

Abstrakt

Rigorózní práce vychází z práce diplomové (Šípová, 2015) a svou problematikou na ni navazuje. Zabývá se strategiemi zvládnání stresu a zátěže a problematikou psychohygieny v kontextu syndromu vyhoření u doprovázejících pracovníků pracujících v organizacích, které doprovázejí pěstounské rodiny. V první části rigorózní práce je zpracována problematika týkající se poradenství v kontextu pomáhajících profesí, požadavků kladených na doprovázející pracovníky, dále specifika a rizika související s touto profesí, a klientela, se kterou doprovázející pracovníci pracují, čili pěstounské rodiny. Dále je řešena problematika profesní zátěže, stresu a syndromu vyhoření, a strategií zvládnání zátěže a psychohygieny vztažená k profesi doprovázejících pracovníků.

Druhá část rigorózní práce je zpracována v podobě výzkumného empirického šetření, jehož cílem bylo zmapovat problematiku strategií zvládnání zátěže a psychohygieny jako určité možné prevence před syndromem vyhoření u doprovázejících pracovníků pracujících v organizacích, které doprovázejí pěstounské rodiny.

V rámci tohoto šetření bylo zjištěno, že doprovázející pracovníci vnímají jako nejvíce zatěžující a tím pádem i rizikové na své práci její nadbytečné administrativní prvky, nemotivované, obtížné, nekompetentní, manipulující či zneužívající klienty, a špatnou spolupráci s některými dalšími institucemi a odborníky v rámci náhradní rodinné péče. Za nejvíce pozitivní považují samotnou přímou práci s klienty, pozitivní výsledky a posuny v práci, dobře komunikující a kooperující pracovní kolektiv, rozmanitost, různorodost, tvořivost a pestrost samotné klientské práce, smysluplnost a seberealizaci, rovněž také nabývání nových zkušeností, vědomostí, dovedností, a osobnostní i profesní růst. Pokud jde o strategie zvládnání zátěže a psychohygienické strategie a techniky, které doprovázející pracovníci nejvíce využívají, jako nejdůležitější se ukazují různé možnosti sdílení spojené se sociální oporou (supervize, intervize, sdílení v týmu, apod.). Důležité jsou sportovní aktivity i odpočinkové relaxační aktivity, a také pobyt v přírodě, bytí s rodinou a blízkými, a kulturní aktivity. Dále se objevují strategie týkající se kontroly dané stresující situace spojené s vědomým oddělováním práce a osobního života.

Klíčová slova: doprovázející pracovníci pěstounských rodin; psychohygieny; strategie zvládnání stresu a zátěže; stres; syndrom vyhoření