

# Protokol meetingu na zoomu: Pozitivní vysokoškolské poradenství



Centrum pro Studium Vysokého Školství, v.v.i.



## Zúčastnili se:

Filip Bláha, Michaela Šmídová (oba z Centra pro studium vysokého školství, v.v.i.), Barbora Čalkovská, Karolína Houžvičková-Šolcová (AVŠP), Lubica Lachká (Univerzita Nitra), Sabine Fischler (Univerzita Innsbruck), Antje Beckmann (TU Dresden), Franziska Klinkewitz (TU Dresden), Zuzana Pešková (Fakulta stavební ČVUT), Kateřina Pilná (Studentská unie FJFI ČVUT), František Zajíc (MFF UK), Florian Westreicher (Univerzita Innsbruck), Maximilian Gratzner (Univerzita Innsbruck), Mgr. Matyáš Müller (UK Point), MSc., Ph.D., Mgr. Lukáš Pánek (UK Point), Ing. et Bc. Dana Kneřová (UK Point), Silvie Nedvěďová (UK Point), Petra Hyklová (MFF UK), Alžběta Kadlecová (MFF UK), Anna Eisenreichová (MFF UK), Barbora Šimová (MENDELU), Zdeňka Hort (MENDELU), Miroslava Lišková (Univerzita Konstantína Filozofa v Nitře), Jitka Hloušková, Daniela Keil (ArbeiterKind.de), Marie Salomonová (Nevypust' duši), Lukáš Humpl (Zdravotnická záchranná služba Moravskoslezského kraje).

Mezinárodní setkání navázalo na workshop „Efektivní poradenství = efektivní vysoké školství?“, jenž proběhl na podzim roku 2020 za finanční podpory Friedrich-Ebert-Stiftung. V obou případech bylo hlavním organizátorem Centrum pro studium vysokého školství (CSVŠ), přičemž aktuální workshop spoluorganizovala Asociace vysokoškolských poradců (AVŠP).

Na úvod workshopu představuje Filip Bláha (CSVŠ) krátce téma: výzvy kladené na vysokoškolské poradenství ve spojitosti s pandemií koronaviru, a také nastiňuje jednotlivé tematické bloky. Workshop moderuje spolu s Karolínou Houžvičkovou-Šolcovou (AVŠP).

Barbora Čalkovská (AVŠP) a Thomas Oellermann z Friedrich-Ebert-Stiftung Praha zdraví účastníky a účastnice a zdůrazňují relevantnost dobrého vysokoškolského poradenství pro sociální otevírání vysokých škol.

- Průběh:**
1. Představení poradenské praxe v jednotlivých zemích
  2. Podpora při zahájení studia
  3. Zdraví studentů a studentek (psychické i fyzické)
  4. Zahrnutí externích subjektů do poradenství

## I. Představení poradenské praxe v jednotlivých zemích

Antje Beckmann z poradny na TU Dresden představuje svou práci. V centrální poradně pro studenty v Drážďanech poskytují profesionální vyškolení poradci a poradkyně rady ke všem studijním programům a tématům studentského života. Poradenství probíhá v různých formátech: nabízí se individuální poradenství ve vlastním termínu, veřejné úřední hodiny, poradenství po telefonu a emailu, workshopy, skupinová poradna a učební skupiny. Poradenství se zabývá výběrem studia, změnou studijního oboru, vlastními schopnostmi a cíli, organizací studia, potížemi při studiu a opětovným zahájením studia. Poradci a poradkyně vyznávají princip pomoci svépomocí. TU Dresden v poradenství sází na další vzdělávání a profesionalizaci. Zaměstnanci univerzity na pozicích nabízejících poradenství jako doprovodnou aktivitu mají možnost dalšího vzdělávání, pro pozice v centrální poradně je zapotřebí poradenského vzdělání doplněného o zvyšování kvalifikace v dalších kurzech. Pandemie koronaviru postavila před poradnu velké výzvy, protože osobní kontakt je v některých aspektech této práce nenahraditelný.

Sabine Fischler představuje poradenství pro studenty a studentky v Innsbrucku. Poradenství je zde součástí oddělení pro práci s veřejností a sestává z rostoucího týmu čítajícího dnes již šest zaměstnanců a zaměstnankyň. Poradna úzce spolupracuje s vedením vysoké školy, a kromě klasických poradenských činností navštěvuje také školy, kde informuje o studiu. Poradenství v současnosti více sází na digitální nabídku, například se vytvářejí explanační videa, organizují se virtuální veletrhy a funguje chatbot. Nejčastější dotazy se týkají podmínek pro přijetí ke studiu a organizace studia. V Innsbrucku mají speciální projekty talentscout podporující studenty a studentky, kteří jsou prvními studujícími v rodině, a MINT summerschool (letní škola se zaměřením na předměty STEM). Další specialitou je marketing. Vzhledem k tomu, že poradna je součástí oddělení pro práci s veřejností, vyrábí také informační materiály, prezentuje se na webových stránkách a sociálních médiích a zastupuje univerzitu na veletrzích a ve školách.

Lubica Lachká představuje vysokoškolské poradenství na Slovensku. V současné době se vysoké školy na Slovensku potýkají s úbytkem studentů, a proto získává studijní poradenství na významu. Ministerstvo sice nepočítá s poradenskými centry, přispívá však vysokým školám na studijní poradenství. Díky tomu mají vysoké školy vlastní poradenská centra s různým zaměřením. Na univerzitě v Nitře funguje poradenství podobně jako v Německu nebo Rakousku. Poradci a poradkyně jsou odborníci, kteří získali vzdělání v nástavbových kurzech. Kromě toho existuje také nabídka kariérního a stipendijního poradenství a poradna pro studenty a studentky se speciálními potřebami. Poradna podporuje činnost studentského parlamentu a zaměřuje se na poradenství pro zahraniční studenty a studentky. Specialitou této poradny je její vědecká práce. Vzhledem k tomu, že se univerzita zaměřuje na pedagogiku, poradna se zabývá analýzou a výzkumem výuky a studijních podmínek.

Studijní poradenství v České republice představuje Barbora Čalkovská v souvislosti s Asociací vysokoškolských poradců. V České republice existuje 26 veřejných vysokých škol, 21 z nich má vlastní poradnu. Spolu s nezávislými poradci a poradkyněmi, externími zařízeními a studentskými spolky tvoří Asociaci vysokoškolských poradců. Poradny nabízejí kromě studijního poradenství také sociální, psychologickou a právní pomoc. Poradenské služby pokrývají všechny etapy studia. Česká legislativa poradny podporuje, takže je poradenská služba zakotvena v zákoně a dostává státní podporu. Vysokoškolští poradci a vysokoškolské poradkyně se sami zavázali etickým kodexem, který předepisuje profesní zodpovědnost, respekt, diskretnost, odbornost a odmítá určité služby. Financování je závislé na strategii ministerstva školství, projektovém financování a evropských fondech. Aby bylo možné zaručit konzistentnost práce, je zapotřebí kontinuální podpory ze strany ministerstva školství.

## 2. Podpora při začátku studia

František Zajíc představuje program Matematicko-fyzikální fakulty Univerzity Karlovy v Praze na podporu nových studentů a studentek. Cílem programu je usnadnit přechod ze střední na vysokou školu. Program sestává z týdenních skupinových setkání prváků a prvaček se staršími studenty a studentkami. Setkání mají dvě části: nejdříve se mluví o aktuálním tématu, např. o zkouškách nebo organizaci studia, následně probíhají aktivity na propojení studujících. Každé skupině přísluší jeden průvodce/ jedna průvodkyně z řad studentů, celkem jich je 38. Navíc existuje i facebooková skupina, kde studenti a studentky komunikují. Častými tématy jsou otázky ke kreditnímu systému, vysoká pracovní a psychická zátěž kvůli špatným nebo průměrným známám. Vzhledem k tomu, že účast na programu je vysoká, má po pandemii dokonce nahradit dosavadní informační setkání.

Florian Westreicher představuje způsob, jak univerzita v Innsbrucku informuje studenty a studentky před začátkem studia. Poradci a poradkyně se účastní společných návštěv škol ve spolkové zemi Tyrolsko. Na začátku každá vysoká škola představí v pěti minutách svou studijní nabídku. Následně proběhne speed dating vysokých škol. Na závěr je prostor pro individuální rady a informace u jednotlivých stánků. Během pandemie vše probíhalo online, jednotlivé stánky se řešily formou dílčích skupin v meetingu. Do digitálního prostoru se tehdy přesunula také kampaň „Informovaně vstříc studiu“. Každý týden se konají online setkání, kde se studenti a studentky mohou poradit před začátkem studia, a mají také k dispozici videa a digitální informační materiály.

Zuzana Pešková představuje mentoring na ČVUT v Praze a Kateřina Pilná doplňuje o aspekty práce Studentské unie v rámci zahájení studia. Kvůli přísným pandemickým opatřením muselo ČVUT během několika málo dní připravit digitální nabídku na pomoc začínajícím studentům a studentkám. To se podařilo mentoringem prostřednictvím MS Teams. Přihlásili se mentoři a mentorky z řad studujících i vyučujících, kteří práci ve skupinkách podporovali ve svém volném čase. Tím se podařilo zajistit pro prváky a prvačky pomoc a možnost komunikace. Tento program má být zachován i pro budoucí ročníky. Studentská unie navíc organizuje digitální sociální setkání. Organizuje online hospody, tutoria, volnočasové skupiny, mentoringovou síť a online pub kvíz. Kromě toho pořádá rozhovory s odborníky a odbornicemi na téma duševního zdraví, arteterapie, časového managementu, problémů v rodině a plánů do budoucna. Nabízejí možnost anonymních otázek, odpovědi jsou pak zveřejněny na Facebooku.

Franziska Klinkewitz představuje podzimní univerzitu na TU Dresden. Jedná se o orientační týden pro žáky a žákyně starší 16 let. Cílem je podpořit výběr studia, ukázat jeho možnosti, podpořit kontakt s dalšími studenty a studentkami, poznat studentský život a zažít město. Všechny akce a exkurze doprovází tři studenti/studentky. Jedná se například o přednášky, exkurze, představení knihovny nebo aktivity sloužící k propojení studentů a studentek. Podzimní univerzita byla kvůli pandemii v minulém roce přesunuta do virtuálního prostoru. Evaluace ukazuje, že orientační týden byl pro začátek studia velmi přínosný.

## 3. Zdraví studentů a studentek (psychické i fyzické)

Matyáš Müller z UK Pointu Univerzity Karlovy představuje online program pro studenty a studentky se speciálními potřebami. V tomto programu se setkává patnáctičlenná skupina, které provádí různá cvičení. Jedná se o psychoterapeutická cvičení, cvičení k poznávání těla a různých možností vyjadřování a možnosti, jak představit studentský život. Cvičení fungovala dobře, v tomto formátu ale chybí možnost zasáhnout, když se něco nedaří.

Silvie Nedvěďová, rovněž z UK Pointu, představuje nabídku pro zahraniční studenty a studentky. Poradenská nabídka se zaměřuje především na problematiku související s omezením cestování, onemocněním, pojištěním a nárůstem depresí mezi studujícími. Poradna řeší případy individuálně a v případě nutnosti využívá externí poskytovatele. Poradna čítá čtyři poradce/poradkyně, kteří komunikují výhradně anglicky.

Petra Hyklová z Karlovy univerzity představuje studentskou svépomocnou skupinu. Skupina sestává z deseti účastníků a účastnic a schází se online každé dva týdny. Cílem je osobní rozvoj, vzájemná pomoc a rozhovor o problémech při studiu a v životě. Skupina neposkytuje terapii ani doučování, v případě závažných problémů odkazuje na profesionální pomoc. Setkání je vždy strukturováno podobně. Na začátku se rozebírá aktuální situace, potom následují miniworkshopy. Dále si studenti sami sobě ukládají úkoly do příště a reflektují a aktualizují cíle, jež si stanovili na předchozím setkání. Účastníky a účastnice nejvíce sužují strach z budoucnosti, izolace a deprese.

Zdeňka Hort z Poradenského a profesního centra Mendelovy univerzity rovněž představuje online svépomocnou skupinu. Práce se zaměřuje na vytvoření bezpečného prostoru pro skupinu. Setkání probíhá prostřednictvím MS Teams, skupina čítá 40 členů. Konají se také online setkání, jichž se účastní kolem osmi lidí. Bezpečný prostor má být zajištěn pevně danými komunikačními pravidly. Poradenské centrum uvažuje, že by do budoucna vytvořilo podobnou strukturu i pro zahraniční studenty a studentky.

Miroslava Lišková z univerzity v Nitře představuje poradnu pro zdraví. Zaměřuje se na poradenství pro lidi, kteří hledají konkrétní pomoc. Nabízí individuální i skupinové poradenství ve formě nejrůznějších cvičení, lékařských testů, přednášek a informací o zdraví a prevenci. Kvůli pandemii posílilo zejména poradenství po telefonu k otázkám covidu a zdravotnictví. Navíc se konaly online workshopy na covidová témata.

#### **4. Zapojení externích subjektů do poradenské praxe**

Lukáš Humpl informuje o psychické podpoře zaměstnanců a zaměstnankyň ve zdravotnictví. Pomoci se dostává nejen zdravotníkům a zdravotnicím v těžkých situacích, ale také medikům a medicánkám. Cílem je podpořit psychické zdraví zaměstnanců a zaměstnankyň ve zdravotnictví. Psychosociální podpora je financována ministerstvem a náleží i rodinným příslušníkům. Organizace také nabízí další vzdělávání zdravotníků/zdravotnic, aby posílila peer podporu. V provozu je také krizová linka pro zdravotníky a zdravotnice s psychickými potížemi. Široké podpory se dostalo také medikům a medicánkám, kteří byli vystaveni vyšší zátěži v důsledku covidu a pracovní povinnosti.

Daniela Keil představuje práci a poznatky organizace arbeiterkind.de. Organizace podporuje ty, kteří studují jako v první z rodiny. Zkušenosti s pandemií ukazují, že utrpěly především sociální kontakty, silně omezen je také kontakt mezi vyučujícími a studenty/studentkami. Studenti a studentky se také potýkali s chybějící možností přístupu do knihoven a učeben. Ztrátou studentských brigád navíc vznikly výpadky ve financování studia. Tyto okolnosti zatěžují obzvláště děti dělnického původu.

Jitka Hloušková informuje o spolupráci externích zařízení. Vzdělávací systém se mění a podporuje samostatnost a autonomii. Aby vysoké školy uspěly, musí nabízet coaching v sebeprezentaci, kariérní poradenství a silněji spolupracovat s firmami. Vzhledem k tomu, že součástí vzdělání se stává podpora a tělesné a duševní zdraví, jsou poradny silně vytiženy. Spolupráce s externími subjekty je proto dobrým doplněním.

Marie Salomonová představuje práci neziskové organizace Nevypust' duši. Organizace se zabývá psychickým zdravím studentů a studentek. Covid ztrojnásobil výskyt depresí mezi studujícími, zdvojnásobil počet úzkostných stavů a ztrojnásobil riziko sebevražd. Nejvíce jsou tímto postiženy mladé ženy a samoživitelé/samoživitelky. Studující tíží nedostatek sociálních kontaktů, sociální nestabilita, finanční nejistota a nejistá bytová situace. Kromě informací o psychické zátěži a zprostředkování pomoci neziskovka formuluje také politické požadavky. Kromě jiného požaduje vybudování komunit, poradenských center, preventivních opatření a programů mentoringu. Neziskovka pozitivně kvituje spolupráci s vysokými školami a upozorňuje na programy a kontaktní místa, které je lokálně realizují.