



Sociální inovace pro budoucnost

Krátký projektový záměr

Milí zájemci, milé zájemkyně o realizaci projektu ve výzvě Sociální inovace pro budoucnost,

krátký projektový záměr (KPZ) slouží jako důležitý podklad, ve kterém nám a hodnotitelům představíte svůj projekt a vaše plány.

Co se při psaní KPZ osvědčilo:

- projděte si nejdříve prázdné KPZ
- čtěte pozorně a odpovídejte na otázky, na které se ptáme
- buďte struční a srozumitelní
- KPZ by mělo mít **maximálně 10 stran textu**
- svá tvrzení podložte existujícími daty, evidencí a poznáním
- využívejte schémata, obrázky, pokud vyjadřují vaši myšlenku lépe než psaný text
- vyplněné KPZ dejte přečíst někomu, kdo o vašem projektu moc neví, ověříte tím jeho srozumitelnost

Název organizace	EduVibe 
Předběžný název projektu	EduVibe – vajbi si i ve škole
Odhad výše celkových nákladů (max. výše 10 mil. Kč)	9 000 000 Kč

1. Představení organizace

Na začátek prosím stručně představte svou organizaci. Soustředte se na vaši organizaci jako celek, případně tu část organizace, která bude pro váš projekt stěžejní.

1.1. Kdo jste a čím se vaše organizace zabývá?

Popište stručně svou činnost, s jakou cílovou skupinou pracujete a s čím těmto lidem pomáháte?

Jsmo začínající nezisková organizace, která se snaží o zlepšení duševního zdraví dětí a mládeže a bezpečnější prostředí na druhých stupních základních škol a na středních školách. Pomáháme starším žákům (žákům druhých stupňů základních škol a středních škol) vypořádat se s psychickými problémy a předcházet obtížím, se kterými se při své školní docházce mohou setkat.

2. Problém a vize aneb Co chcete změnit a kam směřujete?

V této části bychom se rádi dozvěděli, na jaké téma výzvy č. 57 se zaměříte, jaká je Vaše dosavadní znalost stávající situace a co naopak zatím nevíte a potřebujete zjistit. Zajímá nás, jaká je Vaše vize, ke které směřujete. Co by se mělo stát, aby byl problém menší nebo aby se mu dalo zcela předejít.

2.1. Zaškrtněte, jaké téma či témata z věcné náplně výzvy chcete řešit

Výběrem konkrétního tématu dáváte najevo, že vnímáte jeho palčivost a chcete ho svým projektem zlepšit. Váš vztah k tématu by se měl odrazit především v otázkách č. 2.2, 2.4 a 3.2. Pokud si vyberete více témat, měli byste se vyjádřit ke každému z nich.

- ☒ zvyšující se výskyt duševních onemocnění
- ☐ růst pocitu nejistoty
- ☐ ztráta solidarity
- ☐ stárnutí populace
- ☐ posilování důvěry ve společnosti
- ☐ zvyšování sociálního kapitálu
- ☐ snižování osamělosti
- ☐ snižování předsudků ve společnosti
- ☐ zkvalitňování veřejných služeb (v oblasti sociální začleňování a zaměstnanosti), aby odpovídaly potřebám občanů
- ☐ podpora neformální péče a pečujících osob

2.2. Na jaký problém, situaci nebo příležitost se v rámci vybraného tématu chcete zaměřit?

Témata, která výzva podporuje, jsou široce vymezená a lze si pod nimi představit řadu dílčích problémů, situací nebo příležitostí. Na co se chcete zaměřit? Co vše už víte? Informace podložte daty (statistikou, evidencí, zkušenostmi apod.)

Podle zprávy Mental Health at a Glance Report z roku 2022 jsou duševní potřeby téměř poloviny mladých lidí ve věku 15–24 let v Evropské unii nenaplněny (Evropská komise, 2022). Toto číslo odráží vážný problém: mnoho mladých lidí zůstává bez adekvátní podpory v oblasti duševního zdraví, což může vést k narůstajícím problémům v jejich akademickém, sociálním i osobním životě. Nedostatečná pomoc může mít dlouhodobé důsledky nejen na zdraví a pohodu jednotlivců, ale i na celou společnost.

Statistiky UNICEF z roku 2021 navíc uvádějí, že duševními poruchami trpí v Evropě celkem 9 milionů adolescentů ve věku 10–19 let (UNICEF, 2021). To znamená, že miliony dětí prochází životem v tichém boji s psychickými problémy, což ovlivňuje jejich osobní vývoj, školní výsledky i vztahy s vrstevníky a rodinou. Tento fakt poukazuje na širší společenský problém, protože neadekvátní podpora mladých lidí může vést k prohlubování jejich problémů i po dosažení dospělosti.

Také studie Národního ústavu duševního zdraví (NÚDZ) z roku 2023 přináší alarmující výsledky, a to přímo pro Českou republiku. Ze závěrů vyplývá, že 4 z 10 českých žáků vykazují znaky střední až těžké deprese, což je závažný stav, který může výrazně narušovat jejich každodenní fungování (NÚDZ, 2023). Data byla získána prostřednictvím anonymního monitoringu, který umožňuje identifikovat problémy, jež by jinak mohly zůstat zcela neodhalené. Přesto však existuje pravděpodobnost, že mnozí mladí lidé, kteří trpí psychickými obtížemi, stále zůstávají pro systém zdravotní a sociální péče tzv. neviditelní. Taková situace zvyšuje riziko, že jejich potíže budou dále narůstat, což může vést k negativním důsledkům, jako je např. zhoršení jejich akademických výsledků, stejně tak to ale může vést mimo jiné k problémům v sociálních vztazích jedinců a ve vážných případech až k myšlenkám na sebepoškození či sebevraždu.

Data z těchto studií jasně ukazují, že existuje naléhavá potřeba problém zhoršujícího se stavu duševního zdraví mladých lidí řešit, a to nejen na úrovni celé Evropské unie, ale i konkrétně v České republice. V rámci činnosti naší neziskové organizace EduVibe bychom se proto rádi zaměřili na podporu školských zařízení při zvládání současné krize v oblasti duševního zdraví. Cílem je poskytovat školám efektivní nástroje a programy, které jim umožní nejen identifikovat rizikové faktory a podporovat psychickou pohodu žáků, ale také rozvíjet zdravé a bezpečné studijní prostředí. Naším cílem je, aby školy mohly lépe reagovat na individuální potřeby žáků, zejména pokud jde o jejich duševní zdraví.

Naše iniciativa je nejen preventivním opatřením, ale i krokem směrem k zajištění dlouhodobé podpory pro žáky, kteří mohou mít vážné problémy se zvládáním běžných i mimořádných stresových situací, které škola a život přináší.

2.3. Vyjádřete výše popsanou oblast jednou větou (Z pohledu lidí, kterých se týká. Jak by asi svou situaci vyjádřili oni?).

“Necítím se dobře nebo to sleduji u spolužáka, nevím, co mám dělat a stydím se se s tím někomu svěřit.”

2.4. Jaká je stávající praxe v dané oblasti? Jak se k danému problému běžně přistupuje? Jaké organizace, politiky či nástroje jsou pro tuto oblast v současnosti obzvlášť relevantní a kde/v čem vidíte prostor pro zlepšení?

Je důležité, abyste prokázali, že se v dané oblasti orientujete, máte nastudované pozitivní i negativní zkušenosti s dosavadními přístupy k vámi zvolenému tématu (u nás i v zahraničí). Očekáváme, že provedete rešerši metastudií v dané oblasti, prozkoumáte relevantní statistické informace, projdete vědecké články o dané oblasti. Shrňte hlavní poznatky z těchto řešení a uveďte, jak s tímto poznáním naložíte.

Běžnou praxí bývá přímá intervence školního psychologa. V českém systému nyní fungují na části škol školní psychologové, kteří mohou poskytovat podporu přímo žákům v dané škole. Většina škol školní psychology vůbec nemá, mimo jiné kvůli jejich nedostatku a také proto, že dosud nefunguje jejich systémová podpora (úprava je nyní v legislativním procesu). (MŠMT, 2024; EDUin, 2022)

Mimo přímou intervenci školních psychologů, příp. jiných podpůrných pozic, se používají vzdělávací programy na témata spojená s duševním zdravím. U nás se na tyto programy zaměřuje např. organizace *Nevypusť duši* (Nevypusť duši, 2024) nebo velké množství soukromých vzdělávacích institucí (pro něž je to otázka podnikání, tedy i zisku). Do vzdělávání se MŠMT snaží zavádět inovativní metody zaměřené na téma well-beingu a psychohygieny (MŠMT, ČŠI, 2024). Dále fungují také krizové linky, jejímž příkladem u nás může být např. *Linka bezpečí* (Linka bezpečí, 2024).

V poslední době se v českém prostředí rozšířilo několik aplikací. Aplikace *VOS: Mental Health, AI Therapy* je od českých tvůrců a zaměřuje se obecně na well-being všech svých uživatelů pomocí deníku nálad, personalizovaných aktivit nebo meditačních a dechových cvičení na zvládání stresu. Pokročilejší funkce této aplikace však nejsou zdarma. Nedávno společnost *VOS.health* spustila i AI chatovacího bota *ChatMind*, který funguje jako AI terapeut dostupný 24/7, nicméně zatím bez podpory češtiny (Divinová, 2024). Aplikace *Nepanikař* nabízí několik modulů – ty jsou zaměřeny na poskytnutí okamžité pomoci při úzkostech, depresi, sebepoškozování, sebevražedných myšlenkách, či poruchách příjmu potravy. Nabízí tipy, jak na takové situace reagovat, a nástroje, jako jsou dechová cvičení, možnost plánování aktivit, záchranný plán a případně také kontakty na odbornou pomoc. Aplikace podobně jako ta předchozí necílí specificky na cílovou skupinu naší organizace. (Nepanikař, 2024)

Přímo na školní prostředí cílí na rozdíl od předchozích zmiňovaných aplikace *NNTB: Schránka důvěry*, kterou provozuje organizace *Nenech to být*. Schránka důvěry se zaměřuje na možnost anonymního sdílení převážně problému šikany či jiných problémů, se kterými se žáci, rodiče, pedagogové i jiní pracovníci školy mohou anonymně svěřit a dospět tak k napravení nastalého problému ve škole. (NNTB, 2024)

Přístupy různých zemí ke zhoršujícímu se duševnímu zdraví mládeže se liší. Ve své zprávě věnující se pěti základním pilířům boje proti problémům s duševním zdravím z roku 2022 uvádí UNICEF jako příklad mimo jiné středoamerický Ekvádor. V rámci tamního vzdělávacího systému působí

služba zvaná DECE (Department of Student Counselling), která zajišťuje, že jsou školy bezpečným studijním prostorem. (UNICEF, 2022)

Jako další příklad uvádí UNICEF Thajsko, kde během pandemie COVID-19 vláda ve spolupráci s UNICEF zavedla program HERO). Ten učitelům pomáhá sledovat a podporovat studenty s různými problémy. Kromě toho byla provedena analýza duševního zdraví a psychosociální podpory v různých sektorech. (UNICEF, 2022)

V zahraničí existují dotazníková šetření zaměřená na duševní zdraví studentů, s jejichž výsledky mohou školy následně pracovat v preventivních programech. Například The California Healthy Kids Survey (The California Healthy Kids Survey, 2024).

2.5. Co zatím nevíte, potřebujete zjistit, s čím si nevíte rady?

V otázce výše jste popsali, co vše již o současnou situaci víte. Tady nás naopak zajímá, co ještě potřebujete víc prozkoumat, zanalyzovat, prostudovat, vyzkoušet, aby byla Vaše znalost hlubší a rozmanitější.

Zajímaly by nás zkušenosti škol i dětí. Zejména u dětí bychom rádi zjistili, jestli ví, na koho se obrátit, kde hledat informace a zda mají pocit, že jim je nasloucháno. Mimo provedení empatického rozhovor s jednou žákyní by bylo vhodné udělat kvantitativní dotazníkové šetření a na něj navazující kvalitativní rozhovory s vybranými respondenty, kteří by nám pomohli pochopit své obtíže z pohledu cílové skupiny a obdobně postupovat i se zástupci škol či rodičů. Dále by mohlo být užitečné zkontaktovat se i s dalšími neziskovými organizacemi mimo oslovenou organizaci Nevypusť duši, které mají zkušenost s tématem zhoršujícího se duševního zdraví mládeže a využít jejich poznatků z praxe.

2.6. Jaká je Vaše vize ideálního stavu? K čemu chcete Vaším konáním směřovat?

Představte si, že za 3-5 let se svět změnil. Situace vašich cílových skupin se zlepšila víc, než jste si představovali. K jakým změnám došlo? Kdo co dělá jinak? Jak se změnil aktéři?

Vize v jedné větě: Žák může otevřeně a důvěrně řešit své duševní zdraví, ví, kam se obrátit, a cítí podporu i pochopení ve školním prostředí.

Naší vizí je zásadní změna v oblasti zlepšení přístupu k duševnímu zdraví ve školním prostředí, kdy by se psychické zdraví dětí a mládeže stalo běžnou součástí školní praxe i širšího společenského vnímání, což by vedlo k celkově lepšímu poskytování pomoci v oblasti duševního zdraví. Za 3–5 let si představujeme situaci, ve které by bylo běžné, že žáci na druhých stupních základních škol a středních školách vědí, kam se obrátit, pokud prožívají psychické potíže, a zároveň by cítili, že jejich problémy budou brány vážně a s empatií (a tedy nebáli se na někoho obrátit). V rámci ideálního stavu máme představu, že by školy měly dostatečně rozvinutý systém podpory, učitelé by byli proškoleni na téma duševního zdraví (well-beingu a psychohygieny) a věděli by, jak s duševními problémy žáků citlivě pracovat či na koho žáky odkázat. Ředitelé, třídní učitelé a primárně školní psychologové by také získali lepší přehled o duševním zdraví a výskytu patologických jevů na dané škole i v konkrétních třídách při zachování anonymizace dat. Díky tomu by školy měly možnost efektivnějšího zacílení preventivních a dalších programů.

Naše vize zahrnuje také změnu postoje k psychickému zdraví – destigmatizaci duševních problémů. Otevřená komunikace o duševním zdraví by byla běžná a byla považována za důležitou součást péče o žáky a studenty. Důraz na duševní pohodu by se stal běžnou součástí školního života i každodenních rozhovorů. Chceme směřovat k cíli, kde bude vytvořeno přívětivé prostředí, ve kterém se psychické problémy řeší otevřeně, efektivně a s dostatečnou podporou. Dlouhodobě bychom chtěli, aby se snížil počet žáků s psychickými obtížemi, kterým není poskytována pomoc, aby se jejich problémy mohly řešit ještě v zárodku. To by mohlo vést i ke zlepšení školních výsledků a celkovému zvýšení pohody ve škole i mimo ni.

3. Rovina projektu aneb Jak může k vaší vizi pomoci realizace projektu a s kým počítáte do týmu?

Rádi bychom porozuměli vašim ambicím v předkládaném projektu a co budete považovat za úspěch na jeho konci. Kdo jsou pro Vás klíčoví spoluhráči, kteří souzní s Vaší vizí a budou na jejím dosažení participovat nebo přinášet kritický pohled na Váš postup.

3.1. Čeho chcete projektem dosáhnout a jakými cestami k tomu chcete dojít? Napište, co budete v projektu dělat, abyste svého cíle dosáhli.

Jaké jsou podle Vás možnosti či způsoby práce s problémem, které byste chtěli v projektu využít? Proč se domníváte, že mohou fungovat?

Naším cílem je podchytit duševní problémy žáků na školách dříve, než se tomu děje nyní. Právě včasná identifikace problému je nutným předpokladem k tomu aby se daná situace mohla začít řešit. Žákům chceme pro tyto účely nabídnout informace a jednodušší možnost říct si o pomoc. Školám pak chceme nabídnout lepší přehled o problémech, které žáky trápí.

Dosáhnout toho chceme pomocí těchto funkcí:

Chat se školním psychologem

Pokud žák sleduje u sebe nebo u svého spolužáka změny v oblasti duševního zdraví a nevědí, co mají dělat, kontaktuje přes chat školního psychologa, který mu poradí, nebo rovnou domluví sezení. Ne každý žák jde ihned oslovit třídního učitele nebo zaklepat na dveře školního psychologa, právě chat může být komfortnějším způsobem k navázání prvotního kontaktu..

Screeningy pro školy

Součástí aplikace jsou odborně sestavené dotazníky zaměřené na duševní zdraví žáků a bezpečné prostředí na škole, které anonymně vyplňují přímo žáci. Školy mohou identifikovat problém přímo v konkrétní třídě a pracovat s ním, také mohou reagovat lepším cílením preventivních programů, které zohlední potřeby konkrétní třídy/školy.

Informace pro žáky o duševním zdraví na jednom místě

Aplikace nabízí žákům všechny potřebné informace týkající se duševního zdraví. Žák si je může

sám vyhledat a třídy s nimi mohou pracovat v rámci výuky.

Oproti jiným programům nabízí úzkou spolupráci se školami a více funkcí na jednom přehledném místě. Vytváří tak komplexní systém pro duševní zdraví na školách.

3.2. Jak a čím Váš projekt přispěje ke zlepšení Vámi vybraného tématu výzvy?

Velmi pravděpodobně máte nějaké představy, hypotézy, (teorii změny), jak a proč by to, co v projektu plánujete dělat, mělo přispět ke zlepšení situace občanů. Sepište je v odpovědi na tuto otázku.

Náš projekt se zaměřuje na zlepšení duševního zdraví dětí a mládeže a na vytvoření bezpečnějšího prostředí na druhých stupních základních škol a středních školách prostřednictvím tří hlavních oblastí: prevence, intervence a vzdělávání. Naší teorií změny je, že posílením podpůrného školního prostředí a snadným přístupem k odborné pomoci vytvoříme prostor, kde se děti a mladí lidé budou cítit bezpečně, což přímo podpoří jejich psychickou pohodu i školní úspěchy.

Prevence – posílení povědomí a včasná identifikace problémů

- hypotéza = pokud děti a mládež získají základní povědomí o duševním zdraví a jeho důležitosti, budou lépe schopni rozpoznat varovné příznaky u sebe i svých spolužáků, což povede k včasnějšímu řešení problémů.

Intervence – snadná dostupnost odborné pomoci a podpory

- hypotéza = když dětem a mládeži nabídneme snadno dostupnou odbornou pomoc v prostředí, které znají a kterému důvěřují, snížíme bariéry pro hledání pomoci a zamezíme zhoršování psychických problémů.

Vzdělávání – posílení kapacit pedagogů a rodičů

- hypotéza = pokud budou pedagogové a rodiče lépe informováni o duševním zdraví a vybaveni dovednostmi, jak reagovat na obtížné situace, vytvoří podpůrnější prostředí pro děti a mládež.

Dlouhodobé cíle a očekávané dopady

- zlepšení celkové psychické pohody (well-beingu) dětí a mládeže
- zvýšení odolnosti vůči stresu a schopnosti zvládat obtížné situace, což podpoří nejen akademický výkon, ale i vztahy mezi žáky.
- vytvoření podpůrného školního prostředí, kde se děti cítí bezpečně a mohou se rozvíjet v pozitivní atmosféře.

Náš projekt přispívá ke zlepšení situace tím, že vytváří komplexní systém podpory duševního zdraví, zahrnující prevenci, intervenci a vzdělávání. Věříme, že kombinace těchto aktivit povede ke zdravějšímu a bezpečnějšímu prostředí na školách, což je klíčem k celkovému zlepšení kvality života dětí a mládeže.

3.3. Kdo jsou klíčoví aktéři, se kterými chcete a potřebujete v projektu spolupracovat?

Zde máme na mysli aktéry mimo realizační tým, kteří mohou vaše řešení nebo realizaci projektu ovlivnit. Napište nám, co o nich víte (co řeší, co prožívají, co si myslí) a jak budou v rámci projektu zapojeni. Jak je plánujete lépe poznat a pochopit jejich motivaci.

Zástupci cílové skupiny – Žáci. Žáci jsou klíčovým aktérem, na jehož spolupráci stojí celý projekt. Aplikace musí být vyvíjena na základě poptávky a podnětů Žáků po službách. Aplikace, zvláště aplikace zaměřená na podporu duševního zdraví Žáků, musí být uživatelsky přívětivá. Proto plánujeme zapojení Žáků do vývoje aplikace skrze UX testování. Nejdříve bude zapojena užší průřezová skupina Žáků (napříč ročníky) při vývoji a poté provedeno větší testování prototypu.

Dalšího aktéra tvoří rodiče Žáků. Rodiče mohou být k inovativnímu přístupu k duševnímu zdraví skeptičtí, a proto je potřeba s nimi diskutovat funkcionality aplikace, pořádat s nimi kulaté stoly nebo vytvořit fórum, kde budou rodiče moci sdílet své nápady a obavy. Z těchto fór získáme zpětnou vazbu, kterou využijeme v dalším vývoji či úpravách aplikace. Na obavy rodičů by pak reagovali odborníci z praxe přizvaní k vývoji aplikace.

Klíčovým aktérem jsou také učitelé a ředitelé škol. Tito nám mohou poskytnout podněty, ale též mohou vyjadřovat obavy z inovace. Jejich angažmá je zásadní, protože bez důvěry pedagogů by aplikace postrádala smysl. Aplikace stojí na spolupráci naší organizace s jednotlivými školami, proto je potřeba o jejích přednostech přesvědčit ředitele i velkou část pedagogického sboru, v němž musí mít ředitel oporu. Školy pak mohou hrát důležitou roli i v propagaci aplikace mezi žáky.

Dále to jsou další podpůrné profese – zejména psychologové, ale též speciální pedagogové, sociální pedagogové či asistenti pedagoga. Ti přicházejí do styku zejména s žáky, kteří jsou již identifikováni jako Žáci ohrožení školním neúspěchem nebo s potřebou podpůrných opatření. Role těchto pozic je poskytnout expertní pohled využitelný ve vývoji aplikace a následné přijetí aplikace jako nástroje pro poskytování podpory Žákům. Pokud by profesionálové odmítali aplikaci jako zbytečný nástroj, zbytečně by aplikace v jejich očích kazila jejich práci a bojkotovali by jí. Tomu je třeba zamezit zapojením odborníků do vývoje aplikace a sbíráním zpětné vazby.

Aktérem jsou i již fungující organizace (NNO), které se duševním zdravím zabývají. Od nich můžeme čerpat inspiraci a získávat podněty z praxe.

3.4. Jak v projektu poznáte, že vaše řešení funguje?

Zajímá nás, podle čeho poznáte, že jdete správným směrem a občanům se daří lépe.

Evaluační plán

Cíle evaluace

- Musíme si stanovit co chceme skrze evaluaci projektu zjistit. V našem případě je to to, zda aplikace funguje a má dosah na cílové skupiny, pro které byla vytvořena.

1. Ověřit, zda aplikace efektivně podporuje duševní zdraví žáků.
2. Posoudit míru využitelnosti aplikace školami a samotnými žáky.
3. Zhodnotit dopad aplikace na prevenci duševních problémů.

Metody evaluace

- Metody evaluace budou probíhat ve dvou typech sběru dat a to kvantitativním a kvalitativním sběrem dat. Kvantitativní data, budou ta, která získáme jako první, jelikož budou dostupná skrz statistiky aplikace a bude následovat jejich zpracování. Dále budeme pokračovat kvalitativním výzkumem a zpracováním dat získaných skrz něj.

1. Kvantitativní analýza:

- Získá statistiky z aplikace – počet přihlášení, četnosti využití funkcí aplikace, screening
- Dotazníkové šetření, které žáci a učitelé anonymně vyplní před zavedením aplikace a poté po šesti měsících jejího používání.
- Školní data, jako sledování školní docházky, vnímání výskytu šikany budou monitorovat výsledky preventivních programů.

2. Kvalitativní analýza:

- Hlubkové rozhovory jak se zástupci cílových skupin, tak s klíčovými stakeholdery pomohou rozklíčovat uživatelskou přívětivost a přínosy aplikace.
- Případové studie skrze analýzu vybraných škol, které aplikaci aktivně implementovaly. Případové studie by kladly důraz na konkrétní změny, přínosy i negativa aplikace.

Indikátory úspěchu

- V rámci evaluace je zapotřebí stanovit si indikátory, které nám při evaluaci ukáží buď chtěný úspěch nebo nechtěné selhání aplikace.
1. Uživatelská spokojenost – do jaké míry jsou žáci a učitelé spokojeni s aplikací – zdroj dat: dotazníky.
 2. Zvýšení informovanosti především ve znalostech o tom, kam se s duševními problémy obrátit (měřeno před a po zavedení aplikace).
 3. Zlepšení školního prostředí zjištěné skrze snížení hlášených případů šikany a dalších problémů díky preventivním aktivitám cíleným na základě dat ze screeningů.
 4. Četnost kontaktů s psychologem zjistíme skrze monitoring aplikace. Indikátorem úspěchu by bylo zvýšení počtu interakcí s odborníky prostřednictvím chatu v aplikaci.

Harmonogram evaluace

- Předimplementační fáze – sběr dat o výchozím stavu
- Pilotní fáze – sběr průběžných dat z aplikace během prvních (třeba šesti) měsíců provozu
- Závěrečná fáze – komplexní evaluace (třeba po 12 měsících)

Nástroje evaluace

- Nástroje, které budeme pro evaluaci používat, budou online dotazníky a analytické nástroje aplikace. Dále software pro analýzu kvalitativních dat.
- Zapojení stakeholderů skrze pravidelné workshopy a diskuze s učiteli, rodiči a odborníky, povedou k tomu, aby výsledky evaluace vedly k úpravám a vylepšení aplikace.

Vyhodnocení a zpětná vazba

- Poslední bod evaluace je vyhodnocení výsledků, ke kterým jsme skrze evaluaci došli
- Důležité jsou i pravidelné reporty o stavu projektu a evaluace klíčových indikátorů
- V neposlední řadě velice důležitá zpětná vazba od uživatelů aplikace bude využita k dalším úpravám a zlepšování funkcí aplikace.

4. Hloubkové rozhovory

Považujeme za důležité, abyste si již při přípravě vyzkoušeli, jak budete v projektu pracovat a zda vám to bude dávat smysl. Získané poznatky z rozhovorů navíc můžete využít i pro samotný projekt.

*Vyberte si prosím dva respondenty (1. zástupce CS, 2. stakeholderů) a udělejte s nimi empatické rozhovory. Cílem rozhovorů **není potvrzení si potřeby vašeho řešení, ale zjišťování potřeb a toho, co si dotazovaný myslí a co prožívá.***

4.1. S jakými zástupci CS/aktéry jste se potkali a udělali rozhovory? Jaká je jejich stručná charakteristika a proč jste si je vybrali?

Terka a Dominika z Nevypust' duši – zástupkyně stakeholderů

Pro oslovení organizace Nevypust' duši jsme se rozhodli, protože jsme chtěli znát pohled z praxe od lidí, kteří se věnují tématu duševního zdraví u žáků a zároveň mají reálnou praxi a zpětnou vazbu od žáků přímo z návštěv škol. V organizaci jsme oslovili ředitelku organizace Barboru, která nám i na základě zaměření našeho projektu na inovativní řešení problémů spojených s duševním zdravím na školách doporučila dvě své kolegyně: Terku a Dominiku.

Terka koordinuje středoškolské workshopy pořádané organizací Nevypust' duši a je také jejich lektorkou. Dominika je psycholožka, která je lektorkou workshopů pro firmy a veřejnost a věnuje se inovačním projektům.

Tereza, studentka 4. ročníku střední školy – zástupkyně cílové skupiny

Přišlo nám důležité druhý rozhovor provést s někým, kdo dobře reprezentuje naši cílovou skupinu. Chtěli jsme znát pohledy a názory na věc od někoho, kdo je součástí vzdělávacího systému – Tereza je 19letá studentka 4. ročníku střední odborné školy, navíc mimo Prahu. To nám může poskytnout zajímavý pohled na to, jak péče o duševní zdraví funguje na školách mimo naši pražskou "bublinu".

4.2. Co nového a zajímavého jste z rozhovorů zjistili? Je něco, co Vás překvapilo, co jste třeba nečekali, že se dozvíte?

Terka a Dominika z Nevypust' duši – zástupkyně stakeholderů

Pro žáky je náročné se zorientovat v množství různých možností podpory. Organizace proto jako první krok doporučuje, na koho se mají žáci s jakými problémy obrátit. Dále již však není možné vysledovat, jak s takovouto informací žák naloží.

Důležitým poznatkem pro nás bylo, že žáky ZŠ a SŠ je potřeba i v oblasti duševního zdraví vnitřně diferencovat (např. poskytnout specifické služby žákům v maturitních ročnících, které čeká velké stresové období). I na základě této informace jsme se rozhodli zúžit cílovou skupinu na žáky druhých stupňů základních škol a žáky středních škol. Dále je zajímavé to, že respondentky uváděly, že žáci již o tématu mívají větší povědomí, než měli jejich starší spolužáci. Téma se daří destigmatizovat, výjimkou jsou dle respondentek hospitalizace na psychiatrii, které přetrvávají mezi žáky jako tabu.

Organizace se snaží rozšiřovat svou podporu, nyní zavádí komplexní roční programy na několika vybraných školách. Ne vždy se ale setkávají s ochotou pedagogů se zapojit. V této věci by se rády zaměřily na osvětu u pedagogů a jejich zkompetentňování k práci s tématem duševního zdraví s dětmi (např. aby se nebáli jít do podpůrných rozhovorů). Částečně tak mohou pomoci přetížené síti poraden a sanovat nedostatek odborníků. Vzhledem k přetížené poradenské síti a nedostatku odborníků musejí žáci na komplexnější podporu čekat a musí se uchýlovat ke krizovým možnostem (např. krizová linka).

Jako další problém respondentky zmiňovaly to, že na místní úrovni (město, městská část) spolu jednotlivé organizace pracující s duševním zdravím příliš nekomunikují. Bylo by potřeba je více propojit, aby mohly lépe poskytovat a odkazovat na vhodnou pomoc.

Tereza, studentka 4. ročníku střední školy – zástupkyně cílové skupiny

Na škole respondentky je duševní zdraví studentů častým tématem, ale jeho řešení zůstává nedostatečné. Podle ní se mnoho jejích spolužáků potýká se stresem, úzkostí či depresemi, což často pramení ze školního tlaku na výkon, sociálních konfliktů a osobních problémů. Dále respondentka zmiňuje roli sociálních sítí, např. v propagaci škodlivých představ vzhledu apod. Škola sice podle respondentky nabízí pomoc prostřednictvím školního psychologa, ale ten není příliš využíván. Studenti se obávají stigmatizace, nedostatečné diskrétnosti a pochybují o účinnosti této podpory. Role učitelů v této oblasti je omezená, protože často nemají potřebné znalosti a nástroje pro řešení těchto situací.

Respondentka vnímá duševní zdraví jako důležité téma, o kterém by se mělo více mluvit. Podle ní by škola měla lépe propagovat dostupnou pomoc, například prostřednictvím kampaní nebo otevřených diskusí, aby studenti věděli, kam se mohou obrátit. Důležitou změnou by také bylo posílení důvěry ve školní psychologické služby a jejich snadnější dostupnost. Za klíčové považuje i zapojení učitelů, kteří by měli být lépe vyškoleni v rozpoznávání problémů studentů a jejich podpoře.

Další doporučení směřují ke zlepšení sociálního prostředí ve škole. Vztahy mezi studenty mohou hrát zásadní roli, a proto by škola měla podporovat otevřenou komunikaci, prevenci šikany a budování přátelské atmosféry. Celkově je patrné, že je třeba odstranit stigma spojené s hledáním pomoci a vytvořit takové prostředí, kde se studenti cítí bezpečně a podporováni.

Rozdělení práce v týmu:

1.1. + 2.1.: celý tým

2.2.: Šárka a Michael

2.3.: Šárka a Petr

2.4.: první část: Petr; druhá část: Šárka a Michael

2.5.: Šárka menší úpravy

2.6.: Julie, Šárka menší úpravy

3.1.: Šárka

3.2.: Michael

3.3.: Petr

3.4.: Julie

4.1. + 4.2.: první rozhovor: Julie a Petr; druhý rozhovor: Michael

5. Seznam použitých zdrojů

Zde prosím uveďte všechny zdroje, na které se v textu odkazujete, a které jste při tvorbě KPZ využili.

California School Health and Learning Survey (CSHLS), Surveys 2024. Dostupné z: <https://calschls.org/about/the-surveys/>

DIVINOVÁ, Jana, 2024. Kapesní terapeut pro všechny. Český startup VOS.health spouští nový nástroj. *Forbes* [online]. 28.09.2024 [cit. 01.11.2024]. Dostupné z: <https://forbes.cz/kapesni-terapeut-pro-vsechny-cesky-startup-vos-health-spousti-novy-nastroj>

EDUin, 2022. Tisková zpráva: Ve školách chybí školní psychologové. Podpůrné pozice jsou ale ve vzdělávání zásadní. Dostupné z: <https://www.eduin.cz/clanky/tiskova-zprava-ve-skolach-chybi-skolni-psychologove-podpurne-pozice-jsou-ale-ve-vzdelavani-zasadni/>

Evropská komise, 2022. Mental Health at Glance: Europe 2022. Dostupné z: https://health.ec.europa.eu/document/download/3f9d55be-9e36-43d9-99ad-b96ac63a5b9b_en?filename=2022_healthatglance_rep_en_0.pdf

Linka bezpečí, 2024. O nás. Dostupné z: <https://www.linkabezpeci.cz/o-nas>

MŠMT, 2024. Vyřízení žádosti o informace dle zákona č. 106/1999 Sb., o svobodném přístupu k informacím, ve znění pozdějších předpisů. č. j.: MSMT-3909/2024-2.

Nepanikař, 2024. Aplikace. Dostupné z: <https://nepanikar.eu/aplikace-nepanikar/>

Nevypušť duši, 2024. Naše programy. Dostupné z: <https://nevypustdusi.cz/programy/>

NNTB, 2024. Online schránka důvěry Nenech to být (NNTB). Dostupné z: <https://www.nntb.cz/whistleblowing-skoly>

NÚDZ, 2023. Národní monitoring duševního zdraví dětí a adolescentů. Dostupné z: <https://dzda.cz/wp-content/uploads/2024/05/Metodika-monitoringu-DZDA.pdf>

UNICEF, 2021. The Mental Health Burden Affecting Europe's Children. Dostupné z: <https://www.unicef.org/eu/stories/mental-health-burden-affecting-europes-children>

UNICEF, 2022. Five essential pillars for promoting and protecting mental health and psychosocial well-being in schools and learning environments. Dostupné z: <https://www.unicef.org/media/126821/file/Promoting%20and%20protecting%20mental%20health%20in%20schools%20and%20learning%20environments.pdf>

MŠMT, ČŠI, 2024. Klíče k rozvoji školy: náměty pro čerpání šablon, inspirace pro školy. *edu.cz*. Dostupné z: <https://www.edu.cz/klice-k-rozvoji-skoly-namety-pro-cerpani-sablon-inspirace-pro-skoly/>



Moderní řešení pro duševní zdraví na školách

● Screeniny pro školy

Anonymní dotazníky pomáhají monitorovat duševní zdraví žáků a školní klima. Výsledky jsou dostupné jak pro školu, tak pro konkrétní třídy a poskytují cenné informace pro školního psychologa, ředitele i učitele. Díky screeningům je možné efektivněji zacílit prevenci a zaměřit se na řešení existujících problémů.

● Chat se školním psychologem

Rychlý a uživatelský přívětivý způsob, jak si říct o pomoc. Díky této funkci se žáci a studenti mohou svěřit s tím, co je trápí a v případě potřeby domluvit osobní konzultaci.

● Informace o duševním zdraví na jednom místě

Praktické materiály o duševním zdraví, zvládání stresu, emocí a bezpečném prostředí. Dostupné kdykoliv, pro žáky i pedagogy.

**Chcete se dozvědět více o tom, jak může
EduVibe pomoci na vaší škole?**

Navštivte www.eduvibe.cz



**Nabízíme moderní řešení pro duševní zdraví
na školách v jedné aplikaci, která obsahuje:**

- **Screeningy pro školy**
Anonymní dotazníky pomáhají monitorovat duševní zdraví žáků a školní klima. Výsledky jsou dostupné jak pro školu, tak pro konkrétní třídy a poskytují cenné informace pro školního psychologa, ředitele i učitele. Díky screeningům je možné efektivněji zacílit prevenci a zaměřit se na řešení existujících problémů.
- **Chat se školním psychologem**
Rychlý, bezpečný a uživatelský přívětivý způsob, jak si říct o pomoc. Díky této funkci se žáci a studenti mohou svěřit s tím, co je trápí a v případě potřeby domluvit osobní konzultaci.
- **Informace o duševním zdraví na jednom místě**
Praktické materiály o duševním zdraví, zvládání stresu, emocí a bezpečném prostředí. Dostupné kdykoliv, pro žáky i pedagogy, vhodné pro využití ve výuce.

**Chcete se dozvědět více o tom, jak může
EduVibe pomoci na vaší škole?
Navštivte www.eduvibe.cz**



**Nabízíme moderní řešení pro duševní zdraví
na školách v jedné aplikaci, která obsahuje:**

- **Screeningy pro školy**
Anonymní dotazníky pomáhají monitorovat duševní zdraví žáků a klima na konkrétní škole i v konkrétní třídě. Výsledky poskytují cenné informace pro školního psychologa, ředitele i učitele. Díky screeningům je možné efektivněji zacílit prevenci a zaměřit se na řešení existujících problémů.
- **Chat se školním psychologem**
Rychlý, bezpečný a uživatelský přívětivý způsob, jak si říct o pomoc. Díky této funkci se žáci a studenti mohou svěřit s tím, co je trápí a v případě potřeby domluvit osobní konzultaci.
- **Informace o duševním zdraví na jednom místě**
Praktické materiály o duševním zdraví, zvládání stresu, emocí a bezpečném prostředí. Dostupné kdykoliv, pro žáky i pedagogy, vhodné pro využití ve výuce.

**Chcete se dozvědět více o tom, jak může
EduVibe pomoci na vaší škole?
Navštivte www.eduvibe.cz**