

# **Přílohy**

**Příloha A** – Přehled stresujících životních událostí

**Příloha B** – Otázky k rozhovorům

## Příloha A – Přehled stresujících životních událostí

Změny v životě	jednotka závažnosti
1. Úmrtí životního partnera(ky)	100
2. Rozvod	73
3. Rozchod s partnerem	65
4. Úmrtí v nejbližší rodině	63
5. Odpykání trestu ve vězení	63
6. Vlastní úraz nebo nemoc	53
7. Vlastní svatba	50
8. Přefázení v zaměstnání	47
9. Usmíření s partnerem(kou) nebo s manželem(kou)	45
10. Odchod do důchodu	45
11. Nemoc rodinného příslušníka	44
12. Těhotenství partnerky	40
13. Sexuální problémy	39
14. Změna postavení v zaměstnání	39
15. Narození dítěte	39
16. Změna ve vlastní finanční situaci	38
17. Úmrtí blízkého přítele	37
18. Změna zaměstnání	36
19. Přibývání manželských (partnerských) hádek	35
20. Získání půjčky	31
21. Větší dluhy	30
22. Větší zodpovědnost v zaměstnání	29
23. Vlastní děti opouštějí domov	29
24. Hádky s tchýní nebo tchánem	29
25. Mimořádný osobní úspěch	28
26. Manželka nastoupila (nebo vystoupila) ze zaměstnání	26
27. Začátek nebo ukončení školy nebo školení	26
28. Změna životních podmínek	25
29. Změna osobních návyků	24
30. Konflikty v zaměstnání	23
31. Změna pracovních podmínek	20
32. Změna bydliště	20
33. Zkoušky ve škole nebo kvalifikační zkoušky v zaměstnání	20
34. Změna navyké rekreace (chata, sport apod.)	19
35. Změna ve společenské činnosti	18
36. Poruchy spánku	16
37. Změna v setkání s rodinnými příslušníky	15
38. Změna v návycích v jídle	15
39. Dovolená	13
40. Rodinné setkání o vánočních svátcích	12
41. Pokuta při dopravních prostředku	11

Zdroj: Mayerová, 1997, s. 53–54 (upravila M. Ř.)

## **Příloha B – Otázky k rozhovorům**

### Základní otázky

- Kolik je vám let?
- Jaké je vaše nejvyšší dosažené vzdělání?
- Čím se zabývala organizace, ze které jste odešel/odešla kvůli kolektivu?
- Na jakou pozici jste v této organizaci nastoupil/a a co bylo vaší náplní práce?
- Na jaký pracovní poměr jste nastoupila?
- Kolik Vám v té době bylo let?

### Otázky k fázi počáteční sociální adaptace

- Jakým způsobem jste byl/a představen/a kolegům po nástupu do zaměstnání?
- Jak se k vám kolegové chovali po seznámení?
- Jak jste se v prvních dnech cítil/a v nové pracovní skupině?
- Snažili se vás kolegové zapojit do i do neformálních aktivit (společný oběd, soukromé rozhovory v přestávkách, aktivity po pracovní době)?

### Otázky k fázi prvních větších problémů

- Jaké problémy nastaly v průběhu začleňování se do kolektivu?
- Jaké atmosféra panovala v pracovní skupině?

### Otázky k fázi řešení problému

- Jak jste problém řešil/a?
- Řekl/a jste o problému nadřízenému/nadřízené?
- Jaký moment byl „zlomový“ pro rozhodnutí odejít z pracovní skupiny?