

Abstrakt

Bakalářská práce s názvem Subjektivní vnímání pracovní zátěže a únavy sester se zabývá problematikou a percepcí míry pracovní zátěže, stresu a únavy sester. **Cílem práce** je zjistit subjektivní vnímání pracovní zátěže vybraných skupin sester a následně výsledky výzkumného šetření zhodnotit a navrhnout doporučení pro praxi. **Teoretická část** práce obsahuje základní přehled jednotlivých poznatků o dané problematice, popisuje druhy pracovní zátěže a únavy a poukazuje na její důsledky a prevenci. **Empirická část** obsahuje výsledky vlastního zkoumání s použitím standardizovaného Meisterova dotazníku. Dále byly výsledky vlastního šetření komparovány s výsledky jiných obdobných výzkumů na obdobné téma. **Metodou** výzkumného šetření byla anketa vlastní konstrukce, která byla doplněna o Meisterův dotazník. Anketa byla distribuována sestřám zaměstnaných ve FN Motol na lůžkách intenzivní péče. Soubor tvořilo 94 respondentů. **Výsledky:** Bylo zjištěno, že fyzickou zátěž pociťuje 87 % respondentů a psychickou zátěž pociťuje 69 % respondentů. Vzhledem ke vnímané zátěži bylo zjištěno, že 44 % respondentů se domnívá, že nemá dostatečnou znalost relaxačních technik a aktivit vedoucích ke snížení zátěže. **Závěr:** Na základě výsledků výzkumného šetření považuji za více než důležité, zlepšit znalosti sester v oblasti prevence pracovní zátěže. Hluběji by se touto problematikou měli zabývat sestry samotné, ale i jejich nadřízení a zaměstnavatelé.

Klíčová slova

Fyzická zátěž, psychická zátěž, sestra, ošetrovatelství, nepřetržitý pracovní provoz, pracovní zátěž, únava.