

## Posudek vedoucí práce

ČAPKOVÁ, Johana. *Prevence syndromu vyhoření u učitelů základních škol*. Praha, 2023. 53 s., 3 přílohy. Bakalářská práce (Bc). Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Katedra andragogiky a personálního řízení. Vedoucí práce: PhDr. Olga Běhouňková, Ph.D.

### 1. Obsah a struktura práce

Autorka se ve své bakalářské práci věnuje problematice prevence syndromu vyhoření, který je důležitým a aktuálním tématem. Téma práce koresponduje s odborným zaměřením katedry.

Postup výkladu je dobře pochopitelný a přehledný. Autorka práci strukturovala celkem do pěti tematických kapitol. Jako cíl své práce si autorka stanovila „*identifikovat možnosti prevence syndromu vyhoření u učitelů základních škol*“ (s. 7). Nejprve charakterizuje syndrom vyhoření, zaměřuje se na příčiny a okolnosti vzniku syndromu vyhoření, na jeho průběh a symptomy a v závěru kapitoly na jeho prevenci. Dále postihuje syndrom vyhoření u cílové skupiny svého empirického šetření, kterými jsou učitelé základních škol. Vymezuje profesi učitele, nejčastější stresory v jejich práci a stresové faktory, které mohou vést ke vzniku syndromu vyhoření. V následující kapitole se autorka zabývá prevencí a preventivními vzdělávacími programy s orientací na sekundární prevenci. Představuje standardní preventivní techniky syndromu vyhoření a čtyři organizace, které se těmito programy zabývají. Jmenovitě se jedná o Nevypusť duši, Vzdělávací institut Středočeského kraje, Národní pedagogický institut a Pedagogickou fakultu Univerzity Karlovy. Obsahem čtvrté kapitoly je autorčino kvantitativní šetření, jehož cílem „*je zjistit osobní zkušenost učitelů základních škol s technikami prevence a vzdělávacími programy zaměřenými na prevenci syndromu vyhoření.*“ (s. 8) V kapitole Diskuse své výsledky autorka komparuje s výsledky relevantních studií a článků analyzujících stejné jevy.

Práce obsahuje tři přílohy, kterými jsou dotazník, koncepční a vývojový model profesionalizace učitelů a rizikové faktory syndromu vyhoření.

### 2. Odborná úroveň

Plánované cíle práce hodnotím jako smysluplné a autorce se jich podařilo dosáhnout. V teoretickém rámci poskytla základní výklad problematiky syndromu vyhoření. Neposkytuje však hlubší vhled či analýzu příčin, projevů a důsledků syndromu vyhoření. Textu by také prospěl větší odstup od použitých pramenů. Autorce se podařilo reflektovat vývoj problematiky syndromu vyhoření (od prvního použití termínu psychiatrem Freudenbergerem) až po aktuální stav poznání, kdy je již i v České republice veden dle mezinárodní klasifikace nemocí pod kódem Z 73.0 jako samostatná diagnóza postihující stav životního vyčerpání. Kompilací použitých zdrojů přinesla utříděnou informaci o řešené problematice a oproti jiným závěrečným pracím se orientovala na sekundární prevenci, do které spadají preventivní techniky a vzdělávací programy, které vymezila ve třetí kapitole. Tyto znalosti využila pro tvorbu on-line dotazníku a vycházela z nich pro tvorbu tří hypotéz v empirickém šetření.

Způsob dosažení cílů empirického šetření práce lze hodnotit jako relevantní a metodicky pro účely práce zvládnutý. V návaznosti na teoretické poznatky o syndromu vyhoření a cíl práce studentka v šetření využila dotazník MBI (Maslach Burnout Inventory) ke zjištění míry vyhoření u respondentů šetření a dále zkoumala osobní zkušenosti vybraných učitelů základních škol s technikami prevence syndromu vyhoření a preventivními vzdělávacími programy. On-line dotazníkovým šetřením získala odpovědi od 126 učitelů z deseti základních škol. Tento počet je vysoký, zajímavý

vzorek respondentů, z nichž většinu tvořily ženy-učitelky (87 %), poskytl unikátní vhled do osobní zkušenosti respondentů se syndromem vyhoření a jejich povědomí o preventivních programech. Pozornost věnuje nejen dosaženým výsledkům, ale i interpretaci výsledků v kontextu teoretických východisek. Ze tří stanovených hypotéz byla potvrzena pouze druhá, tedy že učitelé jsou informováni o riziku syndromu vyhoření v jejich profesi, první byla vyvrácena a poskytla zajímavý výstup, že respondenti za nejvíce zatěžující považují špatnou rodičovskou výchovu a nevhodné chování žáků. Třetí hypotézu nebylo možné vyhodnotit a lze zvážit, zda neměla být formulována jinak.

Z pohledu vedoucí práce konstatuji, že autorka k jejímu zpracování přistupovala zodpovědně, reflektovala má doporučení během konzultací a zanechala v ní stopy vnitřního zaujetí touto problematikou.

### **3. Práce s literaturou**

Autorka v seznamu použité literatury shromáždila třicet titulů představujících tištěné i elektronické zdroje, a to převážně v českém jazyce, jeden v anglickém jazyce a jeden v jazyce německém. Jsou aktuální, odpovídají odborné úrovni a až na drobné výjimky reflektují podobu požadovaných bibliografických citací. Autorka v předloženém textu s těmito prameny korektně pracuje a odkazuje je v podobě citací a parafrází.

### **4. Grafické zpracování**

Práce je pečlivě vypracována, úprava stránek i nadpisů je kvalitní. Autorka se v teoretickém rámci soustředí na psaný text, uvádí zde jednu tabulku (s. 14). S grafy a tabulkami pracuje až v empirickém šetření a prezentuje v nich dosažené výsledky získané dotazníkovým šetřením. Do přílohy zařadila dvě tabulky, které doplňují řešenou problematiku v teoretickém rámci práce, na které v textu správně odkazuje.

### **5. Jazyková úroveň**

Jazyková úroveň práce vyzrála v průběhu její tvorby. Pregnantní formulace myšlenek a jejich překlopení do textu byly z hlediska vedení práce největším úskalím. Výslednou podobu práce považuji po této stránce za vyhovující. Po pravidelných konzultacích dosáhla odborného charakteru a až na drobné korekturní záležitosti k ní nemám větších připomínek.

### **6. Podněty k rozpravě**

- Mohla by autorka v rozpravě popsat stávající stav rozpracování problematiky a jak k němu svojí prací přispěla?
- Jak by autorka formulovala svoji třetí hypotézu tak, aby mohla být potvrzena?

### **7. Závěrečné hodnocení práce**

Cíle, které si autorka práce v teoretickém rámci a v kvantitativním šetření stanovila, se jí podařilo naplnit. Koncepce práce vedla k postižení zvolené problematiky a vytvořila sourodý celek. Předloženou bakalářskou práci Johany Čapkové doporučuji k přijetí k obhajobě s návrhem klasifikace „velmi dobře“.

V Praze dne 30. srpna 2023

PhDr. Olga Běhounková, Ph.D.