Učitelské vyhoření

Terezie Lípová

SMETÁČKOVÁ, Irena; ŠTECH, Stanislav a kol. *Učitelské vyhoření*. Praha: Portál, 2020, 248 s. ISBN 978-80-262-1668-1.

DOI: 10.5507/epd.2021.019

Problematika učitelského vyhoření je nedílnou součástí odborné diskuze po mnoho let. Již dlouho však nebyla tak aktuální jako nyní, v době covidové a postcovidové, kdy profese učitelství ze všeho nejvíc připomínala jízdu na horské dráze – občas nahoře, ale ještě častěji úplně dole. A právě do této doby se zrodila publikace *Učitelské vyhoření*, která nabízí aktuální a ucelený pohled na tuto tematiku v České republice skrze výsledky rozsáhlého výzkumu. Kniha se obrací přímo k pedagogům a její autoři si vytyčili za cíl prezentovat syndrom vyhoření jako *přirozené riziko povolání, proti kterému je však možné se bránit* (s. 13). Tento cíl dobře vystihuje tón celé knihy, který se nese ve věcném, popisném duchu, avšak s jasnými podtóny optimismu, co se předcházení a zacházení s učitelským vyhořením týče.

Autorský kolektiv tvoří tým šesti psychologů (Irena Smetáčková a Stanislav Štech, Ida Viktorová, Veronika Pavlas Martanová, Anna Páchová a Veronika Francová), kteří působí na katedře psychologie Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy.

V úvodu je představen samotný výzkum, který proběhl na českých základních školách v letech 2016/2017. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 2394 pedagogů, druhou část výzkumu tvořila série případových studií. Zcela zásadní je první kapitola, která předkládá deset příběhů pedagogů, jež vzešly z osobních rozhovorů s vyučujícími, a které autoři sestavili tak, aby na ně mohli v průběhu knihy odkazovat a doplňovat tak výsledky výzkumu autentickými citacemi a reflexemi. Můžeme tak číst o obětavé Lence, unavené

Bohumile či veselé Janě. Osobitost a zároveň univerzálnost těchto kazuistik v nemalé míře přispívá k motivaci čtenáře dozvědět se (i o sobě) více.

Druhá, obsáhlá kapitola se celkem v šestnácti podkapitolách zabývá syndromem vyhoření jako takovým. Komplexní pohled zahrnuje např. pojetí syndromu vyhoření v rámci psychologických tradic, projevy syndromu vyhoření a cesty, které k němu vedou (nejedná se však o abstraktní nebo těžko uchopitelné pojmy – autoři rozlišují tři základní cesty: od nadšení k vyhoření, únava materiálu, trvalý nesoulad). Další podkapitoly pak uvádějí do souvislosti stres a syndrom vyhoření, představují stresory v učitelství či výskyt syndromu vyhoření u učitelů v zahraničí. V neposlední řadě jsou pak diskutovány možnosti, které učitelé umožní posoudit vlastní stav (tedy schopnost sebereflexe, téma, se kterým kniha pracuje opakovaně) či využití vhodně zvolených copingových strategií. Autoři také pracují s termíny jako je *well-being* a *self-efficacy* v učitelství.

Třetí kapitola se dotýká palčivých témat, která souvisejí s vnějšími tlaky na výkon učitelské profese, ať už ze strany státu nebo veřejnosti. Zamyšlí se nad změnami společnosti v posledních dvaceti letech, novými požadavky na školy (např. tlak na otevřenost školy) a z toho vyplývající změny v autonomii učitele. Neopomínají ani neustálou kritiku, která přichází ze všech stran a jejímž podtextem je mnohdy vágní vzkaz „*Vyučujte jinak*“ (s. 85).

Čtvrtá a pátá kapitola se pak věnuje především mapování vztahů, které do učitelské profese vstupují a mají zcela zásadní vliv na učitelskou pohodu. Ve čtvrté kapitole autoři potvrzují, že kolegiální vztahy tvoří nedílnou součást práce učitele a mohou sehrát klíčovou roli v prevenci vyhoření, stejně jako podpora vedení a sdílená vize školy. V páté kapitole, která se zaměřuje na vztah s žáky a rodiči, jsou pak zajímavé především poznatky, které se týkají tabuizovaného tématu krátkodobého nezájmu o žáky ze strany učitele. Autoři také jistě uklidní mnohé pedagogy, když mluví o pasti prvoplánové zábavné výuky, do které je pod tlakem veřejnosti snadné spadnout.

Další kapitola hlouběji rozebírá osobnost učitele, která do určité míry předznamenává osobní přístup k profesi. Autoři také upozorňují na mnohdy neadekvátní pochybování o sobě samém i přehnanou sebekritičnost a perfekcionismus českých učitelů. Stejně jako v ostatních kapitolách i tady autoři nabízejí čtenářům přímé otázky, jejichž zodpovězení může pomoci zorientovat se ve vlastní situaci.

Předposlední kapitola je věnována prevenci a obsahuje několik cvičení v rámci sebereflexe a krátký test ke zjištění, jak je na tom s vyhořením sám čtenář. Nechybí odkazy na dostupné kurzy a online školení. Jedna podkapitola je také věnována supervizi ve školství, jejíž pečující potenciál není podle autorů v českých školách dostatečně využíván.

Osmá a poslední kapitola se zabývá učitelskou profesionalitou a změnami, kterých v dnešní době doznává. Jak tedy zůstat učitelem profesionálem, když odpovídající vzdělání, znalosti, dovednosti a kompetence už nemusejí stačit? Dle autorů může být odpovědí tzv. nová učitelská profesionalita.

Kniha *Učitelské vyhoření* bude pravděpodobně nejvíce promlouvat k lidem, kteří ve školství už nějakou dobu pracují. Stejně prospěšná však může být i studentům pedagogických fakult a začínajícím učitelům, kterým nabízí realistický vhled do problematiky i povzbuzení, když říká, že *profesionálem se člověk nerodí, tím se stává* (s. 227). Velkou předností je absence jakéhokoliv hodnocení, což čtenáři umožňuje nahlédnout toto téma nezaujatě a s otevřeností vůči vlastní zkušenosti i zkušenostem kolegů. Vzhledem k formě a strukturování kapitol se kniha jeví jako ideální podklad pro kvalitní online kurz, který by jistě mnoho českých učitelů uvítalo.

Kontakt:

Mgr. Terezie Lípová
Ústav pedagogiky a sociálních studií
Pedagogická fakulta Univerzity Palackého
Žižkovo nám. 5, 771 40 Olomouc, Česká republika
e-mail: terezie.lipova@upol.cz