

**PRAKTICKÝ LIST STUDENTA**

**Předmět: Profesionální komunikace a prevence násilí**

**Jméno:**

**List číslo: 4**

**--------------------------------------------------------------------------------------**

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 úloha jejich řešení společně s učitelem. 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.

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

1. **Napište, co vše děláte pro to, abyste byl/a v dobré fyzické a psychické kondici.** ...........................................................................................................................................
2. **Kolik času jste věnovala těmto aktivitám v průběhu minulého týdne?................................................................................................................................**
3. **Považujete čas strávený těmito aktivitami za dostatečný?............................................................................................................................................**
4. **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 vídat 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?