

Summary (in Czech language)

Hodnocení pracovní psychické zátěže a kvality života učitelů 2. stupně základních škol

Úvod: Problematika posuzování pracovně psychické zátěže patří ke klíčovým otázkám ochrany veřejného zdraví

Cíl: Hlavním cílem práce bylo zhodnotit pracovní psychickou zátěž u učitelů 2. stupňů základních škol (ZŠ) standardní dotazníkovou metodou s vyšetřením slinného kortizolu. Dalším záměrem bylo zhodnotit kvalitu života (KŽ) učitelů.

Metodika: Provedli jsme anonymní dotazníkové šetření (průřezová studie) u 142 učitelů 2. stupně ZŠ (sledovaný soubor) a 136 hasičů (srovnávací soubor). Míru pracovního stresu jsme hodnotili pomocí Meisterova dotazníku. Subjektivně percipovaný stres jsme následně objektivizovali stanovením slinného kortizolu. Pro posouzení kvality života jsme použili zkrácenou verzi dotazníku WHO QoL- BREF 26.

Výsledky: Naše šetření prokázalo, že učitelé vnímají míru pracovní psychické zátěže hůře než hasiči. Provedená klasifikace psychické zátěže prokázala, že učitelé dosahují stupně 2 (může docházet k dočasnému ovlivnění zdraví), hasiči stupně 1. Vyšetření slinného kortizolu zcela odpovídalo výsledkům zjištěným dotazníkovou metodou. Dosažené diurnální křivky kortizolu (ranní hodnoty, večerní hodnoty, plocha pod křivkou) byly ve všech případech u učitelů signifikantně vyšší než u hasičů, což značí, že učitelé zvládají stres hůře. Kvalita života učitelů ZŠ byla ve všech čtyřech doménách statisticky významně nižší než KŽ hasičů, statisticky se však nelišila od české populační normy.

Závěr: Z naší studie vyplynulo, že učitelé patří mezi profese zvýšeně exponované pracovnímu stresu, a to se všemi negativními dopady na zdravotní stav. Šetření dále prokázalo, že v hygienické praxi standardně používaný Meisterův dotazník je dostatečně validní pro hodnocení pracovní psychické zátěže. Domníváme se však, že vyšetření slinného kortizolu by mělo být pro klasifikaci pracovního stresu využíváno častěji než dosud. Jde o objektivní indikátor reakce organismu na chronický stres, přičemž odběr vzorků slin je jednoduché neinvazivní vyšetření, které je možné provádět v průběhu sledovaného dne včetně pracovní směny. Za nezbytné ovšem považujeme vypracování referenční křivky kortizolu pro pracující českou populaci.