

DOTAZNÍK SYNDROMU VYHOŘENÍ

1. Práce mne citově vysává

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

2. Na konci pracovního dne se cítím být na dně sil.

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

3. Když ráno vstávám a pomyslím na pracovní problémy, cítím se unaven/a

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

4. Velmi dobře rozumím pocitům svých klientů/pacientů

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

5. Mám pocit, že někdy s klienty/pacienty jednám jako s neosobními věcmi

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

6. Celodenní práce s lidmi je pro mne skutečně namáhavá

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

7. Jsem schopen velmi účinně vyřešit problémy svých klientů/pacientů

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

8. Cítím "vyhoření", vyčerpání ze své práce

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

9. Mám pocit, že lidi při své práci pozitivně ovlivňují a naladují.

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

10. Od té doby, co vykonávám svou profesi, stal jsem se méně citlivým k lidem

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

11. Mám strach, že výkon mé práce mne činí citově tvrdým

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

12. Mám stále hodně energie

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

13. Moje práce mi přináší pocity marnosti, neuspokojení

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

14. Mám pocit, že plním své úkoly tak usilovně, že mne to vyčerpává

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

15. Už mne dnes moc nezajímá, co se děje s mými klienty/pacienty

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

16. Práce s lidmi mi přináší silný stres

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

17. Dovedu u svých klientů/pacientů vyvolat uvolněnou atmosféru

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

18. Cítím se svěží a povzbuzený, když pracuji se svými klienty/pacienty

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

19. Za roky své práce jsem byl úspěšný a udělal/a hodně dobrého

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

20. Mám pocit, že jsem na konci svých sil

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

21. Citové problémy v práci řeším velmi klidně – vyrovnaně.

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně

22. Cítím, že klienti/pacienti mi přiřítají některé své problémy

Vůbec 0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 Velmi silně