



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 a syndrom vyhoření - pracovní list

Autor materiálu: PhDr. Yvetta Pužejová

Datum (období) vytvoření: 19. 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: 15

Předmět, ročník:

Psychologie a komunikace, 3. roč.

Ověření materiálu ve výuce:

Datum ověření: 28. 5. 2013

Třída: ZDA 3.A

Ověřující učitel: Mgr. Ilona Bláhová

Popis způsobu použití materiálu ve výuce:

Pracovním listem je vhodné navázat na výklad daného tématu v předcházející hodině. Materiál využívá problémových a deduktivních úloh, se snahou o zapojení vlastních prožitků a osobních životních zkušeností žáků, což by mělo napomoci snazšímu pochopení a zapamatování si základních principů a zákonitostí z oblasti sociální psychologie. Pracovní list by měli žáci zpracovat nejprve samostatně a následně je vhodné provést obecný rozbor úloh a jejich řešení společně s učitelem (klíč). Žáci tak získají zpětnou vazbu, která jim poslouží ke kontrole vlastního zpracování. Pracovní listy mohou zachycovat osobní informace žáků, a proto by jim měly zůstat. Mohou tak sloužit i jako materiály k domácí přípravě.

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

PRACOVNÍ LIST

Název: Profesionální adaptace, deformace
a syndrom vyhoření

Téma: Komunikace ve zdravotnictví
a zdravotnická psychologie

Úkol č. 1

Abraham Maslow vypracoval hierarchii lidských potřeb, jejichž dlouhodobé neuspokojení může významným způsobem přispět ke vzniku syndromu vyhoření.

a) Napište, jakým konkrétním způsobem může vzniknout jejich neuspokojení v souvislosti s vykonáváním zdravotnické profese.

- **Fyziologické potřeby (potřeba potravy, tepla, vyměšování....) mohou být neuspokojeny, když:**

.....

- **Potřeby bezpečí a jistoty mohou být neuspokojeny, jestliže:**

.....

- **Potřeba lásky a sounáležitosti mohou být neuspokojeny v případě, že:**

.....

- **Potřeba uznání, úcty (být vážený, mít úspěch v očích jiných lidí a být sám sebou kladně hodnocen) může být neuspokojena, když:**

.....

- **Uspokojení potřeby seberealizace (naplnit své možnosti růstu a rozvoje) je ohroženo, když:**

.....

b) Napište, co by mohlo přispět k uspokojení těchto potřeb (v zaměstnání).

1. Fyziologické potřeby:

.....

2. Potřeby bezpečí a jistoty:

.....

3. Potřeba lásky a sounáležitosti:

.....

4. Potřeba uznání, úcty:

.....

5. Potřeby seberealizace:

.....

c) Podtrhněte ty aktivity, které můžete ovlivnit sami.

Úkol č. 2

a) Napište, co vše děláte pro to, abyste byl/a v dobré fyzické a psychické kondici.

.....

.....
.....
b) Kolik času jste věnovala těmto aktivitám v průběhu minulého týdne?
.....

c) Považujete čas strávený těmito aktivitami za dostatečný?
.....

d) V případě záporné odpovědi napište, co byste měl/a změnit, abyste těmto aktivitám věnoval/a více času.
.....
.....

Úkol č. 3

a) Napište příklady, kdy jste se setkal/a u zdravotnických pracovníků projevy profesionální adaptace:
.....
.....

a) Napište příklady, kdy jste se setkal/a u zdravotnických pracovníků projevy profesionální deformace:
.....
.....

Úkol č. 4

Představte si, že jste ředitelem zdravotnického zařízení a máte neomezené (i finanční) možnosti. Co vše uděláte pro své zaměstnance v rámci prevence syndromu vyhoření?
.....
.....
.....
.....
.....

Úkol č. 5

Zamyslete se nad následujícím citátem Miroslava Horníčka:

„V životě by měl člověk jednoho dne spatřit věci jakoby poprvé a vidat je tak stále. Les, řeku, prázdniny, kvetoucí třešně, déšť, hvězdnou oblohu, štěňata, všechno. Jakoby poprvé přistupoval k tomu všemu.“

Nejsou jeho slova návodem k prevenci syndromu vyhoření? Jak je možno je využít v profesi zdravotníka?
.....
.....
.....

PRACOVNÍ LIST - KLÍČ

Název: Profesionální adaptace, deformace a syndrom vyhoření

Téma: Komunikace ve zdravotnictví a zdravotnická psychologie

Úkol č. 1

Abraham Maslow vypracoval hierarchii lidských potřeb, jejichž dlouhodobé neuspokojení může významným způsobem přispět ke vzniku syndromu vyhoření.

a) Napište, jakým konkrétním způsobem může vzniknout jejich neuspokojení v souvislosti s vykonáváním zdravotnické profese.

Fyziologické potřeby (potřeba potravy, tepla, vyměšování....) mohou být neuspokojeny, když:

Zdravotník je pracovníně přetížen, nedostatek času, málo času na regeneraci, dlouhé pracovní směny, nedostatek personálu, nevhodné návyky apod.)

Potřeby bezpečí a jistoty mohou být neuspokojeny, jestliže :

Obavy o ztrátu zaměstnání, práce s problémovými pacienty, nedostatečná komunikace na pracovišti, nutnost jednání s agresivními pacienty apod.

Potřeba lásky a sounáležitosti mohou být neuspokojeny v případě, že :

Špatné vztahy v pracovním kolektivu, velká fluktuace pracovníků, přílišný individualismus v pracovním týmu, nedostatek tolerance.

Potřeba uznání, úcty (být vážený, mít úspěch v očích jiných lidí a být sám sebou kladně hodnocen) může být neuspokojena, když:

Nedostatečné uspokojení v rámci profese, nespokojenost s vlastním pracovním výkonem, nadměrná kritika, nedostatek ocenění , absence pozitivní motivace apod.

Uspokojení potřeby seberealizace (naplnit své možnosti růstu a rozvoje) je ohroženo, když:

Přílišná kontrola ze strany zaměstnavatele, nedůvěra, pocit, že profese zdravotníka nesplňuje očekávání, nedostatečná možnost sebevzdělávání, překážky při zavádění nových pracovních postupů apod.

b) Napište, co by mohlo přispět k uspokojení těchto potřeb (v zaměstnání).

1. Fyziologické potřeby:

2. Potřeby bezpečí a jistoty:

3. Potřeba lásky a sounáležitosti:

4. Potřeba uznání, úcty

5. Potřeby seberealizace:

c) Podtrhněte ty aktivity, které můžete ovlivnit sami.

Učitel vede žáky k uvědomění si reálných, konkrétních opatření a pocitu spoluzodpovědnosti za jejich uskutečňování.

Úkol č. 2

a) Napište, co vše děláte pro to, abyste byl/a v dobré fyzické a psychické kondici.

b) Kolik času jste věnovala těmto aktivitám v průběhu minulého týdne?

c) Považujete čas strávený těmito aktivitami za dostatečný?

d) V případě záporné odpovědi napište, co byste měl/a změnit, abyste těmto aktivitám věnoval/a více času.

Cílem učitele je, aby si žáci uvědomili konkrétní možnosti podpory zdraví a svoji spoluzodpovědnost v péči o zdraví.

Úkol č. 3

a) Napište příklady, kdy jste se setkal/a u zdravotnických pracovníků projevy profesionální adaptace:

a) Napište příklady, kdy jste se setkal/a u zdravotnických pracovníků projevy profesionální deformace:

Učitel společně s žáky provede rozbor nabízených situací a učí tak žáky k citlivému vnímání projevů profesionální adaptace i deformace.

Úkol č. 4

Představte si, že jste ředitelem zdravotnického zařízení a máte neomezené (i finanční) možnosti. Co vše uděláte pro své zaměstnance v rámci prevence syndromu vyhoření?

Učitel oceňuje smysluplné kreativní návrhy.

Úkol č. 5

Zamyslete se nad následujícím citátem Miroslava Horníčka:

„V životě by měl člověk jednoho dne spatřit věci jakoby poprvé a vidat je tak stále. Les, řeku, prázdniny, kvetoucí třešně, déšť, hvězdnou oblohu, štěňata, všechno. Jakoby poprvé přistupoval k tomu všemu.“

Nejsou jeho slova návodem k prevenci syndromu vyhoření? Jak je možno je využít v profesi zdravotníka?

Stereotypní, bezmyšlenkovitá práce je zdrojem syndromu vyhoření na rozdíl od neustálého si uvědomování jedinečnosti lidí – pacientů., situací i prožívaných pocitů.