

# BAKALÁŘSKÁ PRÁCE \* VEDOUCÍ PRÁCE: PhDr. JARMILA VOBOŘILOVÁ\*

\* STUDENT: ANDREA KHAUROVÁ \* MASARYKŮV ÚSTAV VYŠŠÍCH STUDIÍ ODDĚLENÍ  
PEDAGOGICKÝCH A PSYCHOLOGICKÝCH STUDIÍ \*2022 \*

## \* Úvod\*

Téma bakalářské práce "Stres v učitelství na střední škole" jsem zvolila na základě svých pedagogických zkušeností z výuky na střední odborné škole v době celosvětové pandemie, která má vliv na vzdělávání, výchovu, přístupy, mezilidské vztahy a především na psychiku pedagogů a jejich žáků. Učitelství je v dnešní pandemické době pod velkým tlakem veřejnosti. Na učitele je kladena příliš velká zátěž na odváděný pracovní výkon. Často jsou na ně kladeny vysoké nároky, které často učitelé nejsou schopni zvládnout, přizpůsobit se jim a v dnešní době se vyrovnat nové situaci - výukou na dálku tzv. distanční výukou, ve které se učitel dostává především do psychické zátěže. V této práci jsem se zaměřila konkrétně na profesní stres učitelů ve srovnání se stresem v distanční a prezenční výuce. Položila jsem si otázky, zda učitelé gymnázií podléhali více stresu v distanční výuce než učitelé odborných škol. Zaměřila jsem se na nový pojem dnešní doby, a to distanční výuka, její specifika, podmínky a jako zátěžová situace jaký má vliv na učitele. Položila jsem si otázku, zda jsou pod vlivem větší zátěže učitelé gymnázií nebo odborných škol?



MASARYKŮV ÚSTAV  
VYŠŠÍCH STUDIÍ  
ČVUT V PRAZE



## Stres v učitelství na středních školách

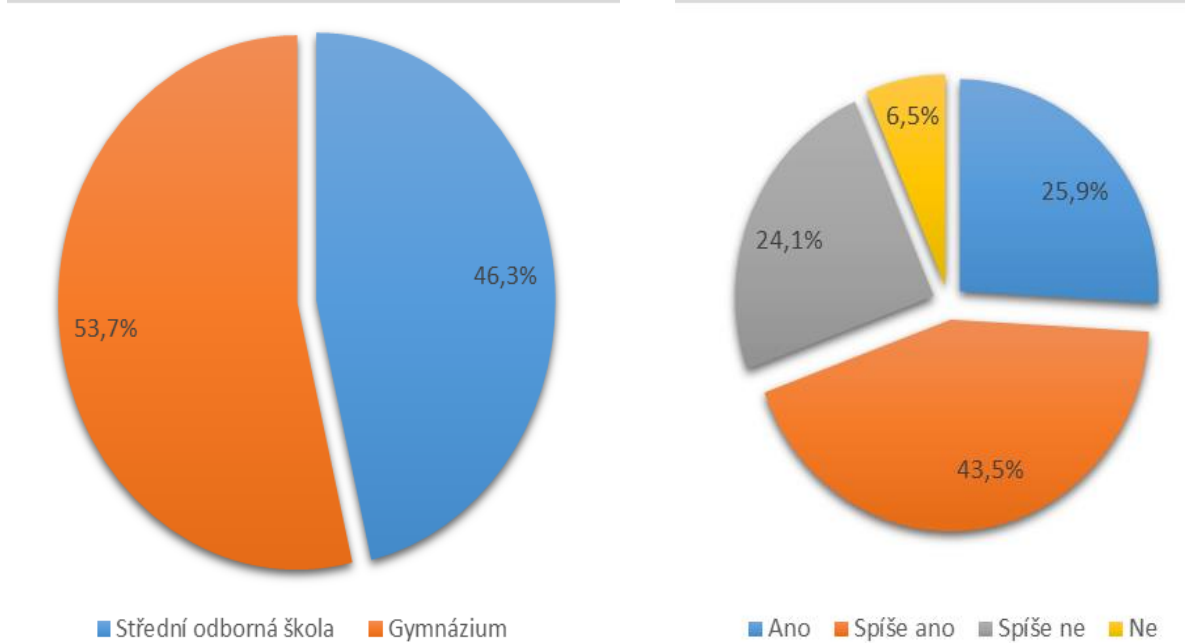
Stress in the Teaching Profession at Secondary Schools

**Abstrakt \*** Bakalářská práce se zabývá problematikou stresu v učitelství na středních školách. Práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. Teoretická část charakterizuje problematiku stresu, definuje příčiny stresu, zátěžové situace pedagogických pracovníků, stresory, příčiny a důsledky zátěží. Praktická část bakalářské práce je založena na dotazníkovém šetření, které zkoumá vliv stresu v prezenční a distanční výuce. Pomocí dotazníku je zjišťováno, jak moc jsou učitelé na gymnáziích a odborných školách stresováni. Z tohoto šetření jsou vyvozeny závěry\*

**Empirické šetření\*** Pro zjištění stanovených cílů a pro vyvrácení nebo potvrzení hypotéz jsem zvolila za hlavní výzkumnou metodu techniku dotazníku s dvaceti otázkami, deset z nich je věnováno vzdělávání v době distanční (online) výuky jako jedna z oblastí příčin stresu pedagogů středních škol.

\*Pedagogové SOŠ hodnotí své povolání jako více stresující než pedagogové na GY. \* Četnost jednotlivých příčin stresu u učitelů SOŠ a GY se neliší o více jak 15 %. \* Výuka online je více stresující než výuka prezenční. \* Pedagogové SOŠ hodnotí distanční výuku jako více stresující než pedagogové GY. \* Stres z výuky se promítnul do zdraví pedagogů více při distanční než při prezenční výuce.\*

Dotazníkové šetření se zúčastnilo 108 pedagogů, 54 % respondentů ze SOŠ a 46 % z GY.



SOŠ	Gymnázium
ano 76 %	ano 74 %
ne 24 %	ne 26 %

**Závěr\*** Cílem empirické části práce bylo analyzovat vztahy mezi vnímaným stresem v prezenční výuce a v distanční výuce, objasnit, zda existují rozdíly mezi učiteli různých typů škol, a také najít faktory, které nejvíce ovlivňují množství vnímaného stresu a výskyt negativních zdravotních symptomů, potvrdit nebo vyvrátit pět stanovených hypotéz na dané téma. Porovnáním získaných dat jsem zjistila vysokou míru stresové zátěže v době pandemie při distanční výuce, která ve větším tlaku působí na učitele SOŠ více jak na učitele GY.\*

**Výběr použité literatury\*** Vobořilová, Jarmila. *Duševní hygiena a stres*. 1. Praha: Česká technika – nakladatelství ČVUT, 2015. 978-80-01-05724-7 \* Křivohlavý, Jaro. *Psychologie zdraví*. 1. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-551-2 \* Bártová, Zdenka. *Jak zvládnout stres za katedrou*. Kralice na Hané: Computer Media, 2011978-80-7402-110-7\*

