

Spis treści

Wstęp	9
Rozdział 1. Stres w kontekście pracy zawodowej	23
Wprowadzenie	23
1.1. Stres jako stymulacja zewnętrzna	32
1.2. Stres jako reakcja na stymulację	35
1.3. Stres jako kosztowna relacja	46
1.3.1. Koncepcja Lazarusa	47
1.3.2. Koncepcje sytuacji trudnej i odporności na sytuacje trudne	49
1.3.3. Koncepcje stresu psychospołecznego Kaplana oraz Titkow	54
1.3.4. Koncepcja kosztów psychologicznych	57
1.3.5. Koncepcja Strelaua	62
1.3.6. Zasobowa koncepcja stresu Hobfolla	63
1.4. Stres zawodowy – istota i następstwa	69
1.4.1. Model indywidualno-środowiskowego (nie)dopasowania	70
1.4.2. Koncepcja Coxa	74
1.4.3. Veroński Model Stresu Marka i Fąfrowicz	75
1.4.4. Dwuczynnikowa teoria satysfakcji z pracy Herzberga	76
1.4.5. Koncepcja wymagania–kontrola Karaska	77
1.4.6. Koncepcja nierównowagi wysiłek–nagroda Siegrista	81
1.4.7. Model wymagania–zasoby pracy Bakker i Demerouti	83
1.4.8. Model kompensowania napięcia wywołanego wymaganiami pracy	86
1.4.9. Model witaminowy Warra	87
Rozdział 2. Wypalenie – koszt stresu i deficytów samoregulacji	93
Wprowadzenie	93

2.1. Koncepcja wypalenia Maslach	95
2.2. Poznawczo-kompetencyjny model wypalenia Sęk	103
2.3. Koncepcja wypalenia Pines	105
2.4. Koncepcja wypalenia Burischa	108
2.5. Koncepcja wypalenia Hobfolla i inne teorie zasobowe	111
2.6. Wypalenie w kontekście biologicznym	122
2.7. Wypalenie w kontekście temperamentu i osobowości	134
2.7.1. Wypalenie a wielka piątka osobowości	135
2.7.2. Wypalenie a temperament w ujęciach Strelaua i Cloningera	138
2.7.3. Wypalenie a temperament w ujęciu Rothbart	146
2.8. Inne indywidualne korelaty wypalenia	150
Rozdział 3. Resiliencja – fuzja odporności i mądrości	158
3.1. Koncepcja resiliencji jako cechy	159
3.1.1. Odporność i mądrość – fundamenty pozytywnej adaptacji	160
3.1.2. Siła ego i troska o siebie – psychodynamiczny aspekt resiliencji	171
3.1.3. Myślenie krytyczne i inteligencja emocjonalna – poznawczy wymiar resiliencji	173
3.1.4. Inne konstrukty użyteczne w rozważaniach nad resiliencją indywidualną	179
3.1.5. Rodzinny aspekt resiliencji	190
3.2. Operacjonalizacja resiliencji-cechy	197
Rozdział 4. Zadanie badawcze i metoda	216
4.1. Opis zadania badawczego	216
4.2. Zmienne i pomiar	229
4.2.1. Krótka Skala Wypalenia Zawodowego (KSWZ-10)	230
4.2.1.1. Wstępne prace nad narzędziem	232
4.2.1.2. Nowa wersja narzędzia badawczego	235
4.2.1.3. Rzetelność i trafność KSWZ-10	238
4.2.1.4. Rozkład wyników i normalizacja KSWZ-10	244
4.2.2. Pomiar obciążenia psychicznego w pracy	246
4.2.3. Pomiar zasobów pracy	251
4.2.4. Pomiar resiliencji indywidualnej	254
4.2.5. Pomiar poczucia koherencji	257
4.2.6. Pomiar wsparcia społecznego	260
4.2.7. Pomiar funkcjonalności wychowawczej rodziny pochodzenia	264
4.2.8. Pomiar cech osobowości z modelu wielkiej piątki	269

4.3. Metoda i osoby badane	269
4.3.1. Próba i sposób jej pobrania	270
4.3.2. Wnioskowanie statystyczne	271
4.4. Główne zmienne w kontekście socjodemograficznym	273

Rozdział 5. Zasoby, obciążenia i wypalenie w prostych modelach korelacyjno-regresyjnych 275

Wprowadzenie	275
5.1. Predyktory wypalenia zawodowego	277
5.2. Predyktory obciążenia zawodowego	283
5.3. Predyktory zasobów pracy	284
5.4. Pozostałe predykcje w analizowanym zestawie zmiennych	286
5.5. Ścieżkowy model źródeł wypalenia zawodowego	289

Rozdział 6. Interakcje w przestrzeni zmiennych istotnych dla wypalenia 305

6.1. Moderatory zależności wypalenia od jego bezpośrednich predyktorów ...	306
6.1.1. Obciążenie w pracy i zasoby pracy a wypalenie	307
6.1.2. Obciążenie w pracy i funkcjonalność rodziny a wypalenie	310
6.1.3. Poczucie koherencji i funkcjonalność rodziny a wypalenie	314
6.1.4. Wsparcie w miejscu pracy i zasoby pracy a wypalenie	318
6.2. Moderatory zależności obciążenia w pracy od jego bezpośrednich predyktorów	321
6.2.1. Poczucie koherencji i resiliencja indywidualna a obciążenie w pracy	322
6.2.2. Poczucie koherencji i funkcjonalność rodziny a obciążenie w pracy	326
6.2.3. Zasoby pracy i funkcjonalność rodziny pochodzenia a obciążenie w pracy	329
6.3. Moderatory zależności zasobów pracy od ich bezpośrednich predyktorów	331
6.3.1. Wsparcie w miejscu pracy i resiliencja indywidualna a zasoby pracy	332
6.3.2. Wsparcie w miejscu pracy i poczucie koherencji a zasoby pracy	335
6.3.3. Wsparcie w miejscu pracy i funkcjonalność rodziny a zasoby pracy	337
6.3.4. Resiliencja indywidualna i funkcjonalność rodziny a zasoby pracy	340

6.3.5. Resiliencja indywidualna i wsparcie spoza pracy a zasoby pracy	343
6.4. Inne ważne zależności interakcyjne	346
6.4.1. Poczucie koherencji a resiliencja indywidualna i funkcjonalność rodziny	346
6.4.2. Wsparcie w pracy a resiliencja indywidualna i funkcjonalność rodziny	350
6.5. Wątek interakcyjny – konkluzje	352
Podsumowanie – dyskusja – wnioski	355
Z edukacyjnej perspektywy – okiem pedagoga	385
Zakończenie	426
Literatura	429