

Syndrom vyhoření u sociálních pracovníků v pobytových službách – Dotazník

*Povinná odpověď

Pohlaví *

- Žena
- Muž

Věk *

- 20 až 30 let
- 31 až 40 let
- 41 až 50 let
- 51 až 60 let
- 61 a více let

Vzdělání *

- Středoškolské s maturitou
- Vyšší odborné
- Vysokoškolské

Pracujete v pobytovém zařízení určené pro... *

- Děti
- Seniors
- Matky s dětmi
- Osoby se zdravotním/mentálním postižením
- Osoby bez trvalého přístřeší

Byl/a jste někdy seznámen/a s definicí syndromu vyhoření, ať ve škole, nebo v práci ? *

- Ano
- Ne
- Nevím

Víte, co se pod tímto termínem rozumí ? *

- Ano
- Ne

Byl/a jste ohledně syndromu vyhoření a jeho rizik, informován/a ze strany pracoviště ? *

Ano

Ne

Myslíte si, že Vám jistá rizika hrozí ? *

Ano

Ne

Nedokáži to posoudit

Nepřipouštím si to

Cítíte se často pod stresem ? *

Ano

Ne

Pocitujete tlak velkou odpovědností, která ve Vás vyvolává tlak a napětí ? *

Ano

Ne

Ztrácíte lehce klid, jste často nervózní ? *

Ano

Ne

Převládá u Vás cynismus, nebo negativní postoj k jakékoliv činnosti ? *

Ano

Ne

Pocitujete ztrátu nadšení, je pro Vás těžké se pro něco nadchnout ? *

Ano

Ne

Je pro Vás těžké se soustředit ? *

Ano

Ne

Cítíte se permanentně unavený/á, bez zbytku energie ? *

Ano

Ne

Převládá u Vás lhostejnost, k vykonání úkolu ? *

Ano

Ne

Je Váš spánek nekvalitní - často se budíte, nebo mnohdy ani nemůžete usnout ? *

Ano

Ne

Zhoršilo se Vaše stravování, nemáte chuť k jídlu, nebo se naopak přejídáte ? *

Ano

Ne

Trápí Vás bolesti, například hlavy, zad ? *

Ano

Ne

Pocítujete nechuť jít do práce, nebo se nemůžete dočkat konce pracovní doby ? *

Ano

Ne

Máte pocit, že vše co v práci ale i doma vykonáváte je zcela zbytečné ? *

Ano

Ne

Máte pocit, že jste dosáhl/a mrtvého bodu ? *

Ano

Ne

Uvažujete o změně zaměstnání ? *

Ano

Ne

Volíte vůči stresu a syndromu vyhoření, nějaké preventivní kroky ? *

Ano

Ne

Pokud Vaše odpověď, na předešlou otázku byla ano, mohl/a byste uvést heslovitě jaká ? (např. volnočasové aktivity, koníčky, psychohygienu, časový plán, sport...)

Zajišťuje Vám pracoviště i možnosti jiných společenských aktivit ? (např. úprava pracovního prostředí, podnikové rekreace, večírky, porady....)

Ano

Ne

Zajišťuje Vám pracoviště, pravidelnou Supervizi ? *

Ano

Ne

Zda ano, jak často ?

každý týden

jednou za čtrnáct dní

jednou za měsíc

jednou za půl roku

Jiné –

Vnímate Supervizi, jako prospěšnou? *

Ano

Ne