

Přílohy

Příloha č. 1: Informovaný souhlas s účastí na výzkumu „O strachu“

Vážení rodiče, dne 16. 3. 2016 bude na škole, kterou navštěvují Vaše děti, probíhat výzkum k mé bakalářské práci s názvem O strachu. Jeho cílem je zjistit, co v adolescentních jedincích vyvolává pocit strachu, jak často strach pociťují, jaké reakce se na strach u těchto jedinců objevují, jaké strategie volí ke zvládnání pocitu strachu. Při práci s dětmi a dospívajícími dbáme na etická pravidla, mezi která patří i informovaný souhlas rodičů. Obracím se proto na Vás s prosbou, zda Vašemu synovi/Vaší dceři umožníte účastnit se tohoto výzkumu. Souhlasíte-li s jeho/jejím zapojením do výzkumu, vyplňte, prosím, níže přiložený formulář a odevzdejte ho pověřené osobě. S jakýmkoli dotazy se můžete obracet přímo na mě, jako výzkumníka: Eva Hoferková, telefonní číslo: 702 025 000, email: eva.hofer@centrum.cz. S dotazy i připomínkami se můžete obracet také na školního psychologa.

Souhlasím s tím, že účast ve výzkumu je dobrovolná, mám možnost kdykoli z něj vystoupit a veškeré údaje, které v rámci výzkumu autorce poskytnu, budou zpracovány pouze pro účely tohoto výzkumu a nebudou předány třetí straně. Dále souhlasím s tím, že během výzkumu budou dodrženy principy Listiny základních práv a svobod, zejména ochrana osobnosti, soukromí, jména, dobré pověsti, osobních údajů a osobních písemností, ochrana autorství a svoboda vědeckého bádání. Souhlasím s tím, že poskytnuté výpovědi budou anonymizovány a následně mohou být publikovány.

.....
Jméno dítěte

.....
Podpis dítěte

.....
Podpis zákonného zástupce

Příloha č. 2: Dotazník

Ahoj,

jmenuji se Eva Hoferková a jsem studentkou psychologie na Karlově univerzitě. Chtěla bych tě poprosit o vyplnění krátkého dotazníku, kterým se snažím zjistit, jak nás může v běžném životě ovlivnit strach. Strach je reakce na určité **konkrétní nebezpečí** (zkus si tedy nyní představit konkrétní situaci, ve které se stává, že máš strach a následně prosím odpověz na položené otázky). Dotazník je anonymní a slouží pouze pro účely mé bakalářské práce.

Prosím, než začneš vyplňovat tento dotazník, nejdříve uveď svůj **věk**....., a který **ročník** navštěvuješ.....

Z uvedených možností prosím, zakroužkuj vždy jen **jednu odpověď**.

1. JSI

- a) chlapec
- b) dívka

2. POCIT STRACHU PROŽÍVÁŠ:

- a) skoro pořád
- b) často
- c) někdy
- d) skoro nikdy
- e) nikdy

3. VYBER PROSÍM TVRZENÍ, KTERÉ TĚ NEJLÉPE VYSTIHUJE - KDYŽ SE BOJÍM, TAK OČEKÁVÁM OD DRUHÝCH:

- a) že mi s mým strachem nějak pomůžou
- b) že si mě nebudou všímat, to je to, co mi vyhovuje a já si pak nad tím budu moci v klidu popřemýšlet

c) neočekávám nic, se svým strachem si poradím sám / a

d) doufám v to, že to hlavně nebudou chtít nijak řešit, o to fakt nestojím

e) něco jiného, prosím uveď:

4. OZNAČ V TABULCE KŘÍŽKEM („X“), JAK SE NA TOBĚ NEJČASTĚJI PROJEVUJE STRACH (1 bod=vůbec to nepocit'uji, 4 body= to se mi děje nejvíc)

min.

max.

	1	2	3	4
Bušení srdce, zrychlený tep				
Pocity závratě, nevolnosti				
Velká nervozita				
Pocení				
Namáhavé dýchání				
Jiné, uveď				

5. VYBAVIŠ SI Z POSLEDNÍHO MĚSÍCE NĚJAKOU SITUACI, KDY SES OPRAVDU BÁL / A? PROSÍM, STRUČNĚ JI ZDE POPIŠ:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

6. VŠEOBECNĚ SE ROZLIŠUJÍ DVĚ ZÁKLADNÍ REAKCE NA STRACH, VYBER TU, KTERÁ JE PRO TEBE TYPICHTĚJŠÍ

a) boj

b) útěk

7. OZNAČ V TABULCE KŘÍŽKEM („X“), Z ČEHO MÁŠ NEJVĚTŠÍ STRACH
(1 bod= nebojím se toho vůbec, 4 body= bojím se toho nejvíc)

min.

max.

	1	2	3	4
Hadi, pavouci a jiná zvířata				
Školní neúspěch (špatné známky)				
Smrt				
Nepřijetí v kolektivu				
Zklamání rodičů				
Jiné, uveď:				

8. OZNAČ V TABULCE KŘÍŽKEM („X), DO JAKÉ MÍRY SE V TĚCHTO SITUACÍCH NEJČASTĚJI BOJÍŠ (1 bod= nebojím se toho vůbec, 4 body= bojím se toho nejvíc)

min.

max.

	1	2	3	4
Strachy z prostor (výtahy, prostory ve výškách, jeskyně, přelidněné prostory ...)				
Situační strachy (být sám ve tmě, cestovat letadlem, z blesku při bouřce ...)				
Trvalejší strachy (strach ze zvířat, u lékaře, trvalý strach z konkrétního člověka ...)				
Společensky podmíněné strachy (strach z neznámých lidí, bezdomovců, strach jiných národností, drogově závislých ...)				

9. NAPIŠ VLASTNÍMI SLOVY, JAK PŘEKONÁVÁŠ SVŮJ STRACH:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

10. KDYBYS POTŘEBOVAL / A POMOC SE ZVLÁDNUTÍM SVÉHO STRACHU, NA KOHO BY SES PRAVDĚPODOBNĚ OBRÁTIL / A?

- a) na kamarády
- b) na rodinu
- c) na učitele
- d) asi bych hledal /a informace (internet, časopisy, knihy)
- e) na nikoho, snažil / a bych se si poradit sám / sama
- f) jiné, prosím uveď:

11. VYBER JEDNO TVRZENÍ, KTERÉ TĚ NEJLÉPE VYSTIHUJE:

- a) většinou se ke strachu stavím čelem a snažím se ho nějak řešit
- b) svůj strach se obvykle snažím odlehčit humorem a dál ho nijak neřeším
- c) o strachu si nejčastěji s někým promluvím a společně se snažíme najít cestu, jak ho vyřešit
- d) svůj strach nijak neřeším a doufám v to, že mě někdo jiný ochrání
- e) když mám strach, tak to nikomu neřeknu, ale musím na to pořád myslet
- f) jiné, prosím napiš:

12. JAK ČASTO PROŽÍVÁŠ STRACH?

- a) každý den
- b) přibližně 4x týdně
- c) přibližně 1x měsíčně
- d) velmi zřídka

Děkuji Ti za Tvůj čas a ochotu.