

Anotace

Cílem bakalářské práce „Aspekt víry u syndromu vyhoření“ bylo zamyslet se nad vztahem víry k syndromu vyhoření. Pomáhá víra v Boha k tomu, aby k syndromu vyhoření nedošlo, nebo může být za určitých podmínek jeho rizikovým faktorem? Syndrom vyhoření vzniká v důsledku narušení vnitřní rovnováhy člověka způsobené dlouhodobým působením negativních faktorů z vnějšího prostředí (stresorů), které se sejdou s určitými rizikovými faktory osobnostními. Na rizikové osobnostní vzorce je v této práci pohlíženo z pohledu transakční analýzy, která za vzorci lidského chování vidí vnitřní pohaněče (motivátory). Jsou to rady a příkazy z dětství, typu „Zaber!“, „Buď dokonalý!“ a další, které pak formují realitu člověka. Pokud člověk tyto pohaněče nebrzdí, ale podporuje, pak je jako svíčka hořící z obou stran – svítí výrazně, ale o to rychleji vyhoří. Tato práce se pokouší zjistit, zda je víra v Boha v procesu vyhořívání brzdou nebo „palivem“. V teoretické části jsou v rámci rizikových faktorů nastíněny obě tyto možnosti. Teoretická část je rozdělena do dvou hlavních tematických okruhů. Prvním je seznámení se syndromem vyhoření, jeho symptomy, rizikovými faktory vnějšími a osobnostními. Druhý okruh se zabývá rolí víry u syndromu vyhoření, kde je nastíněn jak její pozitivní, tak i možný rizikový vliv na vyhoření. Dívá se i na to, jaké může mít vyhoření důsledky na víru v Boha. Zbytek práce se věnuje prevenci, aby k vyhoření nedošlo a pomoci těm, kteří již vyhořením prošli. Praktická část je tvořena výzkumem, který se pokouší zjistit, zda hraje víra v Boha v procesu vyhořívání nějakou roli a popřípadě jakou.

Klíčová slova:

Syndrom vyhoření, neurofyziologie stresu, riziková osobnost typ A, vnitřní motivátory, salutogeny, koherence osobnosti, vnitřní odolnost (resilience).