
Well being

V roce 2022 nejprve vytvoříme v české i v anglické verzi teoretická východiska pro podporu psychického zdraví a well-beingu studentů Univerzity Karlovy (Metodologie k Akčnímu plánu podpory duševního zdraví a well-beingu studentů Univerzity Karlovy do roku 2028, která bude reflektovat nejnovější, na důkazech založené poznatky efektivní podpory duševního zdraví a rozvoje well-beingu studentů terciálního vzdělávání, respektující zásady vzdělávání pro budoucnost a vzdělávání k budoucnosti). Na základě těchto východisek dále vytvoříme v české i v anglické verzi Akční plán podpory duševního zdraví a rozvoje well-beingu studentů Univerzity Karlovy do roku 2028 v souladu s Národním akčním plánem pro duševní zdraví 2020–2030 a WHO Mental Health Action Plan for Europe 2013–2020 (WHO, 2015). Akční plán podpory duševního zdraví a rozvoje well-beingu bude respektovat a naplňovat třetí cíl aktualizovaného akčního plánu duševního zdraví Světové zdravotnické organizace The Comprehensive Mental Health Action Plan 2013–2030, kterým je zaměření na „implementaci strategií podpory duševního zdraví a prevence duševního onemocnění“. Následně vytvoříme výzkumný nástroj pro retrospektivní hodnocení životního stylu a učebního stylu mimořádně úspěšných absolventů Univerzity Karlovy (dotazník a rozhovor pro analýzu případových studií), který nám pomůže stanovit klíčové oblasti pro cílený rozvoj well-beingu a budování resilience studentů Univerzity Karlovy. Analýza také definuje oblasti pro zvyšování studijních kompetencí studentů, pomocí nichž bude docíleno zvýšení míry dokončování studia studentů. V dalším roce provedeme pilotní studii, finalizujeme vytvořené nástroje a vyhodnotíme well-being mimořádně úspěšných absolventů Univerzity Karlovy. Ke konci roku 2023 provedeme analýzu a publikaci dat, sumarizaci doporučení pro erudici a tvorbu edukačních materiálů budující zdravý životní styl studentů (MOOC úvodní kurz pro studenty prvního ročníku; navazující MOOC kurz pro studenty navazujících ročníků) v české i anglickém jazyce, na jejímž základě vznikne nové opatření přijaté na podporu souladu studijního a pracovního života. Konkrétně vzniknou kurzy zaměřené na aktivní podporu zvyšování studijních kompetencí a budování resilience studentů na téma „Podpora duševního zdraví a budování well-beingu studentů Univerzity Karlovy“ v českém i v anglickém jazyce a také MOOC kurz na téma „Jak budovat zdraví a well-being studentů Univerzity Karlovy pomocí na důkazech založených aktivit a metod“ v českém a anglickém jazyce. MOOC kurzy budou reflektovat výsledky provedené studie well-beingu mimořádně úspěšných absolventů Univerzity Karlovy a budou sestaveny v souladu se zpracovanými teoretickými východisky metodologie podpory psychického zdraví a well-beingu a s principy Akčního plánu podpory duševního zdraví a rozvoje well-beingu studentů Univerzity Karlovy do roku 2028.