

SPIS TREŚCI

Przedmowa	11
Wprowadzenie	13
Część I	
UWARUNKOWANIA I NASTĘPSTWA STRESU W ZAWODZIE NAUCZYCIELA.....	15
<i>Rozdział 1. KONCEPCJE STRESU</i>	17
1.1. Wprowadzenie w problematykę stresu	17
Czym jest stres?	17
Sposoby interpretowania stresu	17
Interakcyjno-transakcyjne ujęcie problematyki stresu	19
Interakcyjna koncepcja stresu (Lazarus, 1966)	19
Transakcyjna koncepcja stresu (Cox, 1985)	20
1.2. Modele stresu organizacyjnego	22
Stres organizacyjny w ujęciu Roberta L. Kahna	23
Model stresu organizacyjnego Kahna i współpracowników	25
Model Ivancevicha i Mattesona	27
Veroński Model Stresu T. Marka	27
Interakcyjna koncepcja stresu organizacyjnego	30
Zakłócenia procesu przekazywania roli (organizacyjna sytuacja stresowa)	31
Spostrzegany stres organizacyjny	33
Reakcja na spostrzegany stres organizacyjny	33
Odległe następstwa stresu organizacyjnego	34
1.3. Modyfikatory reakcji na stres	34
Wzór zachowania A	35
Poczucie koherencji	36
Model salutogenetyczny: poczucie koherencji	37
Inne czynniki indywidualne	39
Temperament	40
Samoocena	40
Poczucie kompetencji interpersonalnych	41
Odporność na stres	41
Spostrzegane wsparcie społeczne	41
Sposoby radzenia sobie ze stresem	44
Koncepcja Lazarusa i Folkmana	45
Koncepcja N. Haan	45
1.4. Wypalenie jako następstwo długotrwałego stresu	46
Zjawisko syndromu wypalenia zawodowego	46
Przegląd definicji	47
Teoria Ch. Maslach	48

Efekt wypalenia się – skrajna reakcja na stres	49
Związek pomiędzy stresem a wypaleniem	50
Rozdział 2. SPECYFIKA STRESU W PRACY NAUCZYCIELA	53
2.1. Pojęcie stresu nauczycielskiego	54
2.2. Źródła stresu typowe dla pracy nauczyciela	55
Fizyczne warunki pracy w szkole	56
Wymiar pracy (nadmierny lub niedostateczny)	58
Rola organizacyjna nauczyciela	59
Stresory związane z pełnieniem roli organizacyjnej	60
Brak możliwości rozwoju zawodowego, kariery	62
Brak innych kompetencji	63
Relacje międzyludzkie	63
Struktury organizacyjne i atmosfera w miejscu pracy	65
Rodzaj szkoły	65
2.3. Wpływ umiejętności radzenia sobie ze stresem na samopoczucie nauczycieli	66
2.4. Modele stresu nauczycielskiego	67
Model potencjalnych przyczyn stresu nauczycielskiego Kyriacou i Sutcliffe'a ...	67
Model relacji pomiędzy zachowaniem nauczyciela a stawianymi mu	
wymaganiami wg Dunhama	69
Model stresu w pracy C.L. Coopera	69
Rozdział 3. SZKOŁA JAKO ORGANIZACJA	73
3.1. Organizacja i jej obrazy	73
3.2. Specyfika szkoły jako organizacji	74
Porównanie szkół do innych organizacji (podobieństwa i różnice)	74
Specyfika grupy zawodowej nauczycieli	75
Rola dyrektora	76
Organizacyjna rola nauczyciela	77
Szkoła jako system społeczny	78
3.3. Kultura organizacyjna szkół	78
3.4. Organizacja pracy nauczyciela	79
3.5. Zmiany w polskim systemie edukacyjnym	80
3.6. Czynniki warunkujące zmiany	80
Zmiany w zarządzaniu oświatą	82
3.7. Nowa rola nauczyciela	82
3.8. Wpływ zmian na poziom stresu u nauczycieli	83
Wtórne zmiany	84
3.9. Kryzys wywołany zmianą	86
Część II	
METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH	87
Rozdział 4. CELE I PROBLEMATYKA BADAŃ	89
4.1. Cele badań, obszary badawcze	89
4.2. Model badawczy	90
Rozdział 5. OPIS BADAŃ	93
5.1. Opis badanej grupy i sposobu badań	93
Teren badań	93

Płeć	94
Wiek nauczycieli	94
Staż pracy w zawodzie	94
Kwalifikacje zawodowe nauczycieli	95
Stan cywilny	95
Dzieci	95
Rodzaje placówek, w których pracują nauczyciele	96
Zajmowane stanowisko, pobieranie dodatku funkcyjnego	96
Specjalność	96
Wielkość szkoły – liczba nauczycieli i uczniów	97
Wymiar czasu pracy	97
Liczba godzin lekcyjnych prowadzonych w ciągu tygodnia	98
Zastępstwa	98
Dodatkowe godziny	98
5.2. Opis wybranych narzędzi badawczych	99
Kwestionariusz badający typ osobowości A–B (Bortner, 1969)	99
Kwestionariusz do badania poczucia koherencji (Antonovsky, 1995)	100
Kwestionariusz badający źródła stresu, z którymi nauczyciele spotykają się w pracy (Travers, Cooper, 1996)	101
Kwestionariusz do badania sposobów radzenia sobie ze stresem	101
Kwestionariusz Wypalenia Zawodowego MBI – <i>Maslach Burnout Inventory</i>	101
Kwestionariusz do badania poziomu zdrowia psychosomatycznego (Crown, Crisp, 1979)	102
Kwestionariusz badający satysfakcję z pracy	102
Część III	
STATYSTYCZNE ANALIZY WYNIKÓW	103
Rozdział 6. GŁÓWNE ŹRÓDŁA STRESU W ZAWODZIE NAUCZYCIELA	105
Rozdział 7. OSOBOWOŚCIOWE I DEMOGRAFICZNE UWARUNKOWANIA STRESU I JEGO NASTĘPSTW	113
7.1. Osobowościowe uwarunkowania stresu	113
7.2. Demograficzne uwarunkowania stresu	116
Rozdział 8. STRATEGIE RADZENIA SOBIE ZE STRESEM W GRUPIE ZAWODOWEJ NAUCZYCIELI	117
8.1. Konstruktywne sposoby radzenia sobie ze stresem	117
8.2. Zachowania prowadzące do uzależnień	120
Palenie tytoniu	121
Konsumpcja alkoholu	122
Przyjmowanie leków	123
Spożycie kawy i herbaty	124
8.3. Tendencje do wycofywania się nauczycieli z pracy zawodowej	125
Chęć rezygnacji z zawodu	126
Choroby i absencja	127
Zwolnienia chorobowe w grupie zawodowej nauczycieli	127
Zwolnienia spowodowane stresem	128
Poziom zachorowalności w grupie zawodowej nauczycieli	128

<i>Rozdział 9. MODYFIKATORY STRESU ZAWODOWEGO</i>	129
9.1. Porównywanie grup nauczycielskich z uwagi na wybrane zmienne (specjalność, rodzaj szkoły i zajmowane stanowisko)	129
Specjalność	129
<i>Rozdział 10. NASTĘPSTWA STRESU W GRUPIE BADANYCH NAUCZYCIELI</i>	
– RÓŻNICE TYPOLOGICZNE	137
Rodzaj szkoły	138
Stanowisko	140
Analiza i interpretacja wyników dla zmiennych określających poziom zdrowia psychosomatycznego	149
Analiza i interpretacja wyników dla zmiennych dotyczących stosowania używek i leków	149
Analiza i interpretacja wyników dla zmiennych kwestionariusza MBI – Ch. Maslach	149
Analiza i interpretacja wyników dla zmiennych kwestionariusza „Poczucie satysfakcji z pracy”	150
<i>Rozdział 11. MODEL STRESU W ZAWODZIE NAUCZYCIELA NA PODSTAWIE BADAŃ WŁASNYCH</i>	155
Zmienne osobowościowe	155
Wpływ poczucia koherencji na inne zmienne	155
Typ zachowania A i spostrzegany stres organizacyjny	157
Sposoby radzenia sobie ze stresem	158
Inne uwarunkowania źródeł stresu	159
Źródła stresu – uciążliwość	160
Źródła stresu – wzajemne relacje	160
Źródła stresu a sposoby radzenia sobie z nim	161
Źródła stresu – następstwa	162
Satysfakcja z pracy	162
Satysfakcja z pracy a wyczerpanie emocjonalne i poczucie zdrowia	163
Syndrom wypalenia zawodowego jako następstwo stresu	163
Poczucie zdrowia i inne zmienne zdrowotne (leki, absencja, zwolnienia, zmiana pracy)	165
11.1. Podsumowanie wyników i wnioski	166
Wnioski ogólne	167
Streszczenie	169
Literatura	171