

OBSAH

Recenzentský posudok I.	5
Recenzentský posudok II.	7
ÚVOD	9
1. SYNDRÓM BURN OUT	10
1.1. Definícia syndrómu burn out	10
1.2. Vývoj syndrómu burn out - záťažové situácie a ich pôsobenie .	11
1.3. Rizikové faktory a fázy syndrómu burn out	12
1.4. Prejavy vyhorenia	14
1.5. Burn out v našej cieľovej skupine	18
2. POSTTRAUMATICKÁ STRESOVÁ PORUCHA (PTSD) A POSTTRAUMATICKÝ RAST (PTG)	24
2.1. Charakteristika krízy	24
2.2. Zdravotník a posttraumatická stresová porucha (PTSD)	26
2.3. Zdravotník a posttraumatický rast (PTG)	31
3. PRÁCA NA SEBE, SEBAPOZNANIE ZDRAVOTNÍKA, ZVLÁDANIE SEBA SAMÉHO	34
3.1. Zvládanie seba samého	34
3.2. Sebapoznanie a povaha	34
3.3. Motivácie	35
3.4. Sebapoznanie	36
3.5. Mať alebo byť	38
3.6. Od atraktivity ku vzťahu	39
4. EMPATIA. EMPATICKÉ POČÚVANIE, EMPATICKÉ POROZUMENIE	42
4.1. Definovanie empatie	42
4.2. Empatia a prosociálne správanie	43
4.3. Empatické počúvanie a empatické porozumenie	43
4.4. Interakcia pacienta s lekárom	45
4.5. Zdravotnícke doprevádzanie	47
4.6. Bolesť, strach a úzkosť	50

4.7. Empatia ako vcítenie sa do roly pacienta	53
4.8. Empatia prvého kontaktu a prístup v neodkladnej starostlivosti	54
5. BIO-PSYCHO-SOCIÁLNY MODEL OCHORENIA PACIENTA	58
5.1. Kazuistika	59
5.2. Priebeh udalostí	60
6. PSYCHICKÉ ÚSKALIA POMÁHAJÚCICH PROFESIÍ	66
6.1. Fenomén moci v zdravotníctve	66
6.2. Nebezpečenstvo moci	67
6.3. Problematika protiprenosu (transferu)	68
6.4. Syndróm pomáhajúceho	70
6.5. Štyri „lieky“ proti tzv. syndrómu pomáhajúcich	71
7. POMÁHAŤ JE SLASTNÉ	77
7.1. Milosrdný Samaritán	77
7.2. Deštrukcia	78
7.3. Hľadanie a túžba po dosiahnutí objektívneho vzťahu,	78
7.4. Ilúzia zmyslu	79
8. DUCHOVNÁ BOLEŠŤ	82
8.1. Pojem	82
8.2. Kreatívna depresia	83
8.3. Konfliktné protiklady	84
8.4. Psychologické paralely	84
8.5. Najčastejšie príčiny duchovnej bolesti	84
8.6. Hľadanie zmyslu seba samého	86
8.7. Obeta a jej zmysel	87
8.8. Zraniteľnosť	87
9. PERSONALIZMUS VO VZŤAHU LEKÁR-PACIENT	90
ZÁVER	93