

ABSTRAKT:

Bakalářská práce se zabývá problematikou sladování pracovního a osobního života řídicích pracovníků ve školství v různých aspektech důležitých pro tuto oblast.

Teoretická část je zaměřena na pracovní zátěž ředitelů škol, zdroje zátěže, stres, zdraví a životní rovnováhu, prevenci zdravotních rizik, management osobního rozvoje, řízení času.

V praktické části jsou analyzována data získaná z dotazníkového šetření mezi řídicími pracovníky tří typů škol a doporučení pro praxi.

KLÍČOVÁ SLOVA:

Sladování pracovního a osobního života, pracovní zátěž řídicích pracovníků škol, životní hodnoty, stres v zaměstnání, zdraví a životní styl, životní rovnováha.