 19 z pohledu dětských a dorostových psychiatrů (Bínová, Havelka, ©2021), Quality of Life and Mental Health in Children and Adolescents after the First Year of the COVID-19 Pandemic: A Large Population-Based Survey in South Tyrol, Italy (Barbieri, et al., 2022) a další. Z výzkumu se dozvíme tvrzení žáků, že škola jejich duševní zdraví po návratu do škol po tzv. lockdownu nepodporovala dostatečně. Velké množství žáků také tvrdí, že škola nepodporovala jejich duševní zdraví při návratu po lockdownu vůbec žádným způsobem (položka č. 13). Dostatečnou podporu cítí většina žáků u svých spolužáků či přátel ve škole, ale někteří žáci bohužel tuto podporu necítí ani u nich (položky č. 15 a 16). Výzkum ukázal, že žáci nemají možnost ve škole zjistit či jinak zhodnotit svůj stav duševního zdraví, protože toto téma ve škole není rozebíráno (položka č. 20). Z výzkumu jsme se také dozvěděli, co žáky nejvíce trápí a omezuje. Jedná se nejčastěji o školu a školní povinnosti, kdy je po dlouhodobém lockdownu na děti vyvíjen

tlak z důvodu dohánění výuky a kvality vyučování. Žáci při lockdownu měli velké množství času, a tak školní povinnosti tolik nevnímali, návrat do škol byl tudíž pro ně složitější. Dalším z důvodů je i situace po pandemii, což souvisí právě s návratem do škol (položka č. 30). Kritické úskalí ve výzkumu můžeme shledat v počtu respondentů, jelikož s výzkumem souhlasily pouze dvě základní školy a celkový soubor tak tvoří pouze 100 respondentů.

## ZÁVĚR

V teoretické části bakalářské práce jsem se zabývala školním prostředím, kde se objevovaly pojmy jako role žáka, školní poradenské zařízení a problematika školství spojená s pandemií Covid 19. V další kapitole je rozebíráno duševní zdraví zaměřené na duševní zdraví ovlivněné pandemií a je zde také zmíněn pojem wellbeing. Z teoretické části je zřejmé, že pandemie Covid 19 velmi ovlivnila duševní zdraví žáků, což potvrzuje i v praktická část. Na teoretickou část navazuje již zmíněná část praktická, která se zabývá analýzou podpory duševního zdraví žáků základních škol v době postcovidové. Zjišťovali jsme zde jakou roli hrála škola při podpoře duševního zdraví žáků. Výzkum je zaměřený na konkrétní pracovníky školy a na jejich podporu duševního zdraví při návratu do škol. Nelze opomenout ani vliv kolektivu na podporu duševního zdraví žáků či konkrétní obsah prevence duševního zdraví ze stran školy. Výzkum byl uskutečněn kvalitativní metodou, která dle Chrástky (2016) používá u většího množství respondentů. Výzkumný vzorek je tvořen ze 100 respondentů, kteří jsou žáky základních škol v okrese Uherské Hradiště. Z dotazníkového šetření jsme data pomocí analýzy převedly do grafů a výsledky použily v interpretaci dat.

Z výzkumu vyplynulo, že podpora duševního zdraví po návratu do škol byla dle žáků nedostatečná. Je také prokazatelné, že se žáci cítili lépe před koronavirovou pandemií než nyní. Dokonce nynější období je téměř srovnatelné s obdobím tzv. lockdownu z hlediska jejich duševního zdraví. Podporu duševního zdraví v rámci školy vidí žáci nejvíce ve svých třídních učitelích, protože s nimi tráví nejvíce času a znají je. Je také zřejmé, že momentálně žáky trápí nejvíce škola a školní povinnosti a hned poté právě vzniklá situace po pandemii. Díky MŠMT a jeho projektu zaměřeného na podporu duševního zdraví pro rok 2023 by se situace o informovanosti a podpoře duševního zdraví ze stran školy mohla zlepšit. Vhodné by bylo také na výzkum navázat, či vytvořit nový výzkum zaměřený na duševní zdraví ze stran školy po zavedení tohoto projektu a vhodné by bylo také srovnání, zda zapojení projektu bylo prospěšné.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

### Internetové zdroje:

- [1] Abbey R. Masonbrink, Emily Hurley, 2020. *Advocating for Children During the COVID-19 School Closures*. Pediatrics September 2020; 146 (3): e20201440. 10.1542/peds.2020-1440 <https://publications.aap.org/pediatrics/article/146/3/e20201440/36730/Advocating-for-Children-During-the-COVID-19-School>
- [2] Aliev, A., Bechyňová, L., Blažejovská, T., Fajnerová, I., Francová, A., Janků, K., Kagstrom, A., Kasal, A., Kolenič, M., Lukasová, M., Macháčková, M., Pešout, O., Pitoňák, M., Sýkorová, E., Šeniglová, K., Tomášková, H., Winkler, P, 2020. *on behalf of MyMentalHealth.Guide consortium. Self-care in mental health*. National Institute of Mental Health, Czech Republic. Dostupné z: <https://www.opatruj.se/dusevni-zdravi>
- [3] Barbieri, V., Wiedermann, C. J., Kaman, A., Erhart, M., Piccoliori, G., Plagg, B., ... & Ravens-Sieberer, U., 2022. *Quality of life and mental health in children and adolescents after the first year of the COVID-19 pandemic: a large population-based survey in South Tyrol, Italy*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 5220. <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/9/5220>
- [4] BERKOVÁ, Tereza a STRETTI, Sylvie, 2020. *Až se sejdeme ve škole* [online]. [cit. 2023-03-22]. Dostupné z: <https://cosiv.cz/wp-content/uploads/2020/05/Az-se-sejdeme-ve-skole-krizovy-plan.pdf>
- [5] BÍNOVÁ, Šárka a HAVELKA, Tomáš, 2021. *Duševní zdraví dětí a adolescentů v době pandemie covidu-19 z pohledu dětských a dorostových psychiatrů*. Psychiatriepropraxi.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2021/03/09.pdf>
- [6] *Co je wellbeing?*, 2023. Partnerství pro vzdělávání 2030+ [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.wellbeingveskole.cz/infografika-oblasti-skoly/>
- [7] *Covid-19*, 2023. Evropský informační portál o očkování: Iniciativa Evropské unie [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://vaccination-info.eu/cs/informacni-listy-o-onemocnenich/covid-19>
- [8] *COVID-19: úvod, inkubační doba, původce a sezónnost onemocnění*, 2022. Národní zdravotnický informační portál [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.nzip.cz/clanek/447-covid-19-zakladni-informace>
- [9] *Doing What Matters in Time of Stress: An Illustrated Guide*, 2020 [online]. [cit. 2023-03-22]. Dostupné z: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331901/9789240003910-eng.pdf>
- [10] FELCMANOVÁ, Lenka, HEČKOVÁ, Lenka, MYŠKOVÁ, Lucie et al., 2021. *Přístup k náročnému chování dětí a žáků ve školách a školských zařízeních a možnosti jeho řešení: metodické doporučení*. Praha: Česká školní inspekce. ISBN 978-80-88087-55-7.

- [11] FORMANOVÁ, Alžběta, 2021. *Distanční výuka je zásadní problém pro děti z chudších rodin*. Pestalozzi.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://pestalozzi.cz/distancni-vyuka-predstavuje-zasadni-problem-pro-deti-z-chudsich-rodin-rika-psycholozka-formanova/>
- [12] Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J. and Sartorius, N., 2015. *Toward a new definition of mental health*. *World Psychiatry*, 14: 231-233. <https://doi.org/10.1002/wps.20231>[https://www.researchgate.net/publication/277583119\\_Toward\\_a\\_new\\_definition\\_of\\_mental\\_health](https://www.researchgate.net/publication/277583119_Toward_a_new_definition_of_mental_health)
- [13] HRONOVÁ, Zuzana, 2020. *Pandemie pohnula se školstvím, žáci ale mají deprese, varují odborníci*. Aktuálně.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://zpravy.aktualne.cz/domaci/pref-conference-2020/r~c435e2ae2fdf11ebb115ac1f6b220ee8/v~sl:f1dee573c9676008052e0f50d85ab8d9/>
- [14] *Jak podpořit žáky při návratu do školy po COVID-19 – tipy pro učitele*, 2020. Nevypustdusi.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/2020/08/30/jak-podporit-zaky-pri-navratu-do-skoly-po-covid-19-tipy-pro-ucitele/>
- [15] JANDOVÁ, Regina, 2020. *Linka bezpečí řeší v nouzovém stavu častěji psychické obtíže dětí. Její provoz přitom komplikují opatření*. Linkabezpeci.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.linkabezpeci.cz/-/linka-bezpece-resi-v-nouzovem-stavu-casteji-psychicke-obtize-deti-jeji-provoz-pritom-komplikuji-opatreni>
- [16] KARTOUS, Bohumil, 2014. *Škola má hrát klíčovou roli v prevenci psychických onemocnění*. EDUin: Informační centrum o vzdělávání [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.eduin.cz/clanky/skola-ma-hrat-klicovou-rolu-v-prevenci-psychickyh-onemocneni/>
- [17] KLIMEŠ, Jeroným, 2008. *Budování identity dítěte* [online]. [cit. 2023-03-22]. Dostupné z: [https://nahradnirodina.cz/sites/default/files/budovani\\_identity\\_ditete2008.pdf](https://nahradnirodina.cz/sites/default/files/budovani_identity_ditete2008.pdf)
- [18] LÁNSKÁ, Kateřina, 2022. *Zavřené školy během covidové pandemie budou mít vliv na budoucí ztráty v příjmech současné mladé generace*. Eduin.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.eduin.cz/clanky/zavrene-skoly-behem-covidove-pandemie/>
- [19] MRÁČKOVÁ, Helena, 2022. *Zlínský kraj podpořil téměř pět milionů Centrum duševního zdraví v Uherském Hradišti*. Zlínský kraj [online]. Copyright © Krajský úřad Zlínského kraje [cit. 14.11.2022]. Dostupné z: <https://www.kr-zlinsky.cz/zlinsky-kraj-podporil-temer-peti-miliony-centrum-dusevniho-zdravi-v-uherskem-hradisti-aktuality-18017.html>
- [20] *MŠMT PODPÓŘILO PROJEKTY NA PODPORU DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ A PREVENCI RIZIKOVÉHO CHOVNÍ*, 2023. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. [cit. 2023-04-14]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/ministerstvo/novinar/msmt-podporilo-projekty-na-podporu-dusevniho-zdravi-a>

- [21] MŠMT: *Přehled provozu škol v období pandemie COVID19: jaro 2020–2021, 2021*. Školský portál Pardubického kraje: klíč ke vzdělávání a vědění na dosah [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.klickevzdelani.cz/Management-skol/Reditelna/Provozni-zalezitosti/category/vseobecne-informace/msmt-prehled-provozu-skol-v-obdobi-pandemie-covid19-jaro-2020-2021>
- [22] *Pedagogická doporučení k návratu žáků do škol: Návrat žáků do škol – metodologická doporučení (pedagogická část)*, 2020 [online]. [cit. 2023-03-22]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/methodology/pedagogicka-doporuceni-k-navratu-zaku-do-skol/>
- [23] PETRÁKOVÁ, Hanka, 2023. *Sebepoškozování, pomoc přichází e-mailem*. Linkabezpeci.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.linkabezpeci.cz/-/sebeposkozovani-pomoc-prichazi-emailem>
- [24] Racine N, McArthur BA, Cooke JE, Eirich R, Zhu J, Madigan S., 2021. *Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis*. JAMA Pediatr. 2021;175(11):1142–1150. doi:10.1001/jamapediatrics.2021.2482. <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2782796>
- [25] Skokauskas, N., Fung, D., Flaherty, L.T. *et al*, 2019. *Shaping the future of child and adolescent psychiatry*. Child Adolesc Psychiatry Ment Health 13, 19. <https://capmh.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13034-019-0279-y>
- [26] ŠEBLOVÁ, Jana, ŠEBLOVÁ, Dominika a PROTOPOPOVÁ, Dita, 2020. *PANDEMIE SARS-COV-2 A JEJÍ DOPADY NA PSYCHICKÉ ZDRAVÍ*. URGENTNÍ MEDICÍNA: časopis pro neodkladnou lékařskou péči [online]. MEDIPRAX CB, 23, 45-51 [cit. 2023-04-06]. ISSN 1212–1924. Dostupné z: [https://urgentnimedicina.cz/casopisy/UM\\_2020\\_4.pdf#page=45](https://urgentnimedicina.cz/casopisy/UM_2020_4.pdf#page=45)
- [27] UHLÍŘ, Jan, 2021. *Vliv pandemie covidu-19 na duševní zdraví dětí a adolescentů*. Pediatrie pro praxi [online]. Ostrava. (22) [cit. 2022-01-30]. Dostupné z: [https://www.pediatriepropraxi.cz/incpdfs/ped-202106-0001\\_10\\_001.pdf](https://www.pediatriepropraxi.cz/incpdfs/ped-202106-0001_10_001.pdf)
- [28] *„Už i jedničkáři jsou bez motivace.“ Za rok od zavření škol strávili doma nejvíce času vysokoškoláci*, 2021. IROZHLAS.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: [https://www.irozhlas.cz/zpravy-domov/rok-od-zavreni-skol-online-vyuka-skoly-zaci\\_2103110558\\_jab](https://www.irozhlas.cz/zpravy-domov/rok-od-zavreni-skol-online-vyuka-skoly-zaci_2103110558_jab)
- [29] WEARE, Katherine a NIND, Melanie, 2011. *Mental health promotion and problem prevention in schools: what does the evidence say?* [online]. [cit. 2023-03-14]. Dostupné z: [https://www.researchgate.net/publication/221717305\\_Mental\\_health\\_promotion\\_and\\_problem\\_prevention\\_in\\_schools\\_What\\_does\\_the\\_evidence\\_say](https://www.researchgate.net/publication/221717305_Mental_health_promotion_and_problem_prevention_in_schools_What_does_the_evidence_say)
- [30] World Health Organisation, 2018. *Mental health: strengthening our response*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- [31] *Zavřené školy nejsou pro děti výhrou: hrozí psychické problémy a závislosti*, 2020. Denik.cz [online]. [cit. 2023-03-07]. Dostupné z: <https://www.denik.cz/zdravi/koronavirus-deti-skola-zavislosti-karantena2020.html>

**Literatura:**

- [1] BARTOŠ, Vojtěch, CAHLÍKOVÁ, Jana, BAUER, Michal a CHYTILOVÁ, Julie, 2020. *Dopady pandemie koronaviru na duševní zdraví*. Praha: Národohospodářský ústav AV ČR. Studie IDEA anti COVID-19. ISBN 978-80-7344-569-0.
- [2] GAVORA, Peter, 2010. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Přeložil Vladimír JŮVA, přeložil Vendula HLAVATÁ. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-.
- [3] GOETZ, Michal, 2005. *Deprese u dětí a adolescentů*. *Pediatric pro praxi*, 6(6), 271-274.
- [4] HARTL, Pavel, 2004. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-803-1.
- [5] HELLER, Daniel, 2014. *Sociální a pedagogická psychologie*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-680-2.
- [6] HELUS, Zdeněk, 2009. *Dítě v osobnostním pojetí: obrat k dítěti jako výzva a úkol pro učitele i rodiče*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Portál. Pedagogická praxe (Portál). ISBN 978-80-7367-628-5.
- [7] CHRÁSKA, Miroslav, 2016. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5326-3.
- [8] KNOTOVÁ, Dana, 2014. *Školní poradenství*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4502-2.
- [9] LANGMEIER, Josef a KREJČÍŘOVÁ, Dana, 2006. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada. Psyché (Grada). ISBN 8024712849.
- [10] MACHOVÁ, Jitka a KUBÁTOVÁ, Dagmar, 2015. *Výchova ke zdraví*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5351-5.
- [11] PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří, 2003. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-772-8.
- [12] PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří, 2008. *Pedagogický slovník*. 5. vydání. Praha: Portál. 322 s. ISBN 978-80-7367-416-8.
- [13] PRŮCHA, Jan, WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří, 2013. *Pedagogický slovník*. 7., aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0403-9.
- [14] PRŮCHA, Jan. 2002. *Učitel: současné poznatky o profesi*. Praha: Portál. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-621-7.
- [15] SEDLÁČKOVÁ, Daniela, 2009. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2685-4.
- [16] ŠVAMBERK ŠAUEROVÁ, Markéta, 2018. *Techniky osobnostního rozvoje a duševní hygieny učitele*. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-271-0470-3.

[17] VÁGNEROVÁ, Marie a LISÁ, Lidka, 2021. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vydání třetí, přepracované a doplněné. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum. ISBN 978-80-246-4961-0.

[18] VÁGNEROVÁ, Marie, 2000. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-308-0.

#### **Zákony:**

[1] *Zákon č. 561/2004 Sb. O předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)* [online]. [cit. 2022-22-02] Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-561>

[2] *Zákon č. 563/2004 Sb. O pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů* [online]. [cit. 2022-22-02] Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2004-563>

[3] *Vyhláška č. 72/2005 Sb. O poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních* [online]. [cit. 2022-22-02] Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2005-72>

[4] *Vyhláška č. 197/2016 Sb. Vyhláška, kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů, a některé další vyhlášky* [online]. [cit. 2022-22-02] Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2016-197>



**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

|       |  |
|-------|--|
| MŠ    | Mateřská škola                               |
| MŠMT  | Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy |
| NÚDZ  | Národní ústav duševního zdraví               |
| OSPOD | Orgán sociálně-právní ochrany dětí           |
| PPP   | Pedagogicko-psychologická poradna            |
| SPC   | Speciálně-pedagogická centra                 |
| SŠ    | Střední škola                                |
| VOŠ   | Vyšší odborná škola                          |
| VŠ    | Vysoká škola                                 |
| WHO   | Světová zdravotnická organizace              |
| ZŠ    | Základní škola                               |

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

|  |    |
|--|----|
| Obrázek 1: Uzavírání škol kvůli pandemii covid 19 na jaře 2020 (MŠMT, ©2021). .....  | 16 |
| Obrázek 2: Uzavírání škol kvůli pandemii na podzim 2020 (MŠMT, ©2021). .....   | 17 |
| Obrázek 3: Uzavírání škol kvůli pandemii na jaře 2021 (MŠMT, ©2021). .....   | 17 |
| Obrázek 4: Roční absence žáků ve škole, kvůli pandemii a protiepidemickým opatřením v roce 2020 ( <i>Už i jedničkáři jsou bez motivace. ' Za rok od zavření škol strávili doma nejvíce času vysokoškoláci.</i> , ©2021). ..... | 18 |
| Obrázek 5: Schéma poradenských služeb ve škole (Mertin, Krejčová et al., 2020). .....  | 22 |
| Obrázek 6: Názorový model zdraví (Švamberská Šauerová, 2018). .....  | 33 |

## SEZNAM TABULEK

|   |    |
|---|----|
| Tabulka 1 Počet základních škol ve Zlínském kraji dle okresů (MŠMT, ©2022). .....   | 40 |
| Tabulka 2 Počet úplných základních škol ve Zlínském kraji dle okresů (MŠMT, ©2022). | 41 |

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Standardizovaný dotazník vytvořen týmem pracovníků Pedagogické fakulty univerzity Palackého v Olomouci a společností Podané ruce, o.p.s.

Příloha P II: Dotazník vlastní konstrukce.

Příloha P III: Seznam základních škol v okrese Uherské Hradiště.

# PŘÍLOHA P I: STANDARDIZOVANÝ DOTAZNÍK

## Duševní zdraví žáků v 7. a 8. třídách ZŠ

Ahoj,

připravili jsme pro Tebe a spolužáky v Tvém věku dotazník, který se týká duševního zdraví a situací, které by Tě mohly trápit. Rádi bychom o nich věděli něco víc, abychom mohli připravit zajímavý program na toto téma, třeba právě pro Tvou třídu.

Drž se prosím vždy instrukcí, otázku si dobře přečti a odpověz podle toho, jak to cítíš. Moc děkujeme, že nám s vyplněním dotazníku pomůžeš.

Za tým pracovníků Pedagogické fakulty UP v Olomouci a společnost Podané ruce, o.p.s.

Tomáš Čech, koordinátor výzkumu

Instrukce k vyplňování dotazníku:

Vyber z nabízených odpovědí tu, která na Tebe sedí nebo kdyby sis musel/a vybrat, tak tu, která Tě nejvíce vystihuje. Otázky s hvězdičkou \* jsou povinné.

---

## ČÁST 1

V jakém kraji se nachází škola, do které chodíš?\*

- Hlavní město Praha
- Středočeský kraj
- Jihočeský kraj
- Plzeňský kraj
- Karlovarský kraj
- Ústecký kraj
- Liberecký kraj
- Královéhradecký kraj
- Pardubický kraj
- Kraj Vysočina
- Jihomoravský kraj
- Olomoucký kraj
- Zlínský kraj
- Moravskoslezský kraj

Kolik má škola, do které chodíš, žáků? (pokud nevíš, zeptej se svého třídního učitele) \*

- do 150 žáků
- 151 - 300 žáků
- 301 - 600 žáků
- více než 600 žáků

Do které třídy chodíš? \*

- 6. třída
- 7. třída
- 8. třída
- 9. třída

Kolik je ti let? \*

- 12
- 13
- 14
- 15
- 16

Jsi... \*

- Kluk
- Holka

Kdybys měl/a zhodnotit své aktuální duševní zdraví (duševní pohodu) podle známek ve škole, jakou známku by sis dal/a? \*

- 1 (cítím se výborně)
- 2 (cítím se docela dobře)
- 3 (ujde to)
- 4 (cítím se nic moc)
- 5 (cítím se špatně)

Kdybys měl/a zhodnotit své duševní zdraví (duševní pohodu) během období tzv. lockdownu, kdy byly zavřené školy a omezené kontakty s vrstevníky, jakou známkou by ses ohodnotil/a? \*

- 1 (cítím se výborně)
- 2 (cítím se docela dobře)
- 3 (ujde to)
- 4 (cítím se nic moc)
- 5 (cítím se špatně)

Kdybys měl/a zhodnotit své duševní zdraví (duševní pohodu) před koronavirovou pandemií (tj. více jak před rokem), jakou známku by sis dal/a? \*

- 1 (cítil/a jsem se výborně)
- 2 (cítil/a jsem se docela dobře)
- 3 (ušlo to)
- 4 (cítil/a jsem se nic moc)
- 5 (cítil/a jsem se špatně)

Vyber z možností, jaké obavy jsi pocíťoval/a během koronavirové pandemie (lze vybrat i více možností). \*

- strach o své zdraví
- strach o zdraví svých blízkých
- strach o svůj život
- strach o život svých blízkých
- strach ze ztráty přátelství
- strach z nezvládnutí školy
- strach, že si nemám s kým popovídat
- strach z návratu do školy
- neměl/a jsem žádné obavy
- jiné: .....

## ČÁST 2

Níže jsou uvedeny situace, které mohou ve Tvém životě nastat. Prosím přečti si každé tvrzení a vyber tvrzení na škále 1-5, do jaké míry tyto situace způsobují Tvé obavy, znepokojení nebo stres.

- 1 = není pro mě vůbec stresující (nemá žádný význam)
- 2 = je mírně stresující
- 3 = je středně stresující
- 4 = je více stresující
- 5 = je velmi stresující

|  |                   |
|--|-------------------|
| 1. U Tebe doma dochází k hádkám *                                  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 2. Máš pocit, že Tvoji rodiče pro Tebe nemají dostatek pochopení * | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 3. Jsi pod studijním tlakem *                                      | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 4. S některými předměty máš potíže *                               | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 5. Každodenní docházení do školy *                                 | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 6. Nemáš dostatek času na svého kamaráda či kamarádku *            | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 7. Jsi nespokojen/a s tím, jak vypadáš *                           | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 8. Mezi Tebou a Tvými vrstevníky dochází k hádkám *                | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 9. Učitelé Ti nenaslouchají *                                      | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 10. Mezi Tebou a Tvými učiteli dochází k hádkám *                  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 11. Máš obavy ze své budoucnosti *                                 | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 12. Máš nedostatek svobody *                                       | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 13. Nemáš dostatek financí, aby sis koupil/a, co chceš *           | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 14. S rostoucím věkem máš nové odpovědnosti doma a v rodině *      | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |

## ČÁST 3

Níže je uveden seznam problémů a stížností, které lidé někdy mají. Pečlivě si je přečti a vyber jednu z možností, která nejlépe popisuje, jaké nepohodlí ti problém způsobil za posledních 7 dní \*

- 1 = Vůbec ne      2 = Trochu      3 = Středně      4 = Dostí silně      5 = Velmi silně

|  |                   |
|--|-------------------|
| 1. Bolesti hlavy   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 2. Nervozita, vnitřní neklid nebo rozechvění                                   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 3. Nechtěné, nepříjemné myšlenky, slova nebo nápady, kterých se nemůžeš zbavit | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 4. Pocity na omdlení nebo závratí  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 5. Ztráta radosti ze života a pocitu uspokojení                                | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 6. Pocit, že Tě druzí kritizují  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 7. Pomyšlení, že někdo jiný může ovládat Tvoje myšlenky                        | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |



|  |                   |
|--|-------------------|
| 8. Pocit, že druzí mají vinu na většině Tvých obtíží   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 9. Strach, že si něco nezapamatuješ, nebo v případě potřeby si na to okamžitě nevzpomeneš        | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 10. Nesnášení povrchnosti, nedbalosti a nepořádnosti   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 11. Dát se snadno znepokojit nebo podráždit  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 12. Bolesti u srdce nebo na hrudníku   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 13. Pocity strachu z otevřených prostranství (široké ulice, parky, pole)                         | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 14. Pocit, že máš málo energie nebo, že jsi zpomalen/á   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 15. Myšlenky na ukončení svého života  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 16. Slyšení hlasů  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 17. Třesavka, svalové chvění v rukách, nohách  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 18. Pocit, že většině lidí nelze věřit   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 19. Špatná chuť k jídlu  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 20. Mít blízko k pláči, snadno se rozplakat  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 21. Cítit se plachý/á, stydlivý/á, nebo nesvůj/nesvá ve vztahu k opačnému pohlaví                | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 22. Pocit, jako bys byl/a chycen/a do pastí, zaskočen/a, přistižen/a při něčem nedovoleném apod. | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 23. Náhlé a bezdůvodné stavy vyplašenosti, zděšení, paniky                                       | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 24. Náhlé a bezdůvodné výbuchy nálad, které nemůžete ovládat                                     | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 25. Obavy, strach vycházet z domova  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 26. Sebeobviňování   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 27. Bolesti v kříži nebo jinde v páteři  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 28. Pocit, že Ti něco brání dostat se z místa (ukončit práci a podobně)                          | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 29. Pocit osamělosti, opuštěnosti  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 30. Sklíčenost, skleslost, pocit beznaděje, smutná nálada  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 31. Připouštět si nadměrné starosti  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 32. Pocit, že nemáš o nic zájem  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 33. Neurčité pocity úzkosti a strachu  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 34. Snadná zranitelnost citů   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 35. Pocit, že druzí čtou a znají Tvé tajné myšlenky  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 36. Pocit, že Ti druzí nerozumí, nebo s Tebou necítí   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 37. Pocit, že jsou k Tobě lidé nepřátelští nebo Tě nemají rádi                                   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 38. Nutnost dělat vše velmi pomalu pro zabezpečení správnosti                                    | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 39. Bušení srdce nebo jeho zrychlený tep   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 40. Návaly na zvracení nebo nevolnost od žaludku   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 41. Pocity méněcennosti vůči druhým  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 42. Bolesti svalů  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 43. Pocit, že druzí koukají, sledují Tě nebo si o Tobě povídají                                  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 44. Potíže s usínáním  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 45. Potřeba kontrolovat a překontrolovávat po sobě to, co uděláš                                 | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 46. Nerozhodnost, rozhodovat se s obtížemi   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 47. Strach z cesty autobusem, vlakem, tramvají nebo metrem                                       | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 48. Pocity nedostatku vzduchu nebo "krátkosti dechu"   | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |

49. Návaly horka nebo chladu 1 – 2 – 3 – 4 – 5
50. Nutnost vyhnout se ze strachu určitým místům, předmětům nebo činnostem 1 – 2 – 3 – 4 – 5
51. Přestává to myslet, vypovídá paměť 1 – 2 – 3 – 4 – 5
52. Necitlivost nebo pocity tuposti některých míst těla 1 – 2 – 3 – 4 – 5
53. Pocit knedlíku v hrdle 1 – 2 – 3 – 4 – 5
54. Pocit beznaděje do budoucna 1 – 2 – 3 – 4 – 5
55. Vedlejší myšlenky brání soustředit se 1 – 2 – 3 – 4 – 5
56. Pocity slabosti v některých částech těla 1 – 2 – 3 – 4 – 5
57. Pocity napětí a vzrušenosti 1 – 2 – 3 – 4 – 5
58. Pocity tíže v rukách nebo nohách 1 – 2 – 3 – 4 – 5
59. Myšlenky o smrti nebo umírání 1 – 2 – 3 – 4 – 5
60. Přejídání se 1 – 2 – 3 – 4 – 5
61. Cítit se nesvůj/nesvá, nejistý/á, když se na Tebe lidé dívají 1 – 2 – 3 – 4 – 5
62. Přítomnost myšlenek, které nejsou Tvé vlastní (jakoby byly vloženy druhými) 1 – 2 – 3 – 4 – 5
63. Nápady a nutkání někoho ztlouci, zranit ho nebo mu jinak ublížit 1 – 2 – 3 – 4 – 5
64. Probouzet se příliš brzy 1 – 2 – 3 – 4 – 5
65. Nutkání opakovat tytéž úkony jako doteky, počítání, mytí se apod. 1 – 2 – 3 – 4 – 5
66. Neklidný, nebo narušený spánek 1 – 2 – 3 – 4 – 5
67. Touha lámat, rozbítet nebo jinak ničit věci 1 – 2 – 3 – 4 – 5
68. Mívat nápady nebo názory, které nejsou "pro druhé" 1 – 2 – 3 – 4 – 5
69. Cítit se nesvůj/nesvá, nejistý/á mezi lidmi 1 – 2 – 3 – 4 – 5
70. V návalu lidí jako ve frontě, v obchodě, v kině se cítit nepříjemně, nejistě 1 – 2 – 3 – 4 – 5
71. Pociťovat vše jako námahu 1 – 2 – 3 – 4 – 5
72. Chvilky pocitů hrůzy nebo paniky 1 – 2 – 3 – 4 – 5
73. Při jídle nebo pití v přítomnosti lidí nepříjemný pocit 1 – 2 – 3 – 4 – 5
74. Dostávat se do častých sporů 1 – 2 – 3 – 4 – 5
75. Nepříjemný pocit, nervozita, jsi-li o samotě 1 – 2 – 3 – 4 – 5
76. Druzí Ti nevěří nebo nevyjadřují dostatečné uznání za Tvé úspěchy či zásluhy 1 – 2 – 3 – 4 – 5
77. Pocity samoty, osamocení, i když jsi mezi lidmi 1 – 2 – 3 – 4 – 5
78. Pocity takového neklidu, nepokoje, že nemůžeš ani klidně sedět 1 – 2 – 3 – 4 – 5
79. Pocit, že za nic nestojíš, k ničemu nejsi, nikam se nehodíš 1 – 2 – 3 – 4 – 5
80. Známé věci jakoby byly nějaké podivné, neskutečné 1 – 2 – 3 – 4 – 5
81. Sklony na někoho zlostně pokřikovat, křičet, nebo zlostně, vztekle házet, práskat věcmi 1 – 2 – 3 – 4 – 5
82. Strach z omdlení na veřejnosti 1 – 2 – 3 – 4 – 5
83. Myšlenky, že Tě lidé využijí či zneužijí, dáš-li jim příležitost, necháš-li se 1 – 2 – 3 – 4 – 5
84. Míváš myšlenky sexuálního obsahu, které Tě silně obtěžují či znepokojují 1 – 2 – 3 – 4 – 5

|   |                   |
|---|-------------------|
| 85. Myšlenky, že si zasloužíš potrestání za hříchy, přestupky nebo poklesky | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 86. Děsivé myšlenky nebo představy  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 87. Myšlenka, že se děje nebo se už stalo něco vážného, změna s Tvým tělem  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 88. Necítit se citově blízký/á k žádné osobě                                | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 89. Pocit viny  | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |
| 90. Dojem, že s Tvým myšlením, myšlenkami, rozumem není něco v pořádku      | 1 – 2 – 3 – 4 – 5 |

## ČÁST 4

Vyber jednu ze dvou nabízených odpovědí, která se na Tebe nejlépe hodí.

|  |          |
|--|----------|
| 1. Pil/a jsi během posledních 30 dnů nějaký alkoholický nápoj? *   | ano – ne |
| 2. Zfalšoval/a jsi někdy podpis rodičů? *  | ano – ne |
| 3. Ukradl/a jsi někdy peníze rodičům nebo někomu jinému? *   | ano – ne |
| 4. Byl/a jsi někdy během svého života za školou? *   | ano – ne |
| 5. Užil/a jsi někdy během života léky, aniž bys je potřeboval/a (zdravotní problémy) a aniž by o tom věděli rodiče? *                                    | ano – ne |
| 6. Ukradl/a jsi někdy někomu něco? *   | ano – ne |
| 7. Už sis někdy během života záměrně fyzicky ublížil/a? *  | ano – ne |
| 8. Kouřil/a jsi nebo jinak užil/a někdy během života marihuanu ("trávu") nebo hašiš? *   | ano – ne |
| 9. Kouřil/a jsi někdy během posledních 30 dnů cigarety? *  | ano – ne |
| 10. Máš už nějakou sexuální zkušenost? *   | ano – ne |
| 11. Byl/a jsi někdy během posledních 30 dnů středem hrubých a vulgárních urážek od spolužáků? *  | ano – ne |
| 12. Poškodil/a jsi někdy během života cizí majetek jen tak pro zábavu? *   | ano – ne |
| 13. Vykouříš denně více než 5 cigaret? *   | ano – ne |
| 14. Byl/a jsi někdy během posledních 30 dnů opilý/á tak, že jsi měl/a problémy s chůzí, s mluvením, zvracel/a jsi nebo sis nepamatoval/a, co se stalo? * | ano – ne |
| 15. Měl/a jsi někdy "problémy" s policií kvůli tomu, co jsi udělal/a? *  | ano – ne |
| 16. Ublížil ti někdo nebo tě zesměšňoval v posledních 30 dnech na internetu (sociální sítě, nevhodná videa, blogy a jiné)? *                             | ano – ne |
| 17. Ublížil ti některý ze spolužáků během posledních 30 dnů? *   | ano – ne |
| 18. Ukradl/a jsi někdy něco v obchodě? *   | ano – ne |

## ČÁST 5

Vyber jednu ze dvou nabízených odpovědí, která se na Tebe nejlépe hodí.

- |   |          |
|---|----------|
| 1. Spolužáci si ze mě dělají legraci. *                             | ano – ne |
| 2. Jsem šťastný člověk. *   | ano – ne |
| 3. Obtížně si hledám kamarády. *                                    | ano – ne |
| 4. Často jsem smutný/á. *   | ano – ne |
| 5. Jsem chytrý/á. *   | ano – ne |
| 6. Jsem nesmělý/á. *  | ano – ne |
| 7. Když mě učitel vyvolá, znervózním. *                             | ano – ne |
| 8. Vadí mi, jak vypadám. *  | ano – ne |
| 9. Při hře a při sportu jsem vůdčí postava. *                       | ano – ne |
| 10. Mám obavy ze školních písemek. *                                | ano – ne |
| 11. Jsem neoblíbený/á. *  | ano – ne |
| 12. Ve škole se chovám zdvořile. *                                  | ano – ne |
| 13. Když něco nevyjde, je to obvykle moje vina. *                   | ano – ne |
| 14. Naše rodina má se mnou potíže. *                                | ano – ne |
| 15. Jsem tělesně zdatný/á. *  | ano – ne |
| 16. Jsem důležitý člen naší rodiny. *                               | ano – ne |
| 17. Snadno se vzdávám. *  | ano – ne |
| 18. Školní povinnosti se mi daří plnit. *                           | ano – ne |
| 19. Často dělám, co se nemá. *                                      | ano – ne |
| 20. Doma se nechovám dobře. *                                       | ano – ne |
| 21. Jsem pomalý/á při plnění školních povinností. *                 | ano – ne |
| 22. Jsem důležitým členem naší rodiny. *                            | ano – ne |
| 23. Jsem nervózní. *  | ano – ne |
| 24. Když jsem zkoušený/á před třídou, dokážu podat dobrý výkon. *   | ano – ne |
| 25. Ve škole jsem často zasněný/á a nesoustředím se na vyučování. * | ano – ne |
| 26. Kamarádům se líbí mé nápady. *                                  | ano – ne |
| 27. Často se dostávám do potíží. *                                  | ano – ne |
| 28. Mám štěstí. *   | ano – ne |
| 29. Dělán si často starosti. *                                      | ano – ne |
| 30. Rodiče ode mě očekávají příliš mnoho. *                         | ano – ne |

## ČÁST 6

Poslední část dotazníku. Týká se např. volného času a dalších témat.

1. Kolik máš sourozenců? (doplň počet, pokud žádného, napiš 0) \*:  
..... 2. S kým žiješ v domácnosti (mimo sourozenců)? \*

- s mámou a tátou
- pouze s mámou
- pouze s tátou
- s mámou a jejím přítelem
- s tátou a jeho přítelkyní
- pouze s prarodiči (babičkou, dědou...)
- s jinou rodinou
- s jinými dětmi v dětském domově

3. Cítíš se doma dobře? (označ jako známkou ve škole - 1 = rozhodně ano, 5 = rozhodně ne). \*

1 – 2 – 3 – 4 – 5

4. Cítíš se doma bezpečně? (označ jako známkou ve škole - 1 = rozhodně ano, 5 = rozhodně ne). \*

1 – 2 – 3 – 4 – 5

5. Máš doma nějakého dospělého, o kterého se můžeš opřít za každých okolností? (označ jako známkou ve škole - 1 = rozhodně ano, 5 = rozhodně ne). \*

1 – 2 – 3 – 4 – 5

6. Máš i mimo rodinu nějakého dospělého, o kterého se můžeš opřít za každých okolností? (označ jako známkou ve škole - 1 = rozhodně ano, 5 = rozhodně ne). \*

1 – 2 – 3 – 4 – 5

7. Můžeš doma mluvit o čemkoliv? (např. problémy ve škole, starosti, různá trápení apod.) (označ jako známkou ve škole - 1 = rozhodně ano, 5 = rozhodně ne). \*

1 – 2 – 3 – 4 – 5

8. Co (úplně) nejčastěji děláš ve volném čase? (vyber 1 odpověď) \*

- sport
- hra na hudební nástroj
- tanec
- zpěv
- chození ven s kamarády
- chození do přírody
- hraní počítačových her
- online komunikace s kamarády
- příprava do školy
- nedělám nic
- jiné (doplň):

.....

9. Co myslíš, že Tě v životě nejvíc omezuje, trápí, otravuje... (vyber 1 nejvýraznější odpověď) \*

- místo, kde bydlím / bydliště
- rodina, rodiče
- zdravotní problémy (např. nějaké onemocnění, postižení, atp.)
- nedostatek kamarádů
- plno povinností
- finanční situace rodiny
- škola a školní povinnosti
- vrstevníci, spolužáci...
- jiné (doplň): .....

Děkujeme za Tvůj čas a spolupráci na tomto výzkumu. Moc si Tvé pomoci vážíme. Pokud bys nám chtěl/a ještě na závěr napsat něco důležitého, co Tě při vyplňování dotazníku napadlo, budeme rádi. Nezapomeň, že všechny Tvé odpovědi jsou anonymní.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK VLASTNÍ KONSTRUKCE

Ahoj,

Jmenuji se Kateřina Kusendová a studuji FHS UTB ve Zlíně, studijní program Sociální pedagogika. Pro výzkum bakalářské práce, Tě chci požádat o vyplnění dotazníku.

Celý tento dotazník je **anonymní**, nikdo se nedozví, jak jsi ho vyplnil/a.

Prosím, otázky čti pozorně a na **všechny** odpověz dle vlastních pocitů, **každá odpověď je správná!**

Vyplnění dotazníku zabere pouze pár minut.

Mockrát děkuji za pomoc 😊

### 1. Kolik je ti let?

12

13

14

15

### 2. Jsi..

Kluk

Holka

### 3. Kdybys měl/a zhodnotit své aktuální duševní zdraví (duševní pohodu) podle známek ve škole, jakou známku by sis dal/a?

1 (cítím se výborně)

2 (cítím se docela dobře)

3 (ujde to)

4 (cítím se nic moc)

5 (cítím se špatně)

### 4. Kdybys měl/a zhodnotit své duševní zdraví (duševní pohodu) během období tzv. lockdownu (kdy byly zavřené školy a omezené kontakty s vrstevníky) jakou známku by ses ohodnotil/a?

1 (cítím se výborně)

2 (cítím se docela dobře)

3 (ujde to)

4 (cítím se nic moc)

5 (cítím se špatně)

**5. Kdybys měl/a zhodnotit své duševní zdraví (duševní pohodu) před koronavirovou pandemií (tj. více jak před rokem), jakou známku by sis dal/a?**

- 1 (cítil/a jsem se výborně)
- 2 (cítil/a jsem se docela dobře)
- 3 (ušlo to)
- 4 (cítil/a jsem se nic moc)
- 5 (cítil/a jsem se špatně)

**Vyber prosím smajlíka, který se pro tvou odpověď na otázku nejvíce hodí.**

(1. – ROZHODNĚ ANO, 2. – SPÍŠE ANO, 3. – NEVÍM, 4. – SPÍŠE NE, 5. – ROZHODNĚ NE)

**6. Cítíš se ve škole bezpečně?**



**7. Poskytuje ti škola pomoc, když se necítíš dobře?**



**8. Máš možnosti si s učitelem mluvit o tom, co tě trápí?**



**9. Slyšel/a jsi někdy ve škole o prevenci duševního zdraví (duševní pohody)?**





**10. Máš možnost si s učiteli promluvit o pandemii Covid-19?**



**11. Chtěl/a bys, aby se škola více starala o tvé duševní zdraví (duševní pohodu)?**



**12. Ovlivnila pandemie Covid-19 tvé duševní zdraví (duševní pohodu)?**



**13. Podporovala škola tvé duševní zdraví (duševní pohodu) při návratu do školy po pandemii?**



**14. Mluvil/a jsi se spolužáky o pandemii a tom, jak ji vnímáš?**



**15. Máš ve škole spolužáka/kamaráda, kterému se můžeš svěřit se svými starostmi?**



**16. Jsi součástí nějaké party (kolektivu) ve škole?**



**17. Byl/a jsi součástí nějakého (preventivního) programu, který se týkal duševního zdraví (duševní pohody)?**



**18. Kdo tvořil preventivní program?**

- Metodik prevence
- Školní psycholog
- Třídní učitel
- Učitel
- Nikdo ze školy
- Jiné (doplň): .....

**19. Jak často probíhají preventivní programy zaměřené na duševní zdraví (duševní pohodu) u vás ve škole?**

- Týdně
- Měsíčně
- Ročně
- Jiné (doplň): .....

**20. Máš možnost zjistit stav svého duševního zdraví (duševní pohody) ve škole?**

ANO X NE

**21. Co si myslíš, že znamená prevence duševního zdraví (duševní pohody)?  
Tvá odpověď:**

**22. Máte u Vás ve škole schránku důvěry?**

ANO X NE

**23. Využíváš nebo využil jsi někdy schránku důvěry?**

ANO X NE

Pokud ano, z jakého důvodu:

**24. Víš, na koho se ve škole obrátit, když máš nějaký problém?**

ANO X NE

**25. Kdo všechno je součástí tvé školy? (vyber 1 nebo více odpovědí)**

Metodik prevence

Školní psycholog

Asistent pedagoga

Sociální pedagog

Speciální pedagog

Výchovní poradce

Třídní učitel

Učitel

Jiné (doplň): .....

**26. Jaké činnosti ve vaší škole provádí tito pracovníci? Uveď konkrétní činnosti, které víš nebo si myslíš, že tito pracovníci provádí.**

| <b>Pracovník</b> | <b>Činnosti</b> |
|------------------|-----------------|
| Metodik prevence |                 |
| Školní psycholog |                 |
| Třídní učitel    |                 |
| Školní poradce   |                 |

**Konkrétní činnosti: (Označ jednu nebo více odpovědí)**

**27. Kdo realizuje poradenství ve škole?**

- Metodik prevence
- Školní psycholog
- Speciální pedagog
- Výchovní poradce
- Třídní učitel
- Učitel
- Jiné (doplň): .....

**28. Kdo řeší prevenci ve škole?**

- Metodik prevence
- Školní psycholog
- Speciální pedagog
- Výchovní poradce
- Třídní učitel
- Učitel
- Jiné (doplň): .....

**29. Kdo z pracovníků ti poradí s nějakým problémem ve škole?**

- Metodik prevence
- Školní psycholog
- Speciální pedagog
- Výchovný poradce
- Třídní učitel
- Učitel
- Jiné (doplň): .....

**30. Co myslíš, že Tě v životě nejvíc omezuje, trápí, otravuje? (vyber 1 nejvýraznější odpověď)**

- Místo, kde bydlím / bydliště
- Rodina, rodiče
- Zdravotní problémy (např. nějaké onemocnění, postižení atp.)
- Nedostatek kamarádů
- Plno povinností
- Finanční situace rodiny
- Škola a školní povinnosti
- Situace po pandemii
- Vrstevníci, spolužáci...
- Jiné (doplň): .....

## PŘÍLOHA P II: SEZNAM ZÁKLADNÍCH ŠKOL V OKRESU UHERSKÉ HRADIŠTĚ.

|     |   |
|-----|---|
| 1.  | Academic School, Mateřská škola a základní škola, s.r.o (Uherské Hradiště)                |
| 2.  | Základní škola a Mateřská škola Uherské Hradiště, Palackého náměstí                       |
| 3.  | Základní škola Bojkovice, Štefánikova 967   |
| 4.  | Základní škola a Praktická škola Čtverka, Uherský Brod                                    |
| 5.  | Základní škola a Mateřská škola Uherské Hradiště, Šafaříkova                              |
| 6.  | Základní škola a Mateřská škola Traplice, okres Uherské Hradiště                          |
| 7.  | Základní škola a Základní umělecká škola, Dolní Němčí, okres Uherské Hradiště             |
| 8.  | Základní škola a Základní umělecká škola Strání   |
| 9.  | Základní škola, Velehrad, okres Uherské Hradiště  |
| 10. | Základní škola a Mateřská škola, Bílovice, okres Uherské hradiště                         |
| 11. | Základní škola a Mateřská škola Buchlovice  |
| 12. | Základní škola a mateřská škola Osvětimany  |
| 13. | Základní škola Josefa Bublíka, Bánov, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace      |
| 14. | Základní škola a mateřská škola J. A. Komenského Nivnice, příspěvková organizace          |
| 15. | Základní škola a Mateřská škola Bystřice pod Lopeníkem, příspěvková organizace            |
| 16. | Základní škola a Mateřská škola Kněžpole, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace  |
| 17. | Základní škola a Mateřská škola Kudlovice, příspěvková organizace, okres Uherské Hradiště |
| 18. | Základní škola Hradčovice, okres Uherské Hradiště   |
| 19. | Základní škola a mateřská škola Huštěnovice, okres Uherské Hradiště                       |
| 20. | Základní škola Místřice, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                   |
| 21. | Základní škola Nedakonice, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                 |

|     |   |
|-----|---|
| 22. | Základní škola a Mateřská škola, Podolí, příspěvková organizace                                     |
| 23. | Základní škola a Mateřská škola Popovice, příspěvková organizace                                    |
| 24. | Základní škola, Topolná, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                             |
| 25. | Základní škola a Mateřská škola Suchá Loz, okres Uherská Hradiště, příspěvková organizace           |
| 26. | Základní škola T. G. Masaryka, Uherské Hradiště-Mařatice, 1. máje 55, příspěvková organizace        |
| 27. | Základní škola a Mateřská škola Zlechov, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace             |
| 28. | Základní škola a Mateřská škola Jana Amose Komenského, Komňa 169, okres Uherské Hradiště            |
| 29. | Základní škola Záhorovice, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                           |
| 30. | Školy Březová – střední odborná, základní škola a mateřská škola, Březová                           |
| 31. | Základní škola Horní Němčí, okres Uherské Hradiště  |
| 32. | Základní škola a Mateřská škola Jalubí, okres Uherské Hradiště                                      |
| 33. | Základní škola a Mateřská škola, Korytná, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace            |
| 34. | Základní škola a Mateřská škola Nezdenice, okres Uherské Hradiště                                   |
| 35. | Základní škola Pitín, okres Uherské Hradiště  |
| 36. | Základní škola a Mateřská škola Uherský Brod-Havřice, příspěvková organizace                        |
| 37. | Základní škola a Mateřská škola Uherský Brod-Újezdec, příspěvková organizace                        |
| 38. | Základní škola a Mateřská škola, Uherské Hradiště – Jarošov, Pivovarská 200, příspěvková organizace |
| 39. | Základní škola Babice, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                               |
| 40. | Základní škola T. G. Masaryka, Bojkovice, okres Uherské Hradiště                                    |
| 41. | Základní škola Františka Horenského, Boršice, příspěvková organizace                                |

|     |   |
|-----|---|
| 42. | Základní škola a Mateřská škola Březolupy, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace   |
| 43. | Základní škola Hluk, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                         |
| 44. | Základní škola Ostrožská Lhota, příspěvková organizace                                      |
| 45. | Základní škola Ostrožská Nová Ves, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace           |
| 46. | Základní škola, Polešovice, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace                  |
| 47. | Základní škola a Mateřská škola Prakšice, příspěvková organizace                            |
| 48. | Základní škola a Mateřská škola Starý Hrozenkov, okres Uherské Hradiště                     |
| 49. | Základní škola Šumice, okres Uherské Hradiště   |
| 50. | Základní škola UNESCO, Uherské Hradiště, Komenského náměstí 350, příspěvková organizace     |
| 51. | Základní škola, Staré Město, okres uherské Hradiště, příspěvková organizace                 |
| 52. | Základní a mateřská škola, Tupy, příspěvková organizace                                     |
| 53. | Základní škola, Uherské Hradiště, Sportovní 777, příspěvková organizace                     |
| 54. | Základní škola, Uherské Hradiště, Za Alejí 1072, příspěvková organizace                     |
| 55. | Základní škola, Kunovice, Červená cesta 853, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace |
| 56. | Základní škola, Uherský Brod, Mariánské náměstí 41, okres Uherské Hradiště                  |
| 57. | Základní škola, Uherský Brod, Pod Vinohrady 1420, okres Uherské Hradiště                    |
| 58. | Základní škola, Uherský Ostroh, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace              |
| 59. | Základní škola a Mateřská škola Vlčnov, příspěvková organizace                              |
| 60. | Základní škola a Mateřská škola Na Výsluní, Uherský Brod, příspěvková organizace            |
| 61. | Základní škola a mateřská škola Ořechov, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace     |
| 62. | Základní škola a Mateřská škola, Uherské Hradiště, Větrná 1063, příspěvková organizace      |



|     |   |
|-----|---|
| 63. | Základní škola Boršice u Blatnice, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace         |
| 64. | Základní škola, Kunovice, U Pálenice 1620, okres Uherské Hradiště, příspěvková organizace |
| 65. | Katolická základní škola v Uherském Brodě   |
| 66. | Základní škola Na Dědině s.r.o.   |

(MŠMT, ©2022)