

# Stresující faktory v profesi učitele při práci s osobami ve výkonu trestu

Stressful Factors in the Teaching Profession when Working with Prisoners

**Autor:** Stanislav KAJER

**Vedoucí práce:** PhDr. Jarmila VOBOŘILOVÁ

**Akademický rok:** 2021/2022

## Abstrakt

Tato bakalářská práce se zaměřuje na stresující faktory, kterým jsou vystaveni učitelé při práci s osobami ve výkonu trestu. Cílem teoretické části je popsat z obecného hlediska pojem stresu, jeho příčiny, účinky a metody zvládnání stresu, vymezit pojem učitel a specifika tohoto povolání v prostředí běžné střední školy a věznice. V návaznosti na to jsou definovány pojmy, jako je žák, osoba ve výkonu trestu a učební obor kategorie E. Empirická část je založena na dotazníkovém šetření k problematice stresu jednak na Středním odborném učilišti ve Vězeňské službě České republiky a jednak na Středním odborném učilišti v civilním sektoru. Práce vede k doporučením k prevenci stresu u pedagogů, pracujících s vězni.

Logo VSČR



## Klíčová slova

Stres, stresory, druhy stresu, příčiny stresu, zvládnání stresu, Vězeňská služba ČR, resocializace, učitel, žák, osoba ve výkonu trestu odnětí svobody.

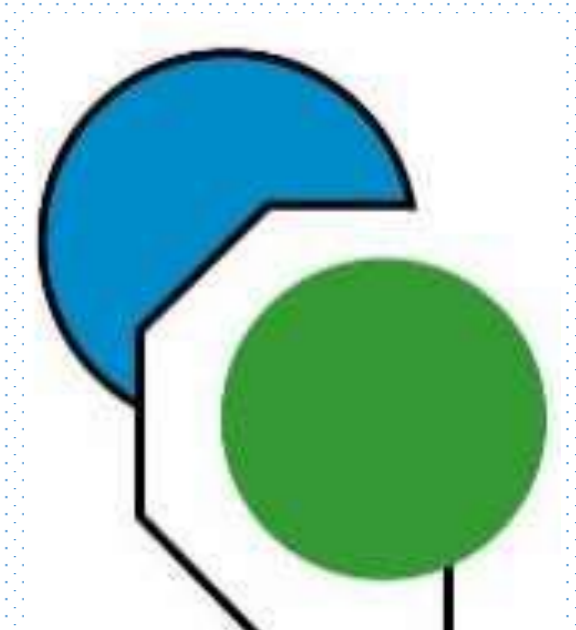
## Key words

Stress, stressors, types of stress, causes of stress, stress management, Prison Service of the Czech Republic, resocialization, teacher, students, person in prison sentence

## Abstract

This thesis focuses on the stressful factors to which teachers are exposed when working with prisoners. The goal of the theoretical part is to describe from a general point of view the concept of stress, its causes, effects and stress management methods, to define the concept of teacher and the specifics of this profession in a normal high school and prison. Following this, terms such as student, person serving a sentence and category E field of study are defined. The empirical part is based on a questionnaire survey on the issue of stress at the Secondary Vocational School in the Prison Service of the Czech Republic and at the Secondary Vocational School in the civil sector. The results of the thesis are recommendations for stress prevention of the teachers working with prisoners.

Logo SOU VSČR



## Úvod

Cílem této bakalářské práce je v obecné rovině definovat slovo „*stres*“ a druhy stresu, jeho příčiny a příznaky. Dále pojmenovat a popsat reakci člověka na stresovou situaci i některé účinky stresu na zdraví člověka, nevhodné způsoby zvládnání stresu, které se negativně podepisují na našem zdraví a vhodné metody zvládnání stresu, po celodenním shonu, které budou prospěšné našemu zdraví.

V učitelské profesi, nalezneme stresujících faktorů a problémových situací velmi mnoho. V prvé řadě je to práce s lidmi, z čehož ve většině případů vyplývá velká hlavně psychická zátěž. Ať už se jedná o, nezáměr žáků o studium a nekázeň, vztahy s kolegy na pracovišti, vztahy s nadřízenými, nebo konflikty s rodiči žáků. K tomu je po učiteli vyžadována flexibilita, schopnost zvládnout poměrně velké množství administrativy, důslednost, trpělivost, dostatečná sebejistota, ale také vtip, optimismus, a ještě být neustále při síle a chuti si prohlubovat pedagogické i odborné znalosti.

Práce učitele ve Vězeňské službě České republiky, která se po pedagogické stránce nijak zvlášť neliší od práce učitele v prostředí běžné školy. Avšak při práci s odsouzenými osobami, je učitel nucen krom jiného být bdělý a ve střehu, odolávat prosbám a sklonům k manipulaci ze stran odsouzených žáků a to vše za neustálého dodržování „*Etického kodexu Vězeňské služby České republiky*“.

## Závěr

V empirické části jsem se zaměřil na zjištění a porovnání stresových faktorů, kterým jsou vystaveni učitelé Středního odborného učiliště ve Vězeňské službě ČR, kteří pracují s osobami ve výkonu trestu, a učitelé Odborné školy výroby a služeb Plzeň, kteří se zaměřují na výuku žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Zpracování, šetření a vyhodnocení hypotéz jsem provedl pomocí dotazníkového šetření. Velice dobrým zjištěním však je, že všichni respondenti mají dobrý přehled a pojem o zvládnání stresových situací vhodnými metodami. I přesto, že každý máme jiné potřeby, většina respondentů uvedla, že ke zklidnění organismu po stresové situaci převážně míře využívají tělesnou aktivitu, konverzace s kolegou nebo přítelem nebo dechové cvičení. K relaxaci respondenti využívají sport, pobyt v přírodě, čas s rodinou nebo přáteli. Nevhodné metody zvládnání stresu se u respondentů vyskytují v malém měřítku.

## Seznam použité literatury

- BARTŮŇKOVÁ, Staša. *Stres a jeho mechanismy*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1874-6.
- BÁRTOVÁ, Zdenka. *Jak zvládnout stres za katedrou*. [Kralice na Hané]: Computer Media, 2011. ISBN 978-80-7402-110-7.
- ŘEHULKA, Evžen. *Zdraví - učitelé - škola*. Brno: Masarykova univerzita, 2016. ISBN 978-80-210-8254-0.
- SOCHŮREK, Jan. *Kapitoly z penologie*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2007. ISBN 978-80-7372-203-6
- VOBOŘILOVÁ, Jarmila. *Duševní hygiena a stres*. V Praze: České vysoké učení technické, 2015. ISBN 9788001057247.