

ŠÉF

JANEČKOVÁ, HLAVÁČKOVÁ, MATOŠKOVÁ,
NOSKYOVÁ, KOLEVOVÁ, LICHÁ



Situace

„Naštval mě, vyloženě mě nasral. Ale musela jsem to spolknout. Vždyť to byl můj šéf. Nemohla jsem si dovolit mu něco říct. Ale úplně jsem cítila, jak se to ve mně vaří. Možná to i poznal z toho, jak jsem se tvářila, ale zatnula jsem zuby a pokračovala v práci. On se choval tak povýšeně, jako kdyby mi chtěl říct - ´tak vidíš, když se podřídíš, bude to pro tebe lepší. Myslela jsem, že se nedočkám konce pracovního dne, jak to se mnou cvičilo. Pak jsem přišla domů a děti to hned schytaly – proč se neučí, proč je tam takový nepořádek, proč je všechno na mě... Nakonec mě to mrzelo, ale nedokázala jsem si pomoci. Naopak jsem pak ještě měla dvojitý výčitky – z práce i z rodiny.“

ŠÉF

Konflikt sociálních rolí

- jsou-li na člověka kladeny protikladné požadavky vyplývající z různých sociálních rolí, které zastává, a tyto požadavky nelze snadno sladit
- stres, frustrace, pocit selhání, snížená výkonnost nebo spokojenost, vztahové problémy, vyčerpání, výčitky
- tlak poslušnosti a výkonu v práci x očekávání trpělivosti a péče doma
- inter-role conflict

Emoční práce

- A. Hochschild v roce 1983 v knize The Managed Heart
- zaměstnanci regulují emocionální projevy, aby splnili očekávání zaměstnavatelů či klientů, zejména ve službách
- genderový charakter
- školicí procesy zaměstnanců s požadavkem internalizace za účelem vytvoření co nejlepší zkušenosti pro zákazníky -> psychologické dopady na pracovníky

Stres a coping

- psychosociální zátěž plyne ze svízelných sociálních vztahů či situací
- coping - behaviorální, kognitivní nebo sociální snahy osoby regulovat, omezovat nebo překonávat vnitřní či vnější napětí plynoucí z interakce osoby a prostředí
- využití nefunkční (maladaptivní) copingové strategie - potlačení emocí a jejich následný výbuch v nevhodný moment
- obranný mechanismus *přesun (displacement)* - emocionální reakce nemůže být vyjádřena vůči původnímu zdroji, a tak je přesunuta na náhradní cíl, který představuje menší riziko

Kognitivní disonance

- Leon Festinger
- lidé obecně preferují soulad (konzistenci) mezi svými postoji, názory a chováním oproti nesouladu, rozporu
- Nové informace/události neshodující s existujícími nebo situace, kdy jsme nuceni rozhodnout se mezi více alternativami
- člověk má současně dvě nebo více protichůdných myšlenek nebo jeho **chování není v souladu s jeho přesvědčením**
 - *Naštval mě, vyloženě mě nasral. Ale musela jsem to spolknout.*
 - *Nemohla jsem si dovolit mu něco říct. Ale úplně jsem cítila, jak se to ve mně vaří.*

Děkujeme za
pozornost!