

1. Pohlaví
  - Žena
  - Muž
2. Věk
  - 18-24
  - 25-34
  - 35-44
  - 45-54
  - 55- více
3. Máte rodinné závazky? (partner, děti)
  - Ano
  - Ne
4. Jaký stupeň vzdělání máte?
  - SŠ
  - VŠ (bakalář)
  - VŠ (magistr)
  - Doktorát
5. Pomáhají Vám zvládat stres v osobním životě některé z odpovědí?
  - Hledání podpory od rodiny, přátel
  - Fyzická aktivita
  - Relaxace, meditace
  - Jiné
6. Jak často navštěvujete školení nebo kurzy pro profesní rozvoj?
  - Pravidelně
  - Občas
  - Zřídka
  - Nikdy
7. Jak často máte možnost spolupracovat s kolegy na vývoji vyučovacích materiálů?
  - Pravidelně
  - Občas
  - Zřídka
  - Nikdy
8. Trávíte čas s kolegy, či pedagogickým sborem?
  - Ve volném čase
  - O přestávkách, nejen ohledně práce
  - Jen kvůli práci
  - O přestávkách, ohledně práce
9. Pořádá škola mimoškolní sportovní aktivity pro pedagogický sbor, pokud ano účastníte se?
  - Ano
  - Ne
10. Účastníte se školních výletů?
  - Ano
  - Ne
11. Pokud je možnost zúčastníte se sportovních kurzů např. lyžařského, cyklistického, turistického kurzu?
  - Ano
  - Ne
12. Jaké situace ve Vaší práci Vás nejvíce stresují?
  - Administrativa
  - Příprava dětí na zkoušky nebo písemné práce

- Komunikace s rodiči
  - Spolupráce s kolegy
13. Jakými způsoby podporujete svoje psychické zdraví mimo pracovní prostředí?
- Zájmy a koníčky
  - Účast na skupinových workshopech, školeních
  - Konzultace s terapeutem
  - Jiné
14. Jak se snažíte zvládat stres ve své práci, nebo co Vám napomáhá ho zvládat?
- Osobní koníčky
  - Konverzace s kolegy
  - Relaxace
  - Změna pracovního prostředí
  - Jiné
15. Jak hodnotíte podporu ve svém pracovním prostředí pro psychické zdraví?
- Výbornou
  - Průměrnou
  - Špatnou
  - Neexistující
16. Jaký druh fyzické aktivity preferujete?
- Aerobní cvičení (chůze, běh, cyklistika)
  - Relaxační cvičení (jóga)
  - Intenzivní cvičení (posilování)
  - Jiné
  - Žádné
17. Jaký čas je pro Vaše cvičení během dne nejlepší?
- Ráno
  - Odpoledne
  - Večer
  - Různě, jak mi to vyjde
18. Pokud cvičíte, jak dlouho trvá Vaše cvičení?
- Méně než 30 minut
  - 30-60 minut
  - Více než 60 minut
  - Necvičím, mám jiné zájmy
19. Jaký vliv má pohybová aktivita na Váš celkový pocit pohody?
- Pozitivní
  - Neutrální
  - Negativní

|

