

PODPORA WELL-BEINGU V 1. ROČNÍKU STUDIA UČITELSTVÍ PROSTŘEDNICTVÍM KURZU OSOBNOSTNĚ-SOCIÁLNÍ VÝCHOVY

SUPPORTING WELL-BEING IN THE FIRST YEAR OF TEACHER EDUCATION THROUGH A PERSONAL AND SOCIAL EDUCATION COURSE

Tereza Krčmářová, Anna Waloschková

Katedra preprimární a primární pedagogiky, Pedagogická fakulta, Univerzita Karlova, Praha

Abstrakt

Příspěvek se zaměřuje na roli osobnostně-sociální výchovy (OSV) v adaptačním období studujících 1. ročníku učitelství pro 1. stupeň základní školy. Vychází z předpokladu, že OSV může představovat významný podpůrný a stabilizační prvek v přechodu na vysokoškolské studium, zejména prostřednictvím rozvoje sebereflexe, práce s emocemi a posilování vztahů v kolektivu. Empirická část vychází z dotazníkového šetření a analýzy studentských reflexí realizovaných v rámci kurzu OSV v prvním semestru studia. Zjištění naznačují, že OSV je studujícími vnímána jako důležitý prostor pro orientaci v novém studijním prostředí a budování pocitu sounáležitosti. Příspěvek diskutuje potenciál OSV jako ochranného faktoru v rané fázi studia učitelství.

Klíčová slova: *osobnostně-sociální výchova, well-being, adaptace na studium, studující učitelství, reflexe*

Abstract

The paper examines the role of Personal and Social Education (PSE) in the adaptation period of first-year primary teacher education students. It assumes that PSE can serve as a supportive and stabilising factor during the transition to higher education by fostering self-reflection, emotional awareness, and peer relationships. The empirical part is based on questionnaire data and an analysis of student reflections collected in a first-semester PSE course. The findings indicate that PSE is perceived as an important space for orientation in the new academic environment and for building a sense of belonging. The paper discusses the potential of PSE as a protective factor in the early phase of teacher education.

Keywords: *personal and social education, well-being, adaptation to study, teacher education students, reflection*

1 ÚVOD

Přechod na vysokoškolské studium představuje pro studující 1. ročníku období zvýšených nároků, nových rolí a nejistoty spojené s nutností adaptace na nové akademické i sociální prostředí. Příspěvek se zaměřuje na roli osobnostně-sociální výchovy jako podpůrného prvku v této fázi studia. Cílem je nahlédnout, jak studující vnímají přínos OSV pro svůj well-being, adaptaci na studium a pocit sounáležitosti v akademickém prostředí. V kontextu přípravy budoucích učitelů je tato fáze studia klíčová z hlediska akademického výkonu, formování profesní identity i prevence předčasných odchodů ze studia.

2 TEORIE

Přechod na vysokou školu je vnímán jako období zvýšené zátěže, nejistoty a rizika studijního neúspěchu či předčasných odchodů ze studia (Farrer et al., 2024; Kahu & Nelson, 2018; Tinto, 2012). Well-being je zde chápán jako dynamická rovnováha mezi psychickou pohodou, sociální oporou a vnímanou zvládnutelností studijních nároků, nikoli pouze jako absence stresu (Šolcová & Kebza, 2009). Významnou roli v adaptační fázi sehrávají vzdělávací kontexty, které podporují sebereflexi, vztahové zakotvení a studijní self-efficacy, čímž přispívají ke stabilizaci studujících a posilování jejich odolnosti vůči studijní zátěži (Hartl et al., 2022). V kontextu přípravy budoucích učitelů je osobnostně-sociální výchova nahlížena jako potenciální ochranný faktor, který může napomáhat adaptaci na vysokoškolské studium, podporovat pocit sounáležitosti a přispívat k prevenci předčasných odchodů ze studia.

3 METODOLOGIE VÝZKUMU

Výzkum je koncipován jako smíšené výzkumné šetření realizované v rámci kurzu OSV v prvním semestru studia učitelství pro 1. stupeň základní školy. Východiskem byla kvalitativní analýza otevřených studentských reflexí, v nichž

studující na základě zadání identifikovali klíčové přínosy absolvovaného kurzu. V těchto reflexích se opakovaně objevovala témata well-beingu, pocitu sounáležitosti a psychické pohody. Na základě těchto zjištění byla provedena rešerše odborné literatury a následně navrženo dotazníkové šetření zaměřené na vnímaný přínos OSV pro adaptaci na studium, well-being a prevenci předčasných odchodů ze studia. Výzkumný soubor tvoří studující 1. ročníku učitelství. Sběr dat proběhl anonymně a dobrovolně, s důrazem na informovanost účastníků a ochranu dat. Analýza dat je realizována prostřednictvím tematické analýzy a deskriptivních statistických postupů.

4 VÝSLEDKY / OČEKÁVANÉ VÝSLEDKY

Na základě dosud shromážděných dat ($N = 111$ písemných reflexí studujících zaměřených na tři klíčové přínosy kurzu OSV a $N = 97$ vyplněných dotazníků), získaných v rámci kurzu OSV v 1. semestru studia, se jako nejvýraznější přínosy OSV jeví posilování sociálního zakotvení a pocitu sounáležitosti v novém akademickém prostředí a podpora sebereflexe (uvědomění vlastního prožívání, potřeb a osobních zdrojů). Kvantitativní výsledky naznačují vysokou míru souhlasu zejména u položek vztahujících se k navazování vztahů a subjektivně vnímané adaptaci na studium, méně jednoznačně je hodnocen přímý dopad na zvládání studijní zátěže a raný profesní transfer. Kvalitativní data tento obraz doplňují: studující popisují OSV jako bezpečný a podporující prostor, který usnadňuje orientaci v prvním semestru, normalizuje nejistotu a posiluje vnímanou dostupnost sociální opory. Očekáváme, že tematická analýza upřesní klíčové mechanismy působení OSV a jejich souvislost s prevencí předčasných odchodů ze studia.

5 ZÁVĚRY A DISKUSE

Zjištění naznačují, že osobnostně-sociální výchova může v období přechodu na vysokou školu fungovat jako významný podpůrný prvek. Výsledky ukazují, že OSV nepůsobí primárně skrze redukci studijní zátěže, ale prostřednictvím posilování sociálního zakotvení, sebereflexe a pocitu bezpečí v akademickém prostředí. Tato zjištění korespondují s výzkumy, které zdůrazňují význam vztahových a podpůrných kontextů pro adaptaci studujících v prvním ročníku a jejich setrvání ve studiu. Z kvalitativních dat dále vyplývá, že OSV umožňuje

normalizovat nejistotu spojenou se vstupem do vysokoškolského studia a vytváří prostor pro sdílení zkušeností, což může snižovat riziko sociální izolace. Diskuse výsledků poukazuje na potenciál OSV jako nástroje prevence předčasných odchodů ze studia. Studie zároveň otevírá otázku dlouhodobých efektů těchto intervencí a potřeby jejich dalšího systematického zkoumání.

PODĚKOVÁNÍ

Rády bychom upřímně poděkovaly naší kolegyni Mgr. Kristýně Šejnohové za odborné konzultace, zejména v oblasti metodologických aspektů kvantitativní části výzkumu, které významně přispěly k jeho přesnějšímu nasměrování. Poděkování rovněž patří vedení katedry za dlouhodobou podporu našich výzkumných aktivit.

6 LITERATURA

- Farrer, L. M., Jackson, H. M., Gulliver, A., Calear, A. L., & Batterham, P. J. (2024). Mental health among first-year students transitioning to university in Australia: A longitudinal study. *Psychological Reports*.
<https://doi.org/10.1177/00332941241295978>
- Hartl, A., Holzberger, D., Hugo, J., Wolf, K., & Kunter, M. (2022). Promoting student teachers' well-being: A multi-method approach investigating the longitudinal relationship between emotional exhaustion, emotional support, and the intentions of dropping out of university [Preprint]. PsychArchives.
<https://doi.org/10.23668/psycharchives.5576>
- Kahu, E. R., & Nelson, K. (2018). Student engagement in the educational interface. *Higher Education Research & Development*, 37(1), 58–71.
<https://doi.org/10.1080/07294360.2017.1344197>
- Tinto, V. (2012). *Completing college: Rethinking institutional action*. University of Chicago Press.
- Šolcová, I., & Kebza, V. (2009). Osobní pohoda vysokoškolských studentů: Česká část studie. *Československá psychologie*, 53(2), 129–139.