

Příloha č. 1 Dotazník

Dobrý den,

jmenuji se Andrea Machalová. V současné době jsem studentkou 1. lékařské fakulty UK v Praze, oboru specializace ve zdravotnictví, intenzivní péče.

Dovoluji si vás touto cestou požádat o vyplnění dotazníku, který má dvě části. První část zjišťuje míru „**Syndromu vyhoření**“ česká verze Shiromovy –Melamedovy škály (SMBM) , a druhá část tohoto dotazníku má název „**Sexuální funkce muže**,“ dle Mellan in Kratochvíl, S. (1999). Vyplnění tohoto dotazníku je zcela anonymní a určené pouze nelékařským zdravotnickým pracovníkům na pracovištích neodkladné péče. Získané údaje budou podkladem pro zpracování mé diplomové práce pod vedením PhDr. Šárky Dynákové, Ph.D. a Doc. PhDr. Jana Kožnara, CSc. a stanou se součástí mezinárodní studie zkoumající syndrom vyhoření a jeho vliv na lidské zdraví. Vyplněním dotazníku souhlasíte se zpracováním výzkumných údajů.

Instrukce k vyplnění dotazníkového formuláře: Věnujte prosím pozornost zadaným otázkám. První část má 14 otázek, druhá 21 otázek. Vyplnění dotazníků by Vám nemělo zabrat více než 15 - 20 minut. Prosím Vás, abyste každou otázku označili číslem, které nejvíc vystihuje sílu pocitů, které obvykle prožíváte. Důležité pro tento výzkum je vyplnění všech otázek v obou částech dotazníku.

Předem Vám srdečně děkujeme za Váš čas a ochotu.

Bc. Andrea Machalová, PhDr. Šárka Dynáková, Ph.D. a Doc. PhDr. Jan Kožnar, CSc.

Datum:.....

Věk:.....

Pohlaví: žena muž

Rodinný stav: svobodný/á ženatý/vdaná rozvedený/á v partnerském svazku

Nejvyšší dosažené vzdělání: SŠ VOŠ VŠ jiné.....

Obor: všeobecná sestra zdravotnický záchranář

Pracoviště:.....

Délka trvání současného pracovního poměru:.....

Délka celkové pracovní praxe ve zdravotnictví:.....

Průměrná týdenní pracovní doba (reálný počet hodin strávených na pracovišti):
.....hodin

Před jakou dobou jste měl/a naposledy dovolenou více než 14 dní (nedělenou) – uveďte v měsících:.....

Česká verze Shiromovy- Melamedovy škála (SMBM)

PTÁČEK, Radek, Jiří RABOCH a Vladimír KEBZA. *Burnout syndrom jako mezioborový jev.*

Praha: Grada, 2013. Edice celoživotního vzdělávání ČLK. ISBN 978-80-247-5114-6.

Škála		Nikdy nebo téměř nikdy	Velmi zřídka	Zřídka	Někdy	Celkem často	Velmi často	Vždy nebo téměř vždy
P	1. Cítím se unavený/á.	1	2	3	4	5	6	7
P	2. Necítím žádnou sílu jít ráno do práce.	1	2	3	4	5	6	7
P	3. Cítím se fyzicky vysílený/á.	1	2	3	4	5	6	7
P	4. Cítím, že mám všeho dost.	1	2	3	4	5	6	7
P	5. Připadám si, jako by se mi „vybily baterky“.	1	2	3	4	5	6	7
P	6. Cítím se vyhořelý/á.	1	2	3	4	5	6	7
C	7. Myslí mi to pomalu.	1	2	3	4	5	6	7
C	8. Obtížně se koncentruji.	1	2	3	4	5	6	7
C	9. Zdá se mi, že mi to nemyslí jasně.	1	2	3	4	5	6	7
C	10. Při přemýšlení se cítím nesoustředěný/á.	1	2	3	4	5	6	7
C	11. Dělá mi potíže přemýšlet o složitých věcech.	1	2	3	4	5	6	7
E	12. Cítím se, že se mi nedaří být citlivý/á k potřebám spolupracovníků a lidí, se kterými přicházím v práci do styku.	1	2	3	4	5	6	7
E	13. Cítím, že nejsem schopen/a citově investovat do spolupracovníků a lidí, se kterými přicházím v práci do styku.	1	2	3	4	5	6	7
E	14. Cítím, že nedokážu být milý/á na spolupracovníky a lidi, se kterými přicházím v práci do styku.	1	2	3	4	5	6	7

Dotazník Sexuální funkce muže, rozšířená kroměřížská verze

(Prvních 10 bodů je převzato z dotazníku SFM od J. Mellana)

KRATOCHVÍL, Stanislav. *Léčení sexuálních dysfunkcí*. Praha: Grada, 1999. ISBN 978-80-7169-678-0.

SFM/K

Pohlaví:.....Věk:..... Rodinný stav:.....

U každého bodu dejte do kroužku číslici u toho řádku, který nejlépe vystihuje Váš současný stav.

Současný pohlavní život:

- A) Ženatý: 1- pohlavní styk zřídka
2- pravidelný pohlavní styk
- B) Svobodný: 0- žádný pohlavní styk
1- příležitostný pohlavní styk zřídka
2- příležitostný pohlavní styk často
3- trvalejší známost s řídkým pohlavním stykem
4- trvalejší známost s pravidelným pohlavním životem

Pohlavní zkušenosti: dosud jsem měl:

- 1- pohlavní styk s jednou ženou
2- se dvěma ženami
3- se 3-4 ženami
4- s pěti a více (uveďte počet)
5- pohlavní styk dosud neměl

1. **Potřeba pohlavního vybití:** Kdyby záleželo jenom na mé chuti, kdybych měl k tomu vhodné zevní podmínky a dostatek vlastních schopností, vyhovovalo by mně mít pohlavní styk:
- 0- vůbec nikdy, nebo 1x za rok
1- několikrát za rok, nejvýš 1x měsíčně
2- 2-4x za měsíc
3- 2x nebo vícekrát týdně
4- denně nebo vícekrát za den
2. **Častost pohlavního vybití:** Semeno ze mne vychází, lhostejnou jakou formou, tedy ať již při pohlavním styku, při poluci nebo onanii:
- 0 – vůbec nikdy, nebo nejvýše 1x za rok

- 1 – několikrát za rok, nejvýš 1x měsíčně
- 2 – několikrát za měsíc, nejvýše jednou týdně
- 3 – 2x nebo i vícekrát týdně
- 4 – denně nebo i vícekrát za den

3. **Častost pohlavních styků:** Ve snaze uskutečnit soulož, ale bez ohledu na to, zda k ní skutečně dojde, se pohlavně přibližuji ke své partnerce (líbám, objímám ji, dotýkám se, pokouším se o tělesné spojení):
 - 0- vůbec nikdy nebo již alespoň rok nikoliv
 - 1- několikrát za rok, nejvýše 1x měsíčně
 - 2- několikrát za měsíc, nejvýš jednou za týden
 - 3- 2x nebo vícekrát za týden
 - 4- denně nebo vícekrát za den
4. **Častost uskutečnění soulože:** Z uvedeného počtu pohlavních styků jsem schopen uskutečnit soulož, tj. tělesné spojení (třeba i jen na krátkou dobu nebo při nedokonalém ztopoření):
 - 0- vůbec nikdy
 - 1- v menšině případů
 - 2- většinou
 - 3- za běžných podmínek vždy
 - 4- absolutně vždy, i když jsou okolnosti zcela rušivé a nevyhovující
5. **Kvalita ztopoření pohlavního údu:** Nejčastěji se u mne vyskytuje resp. nejvíce mi vádí tento stav:
 - 0- ztopoření se vůbec při pohlavním styku nedostavuje
 - 1- ztopoření se na počátku dostaví, ale ochabuje před souloží, takže zavedení není proto možné
 - 2- dlouho trvá, než se ztopoření s námahou dostaví nebo dochází k jeho ochabnutí po zavedení údu ještě před výronem semene
 - 3- ztopoření stačí k zavedení údu, vydrží do výronu semene nebo ochabování je takového rázu, že podstatněji neruší soulož
 - 4- ztopoření je vždy naprosto spolehlivé, vydatné a dostavuje se i za nepříznivých a rušivých zevních podmínek
6. **Doba trvání soulože:** K výronu semene u mne dochází:
 - 0- ještě před zavedením údu nebo k němu při souloži vůbec nedochází
 - 1- při zavedení údu nebo během několika vteřin soulože
 - 2- během 1-2 minut soulože

3a- během 3-5 minut

3b- během 6 a více minut

4- soulož jsem schopen za všech okolností libovolně prodlužovat až do úplného uspokojení partnerky

Odhad trvání pohybů v pochvě do výronu:

Nejmíň.....

Nejvíce.....

Průměrně.....

7. **Nálada před pohlavním stykem:** Před pohlavním stykem cítím:

0- silný strach z neúspěchu, proto se o nic nepokouším

1- značnou nejistotu, proto se hledím styku spíše vyhnout

2- někdy nejistotu, ale stykům se nevyhýbám nebo mám styky hlavně kvůli manželce nebo proto, abych se vyzkoušel

3- především touha po partnerce a k souloži za běžných okolností přistupuji bez obav

4- vždy naprostou jistotu, nikdy nemám o sobě pochybnosti a nikdy netrpím indispozicí

8. **Nálada po pohlavním styku:** Po pohlavním styku (ev. Po nezdařené souloži) mi nejčastěji bývá:

0- velmi špatně, jsem podrážděný, nervosní nebo cítím nechuť k ženě

1- nepříjemně, jsem otrávený nebo zklamaný, mrzutý nebo nešťastný nebo se cítím nepříjemně vyčerpan

2- lhostejně, necítím zvláštní uspokojení

3- dobře, cítím se příjemně uspokojen

4- velmi dobře, cítím silné uspokojení a štěstí, mám větší chuť do práce a lepší náladu

9. **Pocit úspěšnosti v pohlavním životě:** Celkově si připadám:

0- úplně neschopný, partnerka odmítá mít se mnou styky

1- spíš neúspěšný, partnerka mívá různé narážky, námitky, výčitky

2- nejsem si moc jistý svou úspěšností, i když nejsem zcela neschopný

3- většinou úspěšný

4- naprosto jistý svou úspěšností a schopností za všech okolností plně uspokojit svou partnerku

10. **Výskyt a trvání ev. poruchy, pokud je nějaká:**

0- od počátku pohlavního života

1- soustavně déle než půl roku

2- kratší dobu než půl roku, nebo se již dříve nakrátko vyskytla

- 3a- vyskytla se teprve několikrát, zvláště na počátku intimní známosti
- 3b- měl jsem, ale nyní již nemám žádné potíže
- 3- nevím, co je to mít nějaké potíže v pohlavním životě, nikdy jsem netrpěl sebemenší poruchou v tomto směru

11. Potíže s nedostatečným nebo při styku se ztrácejícím ztopořením:

- 0- mám stále a vždy od počátku svého pohlavního života
- 1- mám často
- 2- mám zřídka
- 3- jsem měl jen na počátku pohlavního života
- 4- nemám a nikdy jsem neměl

12. Potíže s předčasným výronem semene:

- 0- mám vždy: trvání soulože je příliš krátké na uspokojení partnerky
- 1- mám někdy, musím se snažit výron semene zadržet
- 2- mám jen po delší pohlavní abstinenci
- 3- měl jsem jen na počátku svého pohlavního života
- 4- nemám a nikdy jsem neměl

13. Moje partnerka dosahuje při pohlavním styku se mnou orgasmu:

- 0- nikdy nebo jen zcela ojediněle
- 1- v menšině případů
- 2- většinou
- 3- za běžných podmínek vždy
- 4- vždy a snadno i za nevýhodných podmínek, i opakovaně

14. Začátek mého pohlavního života byl:

- 0- otřesný, velmi šokující
- 1- nepříjemný
- 2- příjemný, ale spojený s problémy
- 3- převážně příjemný
- 4- velmi pěkný a dokonalý

U dalších položek zakroužkujte všechna písmena, která se Vás týkají

15. Problémy ve vztahu k pohlavnímu životu:

- a) nadměrná vzrušivost a pohlavní podrážděnost
- b) obavy, že se mi nepodaří styk úspěšně uskutečnit
- c) obavy, že neuspokojím partnerku
- d) pocity méněcennosti pro neúspěchy v pohlavním styku
- e) pocity méněcennosti pro malý pohlavní úd
- f) deprese a někdy i sebevražedné myšlenky v souvislosti s pohlavním životem
- g) nemám žádné problémy

16. K ochraně před otěhotněním praktikujeme většinou:

- a) přerušování styku před výronem semene
- b) užití preservativu
- c) užití ženského ochranného prostředku a to:
- d) zdržování se styku v plodných dnech
- e) nechráníme se nijak

17. Shoda v zájmu o sex: styk chce častěji:

- a) partnerka
- b) já
- c) oba stejně

18. Typ reakce partnerky: reaguje při milostné hře a souloži více na:

- a) dráždění spíše na povrchu pohlavních orgánů, zejména na poštváčku
- b) dráždění uvnitř v pochvě

19. Schopnost ovládat ejakulaci: Dovedu ovládat výron semene při souloži:

- 0- nedovedu, jakmile se silně vzruším, dojde k výronu automaticky i proti mému přání
- 1- dovedu výronu zabránit jen úplným zastavením pohybů nebo přerušením styku, dokud vzrušení není příliš silné
- 2- dovedu jen částečně tím, že se úmyslně snažím potlačit při souloži stoupající vzrušení
- 3- dovedu svou vůlí do značné míry oddálit ejakulaci i při prožívání silného vzrušení
- 4- dovedu libovolně souložit prodlužovat i na vysokém stupni vzrušení a ejakulovat teprve tehdy, když sám chci

20. **Od kdy žijete pohlavním životem?** Od svýchlet, tj. celkemroků

Od kdy žijete pravidelným pohlavním životem? Odlet, tj. celkemroků

Od kdy máte potíže v pohlavním životě? Odlet, tj. celkem.....roků

21. **Dále popište podrobněji své sexuální zkušenosti, potíže a problémy.**

