



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Škola:	Střední škola obchodní, České Budějovice, Husova 9
Projekt MŠMT ČR:	EU PENÍZE ŠKOLÁM
Číslo projektu:	CZ.1.07/1.5.00/34.0536
Název projektu školy:	Výuka s ICT na SŠ obchodní České Budějovice
Šablona III/2:	Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT
Číslo šablony:	VY_32_INOVACE_APS_084
Předmět:	Aplikovaná psychologie
Tematický okruh:	Psychologie práce a prodeje
Autor, spoluautor:	Mgr. Jana Šimánková
Název DUMu:	Pracovní výkon
Pořadové číslo DUMu:	04
Stručná anotace:	Prezentace je zaměřena na vysvětlení pojmů dané problematiky, žáci se seznámí s vlivy, které pozitivně a negativně ovlivňují pracovní výkon, jakým způsobem mohou negativní vlivy co nejvíce eliminovat.
Ročník:	1
Obor vzdělání:	63-41-M/01 Ekonomika a podnikání
Metodický pokyn:	Žáci si vytvářejí na základě prezentace poznámky a ve spolupráci s vyučujícím hledají možnosti, jak co nejvíce omezit negativní vlivy na pracovní výkon
Výsledky vzdělávání:	Žák umí vysvětlit základní pojmy, reaguje na různé způsoby chování klientů, obchodních partnerů i spolupracovníků, řeší různé interpersonální situace včetně konfliktních a zátěžových
Vytvořeno dne:	2.3.2013
Pokud není uvedeno jinak, uvedený materiál je z vlastních zdrojů autora.	



Psychologie

práce

4

Pracovní výkon

Pracovní výkon – množství práce odvedené za určitý čas

Fyziologické a psychické podmínky pracovního výkonu:

→ Optimální úroveň aktivace – psychický stav obecné bdělosti a připravenosti k výkonu (velké vzrušení nebo naopak lhostejnost k prováděné práci vede k chybám a nepřesnostem)

→ Optimální aspirační úroveň – reálný odhad vlastních schopností a možností



Nepříznivé vlivy na pracovní výkon:

1. Dlouhodobě vykonávaná činnost

křivka lidského výkonu



1. hodina – „zahřívání“
2. a 3. hodina – vrchol
- do přestávky – pokles
- po přestávce – mírný vzestup
- na konci směny – buď vzestup
nebo pokles
(zvýšené riziko úrazu a chyb)



2. Monotonní práce

- jednoduchá, opakovaná práce, kterou lze zautomatizovat
- nuda, útlum kontroly CNS
- pokles výkonu

Obrana : zrytmizovat úkony, zpěv, písání, ztížení práce, přestávky apod.

! někdy se organismus brání sám mentálním blokem – mikropauzou



3. Nadměrná fyzická zátěž - nepříjemné fyzické změny v organismu, které vyvolávají pokles zájmu, chyby, pokles výkonu

4. Nadměrná psychická zátěž – vyvolává stres nadměrné informace, zrychlené pracovní tempo, časová tíseň, několik úkolů najednou, nedostatek schopností apod.



Vliv podmínek pracovního prostředí na pracovní výkon

→ Optimální fyzikální podmínky

→ *světlo*

→ *hluk a vibrace* 30 dB – šumící les,
30 - 65 dB – únosný,
65 – 80 dB – nesoustředěnost,
podrážděnost,
90-120dB – poškozuje nerv.
soustavu

→ *mikroklima* – teplota, vlhkost vzduchu,
barvy



Vliv podmínek pracovního prostředí na pracovní výkon

→ Optimální sociální podmínky

- přesvědčení o smysluplnosti a společenské důležitosti práce
- vedoucí pracovník
- omezení příkazů a zákazů
- přiměřené tempo práce
- přátelské vztahy na pracovišti
- spravedlivá mzda



Použité zdroje:

SOVOVÁ, Věra. *Stručný přehled psychologie prodeje*. Plzeň, 1996, 57 s.

BEDRNOVÁ, Eva a Daniela PAUKNEROVÁ. *Psychologie obchodní činnosti: pro střední odborná učiliště*. 1. vyd. Praha: Fortuna, 2004, 128 s. ISBN 80-716-8899-1.

