

# Psychosociální rizika u pedagogických pracovníků

MUDr. Vladimíra Lipšová  
SZÚ



# Obsah

- Profese učitele
- Psychosociální rizika
- Stres, syndrom vyhoření, šikana
- Dopad na zdraví
- Prevence



# Profese učitele

- Kompetence - odborné znalosti
  - všeobecné vzdělání
  - pedagogické schopnosti
- Osobnost - charakter
  - sociální způsobilost
  - morální vlastnosti
- Motivace
- Požadavky na veřejnou činnost, soukromý život,...



# Učitel - ideál

- Má rád děti
- Je dobře informovaný
- Je flexibilní a optimistický
- Je důsledný, jasný a stručný
- Je trpělivý
- Je vtipný
- Je sebejistý
- Je upravený a čistý
- Je VZOR



# Prestiž povolání

1. lékař
2. pedagog VŠ
3. vědec
- 4. učitel na ZŠ**
5. soudce
- .....
12. ministr
- ...
- 26 uklízečka

*Sociolog.ústav AV ČR 2000*



# Psychosociální rizika

- Charakter práce
- Pracovní zátěž, pracovní tempo
- Rozvržení práce
- Rozhodování o práci
- Pracovní prostředí a vybavení
- Firemní kultura
- Mezilidské vztahy na pracovišti
- Role v organizaci
- Kariéerní postup
- Sladění práce a soukromí



....a co dál??

**Psychosociální rizika**

Stres

Zdraví, chování, práce



# Učitelé a stres

- UK – nárůst nemocnosti v souvislosti se stresem
  - 20% práce nesouvisí s péčí o žáky
- Německo – 2/3 učitelů ve stresu (časový tlak)
- USA - 40-50% učitelů opouští profesi do 5 let
  - 75% zdravotních problémů souvisí se stresem
- ČR – výrazně/průměrně stresováno
  - 78% učitelek + 60% učitelů
  - největší stresor - špatné chování žáků (80%)





# ČR – největší stresory

(UP Olomouc, diplom.práce, 51 osob, 2015)

- špatné chování žáků (80%)
- práce ve shonu (65%)
- nedostatek času na odpočinek (60%)
- ....
- neodpovídající plat (36%)
- nízká prestiž (16%)
- nedostatek pomůcek (12%)



# Syndrom vyhoření u učitelů

(SZŠ Brno, 52 osob, 2011)

= stav fyzického, emocionálního a mentálního vyčerpání, které je způsobeno velkým očekáváním a chronickými situačními stresy

- Neschopnost radovat se z práce – 10%
- Větší ohrožení syndromem vyhoření u delší praxe (20-30 let)



# Šikana

= zneužití převahy k systematickému a veřejnému ponižování, zastrašování, znevažování a izolování oběti

- Napříč sektory – 12 % - 32%
- Školství.... 36 % slovní, 5 % fyzická  
(Česká školní inspekce 2014-2015)



# Dopad na organismus

## Emocionální

(podrážděnost, uzavřenost, únava, problémové vztahy s kolegy, ..)

## Kognitivní

(poruchy soustředění, potíže s pamětí, negativní myšlení, ..)

## Behaviorální

(vytvoření návyků, nedbalost, násilí či agresivita, ..)

## Tělesný

(bolesti hlavy, bušení srdce, poruchy spánku, muskuloskeletární onemocnění, ....)



# ČR – učitelé a zdraví

(SZÚ Praha, 1999, 2005)

- Arteriální hypertenze
- Kouření
- Nevhodné stravovací návyky
- Nedostatečná pohybová aktivita, vyšší hmotnost (ředitelky)
- Rizikové faktory pro kardiovaskulární onemocnění

!!vytvoření preventivních zdravotních a  
psychologických programů



# Dopad na práceschopnost

- snížený/nevyrovnaný pracovní výkon
- absentismus
- fluktuace
- dočasná pracovní neschopnost
- pracovní úrazovost
- časný odchod do starobního důchodu



# Prevence

- KOMUNIKACE
- Prevence přetěžování, bezpečné prostředí
- Vzdělávání
- Volná iniciativa
- Ohodnocení
- Promyšlené využití volna
- Zdravý životní styl
- Psycholog, výchovný poradce, školní ombudsman



# Děkuji za pozornost

podpořeno MZ ČR – RVO  
(„Státní zdravotní ústav - SZÚ, 75010330“)

[www.szu.cz](http://www.szu.cz)

[Vladimira.lipsova@szu.cz](mailto:Vladimira.lipsova@szu.cz)

