



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Digitální učební materiál

Projekt: Digitální učební materiály ve škole, registrační číslo projektu CZ.1.07/1.5.00/34.0527

Příjemce: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Husova 3, 371 60  
České Budějovice

---

**Název materiálu:** Profesionální adaptace, deformace, syndrom vyhoření - test

**Autor materiálu:** PhDr. Yvetta Pužejová

**Datum (období) vytvoření:** 11. 2. 2013

### Zařazení materiálu:

Šablona: Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT (III/2)

Tematická oblast: Sociální komunikace ve zdravotnictví a zdravotnická psychologie

Sada: PS9

Číslo DUM: 14

Předmět, ročník:

Psychologie a komunikace, 3. roč.

### Ověření materiálu ve výuce:

Datum ověření: 20. 5. 2013

Třída: ZDA 3. A

Ověřující učitel: Mgr. Ilona Bláhová

### Popis způsobu použití materiálu ve výuce:

Test je vhodné použít jako materiál k prověření pochopení a osvojení učiva daného tématu. Materiál obsahuje test určený pro samostatné zpracování žáky a klíč pro učitele. Odpovědi v testech jsou bodově ohodnoceny. Součástí klíče je doporučená škála bodového hodnocení výsledku testu.

**Tento výukový materiál je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.**

## TEST (Profesionální adaptace, deformace, syndrom vyhoření)

1/ Uved'te, zda souhlasíte nebo nesouhlasíte s následujícími tezemi:

- a) Syndrom vyhoření nejčastěji vzniká u profesí, kde mají pracovníci malý kontakt s druhými lidmi. ANO/NE
- b) Syndromem vyhoření častěji onemocní lidé s vyšší kvalifikací. ANO/NE
- c) Vznik syndromu vyhoření souvisí s emočně náročnými situacemi na pracovišti. ANO/ NE
- d) Problémy syndromu vyhoření se projeví v oblasti somatického zdraví.  
ANO/ NE
- e) Syndromem vyhoření častěji trpí pracovníci oddělení, kde dochází často k úmrtí pacienta. ANO/NE

2/ Co je předpokladem správné profesní adaptace?

- a) kvalitní vzdělání
- b) identifikace s profesní rolí
- c) dostatečné platební ohodnocení

3/ Vysvětlete pojmy:

Iatrogenie:.....  
Sorogenie.....

4/ Napište 3 různé pomáhající profese:

- a) .....
- b) .....
- c) .....

5/ Jaké znáte faktory vzniku syndromu vyhoření? Uved'te alespoň dva.

.....  
.....

6/ Uved'te, zda souhlasíte nebo nesouhlasíte s následujícími tezemi:

- a) Možnost pracovat kreativně, snižuje riziko vzniku syndromu vyhoření. ANO/NE
- b) Špatná organizace práce, má vliv na vznik syndromu vyhoření. ANO/NE
- c) Nedostatky v komunikaci mezi nadřízenými a podřízenými mají vliv na vznik syndromu vyhoření. ANO/ NE
- d) Vznik syndromu vyhoření může vzniknout, jestliže pracovník nemůže provádět výkony, na které má vzdělání. ANO/ NE
- e) Chronický stres pracovníka přispívá ke vzniku syndromu vyhoření. ANO/NE

7/ Doplňte:

a) Uvedte 3 fyzické příznaky syndromu vyhoření:

.....  
.....  
.....

b) Uvedte 3 psychické příznaky syndromu vyhoření:

.....  
.....  
.....

c) Uvedte 3 příklady změny chování při syndromu vyhoření:

.....  
.....  
.....

8/ Vyjmenujte 5 fází syndromu vyhoření:

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

9/ Napište anglický výraz pro syndrom vyhoření: .....

10/ Napište, kdo je kompetentní léčit syndrom vyhoření.

- |              |         |
|--------------|---------|
| a) Psycholog | ANO/NE  |
| b) Psychiatr | ANO /NE |
| c) Neurolog  | ANO/NE  |
| d) Dietolog  | ANO/NE  |

## TEST klíč (Profesionální adaptace, deformace, syndrom vyhoření)

1/ Uved'te, zda souhlasíte nebo nesouhlasíte s následujícími tezemi:

a) Syndrom vyhoření nejčastěji vzniká u profesí, kde mají pracovníci malý kontakt s druhými lidmi. **ANO/NE**

b) Syndromem vyhoření častěji onemocní lidé s vyšší kvalifikací. **ANO/NE**

c) Vznik syndromu vyhoření souvisí s emočně náročnými situacemi na pracovišti. **ANO/ NE**

d) Problémy syndromu vyhoření se projeví v oblasti somatického zdraví.

**ANO/ NE**

e) Syndromem vyhoření častěji trpí pracovníci oddělení, kde dochází často k úmrtí pacienta. **ANO/NE** (5b)

2/ Co je předpokladem správné profesní adaptace?

a) kvalitní vzdělání

**b) identifikace s profesní rolí**

c) dostatečné platební ohodnocení (1b)

3/ Vysvětlete pojmy:

latrogenie: *poškození pacienta zdravotnickým pracovníkem - lékařem*

Sorogenie: *poškození pacienta ošetřujícím personálem* (2b)

4/ Napište 3 různé pomáhající profese:

*Např. Lékař, sestra, zdravotnický asistent, pečovatel, sociální pracovník, učitel, hasič....* (3b)

5/ Jaké znáte faktory vzniku syndromu vyhoření? Uved'te alespoň dva.

*Frustrace z neuspokojených potřeb, negativní vztahy s lidmi, nadměrná emocionální zátěž, negativní pracovní prostředí...* (2b)

6/Uved'te, zda souhlasíte nebo nesouhlasíte s následujícími tezemi:

a) Možnost pracovat kreativně, snižuje riziko vzniku syndromu vyhoření.

**ANO/NE**

b) Špatná organizace práce, má vliv na vznik syndromu vyhoření. **ANO/NE**

c) Nedostatky v komunikaci mezi nadřízenými a podřízenými mají vliv na vznik syndromu vyhoření. **ANO/ NE**

d) Vznik syndromu vyhoření, jestliže pracovník nemůže provádět výkony, na které má vzdělání. **ANO/ NE**

e) Chronický stres pracovníka přispívá ke vzniku syndromu vyhoření.

**ANO/NE**

(5b)

7/Doplňte:

a) Uved'te 3 fyzické příznaky syndromu vyhoření:

*Např.: únava, apatie, bolesti hlavy, vegetativní problémy, poruchy spánku,*

*náchylnost k úrazům a onemocněním, napětí svalů obličeje, zad, změny tělesné hmotnosti.... (3b)*

b) Uvedte 3 psychické příznaky syndromu vyhoření:

*Např.: útlum aktivity, kreativity, iniciativy, ztráta motivace, duševní vyčerpání, negativní postoj k sobě samému, redukce činnosti na rutinní postupy, projevy negativismu, cynismu, hostility, nezáměr o práci, pocit smutku, depresivní ladění, zvýšené riziko závislosti..... (3b)*

c) Uvedte 3 příklady změny chování při syndromu vyhoření:

*Např.: pozdní příchody do práce, nechť k práci, prodlužování pracovních přestávek, časnější odchody z práce, vyhýbání se kontaktu s klienty, netolerance, cynismus, fluktuace, absence v práci.... (3b)*

8/Vyjmenujte 5 fází syndromu vyhoření:

1. Nadšení
2. Stagnace
3. Frustrace
4. Apatie
5. Syndrom vyhoření (5b)

9/Napište anglický výraz pro syndrom vyhoření: *burn out (1b)*

10/Napište, kdo je kompetentní léčit syndrom vyhoření.

- |              |                |             |
|--------------|----------------|-------------|
| a) Psycholog | <b>ANO/NE</b>  |             |
| b) Psychiatr | <b>ANO /NE</b> |             |
| c) Neurolog  | <b>ANO/NE</b>  |             |
| d) Dietolog  | <b>ANO/NE</b>  | <b>(4b)</b> |

**Hodnocení:**

<b>37-33</b>	<b>1</b>
<b>32-27</b>	<b>2</b>
<b>26-21</b>	<b>3</b>
<b>20-16</b>	<b>4</b>
<b>15 a méně</b>	<b>5</b>