

## Přílohy

### Rozhovor č. 1

**Otázka:** Dobře, můžeme začít. Popište mi prosím běžný chod vašeho oddělení?

**Odpověď:** No ráno se začíná hygienama pacientů. Potom se rozdávaj léky a píše se dokumentace. Dopoledne se pacienti posílaj podle rozpisu na operační sály. V poledne se jezdí polední lékárna. Většinou se odpoledne dělají převazy ran s doktorama nebo bez nich podle toho jak je to napsaný. Během dne se musí polohovat pacienti, krmit je, dávat jim pít atd.

**Otázka:** A co vás ve vaší práci stresuje? Co konkrétně?

**Odpověď:** No nejvíc asi nedostatek času na pacienty. Hlavně teda kvůli tomu že pořád musíme psát dokumentaci.

**Otázka:** Dobře. Zkuste mi popsat jak se ve svém povolání vyrovnáváte se stresovými situacemi? Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem? Jaké to jsou?

**Odpověď:** Po práci se snažím relaxovat. Chodím na fitness, na kurzy angličtiny nebo na kolečkové brusle. V práci když jsem hodně ve stresu chodím kouřit.

**Otázka:** A jak často je to za jednu 12 hodinovou směnu?

**Odpověď:** Tak 5x. Podle toho co se děje a jestli je to denní nebo noční.

**Otázka:** Zajímavé. A máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního/rodinného života?

**Odpověď:** Ano, často jsem podrážděná a unavená.

**Otázka:** A vzhledem ke stresu v práci, máte ráda svojí práci? Těšíte se do práce?

**Odpověď:** Jo, těším se do práce.

**Otázka:** Ehm, a měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Co k tomu vedlo? Jaká událost nebo situace?

**Odpověď:** (posmutní) Jedna situace k tomu vedla. Chtěla jsem odejít z práce, potom co jsem kvůli práci ztratila snoubence.

**Otázka:** Chápu. Teď trošku odjinud. Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? O jaké konflikty se jedná? Jak se řešil? Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu?

**Odpověď:** Ano, objevujou se neustále. Hlavně mezi náma setsrama a doktorama. Doktoři si neplní své povinnosti a přehazují je na sestry.

**Otázka:** A vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?

**Odpověď:** Taky se objevují konflikty mezi sestrama a pacientama a jejich rodinama. Nejvíc je to kvůli tomu, že jim omezujeme pohyb ohledně léčebného režimu když jsou po operaci nebo mají něco sešroubovaného a také vznikají konflikty kvůli omezování návštěv z důvodu časového rozmezí návštěv nebo třeba z důvodu chřipky. Potom jim to musíme všechno vysvětlovat a je to únavný.

**Otázka:** Dobře. Máte pocit, že máte dostatek volného času na odpočinek?

**Odpověď:** Ano, pokud teda nemusím dělat cca 69 hodin, kdy jsem je po dobu 6 měsíců musela sloužit.

**Otázka:** Jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?

**Odpověď:** Relaxuju a chodím na kurzy angličtiny. Ale touž jsem říkala. Na práci se snažím nemyslet, ale ne vždy to jde.

**Otázka:** Máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?

**Odpověď:** Ráda poslouchám muziku, relaxuju při zapálených svíčkách nebo cvičím dýchání.

**Otázka:** Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné?

**Odpověď:** Fyzicky je náročné, hlavně tahání pacientů.

**Otázka:** A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?

**Odpověď:** Pro mě je spíš psychicky, to je pro mě daleko více náročnější a vyčerpávající. Hlavně neustálý řešení problémů s pacientama a doktora.

**Otázka:** Dobře. Stalo se Vám někdy, že vám vaše okolí řeklo že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?

**Odpověď:** (odmlčí se) Ano, řekli mi to mí 3 bývalí přítelové.

**Otázka:** Vadí vám něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Nejvíc mi vadí přesčasování nad 30h měsíčně, potom pracovní uniforma a teplo v práci.

**Otázka:** A Změnila byste tedy něco na vaší práci?

**Odpověď:** Určitě jo. Zavedla bych klimatizaci, letní uniformy. Chtělo by to taky víc personálu a méně psaní dokumentace. A nějak zlepšit komunikaci sestry a lékaře.

**Otázka:** Zajímavé. Považujete něco ve své práci za nejjednodušší za nejtěžší?

**Odpověď:** Jako nejjednodušší bych nepopsala nic. Za nejtěžší považuju komunikaci.

**Otázka:** Jsou věci, na které se v práci těšíte?

**Odpověď:** No těším se na kolektiv, některé doktory a spolupracující pacienty. To je asi všechno.

**Otázka:** Chtěla byste ještě něco dodat.

**Odpověď:** (rozesměje se) Jen asi to, že jsem ráda že jsem ten rozhovor přežila. Tak dobře. Děkuji Vám za poskytnutí rozhovoru.

## **Rozhovor č. 2**

**Otázka:** Tak můžeme začít. Zkuste mi popsat běžný chod vašeho oddělení?

**Odpověď:** Nejdřív je hygiena, potom vizita, rozdávání a aplikace léků. Pak se pacienti posílají na vyšetření, na operace a tak. V poledne se zase rozdávají léky. Odpoledne se pacienti převazují kolem půl páté se rozdají odpolední léky a potom se střídá směna.

**Otázka:** Dobře. A teď mi zkuste říct, co vás ve vaší práci stresuje? Co konkrétně?

**Odpověď:** No nejvíc mě stresuje špatný kolektiv. Hlavně mezi sestrama a lékařema.

**Otázka:** A jak se ve svém povolání vyrovnáváte se stresovými situacemi? Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem? Jaké to jsou?

**Odpověď:** No já nevím, asi komunikace s přáteli.

**Otázka:** A máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního nebo rodinného života?

**Odpověď:** Někdy ano. Hlavně jsem často unavená kvůli častým službám.

**Otázka:** Dobře. A v souvislosti se stresem v práci, máte ráda svojí práci? Těšíte se do práce?

**Odpověď:** Ano, mám ji ráda a těším se na ní když je dobrý kolektiv.

**Otázka:** Ehm. Měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Co k tomu vedlo? Jaká událost nebo situace.

**Odpověď:** Zatím ne.

**Otázka:** Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? O jaký konflikt se jednalo? Jak se konflikt řešil? Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu?

**Odpověď:** Objevují se občas. S pacienty, s doktory, s nadřízenými. Jednalo se zejména o to, že lékaři si neplní to, co mají, a to že je neustále sháníme nás zdržuje od práce a doktorům vadí že je neustále otravujeme.

**Otázka:** A vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?

**Odpověď:** To určitě ano, ale teď mě nic konkrétního nenapadá.

**Otázka:** Dobře. Myslíte si, že máte dostatek volného času na odpočinek?

**Odpověď:** Asi jak kdy.

**Otázka:** A jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?

**Odpověď:** Ráda sportuju, nakupuju a jezdím na výlety. Na práci nemyslím.

**Otázka:** Máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?

**Odpověď:** Asi nemám.

**Otázka:** Rozumím. Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné?

**Odpověď:** Jo, fyzicky i psychicky.

**Otázka:** A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?

**Odpověď:** Často mě z práce bolí záda a bývám velmi často unavená a bez nálady.

**Otázka:** Stalo se Vám někdy, že vám vaše okolí řeklo že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?

**Odpověď:** Ne, nestalo.

**Otázka:** Vadí vám něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Ano. Vadí mi chování lékařů k sestřám. Ale to už jsem říkala předtím.

**Otázka:** Změnila byste něco na vaší práci?

**Odpověď:** Ano, hlavně zlepšení komunikace s lékaři a taky finance.

**Otázka:** Dobře. Teď by mě zajímalo, co ve své práci považujete za nejlehčí a co za nejtěžší?

**Odpověď:** Hmmmm, asi mi nic nejlehčí nepříjde a těžké mi přijde vše.

**Otázka:** Poslední otázka. Jsou věci, na které se v práci těšíte?

**Odpověď:** Ano, moc se těším na kolektiv se kterým pracuju.

**Otázka:** Je ještě něco co byste chtěla dodat?

**Odpověď:** Myslím, že asi nic.

Dobře, tak Vám děkuji za rozhovor.

### Rozhovor č. 3

**Otázka:** Tak začneme. Popište mi prosím, běžný chod vašeho oddělení?

**Odpověď:** Takže nejdříve si ráno v 6:00 předáme službu. Poté se rozdávají léky a lékaři si dělají vizity. Mezitím se pacienti nasnídají. Potom co si doktoři dodělejí vizity, a my si to co lékaři napíší na vizitě přečteme a plníme to co lékař naordinoval. A taky během dopoledne pacienti odjíždějí na vyšetření a zákroky. No a když se vrátí musíme monitorovat jejich funkce, aby bylo vše v pořádku. Odpoledne se dále věnujeme pacientům a píše se dokumentace. No a co bych ještě dodala, tak kolem půl páté pacienti večerí , rozdá se večerní lékárna a v 18:00 nám kočí směna.

**Otázka:** Dobře a je něco v průběhu směny nebo celkově v práci co vás stresuje? Co konkrétně?

**Odpověď:** (zamyslí se) No nejvíc je to asi chaos, kdy doktoři něco chtějí, pacienti taky, potom neustálé se doptávání doktorů, když nejde něco třeba přečíst nebo jejich nahánění ohledně věcí které si lékaři neudělali a je nutné je udělat, jinak by nemohl třeba pacient odjet na vyšetření.

**Otázka:** No a jak se ve své práci vyrovnáváte se těmito stresovými situacemi? Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem?

**Odpověď:** No asi žádné speciální strategie nemám. Snažím se si to tolik nepřipouštět a když to jde zasmát se této situaci, aby mi nepřišla tolik stresující

**Otázka:** Dobře a vzhledem ke stresu který jste popsala máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního/rodinného života?

**Odpověď:** Myslím si že ne. Naučila jsem se nenosit si práci domů a domácnost do práce.

**Otázka:** A Máte ráda svoji práci? Těšíte se do práce?

**Odpověď:** Většinou ji ráda mám. A těším se jak kdy, jak na co a jak na koho. Víc bych to nerozváděla.

**Otázka:** A měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Co k tomu vedlo? Jaká událost nebo situace?

**Odpověď:** (zamyslí se) Samozřejmě že ano. Většinou při nějaké větší psychické zátěži, ale pak to zase přejde a už zase ten pocit na odchod zmizí.

**Otázka:** Dobře. A Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? Popřípadě o jaký konflikt se jednalo a Jak se konflikt řešil? Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu? Vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?

**Odpověď:** No já si myslím že se konflikty objevují všude. Tady jsou to spíš pracovní záležitosti a řeší se rozhovorem. Určitě jsem někdy byla účastníkem, ale už si nevzpomenu, co to bylo.

**Otázka:** Dobře. A vzhledem ke stresu v práci, myslíte si, že máte dostatek volného času na odpočinek? Jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?

**Odpověď:** To rozhodně nemám

**Otázka:** A jak svůj volný čas využíváte?

**Odpověď:** No pečuji o domácnost a ráda pracuji a uklidňuji se na zahradě.

**Otázka:** Dobře a máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?

**Odpověď:** Žádné specifické nemám, jak jsem už říkala ráda zahradničím a občas si poslechnu muziku.

**Otázka:** Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné?

**Odpověď:** No v určitých oblastech je fyzicky velice náročné. Třeba neustálé chození po oddělení.

**Otázka:** A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?

**Odpověď:** Psychicky je náročné o mnohem více než fyzicky.

**Otázka:** Dobře, dále by mě zajímalo, zda se Vám někdy stalo, že vám vaše okolí řeklo, že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?

**Odpověď:** Naštěstí ne. (usměje se)

**Otázka:** Vadí vám něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Rozhodně mi vadí administrativní zátěž a málo času na pacienty.

**Otázka:** V návaznosti na předchozí otázku Změnila byste něco na vaší práci?

**Odpověď:** Určitě bych zmenšila množství administrativy a taky by bylo dobré zvýšit počty pomocného personálu. Nic jiného mě nenapadá.

**Otázka:** Co ve své práci považujete za nejlehčí a co za nejtěžší?

**Odpověď:** No jako nejlehčí bych asi řekla že je odebírání anamnézy od pacienta, tady pokud není zmatený. A nejtěžší je pro mě, když máme na oddělení exitus.

**Otázka:** Jsou věci, na které se v práci těšíte?

**Odpověď:** Těším se kolegyně, tedy jak na které a taky na kontakt s pacienty, a to že jim můžu nějak pomoci.

**Otázka:** Ehm, chtěla byste ještě něco dodat k tomu o čem jsme se tady bavily?

**Odpověď:** (zamyslí se) Myslím, že ne.

Dobře, tak Vám moc děkuji za rozhovor.

Nemáte zač.

## Rozhovor č. 4

**Otázka:** Můžeme tedy začít. Popište mi běžný chod vašeho oddělení?

**Odpověď:** Takže v 6:30 je budíček pacientů a ranní hygieny. Poté se pacientům kape do očí předepsaná medikace. Potom si lékaři dělají vizity. Během dopoledne chodí lidi na příjem a pacienti co jsou hospitalizovaní se připravují na výkony a odjíždějí na výkony. Během dopoledne se také pacienti propouští. Odpoledne po obědě se znovu pacienti kapou do očí, večer se rozdají večerní léky a dopisuje se dokumentace.

**Otázka:** Dobře. A je něco, co vás ve vaší práci stresuje? Co konkrétně?

**Odpověď:** No občas mě štvě vše, ale nejvíce asi neustálé vyzvánění telefonu, kterej nás ruší při práci a taky neustálé odbíhání od práce.

**Otázka:** Ehm. A jak se ve svém povolání vyrovnáváte se stresovými situacemi? Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem? Jaké to jsou?

**Odpověď:** V práci se snažím, když jsem ve stresu na chvíli odejít na místo kde nikdo není, třeba na toaletu a chvílku jsem osamotě, to mi v práci pomáhá.

**Otázka:** A máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního/rodinného života?

**Odpověď:** To ano, občas mám kvůli práci špatnou náladu.

**Otázka:** Dobře. Máte ráda svojí práci? Těšíte se do práce?

**Odpověď:** (smích) Mám jí ráda jak kdy.

**Otázka:** A měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Co k tomu vedlo?

**Odpověď:** Ano ten pocit jsem měla. Zejména kvůli sporům a stresu na pracovišti.

**Otázka:** Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? O jaký konflikt se jednalo? Jak se konflikt řešil? Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu?

**Odpověď:** U nás jsou často konflikty ohledně služeb, kdo kdy bude v práci. Tyto konflikty řešíme vzájemným vysvětlením a dohodou. A co se týče toho, jestli jsem byla někdy aktérem, tak to jsem byla a ne jednou.

**Otázka:** A vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?

**Odpověď:** Občas se vyskytují, zejména v tom smyslu, že pacienti nechtějí dodržovat pooperační režimy.

**Otázka:** Myslíte si, že máte dostatek volného času na odpočinek?

**Odpověď:** Asi jak kdy. Záleží na tom, jak mám rozvržené služby.

**Otázka:** Jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?

**Odpověď:** No, ráda odpočívám, potom jezdím na výlety s rodinou. Práci se snažím ve volném čase vypustit z hlavy.

**Otázka:** Máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?

**Odpověď:** Stresu se zbavuju fyzickou prací.

**Otázka:** Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné?

**Odpověď:** No, fyzicky je náročné jen občas.

**Otázka:** A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?

**Odpověď:** Psychicky je náročné zvláště ohledně komunikace s pacienty. U nás se objevují různé skupiny pacientů a máme tu i dětské pacienty, tak že je to občas velice psychicky náročné.

**Otázka:** Stalo se Vám někdy, že vám vaše okolí řeklo že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?

**Odpověď:** Nevím, spíš ne.

**Otázka:** Vadí vám něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** No, vadí mi špatná komunikace s lékaři a občas s pacienty.

**Otázka:** Změnila byste něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Spíš ne.

**Otázka:** Co ve své práci považujete za nejlehčí a co za nejtěžší?

**Odpověď:** Nejlehčí mi nepřijde nic. No a nejtěžší je často komunikace s rodinnými příslušníky a pacienty.

**Otázka:** Jsou věci, na které se v práci těšíte?

**Odpověď:** Těším se na kolegyně.

**Otázka:** Chtěla byste ještě něco dodat?

**Odpověď:** Ani ne.

Tak já Vám děkuji za rozhovor.



## Rozhovor č. 5

**Otázka:** Tak můžeme začít. Popište mi běžný chod vašeho oddělení?

**Odpověď:** Začínáme ranním budíčkem, potom lékaři dělají vizity, rozdávají se léky a dopoledne s připravují pacienti na operace a když přijedou kontrolují se jim fyziologické funkce zda jsou v pořádku. Taky se přijímají pacienti k hospitalizaci a pacienti k ambulantním zákrokům. Odpoledne se dopisuje dokumentace a v průběhu celého dne se pacientům kapou kapky do očí podle ordinací lékaře.

**Otázka:** Ehm. A je něco, co vás ve vaší práci stresuje? Co konkrétně?

**Odpověď:** No, občas je tu takový zmatek, pacienti něco chtějí, do toho zvoní telefon a tak.

**Otázka:** Ehm. A jak se ve svém povolání vyrovnáváte se stresovými situacemi?

**Odpověď:** To je podle situace. Někdy se snažím stres vydýchat, někdy si maluju na kousek papíru a jindy se tomu třeba zasměju.

**Otázka:** Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem? Jaké to jsou?

**Odpověď:** Mám ráda humor, ráda se směju, a tak se uvolňuju.

**Otázka:** A máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního/rodinného života?

**Odpověď:** No určitě. Jsem často unavená a podrážděná z práce. Někdy to ovlivňuje mé chování k dětem.

**Otázka:** A máte ráda svoji práci? Těšíte se do práce?

**Odpověď:** Ano mám, ale někdy mě vyčerpává.

**Otázka:** A měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Co k tomu vedlo?

**Odpověď:** No měla. Hlavně kvůli tomu, že se tu některé holky pořád pomlouvají a hádají se kvůli směnám.

**Otázka:** Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? O jaký konflikt se jednalo? Jak se konflikt řešil? Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu?

**Odpověď:** No tady se objevují konflikty hlavně provozní. Je to kvůli tomu, kdo kdy bude sloužit a kdo kdy chce volno. No a řeší se to rozhovorem a domluvou mezi námi.

**Otázka:** A vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?

**Odpověď:** Nejsem si vědoma.

**Otázka:** Myslíte si, že máte dostatek volného času na odpočinek?

**Odpověď:** Jo, myslím že mám dost času na odpočinek.

**Otázka:** Jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?

**Odpověď:** Hlavně se snažím volný čas trávit s dětmi. Na práci se snažím doma vůbec nemyslet a myslím si, že se mi to vcelku i daří.

**Otázka:** Dobře. A máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?

**Odpověď:** Ráda sportuju. Jezdím na kole a chodím do bazénu.

**Otázka:** Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné?

**Odpověď:** Fyzicky mi náročné nepřijde.

**Otázka:** A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?

**Odpověď:** Na psychiku je to už náročnější. Hlavně ohledně komunikace s pacienty a někdy je velice psychicky náročná péče o dětské pacienty.

**Otázka:** Stalo se Vám někdy, že vám vaše okolí řeklo že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?

**Odpověď:** Někdy se mi stane, že mi okolí vyčte, že jsem unavená a vez nálady kvůli práci.

**Otázka:** Vadí vám něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Nevím, nic mě nenapadá.

**Otázka:** Změnila byste něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Ani ne.

**Otázka:** Co ve své práci považujete za nejlehčí a co za nejtěžší?

**Odpověď:** No nejlehčí mě přijde kapaní kapiček do očí. A nejtěžší je pro mě psaní dokumentace.

**Otázka:** Jsou věci, na které se v práci těšíte?

**Odpověď:** Těším se na některé pacienty.

**Otázka:** Chtěla byste ještě něco dodat?

**Odpověď:** Myslím, že ne.

Děkuji Vám za rozhovor.

## Rozhovor č. 6

**Otázka:** Můžeme tedy začít. Popište mi běžný chod vašeho oddělení?

**Odpověď:** Nejdřív je budíček a pacienti se ráno upravují a stelou se postele. Potom se kapou kapky a rozdávají se ranní léky. Kolem sedmé jsou vizity a o půl osmé je snídaně. Během dopoledne chodí pacienti na příjem a taky ambulantí. Ty pacienti co u nás leží se podle rozpisu připravují na operace a ty co můžou jít domů se propouštějí. Kolem půl dvanácté pacienti obědvají. Odpoledne se dále dodržuje rozpis kapání do očí a píše se dokumentace.

**Otázka:** Dobře. A je něco, co vás ve vaší práci stresuje? Co konkrétně?

**Odpověď:** Nejvíce mě stresuje neustálý chaos. A taky to, že některé kolegyně zapominají na svoje povinnosti a my ostatní to za ně musíme dělat a pak z toho vznikají problémy.

**Otázka:** A jak se ve svém povolání vyrovnáváte se stresovými situacemi?

**Odpověď:** Asi nijak, prostě to přeždu a jdu si po své práci.

**Otázka:** Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem? Jaké to jsou?

**Odpověď:** Občas si zajdu na procházku do přírody vyčistit hlavu, ale jinak asi žádné strategie nemám.

**Otázka:** A máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního/rodinného života?

**Odpověď:** To určitě. Často jsem podrážděná, vyčerpaná a na nic nemám energii.

**Otázka:** A máte ráda svoji práci? Těšíte se do práce?

**Odpověď:** No jako mám ji ráda i se do ní těším, ale někdy bych se na to ráda všechno vykašlala.

**Otázka:** A měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Co k tomu vedlo?

**Odpověď:** Měla. Hlavně kvůli tomu, jak jsem pořád unavená a na nic nemám náladu.

**Otázka:** Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? O jaký konflikt se jednalo? Jak se konflikt řešil? Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu?

**Odpověď:** No konflikty se tady určitě objevily. Hlavně kvůli směnám a dovoleným. Objevují se tu i konflikty ohledně psaní dokumentace, že tam někdo píše to co není pravda a taky konflikty ohledně neplnění si svých pracovních povinností. To víte že jsem byla účastníkem a nebylo to jen jednou. Řeší se to vyřikáním si to, ale občas se stane že to zůstane nevyřešené a je z toho pak špatná nálada ve službě.

**Otázka:** A vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?

**Odpověď:** No asi někdy jo, ale teď mě nic nenapadá.

**Otázka:** Myslíte si, že máte dostatek volného času na odpočinek?

**Odpověď:** No, občas mi přijde že ne. Občas si přijdu že jen přijdu z práce už do ní zase jdu a to mě stresuje.

**Otázka:** Jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?

**Odpověď:** Spíš se snažím doma odpočívat. Koukám na televizi nebo uklízím. Občas si zajdu na kafe s kamarádkou, ale každou chvíli se snažím využít k odpočinku.

**Otázka:** Dobře. A máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?

**Odpověď:** No, asi ne. Jako jestli myslíte, jestli dělám takový ty blbosti jako jógu a tak, tak to ne.

**Otázka:** Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné?

**Odpověď:** V poslední době je pro mě fyzicky náročné, hlavně ohledně neustálého chození po oddělení.

**Otázka:** A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?

**Odpověď:** Na psychiku je to taky náročný. Hlavně ohledně komunikace s pacienty a někdy i ohledně komunikace s kolegyněma.

**Otázka:** Stalo se Vám někdy, že vám vaše okolí řeklo že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?

**Odpověď:** Poslední dobou se mi to stává často.

**Otázka:** Vadí vám něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** Vadí mi neustálé papírování, taky mi vadí spory ohledně služeb.

**Otázka:** Změnila byste něco na vaší práci? Co konkrétně?

**Odpověď:** No určitě míň dokumentace a zlepšení komunikace mezi sestrami.

**Otázka:** Co ve své práci považujete za nejlehčí a co za nejtěžší?

**Odpověď:** No nejlehčí mě už nepřijde nic. A nejtěžší je pro mě hlavně psaní dokumentace a komunikace.

**Otázka:** Jsou věci, na které se v práci těšíte?

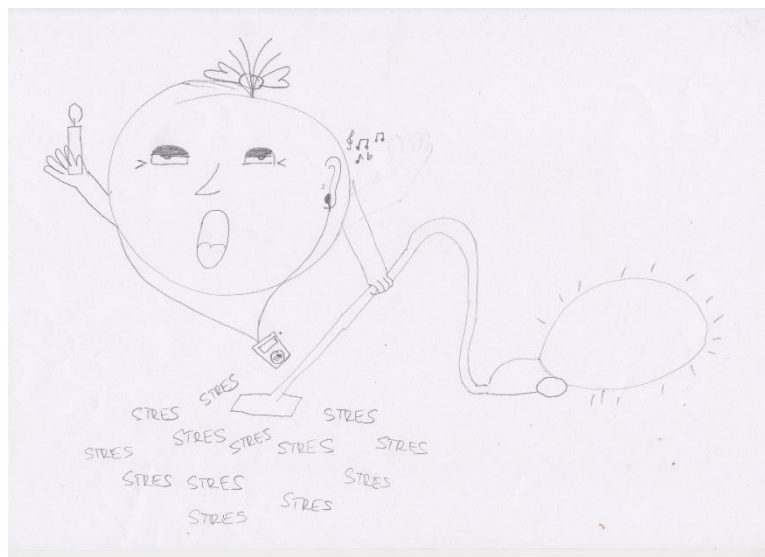
**Odpověď:** Těším se na vybrané kolegyně a občas na některé pacienty.

**Otázka:** Chtěla byste ještě něco dodat?

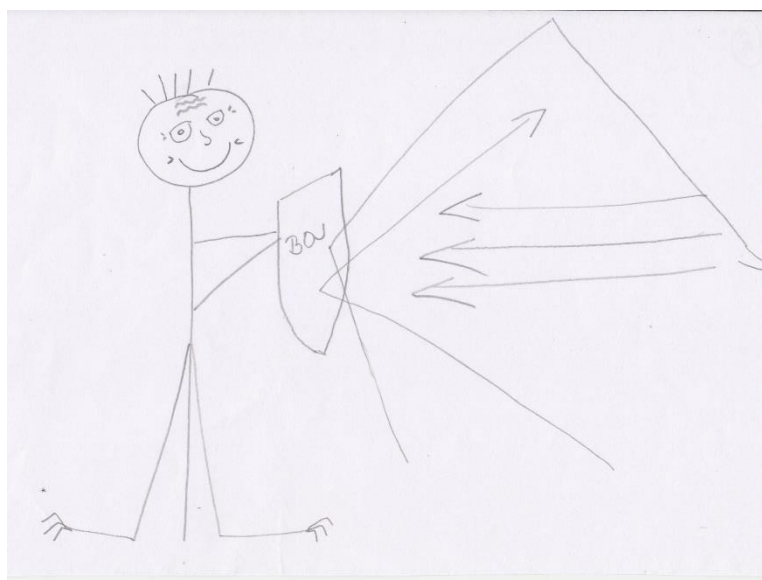
**Odpověď:** To spíš ne.

Moc Vám děkuji za rozhovor.

Příloha č. 2 – Obrázky „Imunity proti stresu“



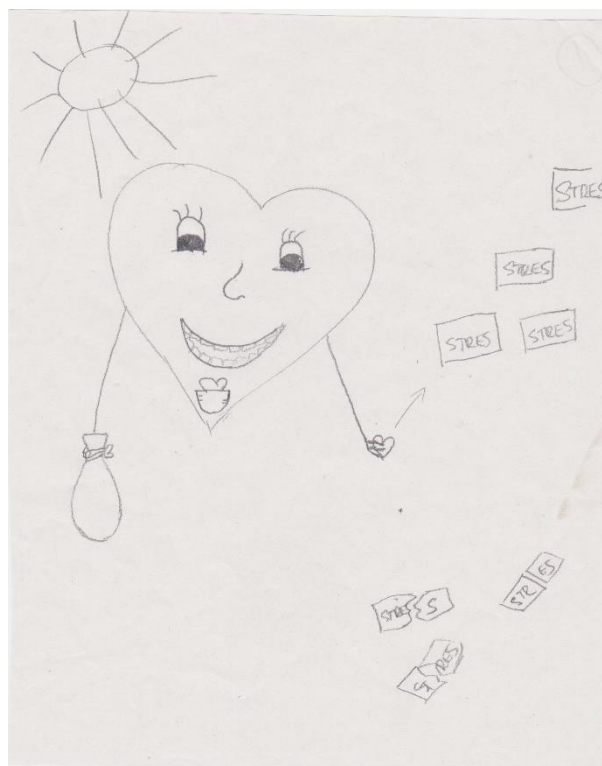
Obrázek č. 1



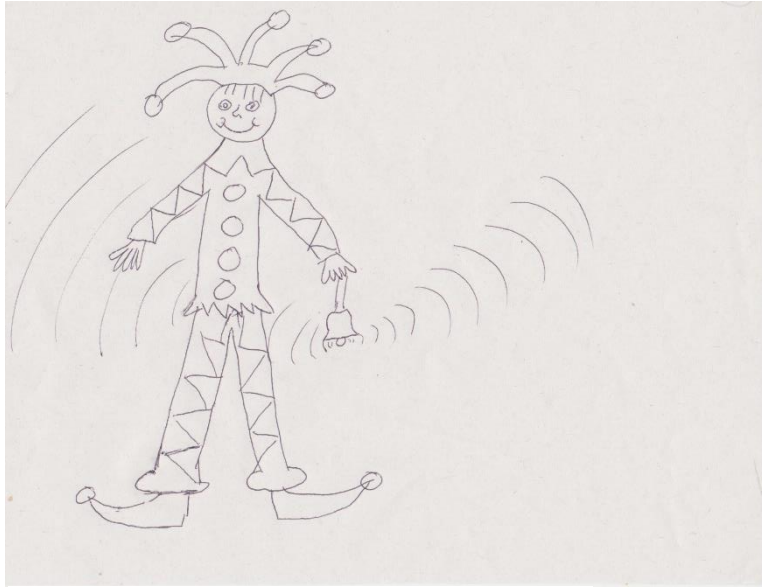
Obrázek č. 2



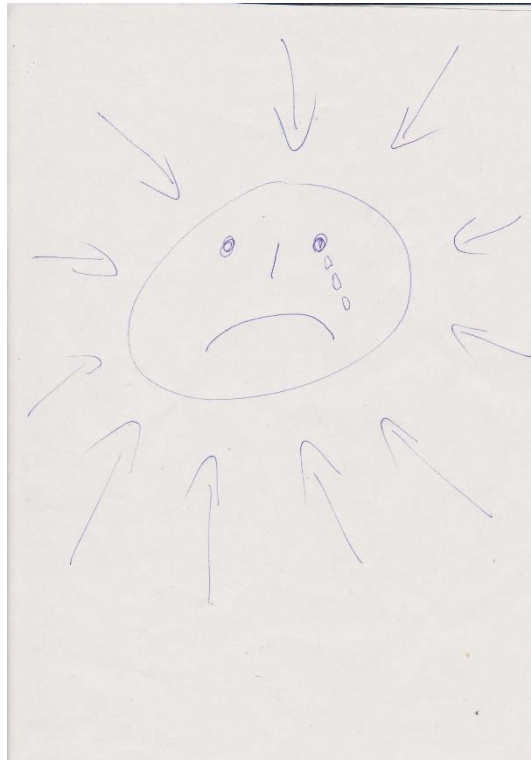
Obrázek č. 3



Obrázek č. 4



Obrázek č. 5



Obrázek č. 6

## Otázky k rozhovorům

1. Popište mi běžný chod vašeho oddělení?
2. Co vás ve vaší práci stresuje? Co konkrétně?
3. Jak se ve svém povolání vyrovnáváte se stresovými situacemi?
4. Máte nějaké speciální strategie, jak se vyrovnat se stresem? Jaké to jsou?
5. Máte pocit, že stres prožívaný v práci se nějak promítá do vašeho osobního/rodinného života?
6. Máte ráda svojí práci? Těšíte se do práce?
7. Měla jste někdy pocit, že chcete z práce odejít? Pokud ANO: Co k tomu vedlo? (událost, situace)
8. Objevily nebo se objevují se na vašem pracovišti konflikty mezi zaměstnanci? Pokud ANO *O jaký konflikt se jednalo? Jak se konflikt řešil?* Stala jste se někdy účastníkem nebo aktérem konfliktu?
9. Vyskytl se na vašem oddělení konflikt s pacientem nebo rodinnými příslušníky?
10. Myslíte si, že máte dostatek volného času na odpočinek?
11. Jak využíváte svůj volný čas? Myslíte někdy ve svém volném čase na práci? V jakém smyslu?
12. Máte nějaké speciální relaxační metody? Můžete je popsat?
13. Vnímáte své povolání jako fyzicky náročné? A psychicky? Co vám osobně přijde nejnáročnější?
14. Stalo se Vám někdy, že vám vaše okolí řeklo že na vás vaše práce má špatný vliv, že vás psychicky nebo fyzicky ničí?
15. Vadí vám něco na vaší práci? Pokud ANO: Co konkrétně?
16. Změnila byste něco na vaší práci?
17. Jak byste popsala své nadřizené? (staniční, vrchní sestra)
18. Co ve své práci považujete za nejlehčí a co za nejtěžší?
19. Jsou věci, na které se v práci těšíte?



## Osobnost sestry v souvislosti se zvládáním stresu

Vážený/á pane/ paní,

Jmenuji se Martina Kopecká a jsem studentka 3. roč., studijního programu Ošetrovatelství oboru Všeobecná sestra, na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Hradci Králové, výzkum je výstupem bakalářské práce na téma Osobnost sestry v souvislosti se zvládáním stresu.

**Cíl práce:** Výzkum bude probíhat pomocí strukturovaného rozhovoru, ve kterém chci zjistit charakteristiku oddělení, na kterém sestry pracují, možné působení stresu na sestry a relaxační techniky. Další výzkumnou metodou je kresebná technika, která má ukázat na strategie zvládání stresu, které budou poté také srovnány s informacemi získanými z rozhovoru. Výzkumu se budou účastnit sestry sloužící v směnném provozu na standartních odděleních velké Fakultní nemocnice. Výzkumným šetřením a výše popsanými metodami sběru dat, bych chtěla zjistit nové informace o strategiích zvládání stresu a hledat souvislosti mezi prožíváním stresu a osobnostními faktory u zdravotních sester a charakteristikou provozu oddělení.

**Výzkumu se zúčastní:** Vaše účast se zařazením do studie je **dobrovolná**. Součástí rozhovorů je Informovaný souhlas s účastí ve studii. Jeho vyplnění považujeme za vyjádření Vašeho souhlasu se zařazením do výzkumu.

Děkujeme za Váš čas a pomoc při realizaci výzkumu, který pomůže zjistit nové informace o strategiích zvládání stresu a hledat souvislosti mezi prožíváním stresu a osobnostními faktory u zdravotních sester a charakteristikou provozu oddělení.

Martina Kopecká

Miřetice 121

539 55

**Vedoucí práce:**

PhDr. Mariana Štefančíková, Ph.D

Oddělení společenských věd

Šimkova 870

Hradec Králové 500 03

## **Pokyny pro provedení kresebné techniky**

Vážená/ý paní/pane

Jmenuji se Martina Kopecká a jsem studentka 3. roč., studijního programu Ošetrovatelství oboru Všeobecná sestra, na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Hradci Králové, výzkum je výstupem bakalářské práce na téma Osobnost sestry v souvislosti se zvládnutím stresu.

Součástí tohoto výzkumu je i kresebná technika. V rámci této techniky bych Vás ráda poprosila o nakreslení obrázku na téma Imunita proti stresu. Tento obrázek můžete pojmout jakkoliv. Tato imunita může být zobrazena jako jakákoliv věc, předmět, zvíře, člověk, pohádková postavička nebo cokoli co Vás napadne. Tento obrázek by měl reprezentovat to, jak bojujete se stresem. Poprosím Vás i o popis vaší imunity, jak bojuje se stresem, který na Vás působí, jaké má obranné mechanismy, jak se brání stresu.

Předem Vám děkuji za Vaši ochotu při poskytování rozhovorů a kresebné technice.