

Přílohy

1. Inventář projevů syndromu vyhoření.

1. INVENTÁŘ PROJEVŮ SYNDROMU VYHOŘENÍ

Věk:....., **Pohlaví:** žena-muž, **Odpracovaná léta ve školských zařízeních.....**,
Dosažené vzdělání: pedagogické vysokoškolské (Mgr., Bc.), pedagogické středoškolské (maturita), nepedagogické vysokoškolské (Mgr., Bc., apod.), nepedagogické středoškolské (maturita), střední odborné (výuční list), základní vzdělání.

Zaškrtněte u každé položky, do jaké míry se vás jednotlivé výpovědi týkají.

	Vždy	často	někdy	zřídka	nikdy
1. Obtížně se soustředuji	4	3	2	1	0
2. Nedokáži se radovat ze své pedagogické práce	4	3	2	1	0
3. Připadám si fyzicky vyždímaný/a	4	3	2	1	0
4. Nemám chuť pomáhat dětem poruchami chování	4	3	2	1	0
5. Pochybuji o svých pedagogických schopnostech	4	3	2	1	0
6. Jsem sklíčený/á	4	3	2	1	0
7. Jsem náchylný/á k nemocím	4	3	2	1	0
8. Pokud je to možné, vyhýbám se odborným rozhovorům s ostatními pedagogy	4	3	2	1	0
9. Vyjadřuji se posměšně o dětech s poruchami chování i o jejich rodičích.	4	3	2	1	0
10. V konfliktních situacích v dětském domově se cítím bezmocný/á	4	3	2	1	0
11. Mám problémy se srdcem, dýcháním, trávením, apod.	4	3	2	1	0
12. Frustrace z pedagogické profese narušuje mé soukromé vztahy	4	3	2	1	0
13. Můj odborný růst a zájem o obor zaostávají	4	3	2	1	0
14. Jsem vnitřně neklidný/á a nervózní	4	3	2	1	0
15. Jsem napjatý/á	4	3	2	1	0
16. Svou práci omezují na její mechanické provádění	4	3	2	1	0
17. Přemýšlím o odchodu ze školství	4	3	2	1	0
18. Trpím nedostatek uznání a ocenění	4	3	2	1	0
19. Trápí mě poruchy spánku	4	3	2	1	0
20. Vyhýbám se účasti na dalším vzdělávání pedagogů	4	3	2	1	0
21. Hrozí mi nebezpečí, že ztratím přehled o dění v oboru	4	3	2	1	0
22. Cítím se ustrašený/á	4	3	2	1	0
23. Trpím bolestmi hlavy	4	3	2	1	0
24. Pokud je to možné, vyhýbám se rozhovorům s dětmi	4	3	2	1	0