

ABSTRAKT

Má diplomová práce pojednává o problematice psychohygieny jako oblasti osobnostního a profesního rozvoje budoucích učitelů.

Cílem teoretické části je shrnout poznatky o profesi učitele, které jsou argumentem pro systematický rozvoj studentů učitelství v oblasti psychohygieny. Jedním z cílů je popsat studium učitelství, jelikož právě studenti jsou respondenty v empirické části. Dalším cílem je nalézt odpovědi na to, jaké postoje, znalosti a dovednosti by měli učitelé mít, aby dokázali účinně předcházet syndromu vyhoření, byli odolní vůči stresu a přistupovali aktivně ke svému osobnostnímu i profesnímu rozvoji.

Praktická část byla realizována smíšeným šetřením mezi studenty 1. a 5. ročníku učitelství pro 1. stupeň ZŠ. Základními výzkumnými otázkami byly: Jak přistupují studenti učitelství pro 1. stupeň ke svému osobnostnímu rozvoji v 1. ročníku a jak v 5. ročníku? Jaké jsou kompetence studentů učitelství pro 1. stupeň v oblasti psychohygieny v 1. ročníku a jaké v 5. ročníku? Do jaké míry mají studenti učitelství pro 1. stupeň povědomí o riziku syndromu vyhoření (co ho způsobuje, jaké jsou jeho projevy a jak mu přecházet) v 1. ročníku a do jaké míry v 5. ročníku? Ke sběru dat byla využita metoda dotazník.

Z mého zkoumání vyplývá, že kompetence v oblasti psychohygieny a přístup k osobnostnímu rozvoji, se v 1. a 5. ročníku liší jen velmi málo. O riziku syndromu vyhoření ví studenti 1. a 5. ročníku stejně.

Klíčová slova:

učitel 1. stupně, studenti učitelství, sebepojetí, stres, syndrom vyhoření, prevence, psychohygieny, osobnostní a profesní rozvoj, dotazník