



Týden pro  
wellbeing ve škole  
4.–11. února 2025



## Končí Týden pro wellbeing ve škole.

Nabídl konkrétní inspirace, jak podpořit wellbeing a duševní zdraví dětí i jejich vyučujících

### Praha, 11. února 2025

Do Týdne pro wellbeing ve škole se zapojily stovky organizací a škol. Letošní ročník se zaměřil na konkrétní doporučení a inspirace pro podporu wellbeingu ve školním prostředí a také na téma digitálního wellbeingu.

Během sedmi dnů od 4. do 11. února uspořádaly organizace a školy, které se přihlásily k myšlence Týdne pro wellbeing ve škole, řadu seminářů, webinářů, přednášek, workshopů, projektových dnů, happeningů nebo osvětových kampaní zaměřených na různé aspekty podpory wellbeingu ve školách. Společně jsme se také oblékli do fialové, barvy duševního zdraví, abychom připomněli, že wellbeing není něco navíc, že je to nezbytná podmínka pro efektivní učení a pro prevenci duševních onemocnění.

**#wellbeingveskole**  
**#tydenprowellbeing25**  
**#nadusizalezi**

Týden pro wellbeing ve škole zahájila Konference pro wellbeing ve škole s podtitulem Jak na učení a život v digitální éře, která se konala 4. února na Masarykově univerzitě v Brně. Zaměřila se na porozumění dopadu digitálních technologií na děti i dospělé a na to, co z nich vyplývá pro školní prostředí. Představena byla aktuální data a výzkumy z této oblasti, ve workshopech se účastníci konference seznámili s příklady dobré

praxe a s konkrétními možnostmi systémové podpory wellbeingu v rámci školy (prezentace přednášejících jsou k dispozici [ZDE](#)).

Data opakovaně poukazují na to, že wellbeingu a jeho podpoře ve školách je třeba věnovat pozornost. Rostoucí počet účastníků Týdne pro wellbeing ve škole ukazuje, že se na tom odborná veřejnost shoduje. **Zapojily se do něj** školské asociace, vysoké školy, státní instituce, neziskové organizace i samotné školy, záštitu nad Týdnem pro wellbeing ve škole letos převzali ministr zdravotnictví Vlastimil Válek, Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR a Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR.

V rámci Týdne pro wellbeing ve škole daly zapojené organizace školám k dispozici **metodické materiály**, je také možné vrátit se **k záznamům vzdělávacím workshopů a seminářů**, které byly na **programu akcí pro veřejnost**. Wellbeingu bylo věnované únorové vydání **Učitelského měsíčníku**, které je celé k zdarma ke stažení online.

Týden pro wellbeing ve škole iniciuje a koordinuje Partnerství pro vzdělávání 2030+, jsou to ale zapojené školy a organizace, které mu dávají obsah a smysl. Zeptali jsme se proto na priority v podpoře wellbeingu jejich expertů a expertek.



## Na jakou oblast v podpoře wellbeingu je ve školách potřeba zaměřit pozornost a proč? Jakou podporu k tomu školy potřebují?

### Luboš Zajíc / Asociace ředitelů základních škol ČR

Je třeba se soustředit jak na podporu wellbeingu žáků, tak ale i učitelů a ředitelů škol. Vždyť spokojený učitel = spokojený žák.

### Václav Šneberger / Charita Česká republika

Pozornost si zejména zaslouží budování odolnosti prostřednictvím kritické reflexe vlastních předpokladů a stereotypů, učení na reálných příbězích a situacích, a to nejen u žáků. Důležitým tématem je také zapojování témat udržitelnosti, jako je solidarita a soudržnost, do běžných předmětů, tedy zejména v oblasti sociálního pilíře, který je často opomíjen.

### Tereza Tetourová / Centrum LOCIKA

Optimální je směřovat pozornost na rovnocennou podporu všech oblastí wellbeingu (fyzické, kognitivní, sociální, emocionální i duchovní), a to nejen žáků, ale i pedagogických pracovníků a obecně všech zaměstnanců školy. Přirozeně – aby školy mohly „dát“ a pečovat o wellbeing žáků i pracovníků, musí mít k dispozici dostatek prostředků a možností, jak tuto podporu zajistit. Významnou roli v tomto ohledu mohou hrát multioborové týmy přítomné přímo ve školním prostředí (učitelé, speciální pedagogové, psychologové, sociální pedagogové), které mohou okamžitě reagovat na konkrétní

situace a současně se stabilně spolupodílet na dlouhodobé strategii péče o wellbeing žáků i zaměstnanců školy.

#### **Terezie Stiborková / CEDU – Centrum pro demokratické učení**

V CEDU věříme, že klíčovou oblastí pro podporu wellbeingu ve školách je rozvoj kvalitně vedených třídnických hodin. Tyto hodiny poskytují prostor pro otevřenou komunikaci, budování vztahů a posilování odpovědnosti žáků. Školy k tomu potřebují podporu v podobě metodických materiálů a školení učitelů, aby mohly vytvářet bezpečné a důvěrné prostředí, kde se žáci cítí vyslyšeni a zapojeni.

#### **Roman Petrenko / Anreva Solution**

Výzkumná data ukazují, že v souvislosti s wellbeingem máme jako společnost rezervy ve třech klíčových oblastech: v budování návyků podporujících zdravý životní styl žáků (dostatek spánku, pohyb, stravování); v systematickém budování socio-emočních kompetencí žáků (resilience, copingové strategie, komunikační dovednosti); ve zlepšování vztahů mezi žáky a pracovníky škol a budování oboustranně respektující komunikace. Na straně škol je podle mě potřeba hlavně zájem a ochota se posouvat, ze systémového pohledu je nutné navýšení financí a jednotnost metodického vedení (výkladu).

#### **Libuše Beranová / město Tišnov**

Ideál je vytvořit ve školách týmy, které se tématu budou věnovat a budou mít k ruce vyškoleného průvodce, který týmy bude posouvat. Současně i tento průvodce bude mít svého lídra. Sdílet zkušenosti, ptát se učitelů, dětí na wellbeing, vzdělávat rodiče (například v oblasti digitálního wellbeingu) apod.

#### **Dominika Herdová / Nadace O2**

Pro Nadaci O2 je klíčová oblast digitálního wellbeingu. Děti dnes vnímají internet jako nedílnou součást svého každodenního života a často nerozlišují rozdíl mezi online a offline světem. K dosažení rovnováhy a zdravého využívání technologií, zejména na základních školách, je nezbytná komunikační, odborná i finanční podpora. Díky našemu partnerství Týdne wellbeingu ve školách se všechny úrovně splňujeme.

#### **Martin Kozel / Učitel naživo**

Jak dobře nadesignovat práci školního poradenského pracoviště a procesy spojené s identifikací a podporou žáků, kteří ji potřebují. Velmi by pomohl nějaký systém, který by školy mohly adaptovat (třeba KiVa je příklad takového systému, jen řeší pouze část problému). Školám, se kterými spolupracujeme, by pomohlo vidět, jak nastavit role a kompetence různých podpůrných pracovníků (a to v situaci, kdy různé role máte/nemáte obsazené – například chybějící psychologové), jak nastavit komunikační toky mezi pedagogy a tímto týmem, jak to dobře řídit atd. Každý to teď trochu objevuje po svém a je to docela náročná disciplína.

#### **Dita Hrudová / Step by Step ČR**

Ve školách začít spolu se wellbeingem prolíná celým programem a je přítomný během každého dne ve škole. Vzhledem k rostoucím nárokům na vyučující vnímáme, že je třeba podporovat wellbeing učitelů, neboť je základním předpokladem pro dobré fungování celé třídy. Dobrou zkušenost máme s metodou skupinové reflexe WANDA, která školním týmům pomáhá uplatňovat kolegiální podporu v praxi.

#### **Andrea Cibulková / Národní pedagogický institut ČR**

Potřebujeme začít brát vážně kulturu školy, protože od ní se odvíjí, co a jak se ve škole děje. Tento balík sdílených hodnot, přesvědčení, postojů a norem ovlivňuje způsoby řešení problémů, atmosféru ve třídách, zapojení členů školní komunity, vztahy a chování mezi nimi. Chceme-li podpořit wellbeing, zkusme poodhalit pravý obraz kultury školy a společně pak usilovat o vytvoření prostředí, kde se všichni cítí dobře a mohou se rozvíjet.

#### **Petra Keprtová / Stálá konference asociací ve vzdělávání**

Máme zaměřit pozornost na podporu wellbeingu v celé jeho šíři, jak jej pojímá Partnerství pro vzdělávání 2030+. Jistým východiskem je podpora wellbeingu učitelů a učitelek, ředitelů a ředitelky, aby oni sami mohli vytvářet podmínky pro rozvoj wellbeingu u dětí. Co přijde klíčové, zaměřit se na podporu wellbeingu cíleně. Je třeba vědomě rozvíjet jednotlivé oblasti tak, že je plánujeme, realizujeme, ale především vyhodnocovat.

#### **Gabriela Geherová / Místní akční skupina Opavsko**

Akutně je potřeba na školách řešit oblast psychického zdraví dětí/žáků a samozřejmě i pedagogů. Na školách chybí psychologové, sociální pedagogové, což je základ pro kvalitní podporu a budování psychické pohody uvnitř škol. Narůstá také počet pedagogů se syndromem vyhoření. Proto i oni potřebují systematickou podporu – například je třeba pravidelně s pedagogy pracovat a budovat bezpečné kolegiální prostředí, pomoc v podobě supervize, mentoringu, poskytování zpětné vazby ze strany vedení apod.

#### **Marie Hájek Salomonová / Nevypuť duši**

Školy mohou být pro mnoho dětí a dospívajících místem, kde se učí pečovat o wellbeing sebe samých, ale také své komunity. Věříme, že podporou dobré praxe v oblasti partnerství a spolupráce lze dosáhnout větší angažovanosti celých školních komunit. Proto nám přijde podstatné naslouchat dětem a mladým lidem a zaměřit se na jejich participaci. Za neméně podstatné považujeme také propojení škol se službami mimo školský systém – v sociálním a zdravotním sektoru, ale také neformálním vzdělávání. Síťováním a podporou spolupráce napříč odbornostmi můžeme dosáhnout opravdové, užitečné a udržitelné podpory pro jednotlivé děti, ale i dospělé, kteří jim chtějí být oporou, a jasně ukázat, že školy na rozvoj wellbeingu nejsou a nemusí být samy.

#### **Justina Danišová / TEREZA, vzdělávací centrum**

Wellbeing dětí je v současnosti velmi aktuální a široce diskutované téma. Opomíjí se však jeden důležitý aspekt – přirozeně pozitivní působení přírody a benefity, které pobyt v ní přináší. Není třeba vymýšlet složité aktivity ve třídě, kde stejně každé dítě potřebuje pro svou pohodu něco jiného. Stačí je vzít ven, kde si každé dítě dokáže najít přirozený způsob, jak si odpočinout, zlepšit náladu a nabrat síly.

#### **Jana Klusáková Sedová / Onfine**

Digitální wellbeing je podle našich zkušeností ze školních programů pro děti a dospívající velké téma. Digitální technologie jsou a budou součástí života našich dětí i nás dospělých, takže je nezbytné, aby k nim děti získaly zdravý vztah. Vidíme, že téma ve škole rezonuje, i proto se zaměřujeme nejen na programy pro studentky a studenty, ale i na podporu pro vyučující skrze školení, například na téma, jak s dětmi o online světě mluvit.

#### **Markéta Borovcová / Jules a Jim**

Je potřeba se zaměřit na wellbeing vyučujících a celkovou kulturu školy – jen když budou vyučující "zazdrojováni" a ve své práci spokojeni, mohou podporovat wellbeing dětí. Podporována by měla být vědomá práce s kulturou školy a konkrétní nástroje, které mohou posloužit pro podporu wellbeingu – např. intervize, supervize, mentoring atp.

#### **Michaela Stoilova / Hodnotové vzdělávání Cyril Mooney**

Mluvíme-li o wellbeingu, neměli bychom zapomínat na tělo ani na ducha, nicméně za nejdůležitější a v jistém směru také nejkřehčí považují oblast vztahů. Budovat hezké vztahy nic nestojí, zároveň je to každodenní práce, která může každou chvíli někde šokbrtnout. A jak na to? Hlavní je se rozhodnout! A na své rozhodnutí nezapomínat.

#### **Barbora Škaloudová / uMěním – Platforma pro kreativní učení**

Především je třeba podporovat a rozvíjet všechny pedagogické pracovníky\*ce tak, aby mohli utvářet bezpečné a podnětné prostředí pro děti. Jako zásadní oblast vnímám dostupnost mentoringu, supervize a terapií. Vytvářet podporu zevnitř, ale i zvnějšku, využívat pro prevenci a učení i mimoškolní organizace, které se věnují neformálnímu vzdělávání. V rámci organizace uMĚNÍM věříme, že kultura a umění mají sílu propojovat a sdílet, vytvářet silné zážitky, nahlížet a zrcadlit situace, které jsou někdy těžko uchopitelné.

#### **Ivana Maxová / Nadační fond Eduzměna**

Vždy je nutné zaměřit se na všechny oblasti wellbeingu, vycházet ze školního prostředí a postupně se zamýšlet nad cíli, které se dají realizovat, aby nedošlo k demotivaci či přepálení hned na startovní čáře. Změny musí být postupné a všichni aktéři (žáci, zaměstnanci, rodiče) musí mít dostatek času se se změnami seznámit, vyjádřit se k nim a poté je začít akceptovat a finálně pozitivně přijímat.

#### **Lucie Tvrđíková / EKS**

Na rozvoj potenciálu každého žáka – pomáhat žákům pochopit jejich jedinečnost, posilovat sebedůvěru, motivaci a schopnost vědomě

rozhodovat o své budoucnosti. Zavedení systematického kariérového vzdělávání a poradenství umožňuje školám cíleně pracovat na rozvoji silných stránek, zájmů a hodnot žáků, čímž propojuje vzdělávací obsah s reálnými životními cíli. Tento přístup snižuje stres, podporuje sebereflexi, plánování a dlouhodobý úspěch.

#### Lucie Bíbová / Česká rada dětí a mládeže

Wellbeing ve školách nespočívá jen v prevenci stresu, ale v tom, jaké prostředí škola vytváří. Klíčové je, aby mladí lidé měli možnost podílet se na rozhodování, vyjadřovat své potřeby a cítit sounáležitost. Stejně důležité je učení skrze zkušenost – pobyt venku, rozvoj vztahů a neformální vzdělávání posilují odolnost, vnitřní motivaci i schopnost zvládat výzvy. Školy by měly tyto prvky vědomě podporovat, protože přispívají k dlouhodobé spokojenosti žáků i učitelů.

#### Zuzana Jandlová / Krajské zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků a informační centrum, Nový Jičín

Pro žáky je klíčový individuální přístup školního psychologa a dalších členů poradenského týmu ve škole. Důležitá je aktivní spolupráce členů poradenského týmu ve škole. Pro učitele je potřebná podpora vzdělávání v oblasti wellbeingu, dostupnost psychologických služeb a vytvoření podpůrného školního prostředí.

#### Michaela Rychtecká / NaZemi

Je potřeba budovat postupně znovunapojování se, aby byl každý organismus (žák, učitel...) schopný pojmout informace a intervence z venkovního světa. Princip Reconnect – se sebou, poté s ostatními, poté s okolním prostředím...

#### Laura Henderson / Společnost pro kreativitu ve vzdělávání

Je třeba celostní zapojení a vitalita každého učitele a každého dítěte – po kognitivní, fyzické, emocionální, sociální a etické stránce. Učitelé musí být v kontaktu se všemi těmito aspekty sebe sama, aby je pak mohli rozvíjet u dětí. Potřebují mít možnost úzce spolupracovat s odborníky z oblastí, jako je kultura a umění, aby zůstali flexibilní ve svém myšlení a přístupu.

#### Ivona Sedláková / Všímavec

Na prevenci duševního zdraví a osobnostní rozvoj. Data ukazují, že se děti ve školách necítí dobře a jejich potřeby nejsou vždy naplněny. Tato oblast propojuje a má následně vliv i na ty další, jako jsou vztahy, fyzické potřeby nebo kognitivní rozvoj. Školy potřebují mít k dispozici odborné informace, ale i jednoduché nástroje, které pedagogům usnadní práci a efektivně pokryjí tyto oblasti.

#### Eva Růtová / Restorativní škola

Restorativní způsob práce s konflikty hraje klíčovou roli v podpoře wellbeingu jak jednotlivců, tak i celých skupin. Konflikty jsou přirozenou součástí lidské interakce, ale pokud se s nimi vhodně neparuje, mohou vést ke stresu, úzkostem i narušeným vztahům. Základním kamenem prevence a řešení konfliktů je kvalitní komunikace. Možnost vyjádřit své potřeby, pocity a očekávání buduje hlubší porozumění, vzájemnou důvěru a posiluje pocit sounáležitosti.

#### Michaela Záhorová / MAP IV na Kolínsku

Všechny oblasti wellbeingu jsou důležité. Podpora wellbeingu je soustavný a dlouhodobý proces a je vhodné věnovat pozornost všem jejím oblastem: Kultura a prostředí – Učení – Partnerství a spolupráce. Každá škola je unikátní, liší se složením žáků a jejich rodičů, pedagogického sboru, místem, kde se nachází. Proto je vždy vhodné nastavit formu podpory individuálně.

#### Karolína Mooz / Vzdělávání Paměti národa

Ve školách je klíčové zaměřit pozornost na vytváření bezpečného a otevřeného prostředí, kde se žáci i pedagogové mohou cítit respektováni a podporováni. Wellbeing souvisí s týmovou spoluprací, vzájemnou důvěrou a schopností reflektovat. Ve Vzdělávání Paměti národa věříme, že příběhy pamětníků pomáhají žákům lépe porozumět sobě i druhým. Školy potřebují metodickou podporu, prostor pro sdílení zkušeností a konkrétní nástroje, které pomohou integrovat wellbeing do každodenní výuky a školního života.



Týden pro wellbeing ve škole finančně podporují **UNIQA, Nadace BLÍŽKSOBĚ, Nadace RSJ, Nadační fond Kladné nuly, Nadace O2.**

#### Zdroje pro editory:

Program akcí pro veřejnost [zde](#).  
Web Týdne pro wellbeing [zde](#).  
Web Wellbeing ve škole [zde](#).  
Proč Partnerství pro vzdělávání 2030+ si přečtete [zde](#).

#### Kontakt pro média:

Radka Hrdinová  
mediální koordinace  
radka.hrdinova@partnerstvi2030.cz  
603 177 791



**Partnerství pro vzdělávání 2030+** založilo v červnu 2020 sedm významných platformů ve vzdělávání podpisem Memoranda o Partnerství pro vzdělávání 2030+: Asociace krajských vzdělávacích zařízení, Asociace ředitelů základních škol ČR, Česká odborná společnost pro inkluzivní vzdělávání (dnes SOFA), Česká rada dětí a mládeže, Nadační fond Eduměna, Národní síť Místních akčních skupin ČR a Stálá konference asociací ve vzdělávání (SKAV). Zapojené organizace se ztotožňují se dvěma hlavními cíli Strategie vzdělávací politiky ČR do roku 2030+ a chtějí aktivně přispět k jejich naplnění: 1. Zaměřit vzdělávání více na získávání kompetencí potřebných pro aktivní občanský, profesní i osobní život. 2. Snižit nerovnosti v přístupu ke kvalitnímu vzdělávání a umožnit maximální rozvoj potenciálu dětí, žáků a studentů. V dubnu 2021 se přidalo sedm organizací v roli odborných partnerů: Asociace výchovných poradců, Centrum Locika, Centrum sociálních služeb Praha – Pražské centrum primární prevence, EDUin, Jednota školských informatiků, Učitel naživo a Učitelská platforma. V červnu 2022 se k Partnerství 2030+ přidaly další čtyři organizace odborných partnerů: Asociace pracovníků Pedagogicko-psychologických poraden, Cyril Mooney Education, Nevypusť Duši a PAQ Research. V září 2023 se již dvanáctým odborným partnerem stala Replug me Education. V listopadu 2022 byl založen a zapsán ústav Partnerství pro vzdělávání 2030+, z. ú. Od ledna 2023 vystupuje Partnerství pro vzdělávání 2030+ již jako samostatná organizace. Našimi konzultačními partnery ústavu jsou Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, Česká školní inspekce, Asociace krajů České republiky a Národní ústav duševního zdraví. Finančními partnery Partnerství pro vzdělávání 2030+ jsou Nadace České spořitelny, Nadace RSJ, Nadace BLÍŽKSOBĚ, Nadace Lilie & Karla Janečkových, Nadační fond Kladné nuly a Nadace ČEZ.