

# Přílohy

## Příloha A – dotazník 1. verze

### 1. Pohlaví

- Muž
- Žena

### 2. Věk

- .....

### 3. Doba pedagogické praxe

- Méně než 5 let
- 5-10 let
- Více než 10 let

### 4. Místo působení

- Gymnázium
- Střední odborná škola
- Střední odborné učiliště

### 5. Které z následujících stresových zdrojů můžeme spojovat se syndromem vyhoření (můžete vybrat více možností)

- Konflikty mezi kolegy
- Nadměrný počet pracovních úkolů
- Rodinné problémy
- Nízká motivace žáků/studentů
- Zdravotní potíže

### 6. Které příznaky syndromu vyhoření byste uvedli jako příklad na psychické úrovni

- .....

### 7. Jakých oblastí se syndrom vyhoření týká (vyjma psychických)

- .....

**8. Setkali jste se někdy osobně se syndromem vyhoření nebo jeho příznaky?**

- Ano
- Ne

**Vyberte na škále, jak souhlasíte s následujícím tvrzením**

**9. Vnímáte učitelskou profesi jako rizikovou skupinu vůči syndromu vyhoření?**  
Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**10. Myslíte si, že je informovanost ohledně prevence vůči syndromu vyhoření podstatná?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**11. Myslíte si, že jste dostatečně informováni o celé procesu syndromu vyhoření (příčinách, průběhu, prevenci, léčbě)**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**12. Účastnili jste se někdy školení (semináře, přednášky, kurzu), které bylo zaměřeno na syndrom vyhoření a jeho prevenci?**

- Ano
- Ne

**13. Kolikrát jste se takového školení zúčastnili?**

- .....

**14. Vyberte z následující nabídky vhodné příklady preventivního opatření vůči syndromu vyhoření**

- Sport
- Informační školení o syndromu vyhoření
- Čas strávený s rodinou
- Další vzdělávání
- Vysoká pracovní angažovanost
- Dostatek spánku
- Jiné

**Vyberte na škále, jak souhlasíte s následujícím tvrzením**

**15. Účastníte se pravidelně na dalším vzdělávání?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**16. Cítíte potřebu se dále vzdělávat**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**17. Podílíte se na sebevzdělávání, z vlastní iniciativy?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**18. Myslíte si, že je nabídka kurzů dalšího vzdělávání dostatečně obsáhlá?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**19. Nabízí vám vedení školy konkrétní kurzy, které by vás mohly zajímat?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**20. Jste spokojeni s úrovní poskytování vzdělávacích kurzů?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**21. Cca kolik dní v roce se účastníte dalšího vzdělávání?**

- .....

**22. Znáte nějakou organizaci zajišťující další vzdělávání pedagogických pracovníků v Libereckém kraji? Napište, prosím, její název:**

- .....

**23. Jakých oblastí se nejčastěji týká vaše další vzdělávání? (můžete zaškrtnout více odpovědí)**

- Odborné předměty spadající do mé kvalifikace
- Odborné předměty mimo mou kvalifikaci
- Pedagogicko-psychologická oblast
- Management
- Metodika výuky
- Psychohygiena

**24. Proč se věnujete dalšímu vzdělávání (můžete vybrat více možností)**

- Je to povinné
- Pro radost
- Vybočení z pracovního prostředí
- Chci si rozšířit kvalifikaci
- Chci se přeorientovat na jiný obor
- Poznám nové kolegy
- Rád se vzdělávám

**25. Slyšeli jste o dalším vzdělávání ve spojení s prevencí vůči syndromu vyhoření?**

- Ano
- Ne
- Nevím

**26. Pokud jste u předchozí otázky odpověděli "ano", napište, v jaké souvislosti**

- .....

**27. Je dle vás další vzdělávání jednou z metod prevence syndromu vyhoření?**

- Ano
- Ne
- Nevím

**28. Proč ano/proč ne**

- Nevidím souvislost
- Vzdělávání a rozvoj osobnosti pomáhá ke zdravé psychohygieně
- Rozvívám se přímo kurzem o syndromu vyhoření, informuji se
- Nikdy jsem o tomto propojení neslyšel/a
- Při dalším vzdělávání se odreaguji od pracovních problémů
- Další vzdělávání mě stresuje
- S vyšší kvalifikací jsem sebejistější a emočně stabilnější
- Jiné

## **Příloha B – dotazník, 2. verze**

### **1. Pohlaví**

- Muž
- Žena

### **2. Věk**

- .....

### **3. Doba pedagogické praxe**

- Méně než 5 let
- 5-10 let
- Více než 10 let

### **4. Místo působení**

- Gymnázium
- Střední odborná škola
- Střední odborné učiliště

### **5. Které z následujících stresových zdrojů můžeme spojovat se syndromem vyhoření (můžete vybrat více možností)**

- Konflikty mezi kolegy
- Nadměrný počet pracovních úkolů
- Rodinné problémy
- Nízká motivace žáků/studentů
- Zdravotní potíže

### **6. Které příznaky syndromu vyhoření byste uvedli jako příklad na psychické úrovni**

- .....

### **7. Příznaky syndromu vyhoření se rozdělují dle jejich projevu do tří skupin. Zkuste vypsát kromě zmíněných psychických příznaků další dvě skupiny.**

- .....

**8. Setkali jste se někdy osobně se syndromem vyhoření nebo jeho příznaky?  
(pozorovali jste přímo na sobě)**

- Ano
- Ne

### **Pedagog a syndrom vyhoření**

**Vyberte na škále, jak souhlasíte s následujícím tvrzením**

**9. Vnímáte učitelskou profesi jako rizikovou skupinu vůči syndromu vyhoření?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**10. Myslíte si, že je informovanost ohledně prevence vůči syndromu vyhoření  
podstatná?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**11. Myslíte si, že jste dostatečně informováni o celé procesu syndromu vyhoření?  
(příčinách, průběhu, prevenci, léčbě)**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**12. Účastnili jste se někdy školení (semináře, přednášky, kurzu), které bylo  
zaměřeno na syndrom vyhoření a jeho prevenci?**

- Ano
- Ne

**13. Kolikrát jste se takového školení zúčastnili?**

- .....

**14. Vyberte z následující nabídky vhodné příklady preventivního opatření vůči  
syndromu vyhoření**

- Sport
- Informační školení o syndromu vyhoření
- Čas strávený s rodinou
- Další vzdělávání
- Vysoká pracovní angažovanost
- Dostatek spánku
- Jiné

## **Další vzdělávání**

**Vyberte na škále, jak souhlasíte s následujícím tvrzením**

**15. Účastníte se pravidelně na dalším vzdělávání?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**16. Cítíte potřebu se dále vzdělávat**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**17. Podílíte se na sebevzdělávání, z vlastní iniciativy?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**18. Myslíte si, že je nabídka kurzů dalšího vzdělávání dostatečně obsáhlá?**

Rozhodně ne/Spíše ne/Nemohu posoudit/Spíše ano/Rozhodně ano

**19. Nabízí vám vedení školy konkrétní kurzy, které by vás mohly zajímat?**

**20. Jste spokojeni s úrovní poskytování vzdělávacích kurzů?**

**21. Cca kolik dní v roce se účastníte dalšího vzdělávání? (akreditované kurzy, semináře, přednášky, školení iniciovány skrze školní zařízení, ve kterém působíte, průměr posledních dvou let)**

- .....

**22. Znáte nějakou organizaci zajišťující další vzdělávání pedagogických pracovníků v Libereckém kraji? Napište, prosím, její název:**

- .....

**23. Jakých oblastí se nejčastěji týká vaše další vzdělávání? (můžete zaškrtnout více odpovědí)**

- Odborné předměty spadající do mé kvalifikace
- Odborné předměty mimo mou kvalifikaci
- Pedagogicko-psychologická oblast
- Management
- Metodika výuky
- Psychohygienu

**24. Proč se věnujete dalšímu vzdělávání (můžete vybrat více možností)**

- Je to povinné
- Pro radost
- Vybočení z pracovního prostředí
- Chci si rozšířit kvalifikaci
- Chci se přeorientovat na jiný obor
- Poznám nové kolegy

**25. Slyšeli jste o dalším vzdělávání ve spojení s prevencí vůči syndromu vyhoření?**

- Ano
- Ne
- Nevím

**26. Pokud jste u předchozí otázky odpověděli "ano", napište, v jaké souvislosti**

- .....

**27. Je dle vás další vzdělávání jednou z metod prevence syndromu vyhoření?**

- Ano
- Ne
- Nevím

**28. Proč ano/proč ne**

- Nevidím souvislost
- Vzdělávání a rozvoj osobnosti pomáhá ke zdravé psychohygieně
- Rozvíjím se přímo kurzem o syndromu vyhoření, informuji se
- Nikdy jsem o tomto propojení neslyšel/a
- Při dalším vzdělávání se odreaguji od pracovních problémů
- Další vzdělávání mě stresuje
- S vyšší kvalifikací jsem sebejistější a emočně stabilnější
- Jiné