

Příloha 1 – Tabulka s kompletními daty všech respondentů

Formulář číslo	1. Pohlaví (a, b)	2. Věk (a, b, c)	3. Vzdělání (a, b, c)	4. Vyučuji na (a, b)	5. Délka praxe (a-h)	Kognitivní rovina (0-24)	Citová rovina (0-24)	Tělesná rovina (0-24)	Sociální rovina (0-24)	Celkový součet (0-96)	Výsledek
1	b	b	a	a	a	2	3	2	1	8	Skupina 1
2	b	a	a	b	a	6	4	5	4	19	Skupina 1
3	b	a	a	b	a	5	4	3	2	14	Skupina 1
4	b	c	a	b	c	10	11	15	5	41	Skupina 2
5	b	c	a	b	d	2	9	10	4	25	Skupina 1
6	b	c	c	a	a	5	8	6	2	21	Skupina 1
7	b	d	a	b	h	8	8	6	4	26	Skupina 1
8	b	b	a	b	b	2	0	2	1	5	Skupina 1
9	a	b	a	b	c	9	3	9	2	23	Skupina 1
10	b	c	a	b	d	8	9	6	4	27	Skupina 1
11	b	a	c	a	a	1	1	3	0	5	Skupina 1
12	b	d	a	a	f	7	5	4	5	21	Skupina 1
13	b	b	c	a	a	5	7	10	7	29	Skupina 1
14	b	b	a	a	d	11	15	11	11	48	Skupina 2
15	b	d	a	a	f	6	7	6	1	20	Skupina 1
16	b	d	a	a	f	2	3	2	1	8	Skupina 1
17	b	d	a	a	g	2	3	2	1	8	Skupina 1
18	b	a	a	b	a	6	5	4	4	19	Skupina 1
19	b	c	a	b	f	8	8	6	4	26	Skupina 1
20	b	d	a	a	g	0	0	0	0	0	Skupina 1
21	b	d	a	a	h	6	8	8	1	23	Skupina 1
22	a	b	c	b	c	1	3	1	3	8	Skupina 1
23	b	b	a	b	b	6	7	8	4	25	Skupina 1
24	a	b	a	a	b	7	5	6	2	20	Skupina 1
25	a	b	a	a	a	8	11	8	6	33	Skupina 2
26	b	c	a	b	d	5	14	7	4	30	Skupina 1
27	b	b	a	a	a	6	7	7	3	23	Skupina 1
28	b	c	a	a	f	7	7	6	2	22	Skupina 1
29	b	d	a	b	f	2	0	2	0	4	Skupina 1
30	b	b	a	b	c	4	2	4	1	11	Skupina 1
31	a	a	c	a	a	2	0	0	0	2	Skupina 1
32	a	d	a	b	f	6	9	5	8	28	Skupina 1
33	b	a	a	a	a	4	3	5	4	16	Skupina 1
34	b	d	a	b	f	7	4	6	6	23	Skupina 1
35	b	a	a	a	a	6	4	2	1	13	Skupina 1
36	b	c	a	b	e	2	2	4	0	8	Skupina 1
37	b	d	a	a	g	8	5	6	4	23	Skupina 1
38	b	d	a	a	f	6	3	5	2	16	Skupina 1
39	b	c	a	a	e	3	2	3	1	9	Skupina 1
40	b	d	a	a	e	5	2	8	4	19	Skupina 1
41	b	d	a	a	g	7	7	6	2	22	Skupina 1
42	b	b	a	b	a	5	5	6	3	19	Skupina 1
43	b	d	a	b	e	7	8	5	6	26	Skupina 1
44	b	d	a	a	g	6	8	10	2	26	Skupina 1
45	b	b	a	a	c	5	5	4	1	15	Skupina 1
46	b	d	a	a	g	6	8	8	3	25	Skupina 1
47	b	d	a	a	g	10	14	15	8	47	Skupina 2
48	b	b	a	b	d	8	6	2	0	16	Skupina 1
49	a	a	a	b	a	6	3	0	0	9	Skupina 1
50	b	d	a	b	h	5	2	3	0	10	Skupina 1
51	b	d	a	a	h	9	7	8	5	29	Skupina 1
52	b	a	a	b	b	3	2	3	2	10	Skupina 1
53	b	d	a	a	f	6	7	13	5	31	Skupina 1
54	b	c	a	b	d	5	4	3	3	15	Skupina 1
55	b	d	a	a	f	8	4	4	6	22	Skupina 1
56	b	d	a	a	f	8	5	7	5	25	Skupina 1
57	b	c	a	b	e	9	6	8	9	32	Skupina 1
58	b	b	a	b	b	7	9	7	4	27	Skupina 1
59	b	d	a	b	g	4	5	6	4	19	Skupina 1
60	b	c	a	b	d	4	10	9	5	28	Skupina 1
61	a	b	a	b	a	0	0	0	0	0	Skupina 1
62	b	d	a	a	d	6	9	9	7	31	Skupina 1
63	b	a	a	a	a	4	4	4	4	16	Skupina 1
64	a	a	a	b	a	1	4	4	2	11	Skupina 1
65	b	b	a	a	d	5	4	5	5	19	Skupina 1
66	b	d	b	a	h	5	7	8	3	23	Skupina 1
67	a	d	a	b	h	3	6	1	4	14	Skupina 1
68	b	c	a	a	d	7	7	8	3	25	Skupina 1
69	b	c	a	b	e	6	6	6	6	24	Skupina 1
70	b	c	a	a	e	9	6	6	3	24	Skupina 1

Formulář číslo	1. Pohlaví (a, b)	2. Věk (a, b, c)	3. Vzdělání (a, b, c)	4. Vyučuji na (a, b)	5. Délka praxe (a-h)	Kognitivní rovina (0-24)	Citová rovina (0-24)	Tělesná rovina (0-24)	Sociální rovina (0-24)	Celkový součet (0-96)	Výsledek
71	b	d	c	b	c	6	8	4	8	26	Skupina 1
72	b	d	a	b	h	6	9	7	3	25	Skupina 1
73	b	c	a	a	d	3	4	5	3	15	Skupina 1
74	b	a	a	a	a	4	7	7	3	21	Skupina 1
75	b	d	a	a	g	7	10	9	6	32	Skupina 1
76	b	c	a	a	d	5	5	3	1	14	Skupina 1
77	b	a	a	b	a	4	8	4	4	20	Skupina 1
78	b	c	a	a	f	9	10	12	7	38	Skupina 2
79	b	b	a	a	b	8	13	7	8	36	Skupina 2
80	b	c	c	a	b	6	6	6	6	24	Skupina 1
81	b	b	a	a	c	8	7	7	11	33	Skupina 2
82	b	a	a	a	a	4	5	9	0	18	Skupina 1
83	b	d	a	a	h	6	8	6	9	29	Skupina 1
84	b	c	a	a	d	5	5	8	2	20	Skupina 1
85	b	c	a	a	e	5	6	6	1	18	Skupina 1
86	b	d	a	a	f	12	8	5	8	33	Skupina 2
87	b	d	a	b	h	2	4	4	6	16	Skupina 1
88	b	a	a	a	a	5	4	4	3	16	Skupina 1
89	b	c	a	b	d	5	9	8	4	26	Skupina 1
90	a	a	a	b	a	2	5	4	5	16	Skupina 1
91	a	b	a	b	b	3	2	3	3	11	Skupina 1
92	b	d	a	b	f	3	5	3	4	15	Skupina 1
93	b	b	a	a	d	6	8	8	7	29	Skupina 1
94	b	d	a	a	g	3	6	6	3	18	Skupina 1
95	b	d	a	a	f	3	8	10	3	24	Skupina 1
96	b	c	c	a	e	4	3	3	4	14	Skupina 1
97	b	c	a	a	g	4	3	3	4	14	Skupina 1
98	a	b	c	b	b	5	7	4	4	20	Skupina 1
99	a	a	c	a	a	2	1	5	0	8	Skupina 1
100	a	b	c	a	b	5	5	6	5	21	Skupina 1
101	b	c	a	a	d	1	1	0	3	5	Skupina 1
102	b	d	a	b	f	6	6	6	4	22	Skupina 1
103	b	c	a	b	c	7	7	12	6	32	Skupina 1
104	b	a	b	a	a	7	4	5	2	18	Skupina 1
105	b	b	a	a	b	4	5	8	1	18	Skupina 1
106	b	d	a	b	h	2	4	8	4	18	Skupina 1
107	b	a	a	a	a	7	6	10	7	30	Skupina 1
108	a	d	a	b	f	2	1	2	2	7	Skupina 1
109	b	b	a	a	c	4	8	6	6	24	Skupina 1
110	b	d	a	a	h	4	3	3	5	15	Skupina 1
111	a	d	a	b	h	6	4	8	9	27	Skupina 1
112	b	c	a	a	g	2	1	1	4	8	Skupina 1
113	b	d	a	b	h	5	5	7	4	21	Skupina 1
114	a	d	a	b	h	8	14	10	4	36	Skupina 2
115	b	a	a	b	a	10	2	5	4	21	Skupina 1
116	b	b	a	b	a	2	3	2	2	9	Skupina 1
117	b	c	a	b	b	8	11	9	3	31	Skupina 1
118	b	a	a	b	a	4	4	6	3	17	Skupina 1
119	b	c	a	a	e	10	10	9	7	36	Skupina 2
120	b	b	a	b	a	3	3	1	3	10	Skupina 1
121	b	c	a	b	d	7	10	12	5	34	Skupina 2
122	b	c	a	a	f	3	6	10	2	21	Skupina 1
123	b	d	a	a	g	4	1	0	1	6	Skupina 1
124	b	d	a	a	h	4	3	1	2	10	Skupina 1
125	b	d	a	a	g	0	2	3	2	7	Skupina 1
126	b	c	a	a	e	7	8	8	4	27	Skupina 1
127	b	a	c	a	a	2	3	2	0	7	Skupina 1
128	b	b	a	a	a	5	7	8	3	23	Skupina 1
129	b	b	a	a	c	2	2	2	1	7	Skupina 1
130	b	c	a	a	d	6	8	5	3	22	Skupina 1
131	b	b	a	a	a	7	7	4	0	18	Skupina 1
132	b	c	a	a	d	2	3	3	0	8	Skupina 1
133	b	b	a	b	b	3	8	14	4	29	Skupina 1
134	b	d	a	b	f	9	8	6	5	28	Skupina 1
135	b	d	a	b	h	6	8	7	8	29	Skupina 1
136	b	b	a	a	b	4	4	2	2	12	Skupina 1
137	b	b	a	b	b	8	10	11	2	31	Skupina 1
138	a	b	c	b	c	10	20	19	7	56	Skupina 2
139	b	c	c	a	b	10	10	8	6	34	Skupina 2
140	b	c	a	b	b	7	5	5	1	18	Skupina 1
141	b	b	a	a	d	8	8	6	5	27	Skupina 1
142	b	a	a	a	a	1	4	4	0	9	Skupina 1
143	b	a	a	b	a	8	7	12	7	34	Skupina 2
144	b	d	b	a	h	2	6	8	3	19	Skupina 1
145	b	b	a	a	d	8	5	5	7	25	Skupina 1
146	b	d	a	b	g	6	7	8	4	25	Skupina 1
147	b	d	a	a	f	4	6	5	2	17	Skupina 1
148	b	a	a	a	a	3	7	4	0	14	Skupina 1
149	b	d	a	a	d	15	18	19	15	67	Skupina 3
150	b	a	a	a	a	7	9	7	5	28	Skupina 1

Formulář číslo	1. Pohlaví (a, b)	2. Věk (a, b, c)	3. Vzdělání (a, b, c)	4. Vyučuji na (a, b)	5. Délka praxe (a-h)	Kognitivní rovina (0-24)	Citová rovina (0-24)	Tělesná rovina (0-24)	Sociální rovina (0-24)	Celkový součet (0-96)	Výsledek
151	b	c	a	a	c	6	6	11	1	24	Skupina 1
152	b	d	a	b	f	4	7	6	5	22	Skupina 1
153	a	d	a	b	h	11	11	7	9	38	Skupina 2
154	b	d	a	b	h	7	11	12	9	39	Skupina 2
155	b	d	a	a	e	4	6	6	5	21	Skupina 1
156	b	a	a	a	a	4	4	8	4	20	Skupina 1
157	b	d	a	b	c	3	5	7	1	16	Skupina 1
158	b	d	a	b	h	8	6	5	6	25	Skupina 1
159	b	c	a	a	d	5	6	7	2	20	Skupina 1
160	a	d	a	b	e	2	1	3	4	10	Skupina 1
161	b	a	a	a	a	5	9	3	4	21	Skupina 1
162	b	d	b	a	e	3	1	0	2	6	Skupina 1
163	b	b	c	a	a	3	5	1	2	11	Skupina 1
164	b	b	a	a	c	7	10	7	9	33	Skupina 2
165	b	d	a	a	f	0	2	2	2	6	Skupina 1
166	b	b	a	b	d	8	9	4	7	28	Skupina 1
167	b	d	a	a	g	9	4	2	0	15	Skupina 1
168	b	b	a	b	c	3	4	8	4	19	Skupina 1
169	b	d	a	a	e	1	4	2	2	9	Skupina 1
170	b	b	a	a	c	9	5	3	4	21	Skupina 1
171	b	c	a	a	d	10	9	13	8	40	Skupina 2
172	b	a	a	b	b	8	8	9	4	29	Skupina 1
173	b	c	a	b	e	4	10	8	6	28	Skupina 1
174	b	d	a	b	c	9	7	6	2	24	Skupina 1
175	b	b	a	b	c	5	5	10	2	22	Skupina 1
176	b	d	a	b	e	9	5	4	7	25	Skupina 1
177	b	c	a	a	e	6	6	3	2	17	Skupina 1
178	b	b	a	a	a	13	8	6	9	36	Skupina 2
179	a	d	a	b	g	11	14	12	9	46	Skupina 2
180	b	d	a	b	g	10	10	10	9	39	Skupina 2
181	b	a	a	b	a	4	7	9	1	21	Skupina 1
182	b	d	a	a	f	6	9	11	7	33	Skupina 2
183	b	c	a	a	c	1	5	2	0	8	Skupina 1
184	b	c	a	a	d	5	8	10	5	28	Skupina 1
185	b	d	a	b	e	7	5	5	7	24	Skupina 1
186	b	b	a	a	c	6	10	8	4	28	Skupina 1
187	b	c	a	a	f	5	8	4	6	23	Skupina 1
188	b	a	c	a	a	9	11	5	4	29	Skupina 1
189	b	a	c	a	a	2	0	1	2	5	Skupina 1
190	b	d	a	a	h	3	5	5	0	13	Skupina 1
191	a	d	a	b	f	11	11	10	8	40	Skupina 2
192	b	d	a	a	f	8	9	8	3	28	Skupina 1
193	b	d	a	a	e	5	4	2	2	13	Skupina 1
194	b	c	a	b	d	8	5	2	2	17	Skupina 1
195	b	d	a	a	g	11	11	10	9	41	Skupina 2
196	b	c	a	a	c	10	11	12	5	38	Skupina 2
197	b	c	a	a	f	4	6	7	5	22	Skupina 1
198	b	b	a	a	c	4	6	4	4	18	Skupina 1
199	b	c	a	a	b	1	2	2	3	8	Skupina 1
200	b	d	a	a	d	5	3	5	5	18	Skupina 1
201	b	d	a	b	g	0	1	1	0	2	Skupina 1
202	a	c	a	b	f	3	4	1	2	10	Skupina 1
203	b	d	a	a	f	6	7	3	5	21	Skupina 1
204	b	d	a	b	f	2	5	2	4	13	Skupina 1
205	b	d	a	a	g	6	4	10	4	24	Skupina 1
206	b	b	a	a	d	5	6	3	2	16	Skupina 1
207	b	c	a	a	e	6	9	4	6	25	Skupina 1
208	b	d	a	a	f	10	9	12	10	41	Skupina 2
209	b	d	b	b	d	7	9	8	5	29	Skupina 1
210	b	c	a	b	b	8	6	5	7	26	Skupina 1
211	b	a	a	a	b	7	12	10	9	38	Skupina 2
212	b	a	a	a	a	5	11	10	4	30	Skupina 1
213	a	b	a	b	a	19	17	16	20	72	Skupina 3
214	a	c	a	b	b	0	0	0	0	0	Skupina 1
215	b	c	a	b	b	7	7	5	5	24	Skupina 1
216	a	c	a	b	e	9	8	10	4	31	Skupina 1
217	b	a	c	a	a	1	2	1	6	10	Skupina 1
218	b	d	a	a	g	0	2	1	2	5	Skupina 1
219	a	b	a	a	c	1	1	2	0	4	Skupina 1
220	b	c	a	a	d	7	7	9	3	26	Skupina 1
221	b	d	a	a	g	5	9	6	4	24	Skupina 1
222	b	d	a	b	h	7	7	9	6	29	Skupina 1
223	b	c	a	b	c	8	10	7	4	29	Skupina 1
224	b	a	c	a	a	1	1	0	1	3	Skupina 1
225	b	c	a	a	e	5	2	7	1	15	Skupina 1
226	b	c	a	a	e	3	7	9	9	28	Skupina 1
227	b	c	a	a	e	6	6	8	2	22	Skupina 1
228	b	d	a	b	f	6	2	2	4	14	Skupina 1
229	b	d	a	b	d	7	7	7	5	26	Skupina 1
230	b	d	a	b	e	7	6	8	5	26	Skupina 1

Formulář číslo	1. Pohlaví (a, b)	2. Věk (a, b, c)	3. Vzdělání (a, b, c)	4. Vyučuji na (a, b)	5. Délka praxe (a-h)	Kognitivní rovina (0-24)	Citová rovina (0-24)	Tělesná rovina (0-24)	Sociální rovina (0-24)	Celkový součet (0-96)	Výsledek
231	b	c	a	b	d	4	6	10	3	23	Skupina 1
232	b	c	a	a	e	4	2	7	1	14	Skupina 1
233	b	d	a	b	f	9	2	3	4	18	Skupina 1
234	b	d	a	b	d	7	6	7	5	25	Skupina 1
235	b	d	b	b	f	5	7	6	1	19	Skupina 1
236	b	b	a	b	d	8	5	7	10	30	Skupina 1
237	b	b	a	a	c	2	7	3	2	14	Skupina 1
238	b	c	a	a	e	5	2	7	1	15	Skupina 1
239	a	c	a	b	e	6	7	4	6	23	Skupina 1
240	b	d	a	b	f	8	2	2	4	16	Skupina 1
241	b	b	b	a	a	7	5	7	8	27	Skupina 1
242	b	d	a	a	e	3	6	4	2	15	Skupina 1
243	b	b	c	a	a	4	4	6	1	15	Skupina 1
244	b	b	c	a	b	8	8	5	3	24	Skupina 1
245	b	c	a	a	d	6	3	2	2	13	Skupina 1
246	b	d	a	b	h	4	7	5	3	19	Skupina 1
247	b	c	a	a	f	6	5	8	1	20	Skupina 1
248	b	c	a	a	d	2	2	2	1	7	Skupina 1
249	b	d	a	a	g	5	7	9	3	24	Skupina 1
250	b	c	a	b	b	6	4	7	1	18	Skupina 1
251	b	d	a	a	e	0	2	3	3	8	Skupina 1
252	b	b	a	a	b	0	7	4	1	12	Skupina 1
253	b	d	a	a	g	9	11	7	3	30	Skupina 1
254	b	a	c	b	a	7	7	9	3	26	Skupina 1
255	b	c	a	a	c	11	9	6	5	31	Skupina 1
256	a	a	c	b	b	5	2	4	0	11	Skupina 1
257	b	b	a	a	b	8	9	10	5	32	Skupina 1
258	a	c	a	b	b	4	4	4	3	15	Skupina 1
259	a	b	a	b	b	6	6	7	2	21	Skupina 1
260	b	d	a	b	d	10	8	7	4	29	Skupina 1
261	b	c	a	a	f	4	3	2	2	11	Skupina 1
262	b	a	c	a	a	7	9	8	3	27	Skupina 1
263	b	b	a	a	a	7	6	7	5	25	Skupina 1
264	b	d	a	b	f	3	3	2	6	14	Skupina 1
265	b	c	a	a	f	6	7	6	6	25	Skupina 1
266	b	b	a	a	a	8	15	14	10	47	Skupina 2
267	b	c	a	b	d	4	1	2	4	11	Skupina 1
268	a	c	c	b	e	5	1	0	2	8	Skupina 1
269	b	d	a	b	f	6	7	8	4	25	Skupina 1
270	b	a	a	a	a	4	4	3	2	13	Skupina 1
271	b	b	c	a	b	5	8	11	2	26	Skupina 1
272	b	d	a	a	d	8	6	3	3	20	Skupina 1
273	b	a	a	b	a	4	6	3	5	18	Skupina 1
274	b	b	a	b	d	3	2	9	2	16	Skupina 1
275	a	b	a	b	a	8	10	7	1	26	Skupina 1
276	b	b	a	a	c	11	12	9	7	39	Skupina 2

## Příloha 2 – Dotazník zadávaný respondentům výzkumného šetření

### Dotazníkové šetření na zjištění míry SYNDROMU VYHOŘENÍ u učitelů

Vážené paní učitelky a páni učitelé,

jmenuji se Lenka Vaňková a jsem studentkou posledního ročníku na PedF UK v Praze, obor Učitelství pro 1. stupeň ZŠ.

Ráda bych Vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku, který je zcela anonymní a bude použit pouze pro výzkumné šetření mé diplomové práce na téma: Syndrom vyhoření u učitelů.

Pokud by někdo z Vás měl zájem o zjištěné výsledky této empirické sondy, kontaktujte mě, prosím, na e-mailové adrese: [vankovalenka485@seznam.cz](mailto:vankovalenka485@seznam.cz)

Velmi ráda se o zjištěné informace a závěry podělím.

Dotazník se skládá ze dvou částí, a proto je tištěn po obou stranách listu. Prosím, vyplňte obě strany.

**V 1. části dotazníku, prosím, vyberte a čitelně označte vždy jen jednu odpověď.**

#### 1. Pohlaví

- a) muž
- b) žena

#### 2. Věk

- a) 18 – 30 let
- b) 31 – 40 let
- c) 41 – 50 let
- d) 51 a více let

#### 3. Pedagogické vzdělání

- a) VŠ vzdělání
- b) nemám VŠ vzdělání
- c) momentálně studuji

#### 4. Převážně vyučuji na:

- a) 1. stupni ZŠ
- b) 2. stupni ZŠ

#### 5. Délka mé pedagogické praxe je dlouhá:

- a) do 5 let
- b) do 10 let
- c) do 15 let
- d) do 20 let
- e) do 25 let
- f) do 30 let
- g) do 35 let
- h) více jak 35 let

Ve 2. části po přečtení každé věty, prosím, zakroužkujete na číselné škále 0 – 4 vždy jen jednu hodnotu, která nejlépe vystihuje Vaši současnou situaci.

	dotazníkové otázky						součet rovin
	vždy 4 body	často 3 body	někdy 2 body	zřídka 1 bod	nikdy 0 bodů		
1.	4	3	2	1	0		
2.	4	3	2	1	0		
3.	4	3	2	1	0		
4.	4	3	2	1	0		
5.	4	3	2	1	0		
6.	4	3	2	1	0		
7.	4	3	2	1	0		
8.	4	3	2	1	0		
9.	4	3	2	1	0		
10.	4	3	2	1	0		
11.	4	3	2	1	0		
12.	4	3	2	1	0		
13.	4	3	2	1	0		
14.	4	3	2	1	0		
15.	4	3	2	1	0		
16.	4	3	2	1	0		
17.	4	3	2	1	0		
18.	4	3	2	1	0		
19.	4	3	2	1	0		
20.	4	3	2	1	0		
21.	4	3	2	1	0		
22.	4	3	2	1	0		
23.	4	3	2	1	0		
24.	4	3	2	1	0		

Zdroj: Hennig, C., Keller, G., *Antistresový program pro učitele*, Praha: Portál, 1996, str. 19-20

Velmi Vám děkuji za Váš čas a spolupráci!

### Příloha 3 – Ukázka vyplněného dotazníku

104-

#### Dotazníkové šetření na zjištění míry SYNDROMU VYHOŘENÍ u učitelů

Vážené paní učitelky a páni učitelé,  
jmenuji se Lenka Vaňková a jsem studentkou posledního ročníku na PedF UK v Praze, obor Učitelství pro 1. stupeň ZŠ.  
Ráda bych Vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku, který je zcela anonymní a bude použit pouze pro výzkumné šetření mé diplomové práce na téma: Syndrom vyhoření u učitelů.  
Pokud by někdo z Vás měl zájem o zjištěné výsledky této empirické sondy, kontaktujte mě, prosím, na e-mailové adrese: [vankovalenka485@seznam.cz](mailto:vankovalenka485@seznam.cz)  
Velmi ráda se o zjištěné informace a závěry podělím.

Dotazník se skládá ze **dvou částí**, a proto je tištěn po obou stranách listu. Prosím, vyplňte obě strany.  
**V 1. části dotazníku, prosím, vyberte a čitelně označte vždy jen jednu odpověď.**

**1. Pohlaví**  
a) muž  
 b) žena

**2. Věk**  
 a) 18 – 30 let  
b) 31 – 40 let  
c) 41 – 50 let  
d) 51 a více let

**3. Pedagogické vzdělání**  
a) VŠ vzdělání                       b) nemám VŠ vzdělání                      c) momentálně studuji

**4. Převážně vyučuji na:**  
 a) 1. stupni ZŠ                      b) 2. stupni ZŠ

**5. Délka mé pedagogické praxe je dlouhá:**  
 a) do 5 let  
b) do 10 let  
c) do 15 let  
d) do 20 let  
e) do 25 let  
f) do 30 let  
g) do 35 let  
h) více jak 35 let

Ve 2. části po přečtení každé věty, prosím, zakroužkujete na číselné škále 0 – 4 vždy jen jednu hodnotu, která nejlépe vystihuje Vaši současnou situaci.

	dotazníkové otázky						součet rovin
	vždy 4 body	často 3 body	někdy 2 body	zřídka 1 bod	nikdy 0 bodů		
1. Obtížně se soustřeďuji.	4	3	2	1	0	2	
2. Nedokážu se radovat ze své práce.	4	3	2	1	0	1	
3. Případám si fyzicky „vyždímaná(y)“.	4	3	2	1	0	2	
4. Nemám chuť pomáhat problémovým žákům.	4	3	2	1	0	1	
5. Pochybují o svých profesionálních schopnostech.	4	3	2	1	0	3	
6. Jsem sklíčená(y).	4	3	2	1	0	0	
7. Jsem náchylná(y) k nemocem.	4	3	2	1	0	1	
8. Pokud je to možné, vyhýbám se odborným rozhovorům s kolegy.	4	3	2	1	0	0	
9. Vyjadřuji se posměšně o rodičích žáků i o žácích.	4	3	2	1	0	0	
10. V konfliktních situacích ve škole se cítím bezmocná(y).	4	3	2	1	0	1	
11. Mám problémy se srdcem, dýcháním, trávením apod.	4	3	2	1	0	0	
12. Frustrace ze školní práce narušuje moje soukromé vztahy.	4	3	2	1	0	1	
13. Můj odborný růst a zájem o obor zaostává.	4	3	2	1	0	0	
14. Jsem vnitřně neklidná(y) a nervózní.	4	3	2	1	0	1	
15. Jsem napjatá(y).	4	3	2	1	0	1	
16. Vyučování omezuji na pouhé zprostředkování učiva.	4	3	2	1	0	0	
17. Přemýšlím o odchodu z učitelského povolání.	4	3	2	1	0	1	
18. Trpím nedostatkem uznání a ocenění.	4	3	2	1	0	1	
19. Trápí mě poruchy spánku.	4	3	2	1	0	0	
20. Vyhýbám se účasti na dalším vzdělávání.	4	3	2	1	0	0	
21. Hrozí mi nebezpečí, že ztratím přehled o dění v oboru.	4	3	2	1	0	1	
22. Cítím se ustrašená(y).	4	3	2	1	0	0	
23. Trpím bolestmi hlavy.	4	3	2	1	0	1	
24. Pokud je to možné, vyhýbám se rozhovorům se žáky.	4	3	2	1	0	0	

452  
18

Zdroj: Hennig, C., Keller, G., *Antistresový program pro učitele*, Praha: Portál, 1996, str. 19-20

Velmi Vám děkuji za Váš čas a spolupráci!



Příloha 4 – Tabulka s výsledky konkrétních hodnot míry vyhoření a jejich procentuální vyjádření z hlediska **délky pedagogické praxe**

Délka pedagogické praxe	do 5 let	%	do 10 let	%	do 15 let	%	do 20 let	%	do 25 let	%	do 30 let	%	do 35 let	%	více jak 35 let	%
<b>Počet jedinců</b>	<b>56</b>	<b>20,29</b>	<b>31</b>	<b>11,23</b>	<b>27</b>	<b>9,78</b>	<b>41</b>	<b>14,86</b>	<b>32</b>	<b>11,59</b>	<b>41</b>	<b>14,86</b>	<b>25</b>	<b>9,06</b>	<b>23</b>	<b>8,33</b>
Průměrná hodnota v kognitivní rovině	5,02	20,91	5,45	22,72	6,00	25,00	6,12	25,51	5,22	21,74	5,76	23,98	5,40	22,50	5,52	23,00
Průměrná hodnota v citové rovině	5,54	23,07	6,19	25,81	7,00	29,17	6,80	28,35	4,97	20,70	5,73	23,88	6,12	25,50	6,65	27,72
Průměrná hodnota v tělesné rovině	5,29	22,02	6,19	25,81	6,96	29,01	6,56	27,34	5,31	22,14	5,61	23,37	6,04	25,17	6,35	26,45
Průměrná hodnota v sociální rovině	3,38	14,06	3,32	13,84	3,89	16,20	4,37	18,19	3,88	16,15	4,17	17,38	3,64	15,17	4,65	19,38
<b>Celková průměrná míra vyhoření</b>	<b>19,21</b>	<b>20,01</b>	<b>21,16</b>	<b>22,04</b>	<b>23,85</b>	<b>24,85</b>	<b>23,85</b>	<b>24,85</b>	<b>19,38</b>	<b>20,18</b>	<b>21,27</b>	<b>22,15</b>	<b>21,20</b>	<b>22,08</b>	<b>23,17</b>	<b>24,14</b>

