



Agnieszka Kowalczyk, Karolina Kostorz
AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO IM. JERZEGO KUKUCZKI W KATOWICACH

PRZEGLĄD BADAŃ NAD WYPALENIEM ZAWODOWYM NAUCZYCIELI

Cel badań. Celem badań była analiza zjawiska wypalenia zawodowego wśród nauczycieli. **Materiał i metody.** Przeszukano bazy danych EBSCOhost i Wirtualnej Biblioteki Nauki. Dokonano przeglądu literatury wykorzystującej terminy (słowa kluczowe) „wypalenie zawodowe”, „wypalenie zawodowe nauczycieli”. **Wyniki.** Najczęściej stosowanym narzędziem badawczym w badaniach diagnostycznych poświęconych wypaleniu nauczycieli okazał się kwestionariusz Maslach Burnout Inventory. Osiągnięcia badań nad wypaleniem nauczycieli wciąż pozostają dalekie od zadowalających. Głównym promotorem badań nad zjawiskiem wypalenia nauczycieli jest Sęk, choć kwestię tę poruszają również inni badacze. Pleć i staż pracy mają wpływ na zjawisko wypalenia zawodowego nauczycieli. **Wnioski.** W związku z dalszą reformą systemu edukacji konieczne jest systematyczne monitorowanie zjawiska wypalenia zawodowego nauczycieli.

Słowa kluczowe: wypalenie, wypalenie zawodowe, nauczyciel, edukacja

WPROWADZENIE

Bez wątpienia problematyka edukacji stanowi temat szerokich dyskusji na gruncie wielu dziedzin nauki (Brudnik, 2009; Golińska i Świętochowski, 1998; Kropiwnicki, 1999; Poświatowska i Styrnik, 2006; Sekułowicz, 2002; Sęk, 1994, 2000a, 2000b; Tucholska, 2003). Nie ulega też wątpliwości, że uczniowie, studenci, ale również rodzice mają określone oczekiwania wobec nauczyciela. Z badań przeprowadzonych przez licznych autorów wyłania się obraz idealnego wykładowcy, spełniającego wszelkie oczekiwania pokładane w osobie powołanej do zawodu, a więc do uczenia, kształcenia i wychowania (Ciczkowski, 1996; Haber, 1996; Penar-Zardarko i wsp., 2008; Rębisz i Polański, 2012; Rumiński, 1996; Syczewski, 1989; Śnieżyński, 2000; Wysocka, 2006). Choć badania przedstawiają wizerunek wzorowego nauczyciela, w praktyce uczniowie bardzo często mają odmienne zdanie. Warto jednak zwrócić uwagę, że ogólnoswiatowe przemiany, obejmujące również edukację, spowodowały, że coraz częściej niestety nauczyciele doświadczają objawów wypalenia zawodowego (Golińska i Świętochowski, 1998; Kropiwnicki, 1999; Sekułowicz, 2002; Sęk, 1994, 2000a,

2000b; Tucholska, 2003). Niewątpliwie zjawisko to wywołuje wiele negatywnych konsekwencji, takich jak odczuwanie wysokiego poziomu stresu, przedmiotowe traktowanie uczniów, brak wrażliwości na potrzeby wychowanków oraz obniżona motywacja do pracy. W tym kontekście niezwykle istotnie staje się prowadzenie szerokich rozważań dotyczących omawianej problematyki.

Zagadnienie wypalenia zawodowego pojawiło się w literaturze już w latach 70. ubiegłego wieku. W 1974 r. nowojorski psychiatra Freudenberger zdefiniował je jako „zespół objawów będących skutkiem wyczerpania sił i zniechęcenia działalnością charytatywną, zaobserwowany u wolontariuszy pracujących z młodocianymi narkomanami” (Kirenko i Zubrzycka-Maciąg, 2011, s. 13). W rozważaniach dotyczących omawianej problematyki szczególną uwagę zwracają badania Maslach (2004). Autorka dokonała analiz wypalenia zawodowego wśród osób podejmujących różne prace zarobkowe o charakterze społecznym, tj. nauczycieli, pielęgniarek, lekarzy, wychowawców, policjantów oraz pracowników socjalnych. Badani często wskazali na pogłębiające się wraz ze stażem zawodowym następujące objawy: zanik uczuciowości, niekorzystne zmiany

w postrzeganiu siebie i innych, wyczerpanie emocjonalne, wzrost obojętności wobec pacjentów, uczniów czy klientów oraz poczucie utraty kompetencji zawodowych. Na określenie tych osobistych i indywidualnych odczuć Maslach użyła terminu „wypalenie się”. Autorka określiła je jako „zespół wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji i obniżonego poczucia dokonań osobistych, który może wystąpić u osób pracujących z innymi ludźmi w pewien określony sposób” (Maslach, 2004, s. 15). Wydaje się, że jest to najpopularniejsza, a zatem i najczęściej cytowana definicja wypalenia zawodowego (Sęk, 1994, 2000a, 2000b; Tucholska, 2003). Warto zaznaczyć, że ujęte w niej cechy konstytutywne dla opisywanego zjawiska składają się na tzw. trójwymiarowy model wypalenia zawodowego (Maslach, 2004). Wyróżnia się w nim następujące obszary:

1. Wyczerpanie emocjonalne – przejawiające się zmęczeniem, przeciążeniem, zniechęceniem oraz mniejszym zainteresowaniem sprawami zawodowymi.

2. Depersonalizację – stopniowe zobojętnienie na sprawy i problemy innych, przedmiotowe traktowanie ludzi, niezdolność odczuwania empatii, niechęć do nawiązywania interakcji, ograniczenie do minimum czasu poświęcanego na aktywność zawodową.

3. Obniżone poczucie dokonań osobistych – odczuwanie braku wiary we własną skuteczność w pracy, podawanie w wątpliwość własnych umiejętności. Człowiek czuje się nieprzydatny, bezwartościowy, co powoduje przyjęcie przez niego postawy rezygnacji.

Wydaje się, że wśród ludzi podejmujących różnorodne prace szczególnie narażeni na wypalenie zawodowe są nauczyciele (Brudnik, 2009; Golińska i Świętochowski, 1998; Poświatowska i Styrnik, 2006; Sekułowicz, 2002; Sęk, 1994, 2000a, 2000b; Tucholska, 2003). Jednocześnie podkreśla się, że zniechęcenie do wykonywania swojej pracy zarobkowej jest dynamicznym, wielofazowym i wieloaspektowym procesem (Kropiwnicki, 1999). Początkowo symptomy wypalenia zawodowego są mało zauważalne. Z czasem stają się jednak coraz bardziej intensywne i wywołują wiele negatywnych konsekwencji. Pines (za: Kropiwnicki, 1999) wyróżnia pięć faz w pracy nauczyciela. Są to:

1. Zafascynowanie – angażowanie się w życie szkoły, realizowanie założonych celów, poświęcanie dużej ilości czasu i uwagi swoim podopiecznym, przekazywanie im ideałów oraz systemu wartości.

2. Stagnacja – dostrzeganie żądań uczniów, rodziców, dyrekcji szkoły, niewypełnianie zamierzonych celów, zmiana oczekiwań i motywacji. Zjawiska te w konsekwencji prowadzą do zniechęcenia i poirytowania nauczyciela.

3. Frustracja – etap rozczarowania szkołą, stopniowe postrzeganie uczniów jako wrogów, reagowanie przymusem w sytuacji pojawienia się problemów dyscyplinarnych.

4. Apatia – brak zaangażowania w życie szkoły, wykonywanie tylko obowiązkowych zadań, niepodejmowanie, a często wręcz unikanie rozmów zawodowych, stopniowa utrata dobrych relacji z uczniami.

5. Syndrom wypalenia – faza objawiająca się całkowitym wyczerpaniem zawodowym. Nauczyciel prowadzi lekcje z poczuciem przymusu i nie troszczy się o swoich podopiecznych.

Niewątpliwie kluczowym aspektem pracy nauczyciela jest realizowanie określonych działań pedagogicznych (Piotrowska, 2006; Sekułowicz, 2002). Specyfika podejmowania tego zawodu polega na dużym obciążeniu emocjonalnym i poznawczym, dlatego osoby pełniące tę rolę społeczną są szczególnie narażone na syndrom wypalenia w pracy (Kirenko i Zubrzycka-Maciąg, 2011; Krawulska-Ptaszyńska, 1992; Tucholska, 2003). Niestety konsekwencje owego stanu niekorzystnie wpływają na realizowanie procesu nauczania oraz relacje nauczyciela zarówno z uczniami, jak i rodzicami. Świadomość, że omawiane zagadnienie stanowi wciąż obszar mało zbadany w rozważaniach naukowych, sprawia, że dalsze analizy są niezwykle istotne. Ważne jest nie tylko rozpatrywanie czynników determinujących wypalenie zawodowe nauczycieli, ale przede wszystkim poszukiwanie skutecznych sposobów przeciwdziałania temu niekorzystnemu zjawisku.

Biorąc pod uwagę zaakcentowane wyżej fakty oraz własne zainteresowania naukowe, postanowiono dokonać przeglądu badań nad wypaleniem zawodowym nauczycieli.

CEL BADAŃ

Głównym celem pracy było przedstawienie omawianej problematyki w oparciu o reprezentatywne wyniki badań. Kluczową kwestią stanowiło poszukiwanie odpowiedzi na pytania:

1. Jakie narzędzie badawcze do pomiaru wypalenia zawodowego nauczycieli było najczęściej wykorzystywane?

2. Kiedy występuje pierwszy kryzys wypalenia zawodowego?

3. Czy płeć jest czynnikiem determinującym poziom zniechęcenia pracą u nauczycieli?

4. Czy istnieją różnice w wynikach badań w zależności od typu szkoły?

5. Jakie czynniki chronią nauczycieli przed wypaleniem zawodowym?

Zaprezentowane stanowiska teoretyczne oraz empiryczne miały stanowić więźle i logiczne zestawienie wiedzy dotyczącej omawianego zagadnienia, jej usystematyzowanie oraz podsumowanie. Celem pracy było dokonanie przeglądu badań, które przyczyniły się do rozwoju nauk humanistycznych, ze szczególnym uwzględnieniem pedagogiki, oraz umożliwiły praktyczną aplikację wyników.

MATERIAŁ I METODY

Dokonano przeglądu literatury dotyczącej problematyki wypalenia zawodowego nauczycieli. W pracy przedstawiono wyniki badań dotyczące III Rzeczypospolitej Polskiej, okresu po zasadniczych przemianach czy to politycznych, czy to odnoszących się do problemów egzystencjalnych nauczycieli po 1989 r. Zastosowano metodologię dającą podstawę do sformułowania pewnych uogólnień oraz uznania analiz za najbardziej reprezentatywne i wartościowe. Wszechstronnego przeglądu literatury dokonano w bazie piśmiennictwa naukowego EBSCOhost i Wirtualnej Biblioteki Nauki za pomocą następujących słów kluczowych: „wypalenie zawodowe”, „wypalenie zawodowe nauczycieli”.

WYNIKI

Na szczególną uwagę w zakresie omawianej problematyki zasługują badania Krawulskiej-Ptaszyńskiej (1992, 1996), Sęk (1994, 2000a, 2000b), Nalaskowskiego (1997), Golińskiej i Świętochowskiego (1998), Kliś i Kossewskiej (1998), Kropiwnickiego (1999), Mandal (1999), Sekułowicz (2002), Tucholskiej (2003), Piotrowskiej (2006), Poświatowskiej i Styrnik (2006), Gretkowskiego (2008), Kocór (2010). Do pomiaru wypalenia zawodowego nauczycieli najczęściej wykorzystywano kwestionariusz Maslach Burnout Inventory autorstwa Maslach (2004). Narzędzie ocenia wyczerpanie emocjonalne, depersonalizację oraz obniżone poczucie dokonań osobistych. Należy podkreślić, że najniższe wskaźniki wypalenia zawodowego zaobserwowała Sekułowicz (2002). Autorka wykazała, że spośród 750 nauczycieli wypalenie podejmowaną pracą odczuwało 20% badanych, a 53% respondentów zadeklarowało wyczerpanie w związku z wykonywanym zawodem. Z kolei najwyższe wskaźniki zniechęcenia pracą u nauczycieli uzyskała Mandal (1999). Wypalenie zawodowe odnotowała bowiem u ponad 50% badanych. Ponadto warto zaakcentować, że wykazano silny związek między stresem, wyczerpaniem emocjonalnym a depersonalizacją (Krawulska-Ptaszyńska, 1992). Okazało się także, że na wypalenie zawodowe istotnie wpływa staż pracy (Nalaskowski, 1997). Zaobserwowano, że spośród 330 nauczycieli aż u 66% pracujących do 10 lat w szkole doświadczało objawów wypalenia. Jednocześnie sugeruje się, że kluczową rolę odgrywają pierwsze lata pracy w zawodzie, które stanowią okres krytyczny (Nalaskowski, 1997). Próbę wyjaśnienia tej kwestii podjęła m.in. Tucholska (2003). Zdaniem autorki nauczyciele rozpoczynający pracę w zawodzie są mocno zaangażowani w życie szkoły, poświęcają wiele czasu swoim podopiecznym. Często jednak wiąże się to z zaniedbywaniem rodziny i życia prywatnego, zdrowia oraz rozwoju osobistego.

Nauczyciele, chcąc osiągnąć zamierzone cele, często muszą pokonywać wiele przeszkód i trudności. Konsekwencją ponoszenia ewentualnych niepowodzeń w pracy jest utrata

Tab. 1. Przegląd badań na temat wypalenia zawodowego nauczycieli

Autor	Uczestnicy	Wyniki
Krawulska-Ptaszyńska (1992)	<i>n</i> = 81 szkoła średnia	<ul style="list-style-type: none">– silna zależność między wyczerpaniem emocjonalnym i depersonalizacją– brak zależności między wypaleniem zawodowym a osobistą satysfakcją z pracy– silny związek między stresem a wyczerpaniem emocjonalnym i depersonalizacją
Sęk (1994)	<i>n</i> = 119 szkoła podstawowa oraz szkoła ponadgimnazjalna	<ul style="list-style-type: none">– większe wyczerpanie emocjonalne u nauczycielek– silniejsza depersonalizacja u nauczycieli– większy stopień wypalenia zawodowego u nauczycieli pracujących w szkołach średnich niż w szkołach podstawowych
Nalaskowski (1997)	<i>n</i> = 330 szkoła podstawowa oraz szkoła ponadgimnazjalna	<ul style="list-style-type: none">– 66% nauczycieli ze stażem pracy do 10 lat doświadcza objawów wypalenia zawodowego
Golińska i Świętochowski (1998)	<i>n</i> = 395 szkoła podstawowa oraz szkoła ponadgimnazjalna	<ul style="list-style-type: none">– syndrom wypalenia zdiagnozowano u 20% respondentów– na wypalenie zawodowe w mniejszym stopniu podatni są nauczyciele pracujący w szkołach podstawowych niż nauczyciele szkół średnich
Kliś i Kossewska (1998)	<i>n</i> = 195 szkoła podstawowa, szkoła specjalna oraz szkoła ponadgimnazjalna	<ul style="list-style-type: none">– syndrom wypalenia zawodowego częściej dotyczy nauczycieli szkół średnich niż pracujących w szkołach podstawowych
Mandal (1999)	<i>n</i> = 200 szkoła podstawowa oraz szkoła ponadgimnazjalna	<ul style="list-style-type: none">– u 50% badanych stwierdzono wypalenie zawodowe– częściej u osób pracujących w szkołach średnich niż w szkołach podstawowych
Sekułowicz (2002)	<i>n</i> = 750 szkoła podstawowa, gimnazjum, szkoła ponadgimnazjalna oraz szkoły specjalne	<ul style="list-style-type: none">– 20% badanych doświadcza wypalenia zawodowego– 53% respondentów deklaruje wyczerpanie w związku z wykonywaną pracą, a zatem jest zagrożonych wypaleniem zawodowym
Piotrowska (2006)	<i>n</i> = 50 szkoła podstawowa, gimnazjum oraz szkoła ponadgimnazjalna	<ul style="list-style-type: none">– wsparcie społeczne chroni nauczycieli przed wypaleniem zawodowym
Poświatowska i Styrnik (2006)	<i>n</i> = 38 szkoła średnia	<ul style="list-style-type: none">– przepracowanie nauczycieli istotnie przyczynia się do wypalenia zawodowego
Gretekowski (2008)	<i>n</i> = 161 szkoła podstawowa, gimnazjum, szkoły średnie	<ul style="list-style-type: none">– u 76% badanych zdiagnozowano syndrom wypalenia zawodowego
Brudnik (2009)	<i>n</i> = 404 szkoła podstawowa, gimnazjum, szkoły średnie	<ul style="list-style-type: none">– nauczyciele charakteryzujący się wysokim poczuciem własnej skuteczności są mniej narażeni na utratę satysfakcji zawodowej

nadziei, rozczarowanie oraz brak zainteresowania aspektami zawodowymi. Nauczycieli doświadczających całkowitych symptomów wypalenia cechuje m.in. brak empatii. Nie potrafią oni wypełnić roli społecznej, która wiąże się z okazywaniem troski, bliskości, odpowiedzialności oraz emocjonalnego zaangażowania. Szczególną uwagę zwracają analizy, w których wykazano, że typ szkoły może stanowić istotny czynnik wpływający na wyniki badań w zakresie wypalenia zawodowego (Golińska i Świętochowski, 1998). Okazało się bowiem, że na wypalenie zawodowe bardziej narażeni są nauczyciele pracujący w szkołach średnich niż w szkołach podstawowych (Golińska i Świętochowski, 1998; Mandal, 1999; Sęk, 1994). Jednocześnie zaobserwowano, że bardziej wyczerpane emocjonalnie są kobiety, mężczyźni uzyskali natomiast wyższe wyniki w wymiarze depersonalizacji (Sęk, 1994). Ponadto należy odwołać się do badań, w których wykazano, że wśród czynników wpływających na syndrom wypalenia zawodowego istotną rolę odgrywają zmienne poznawcze (Brudnik, 2009). Nie stanowi zaskoczenia, że wysokie poczucie własnej skuteczności zapewnia swoisty system ochronny, zmniejszający ryzyko wystąpienia zniechęcenia wykonywaną pracą. Jednocześnie stwierdzono, że dotyczy to zwłaszcza wymiaru wyczerpania emocjonalnego oraz depersonalizacji (Brudnik, 2009). Z kolei Piotrowska (2006) wykazała, iż w odniesieniu do omawianych zagadnień istotne jest także wsparcie społeczne. W celu podsumowania rozważań dotyczących wypalenia zawodowego nauczycieli najbardziej reprezentatywne wyniki badań zebrano w tabeli 1.

DYSKUSJA

Biorąc pod uwagę znaczenie efektywności procesu edukacyjnego, należy stwierdzić, że prowadzenie licznych badań i analiz dotyczących tej problematyki jest szczególnie istotne. Równie ważną rolę odgrywa dokonywanie przeglądów literatury, systematyzowanie wiedzy, porównywanie danych empirycznych, a przede wszystkim formu-

łowanie na ich podstawie rekomendowanych wniosków. Spośród wielu czynników wpływających na jakość kształcenia i wychowania w niniejszej pracy postanowiono zaprezentować badania dotyczące problematyki wypalenia zawodowego nauczycieli. Podjęcie tego tematu wynika z kilku przyczyn. Należy do nich przede wszystkim niewielka liczba doniesień stanowiących metaanalizę omawianego zagadnienia oraz ogromne znaczenie, jakie ma zrozumienie jego istoty i czynników go determinujących. Dokonany przegląd badań nie tylko przedstawia problematykę wypalenia zawodowego nauczycieli w oparciu o najnowsze i reprezentatywne wyniki badań, ale także uporządkowuje i wzbogaca istniejący stan wiedzy dotyczącej omawianego zagadnienia.

Przeprowadzona metaanaliza pozwoliła na udzielenie odpowiedzi na postawione w niniejszej pracy pytania badawcze. Pierwsze dotyczyło najczęściej wykorzystywanego narzędzia do pomiaru wypalenia zawodowego nauczycieli. Niewątpliwie można stwierdzić, iż jest to kwestionariusz Maslach Burnout Inventory (Brudnik, 2009; Golińska i Świętochowski, 1998; Gretkowski, 2008; Kliś i Kossewska, 1998; Krawulska-Ptaszyńska, 1992; Mandal, 1999; Nalaskowski, 1997; Piotrowska, 2006; Poświatowska i Styrnik, 2006; Sekułowicz, 2002; Sęk, 1994).

Jednocześnie należy zauważyć, że w dotychczasowych rozważaniach podejmujących problematykę wypalenia zawodowego nauczycieli autorzy uwzględniali typ szkoły, w jakiej pracują badani (Golińska i Świętochowski, 1998; Gretkowski, 2008; Mandal, 1999; Sęk, 1994, 2000a, 2000b), oraz płęć (Sęk, 1994, 2000a, 2000b). Ponadto Brudnik (2009) poruszyła niezwykle ważną kwestię zmiennych poznawczych, które istotnie wpływają na podatność nauczycieli na wypalenie zawodowe. Autorka wykazała, że wysokie poczucie własnej skuteczności, zwłaszcza wymiaru wyczerpania emocjonalnego oraz depersonalizacji, istotnie zmniejsza ryzyko wystąpienia zniechęcenia do pracy. Nie jest zaskakujące, że zaobserwowano silny związek między stresem, wyczerpaniem emocjonalnym a depersonalizacją (Krawulska-Ptaszyńska, 1992). Wśród rozważań dotyczących omawianego zagadnienia za kluczowe na-

leży także uznać badania Nałaskowskiego (1997). Autor wykazał, że staż pracy istotnie wpływa na poziom wypalenia zawodowego nauczycieli – aż 66% respondentów pracujących poniżej 10 lat w systemie edukacji doświadcza objawów wypalenia zawodowego. Przyczyn tego niepokojącego zjawiska poszukiwała m.in. Tucholska (2003). Jednocześnie warto zwrócić uwagę na badania Piotrowskiej (2006). Autorka zaobserwowała, że wysokie poczucie otrzymywanego wsparcia społecznego stanowi jeden z kluczowych czynników chroniących nauczycieli przed doświadczeniem wypalenia zawodowego.

Niezwykle istotne w niniejszej pracy jest wskazanie możliwych obszarów dalszych analiz. Przede wszystkim należy zauważyć, że kwestionariusz Maslach Burnout Inventory, który był stosowany jako narzędzie badawcze, nie obejmuje wielu kryteriów wynikających chociażby z problemów egzystencjalnych po 1989 r., związanych bezpośrednio z wypaleniem zawodowym. W obecnych czasach podkreśla się poczucie braku stabilizacji pracy i lęku z niego wynikającego – przyczynia się do tego likwidacja każdego roku wielu szkół w kraju, zwłaszcza tych najmniejszych, z niewielką liczbą uczniów, a także zwolnienia spowodowane brakiem etatu czy też ograniczenia etatu spowodowane brakiem godzin, nie wspominając już o niewysokich zarobkach i obecnej, kolejnej już zmianie ustroju szkolnego. Świadomość opisanej sytuacji każe zatem z wielką ostrożnością podchodzić do uzyskanych obecnie wyników. Nie mogą one być traktowane jako ostateczne rozstrzygnięcia. Powinny natomiast stanowić punkt wyjścia do dalszych analiz. W związku z tym przyszłość edukacji, jej funkcje i zadania, problemy oraz wyzwania, przed jakimi staje, nieustannie powinny stanowić temat szerokich dyskusji naukowych. Istnieje konieczność systematycznego monitorowania wielu aspektów systemu edukacji, w tym kwestii dotyczących wypalenia zawodowego nauczycieli. Warto zwrócić uwagę, że stan wiedzy na temat uwarunkowań omawianego zagadnienia, zwłaszcza w zakresie czynników wykraczających poza zmienne demograficzne i wybrane zmienne sytuacyjne, jest zdecy-

dowanie niewystarczający. Niewielka liczba publikacji analizujących zależności między zniechęceniem do podejmowania pracy pedagogicznej a różnorodnymi czynnikami osobowościowymi oraz środowiskowymi sprawia, że uwzględnienie powyższych kwestii w dalszych rozważaniach byłoby szczególnie interesujące.

WNIOSKI

Dokonany przegląd badań pozwala na sformułowanie następujących wniosków:

1. Najczęściej wykorzystywanym narzędziem badawczym był kwestionariusz Maslach Burnout Inventory autorstwa Maslach.
2. Większe wyczerpanie emocjonalne zadeklarowały kobiety niż ich koledzy.
3. Wypalenia zawodowego częściej doświadczały nauczyciele pracujący w szkołach średnich niż nauczyciele szkół podstawowych.
4. Pierwsze symptomy wypalenia zawodowego wystąpiły u nauczycieli mających do 10 lat stażu pracy.
5. Wśród wielu czynników chroniących nauczycieli przed wypaleniem zawodowym istotną rolę odgrywa wysokie poczucie własnej skuteczności oraz dostrzeganie wsparcia społecznego.

BIBLIOGRAFIA

- Brudnik, M. (2009). Perception of self-efficacy and professional burnout in general education teachers. *Human Movement*, 10(2), 170–175.
- Cizkowski, W. (1996). Wartości moralne nauczyciela akademickiego. *Pedagogika Szkoły Wyższej*, 7, 158–162.
- Golińska, L., Świętochowski, W. (1998). Temperamentalne i osobowościowe determinanty wypalenia zawodowego u nauczycieli. *Psychologia Wychowawcza*, 41(5), 385–398.
- Gretkowski, A. (2008). Syndrom wypalenia wśród duchowieństwa na przykładzie wybranej grupy księży diecezji płockiej. W: T. Zbyrad (red.), *Wypalenie zawodowe pracowników służb specjalnych* (s. 170–186). Stalowa Wola: Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II.
- Haber, L. (1996). Przedsiębiorczość jako parametr pozycji rynkowej nauczyciela akademickiego. *Pedagogika Szkoły Wyższej*, 7, 65–77.

- Kirenko, J., Zubrzycka-Maciąg, T. (2011). *Współczesny nauczyciel. Studium wypalenia zawodowego*. Lublin: UMCS.
- Kliś, M., Kossewska, J. (1998). Cechy osobowości nauczycieli a syndrom wypalenia zawodowego. *Psychologia Wychowawcza*, 2, 125–140.
- Kocór, M. (2010). *Szkoła i nauczyciel a syndrom wypalenia zawodowego*. Rzeszów: Mitel.
- Krawulski-Ptaszyńska, A. (1992). Analiza czynnikowa wypalenia zawodowego u nauczycieli szkół średnich. *Przegląd Psychologiczny*, 3, 403–410.
- Krawulski-Ptaszyńska, A. (1996). Wypalenie zawodowe u nauczycieli. *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 8, 9–12.
- Kropiwnicki, J. (red.) (1999). *Szkoła a wypalenie zawodowe*. Jelenia Góra: Wydawnictwo Nauczycielskie.
- Mandal, E. (1999). Syndrom wypalenia zawodowego a tożsamość płciowa nauczycielek. *Psychologia Wychowawcza*, 1, 27–33.
- Maslach, C. (2004). Wypalenie – w perspektywie wielowymiarowej. W: H. Sęk (red.), *Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie* (s. 15). Warszawa: WN PWN.
- Nalaskowski, A. (1997). *Nauczyciele z prowincji u progu reformy edukacji*. Toruń: A. Marszałek.
- Penar-Zadarko, B., Binkowska-Bury, M., Marć, M. (2008). Nauczyciel jutra – modelowa sylwetka nauczyciela akademickiego studiów zawodowych na kierunku pielęgniarstwo i położnictwo. *Problemy Pielęgniarstwa*, 16(1–2), 66–71.
- Piotrowska, M. (2006). Konieczne jest społeczne wsparcie. *Nowa Szkoła*, 2, 19–25.
- Poświatowska, M., Styrnik, E. (2006). Zespół wypalenia zawodowego u nauczycieli. *Wychowawca*, 10, 24.
- Rębisz, S., Polański, G. (2012). Preferowane cechy nauczyciela akademickiego kierunku pedagogika w opinii studentów. Krótki komunikat ze zjazdu badawczego na Uniwersytecie Rzeszowskim. W: M. Lukač (red.), *Edukacja człowieka – problemy a wyzwania pre 21. stulecie* (s. 324–331). Rzeszów: UR. Pobrano z: http://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:IISZo7uS_D0J:scholar.google.com/&hl=pl&cas_sdt=0,5 [dostęp: 01.03.2017].
- Rumiński, A. (1996). Nauczyciel akademicki wobec wartości życiowych. *Pedagogika Szkoły Wyższej*, 7, 81–92.
- Sekułowicz, M. (2002). *Wypalenie zawodowe nauczycieli pracujących z osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Przyczyny – symptomy – zapobieganie – przezwyciężanie*. Wrocław: Wydawnictwo UW.
- Sęk, H. (1994). Wypalenie zawodowe u nauczycieli. Społeczne i podmiotowe uwarunkowania. W: J. Brzeziński, L. Witkowski (red.), *Edukacja wobec zmiany społecznej* (s. 325–343). Poznań–Toruń: Edytor.
- Sęk, H. (red.) (2000a). *Wypalenie zawodowe. Przyczyny, mechanizmy, zapobieganie*. Warszawa: WN PWN.
- Sęk, H. (2000b). Wypalenie zawodowe u nauczycieli. Uwarunkowania i możliwości zapobiegania. W: H. Sęk (red.), *Wypalenie zawodowe. Przyczyny, mechanizmy, zapobieganie* (s. 149–167). Warszawa: WN PWN.
- Syczewski, J. (1989). Autorytet nauczyciela akademickiego w opinii studentów. *Życie Szkoły Wyższej*, 6, 29–40.
- Śnieżyński, M. (2000). O autorytecie nauczyciela akademickiego. *Konспект*, 3, 5–8.
- Tucholska, S. (2003). *Wypalenie zawodowe u nauczycieli. Psychologiczna analiza zjawiska i jego osobowościowych uwarunkowań*. Lublin: KUL.
- Wysocka, E. (2006). Potoczne teorie kształcenia i oczekiwania edukacyjne młodzieży studenckiej. W: A. Kozubka, A. Zduniak (red.), *Kształcenie zawodowe w teorii i praktyce edukacyjnej* (s. 109–123). Poznań: Wyższa Szkoła Bezpieczeństwa.

Abstract

A review of research on burnout in teachers

Background. The purpose of the study was to examine the phenomenon of professional burnout among teachers. **Material and methods.** A search of EBSCOhost and Virtual Library of Science was performed. The literature review employed the terms (keywords) 'burnout', 'burnout in teachers'. **Results.** The most frequently used research tool in diagnostic studies referring to burnout in teachers was Maslach Burnout Inventory. The achievements of research on burnout among teachers are still far from satisfactory. The main promoter of studies concerning the phenomenon of burnout in teachers is Sęk, although the issue has also been dealt with by other researchers. Gender and job seniority affect the phenomenon of professional burnout in teachers. **Conclusions.** Owing to further reform of the education system, it is necessary to systematically monitor the phenomenon of burnout among teachers.

Key words: burnout, professional burnout, teacher, education

Praca wpłynęła do Redakcji: 14.03.2017

Po recenzji: 27.04.2017

Zaakceptowano do druku: 24.05.2017

Adres do korespondencji:

Agnieszka Kowalczyk

Katedra Humanistycznych Podstaw Kultury Fizycznej

Akademia Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki

ul. Mikołowska 72a

40-065 Katowice

e-mail: aga-kowalczyk1987@tlen.pl

Jak cytować:

Kowalczyk, A., Kostorz, K. (2017). Przegląd badań nad wypaleniem zawodowym nauczycieli. *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 59, 50–57.