

**ANKIETA**  
**DLA UCZESTNIKA TURNUSU O PROFILU ANTYSTRESOWYM**

WIEK: PŁEĆ: M K

WYKSZTAŁCENIE: .....

RODZAJ SŁUŻBY: .....

Staż w służbie/pracy: .....

1. Co było przyczyną Pani/Pana przyjazdu na turnus antystresowy\*:

- a) sytuacja zawodowa,
- b) sytuacja rodzinna,
- c) sytuacja osobista,

.....

2. Czy przyjazd na turnus był inicjatywą\*:

- a) własną Pani/Pana,
- b) innych osób (przełożony, psycholog, lekarz, współmałżonek),

.....

3. Czy tematyka zajęć psychoprofilaktycznych pozwala lepiej zrozumieć problemy, z którymi Pani/Pan spotyka się w służbie i życiu prywatnym\*:

a) TAK .....

b) NIE .....

4. Które z metod i technik radzenia sobie z trudnymi sytuacjami (stanami napięcia psychicznego) poznanych na turnusie, uważa Pani/Pan za najbardziej przydatne?

.....

.....

.....

.....

5. Czy wcześniej korzystał/a Pan/Pani z pomocy psychologów\*:

a) w pracy zawodowej,

b) w życiu prywatnym,

6. Czy uczestnictwo Pani/Pana w tego rodzaju turnusie miało miejsce po raz pierwszy?  
 a) TAK  
 b) NIE
7. Czy pobyt na turnusie spełnił Pani/Pana oczekiwania (w jakim zakresie)?  
 a) TAK .....  
 b) NIE ( proszę wpisać uwagi) .....
8. Jak Pani/Pan ocenia kontakty z personelem sanatorium ( dostępność personelu, życzliwość, uprzejmość, dostępność informacji, przestrzeganie praw pacjenta):  
 Lekarz  
 Psycholog  
 Pielęgniarka  
 Fizjoterapeuci  
 Inni
9. Czy warunki pobytu odpowiadały Pani/Pana oczekiwaniom?  
 a) TAK .....  
 b) NIE ( proszę wpisać uwagi) .....
10. Pani/ Pana zdaniem należy zmienić ( zwiększyć/zmniejszyć) liczbę:  
 a) zajęć relaksacyjnych grupowych,  
 b) zajęć edukacyjnych grupowych,  
 c) porad psychologicznych indywidualnych,  
 d) porad lekarskich indywidualnych.  
 Wybór odpowiedzi proszę krótko uzasadnić  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....
11. Pani/Pana refleksje, sugestie i opinie na temat tego rodzaju wsparcia psychologicznego.  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

---

\* proszę zaznaczyć właściwą odpowiedź podając uzasadnienie