

Abstrakt

Bakalářská práce se věnuje problematice syndromu vyhoření u pomáhajících profesí. První část analyzuje pomáhající profesi a specifické charakteristiky pomáhající práce, další část popisuje syndrom vyhoření, jeho příznaky, fáze a diagnostiku. Poslední část práce pojednává o léčbě syndromu vyhoření (z pohledu tradiční i alternativní medicíny) a o preventivních opatřeních, které lze zavést do života každého člověka.

Klíčová slova:

syndrom vyhoření, stres, rizikové faktory, pomáhající profese, stav plynutí, sociální opora, zdravý životní styl