

# SYNDROM WYPALENIA ZAWODOWEGO NAUCZYCIELEK I NAUCZYCIELI RÓŻNYCH PRZEDMIOTÓW

dr Maria Brudnik-Dąbrowska\*

## Wprowadzenie

Wypalenie zawodowe jest syndromem fizycznego i emocjonalnego wyczerpania, który prowadzi do narastania negatywnej postawy wobec pracy i własnych osiągnięć oraz do utraty emocji i kontaktu w stosunkach z ludźmi. Występuje w zawodach polegających na bezpośredniej pracy z osobami wymagającymi opieki (lekarz, pielęgniarka, nauczyciel). Syndrom współtworzą trzy dymensje - *wyczerpanie emocjonalne*: uczucie znużenia przy niemożności regeneracji sił, napięcie, irytacja; *obniżona ocena dokonań osobistych*: utrata znaczenia pracy, poczucie bezwartościowości; *depersonalizacja*: zachowania zdystansowane, cynizm w kontaktach zawodowych. Wymiarem uznanym za swoistą oś syndromu jest wyczerpanie emocjonalne<sup>1</sup>. Rozpoczynający się proces sygnalizują symptomy jednej z trzech dymensji; narastające zjawisko prowadzi do pełnoobjawowego zespołu wypalenia.

Bezpośrednią przyczyną wypalenia się jest przewlekły psychologiczny stres pracy niezmodyfikowany aktywnością zaradczą<sup>2</sup>. Źródłem stresu w zawodzie nauczyciela są czynniki wynikające ze specyfiki profesji (praca z uczniem, zarządzanie klasą, odpowiedzialność za ucznia), czynniki związane z miejscem pracy (szkoła jako organizacja i placówka oświatowa, stosunki interpersonalne, kontakty z rodzicami uczniów) oraz indywidualne (głównie płeć i wiek)<sup>3</sup>. Do głównych źródeł napięć w pracy nauczyciela, należą: *przeciążenie pracą, brak zawodowego uznania* (przy niskiej pensji), *niewłaściwe zachowanie uczniów, presja czasu* (przy ubogim wyposażeniu w pomoce), *niewłaściwe stosunki interpersonalne* (m.in. naciski ze strony rodziców i przełożonych)<sup>4</sup>.

Szybki rozwój nauki i techniki, tempo życia, przyczyniają się do stresu informacyjnego. Brak równowagi między napływającymi informacjami a możliwością ich przetworzenia wywołuje niepokój i rozdrażnienie<sup>5</sup>. Zmiany społeczne, reformy szkolnictwa, zwiększający się procent uczniów wymagających indywidualnej pracy, obszerna dokumentacja, wymóg dokształcania się pogłębiają stres informacyjny. Ubogie warunki do prowadzenia lekcji, brak nowoczesnych pomocy, wymagają dodatkowych starań. Liczne obowiązki, trudne relacje, brak współpracy w gronie i wsparcia ze strony przełożonych, skutkują wyczerpaniem emocjonalnym nauczyciela<sup>6</sup>. Praca z klasą zapewnia poczucie

---

\* Instytut Nauk Społecznych, Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie

<sup>1</sup> C. Maslach, W. B. Schaufeli, M. P. Leiter, *Job burnout*, "Annual Review Psychology", Vol. 52, 2001, s. 399.

<sup>2</sup> Ibidem, s. 399.

<sup>3</sup> A.-S. Antoniou, F. Polychroni, A. N. Vlachakis, *Gender and age differences in occupational stress and professional burnout between primary and high-school teachers in Greece*, "Journal of Managerial Psychology", Vol. 21, No 7/2006, s. 683.

<sup>4</sup> G. J. Boyle, M. G. Borg, J.M. Falzon, J.A. Baglioni., *A structural model of the dimensions of teachers stress*, "British Journal of Educational Psychology", Vol 65, No 1/1995, s. 49.

<sup>5</sup> M. Ledzińska, *Młodzi dorośli w dobie globalizacji. Szkice psychologiczne*. Wydawnictwo Difin SA. Warszawa 2012, s. 64.

<sup>6</sup> E. M. Skaalvik, S. Skaalvik, *Dimensions of Teacher Self-Efficacy and Relations with Strain Factors, Perceived Collective Teacher Efficacy, and Teacher Burnout*, "Journal of Educational Psychology", Vol. 99, No3/2007, s. 612.

swoistej autonomii, może zarazem rodzić uczucie osamotnienia; poczucie samotności sprzyja wypalaniu się nauczyciela<sup>7</sup>. Stała gotowość do skutecznej interwencji w klasie zwiększa niepokój i poziom stresu prowadzącego<sup>8</sup>. Kontrolowanie emocji i konieczność sterowania podczas lekcji emocjami uczniów wymaga pracy emocjonalnej, co zagraża wypalaniem się<sup>9</sup>.

Nauczanie i wychowanie tradycyjnie stanowi domenę kobiet. W zawodzie nauczyciela mężczyźni należą do mniejszości. Uważa się, że pozostawanie w mniejszości nie ułatwia kariery osobom pracującym w dziedzinach nietypowych dla własnego rodzaju<sup>10</sup>.

Sposób pełnienia roli zawodowej przez nauczycieli różnicuje zmienna płci<sup>11</sup>; proces wypalania się kobiet i mężczyzn przebiega inaczej. Mężczyźni chroniąc się przed stresem pracy - ujawniają skłonność do cynizmu, kobiety łatwiej wyczerpują się emocjonalnie<sup>12</sup>. Strategia copingu ukierunkowana na rozwiązanie problemu, stanowi - w kontekście wypalania się - jedyną adaptacyjną strategię radzenia sobie nauczycieli mężczyzn, poszukiwanie wsparcia społecznego jest mniej niekorzystne dla kobiet<sup>13</sup>. Proces wypalania się nauczycielek i nauczycieli wychowania fizycznego ilustrują makro ścieżki wypalania o innym przebiegu<sup>14</sup>. Zmienna płci różnicuje reakcje nauczycieli w na stres generowany przez niewłaściwe zachowania ucznia i trudne warunki pracy<sup>15</sup>.

Niezależnie od stresu wynikającego z charakteru pracy pedagogicznej, istotny obszar wymagań stanowią obciążenia wynikające ze specyfiki i statusu przedmiotu. Nauczycieli muzyki, z uwagi na marginalizację przedmiotu w szkole cechuje, w porównaniu do nauczycieli matematyki, wyższy poziom wypalania<sup>16</sup>. Dla nauczycieli przedmiotów typowe jest zróżnicowane poczucie osiągnięć osobistych - niskie: nauczyciele wf i humaniści, najwyższe: nauczyciele klas I-III i przedmiotów artystycznych<sup>17</sup>. Nauczyciele gimnazjum prowadzący przedmioty ściśle wypalają się w szybszym tempie w stosunku do nauczycieli przedmiotów humanistycznych (wyższe wyczerpanie emocjonalne i depersonalizacja)<sup>18</sup>.

Badania porównawcze syndromu wypalania wśród nauczycieli specjalistów są nieliczne. Celem pracy jest zbadanie czy zmienna nauczany przedmiot różnicuje stres

---

<sup>7</sup> M. Kliś, J. Kossewska, *Cechy osobowości nauczyciela a syndrom wypalenia zawodowego*, „Psychologia Wychowawcza” Tom XXI, nr 2/1998, s. 137-138.

<sup>8</sup> M. Dussault, C. Deaudelin, N. Royer, J. Loïselle, *Professional isolation and occupational stress in teachers*, „Psychological Reports”, Vol. 84, No 3/1999, s. 943.

<sup>9</sup> M. Wróbel, *Praca emocjonalna a wypalenie zawodowe nauczycieli: moderująca rola inteligencji emocjonalnej*, „Psychologia Społeczna”, Vol. 8, nr 1(24)/2013, s. 55.

<sup>10</sup> L. Brannon, *Psychologia rodzaju*, GWP, Gdańsk 2002, s. 399-400.

<sup>11</sup> G. Poraj, *Od pasji do frustracji: modele psychologicznego funkcjonowania nauczycieli*, Wydawnictwo UŁ, Łódź, 2009, s. 278.

<sup>12</sup> C. Maslach, W. B. Schaufeli, M. P. Leiter, *Job burnout...*, op. cit., s. 410.

<sup>13</sup> M. G. González-Morales, J.P. Rodríguez, J.M. Peiró, *A longitudinal study of Coping and Gender in a Female - Dominated Occupation: Predicting Teachers' Burnout*, „Journal of Occupational Health Psychology”, Vol. 15, No 1/2010, s. 29, 38-39.

<sup>14</sup> M. Brudnik, *Professional burnout in female and male physical education teachers – a four-phase typological model*, „Human Movement”, Vol. No 12, 2/2011, s. 191-193.

<sup>15</sup> M. Brudnik, M. Rutkowski, *Fizyczne i społeczne środowisko pracy a wypalenie się nauczycielek i nauczycieli wychowania fizycznego*, „Wychowanie Fizyczne i Sport”, Vol. 54, nr 3/2010, s. 172.

<sup>16</sup> G. M. Hodge, J. J. Jump, A.J. Taylor, *Work, stress, distress and burnout in music and mathematics teachers*, „British Journal of Educational Psychology”, Vol. 64, No 1/1994, s. 65-76.

<sup>17</sup> S. Tucholska, *Wypalenie zawodowe u nauczycieli: psychologiczna analiza zjawiska i jego osobowościowych uwarunkowań*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2009, s. 142-143.

<sup>18</sup> P. Kukliński, *Wypalenie zawodowe nauczycieli przedmiotów ścisłych i humanistycznych. Na przykładzie gimnazjów w Tomaszowie Mazowieckim*, praca magisterska pod kierunkiem C. Noworola UJ, 2013, s. 61-62.

i zjawisko wypalania się w zawodzie nauczyciela oraz jaką rolę w tym procesie odgrywa zmienna płci. Próba wyłonienia czynników, które stanowiąc źródło napięć sprzyjają wypalaniu się nauczycielek i nauczycieli prowadzących zajęcia na II-IV poziomach edukacji.

### **Material i metody**

Liczebność badanych nauczycieli<sup>19</sup> wyniosła: N=404; kobiety: N=310 (76,7%), mężczyźni: N=94 (23,3%). Średnia arytmetyczna wieku: M=38,4 lat (♀M=38,9; ♂M=36,8); staż pracy: M=13,6 lat (♀M=14,2; ♂M=11,8).

Do diagnozy wypalenia zawodowego (zmienna zależna) posłużył kwestionariusz *Maslach Burnout Inventory* (MBI Maslach) – adaptacja polska Noworol (maszynopis). Pomiaru stresu (zmiennie niezależne) dokonano z wykorzystaniem dwóch narzędzi. Są to: kwestionariusz *Stres w Zawodzie Nauczyciela SWZN*<sup>20</sup> i *Skala obciążenia psychicznego – wersja dla nauczycieli wychowania fizycznego SOP-wf*<sup>21</sup>. Kwestionariusz SWZN jest narzędziem uniwersalnym, skala SOP-wf uwzględnia obciążenia nauczycieli przedmiotu.

Kwestionariusz MBI (Maslach) zawiera 22 pozycje tworzące trzy skale: wyczerpanie emocjonalne EE; obniżone poczucie osiągnięć osobistych NPA; depersonalizacja DP. Respondent wypowiada się na skali częstości, od: *nigdy* (0 pkt), do *codziennie* (6 pkt); wartości pośrednie - *raz/kilka razy w roku, miesiącu, tygodniu*. Osoby wypalone posiadają ponadprzeciętne wartości trzech wymiarów syndromu (EE, NPA, DP).

Kwestionariusz SWZN (Gaś) składa się z sześciu skal (28 pozycji), które diagnozują czynniki stresu: *Brak adekwatnej gratyfikacji za pracę zawodową* BG; *Osamotnienie w działaniach zawodowych* OS; *Wadliwe zarządzanie szkołą* ZS; *Doświadczenie trudności dydaktycznych* TD; *Trudne warunki pracy* TWP; *Doświadczenie trudności wychowawczych* TW. Osoba badana szacuje, na ile stresujące są poszczególne sytuacje (*brak, słaby, umiarkowany, silny, bardzo silny stres*) (1-5 pkt.). Narzędzie pozwala na określenie struktury stresu (6 czynników) i nasilenia ogólnego poziomu stresu pracy (OPS).

Jednoczynnikową skalę SOP-wf (Sęk, Brudnik) tworzy 16 pozycji – nauczyciel wf ocenia poszczególne obszary stresu związane z pracą w szkole (1-5 pkt.): *brak, lekki, średni, silny, bardzo silny stres*. Skala diagnozuje: zachowania i cechy uczniów, organizację pracy i warunki pracy w szkole, kulturę szkoły, rozbieżność pomiędzy ideałami a rzeczywistością szkolną, prestiż zawodu, oczekiwania rodziców. Suma punktów wskazuje poziom stresu.

Respondentów pogrupowano zgodnie z przyjętym kryterium (nauczany przedmiot), tworząc cztery bloki: nauczyciele przedmiotów humanistycznych, ścisłych, biologiczno-chemicznych, języków obcych; odrębną zbiorowość stanowią nauczyciele wf.

Material empiryczny opracowano z zastosowaniem metod opisu i wnioskowania statystycznego: udział liczbowo-procentowy, analiza skupień (metoda k-średnich), nieparametryczny test istotności różnic Kruskala-Wallisa i współczynnik korelacji Pearsona, analiza regresji. Obliczenia: M. Rutkowski - Biuro Oprogramowania GEM; SPSS/12.

<sup>19</sup> Patrz: M. Brudnik, *Perception of...* op. cit., tekst jest kontynuacją raportu.

<sup>20</sup> Z. B. Gaś, *Kwestionariusz SWZN jako narzędzie analizy jakości funkcjonowania zawodowego nauczycieli w sytuacji stresowej*, (w:) red. Z.B. Gaś, *Badanie zapotrzebowania na profilaktykę w szkole. Poradnik dla szkolnych liderów profilaktyki*, Fundacja „Masz Szansę”, Lublin 2004, s. 61-75.

<sup>21</sup> M. Brudnik, *Skala obciążenia psychicznego (H. Sęk, M. Brudnik) - wersja dla nauczycieli wychowania fizycznego*, (w:) *Dydaktyka wychowania fizycznego w świetle współczesnych potrzeb edukacyjnych 18-20.09.2005 Olejnica*, red. R. Bartoszewicz, T. Koszycz, A. Nowak, AWF Wrocław 2005, s. 380-384.

## Wyniki badań

### Wypalenie zawodowe nauczycieli różnych przedmiotów

Cztery skupienia grupujące nauczycieli (N=404) o identycznej konfiguracji wymiarów syndromu utworzono na podstawie analizy skupień (tab. 1 i 2). Skupienia te ilustrują poziom rozwoju zespołu wypalenia badanych. Nauczyciele niewypaleni stanowią 40% badanych (skupienie II). Osoby wypalone – wyczerpani emocjonalnie, rozczarowani pracą, skłonni do depersonalizacji – należą do mniejszości (IV; 12,6%). Wśród pozostałych nauczycieli (I i III; N=200; 49,4%) zespół wypalenia zaznacza się w sposób zróżnicowany (tab. 1 i 3).

Badani mężczyźni wypalają się częściej w stosunku do koleżanek. Udział procentowy nauczycieli w skupieniu IV (wypaleni) i w skupieniu II (niewypaleni) wynosi odpowiednio: 29% i 19% (tab. 2). Struktura wypalenia mężczyzn (N=94) i kobiet (N=310) różni się; mężczyźni ujawniają wyższą skłonność do cynizmu (Mann-Whitney test:  $Z=-3,079$ ;  $p<0,01$ ).

W zbiorowości badanych przeważają nauczyciele przedmiotów humanistycznych (N=127; 31,4%) i przedmiotów ścisłych (N=89; 22,0%) (tab. 3). Nauczyciele różnych przedmiotów wypalają się w odmienny sposób. Znaczny procent lektorów ujawnia pełnoobjawowy zespół wypalenia (N=11; 15,7%). Wśród niewypalonych zwraca uwagę wysoki udział procentowy prowadzących przedmioty ścisłe (N=37; 41,6%). Wyłącznie trzech nauczycieli przedmiotów biologiczno-chemicznych to osoby wypalone. Obraz wypalenia nauczycieli wf jest spolaryzowany (48,4% niewypalonych i 17,7% wypalonych) (tab. 3).

Tabela 1.

### Wypalenie zawodowe nauczycieli – opis statystyczny trzech wymiarów syndromu w obrębie skupień (EE, NPA, DP)

Skupienia	Wypalenie zawodowe nauczycieli N=404											
	EE wyczerpanie emocjonalne				NPA obniżone poczucie osiągnięć zawodowych				DP depersonalizacja			
	M	SD	min	Max	M	SD	min	max	M	SD	min	max
I. N=104	13,4	5,14	0	23	22,1	5,28	15	46	3,9	3,53	0	16
II. N=153	9,6	4,44	0	18	7,3	4,13	0	16	2,75	2,51	0	11
III. N= 96	24,4	5,20	17	43	11,1	4,78	1	20	5,32	3,98	0	16
IV. N= 51	32,4	7,28	22	53	24,5	6,34	13	47	9,73	5,31	0	24
Razem:N=404	17,0	9,73	0	53	14,2	8,58	0	47	4,55	4,20	0	24

Źródło: opracowanie własne na podstawie: M. Brudnik, *Perception of...* op. cit. Table 2., s. 172.

Tabela 2.

### Wypalenie zawodowe nauczycieli (N=404); charakterystyka skupień

Skupienia	Płeć				Wiek		Staż pracy w zawodzie	
	Kobiety N=310		Mężczyźni N=94		M	SD	M	SD
	N	%	N	%				
I. N=104	78	75,0	26	25,0	36,07	9,123	11,26	8,827
II. N=153	124	81,0	29	19,0	39,49	8,836	14,69	9,221
III. N= 96	72	75,0	24	25,0	39,96	9,507	15,41	9,480
IV. N=51	36	70,6	15	29,4	37,12	9,175	12,02	9,229
Razem:N=404	310	76,7	94	23,3	38,42	9,226	13,64	9,312

Źródło: opracowanie własne na podstawie: M. Brudnik, *Perception of...* op. cit. Table 1., s. 172.

Strukturę wypalenia nauczycieli wf i przedmiotów ścisłych różnicuje zmienna płci. Nauczycieli wf (N=29) cechuje istotnie wyższy, poziom cynizmu (Mann-Whitney test:  $Z=-$

2,992;  $p < 0,01$ ;  $\text{♂}M_{DP}=7,52$  i  $\text{♀}M_{DP}=3,88$ ; ogółem:  $\text{♀}N=310$ ,  $M_{DP}=3,86$ ;  $\text{♂}N=94$ ,  $M_{DP}=4,97$ ). Nauczyciele przedmiotów ścisłych ( $\text{♂}N=18$ ), zdecydowanie gorzej od koleżanek ( $\text{♀}N=71$ ), oceniają poziom własnych dokonań w pracy (Mann-Whitney test:  $Z=-2,499$ ;  $p < 0,05$ ;  $\text{♂}M_{NPA}=19,00$  i  $M_{NPA}=\text{♀}13,15$ ; ogółem:  $\text{♀}N=310$ ,  $M_{NPA}=13,76$ ;  $\text{♂}N=94$ ,  $M_{NPA}=15,62$ ).

Zmienna nauczany przedmiot, w zasadzie, nie różnicuje struktury syndromu badanych w obrębie płci. Ujawniona tendencja (trend) zaznacza się w grupie kobiet ( $p=0,063$ ,  $\lambda^2=8,935$ ;  $df=4$ ). Nauczycielki języków ( $N=62$ ) i przedmiotów humanistycznych ( $N=95$ ) cechuje nieco wyższy poziom wyczerpania emocjonalnego, poziom najniższy - nauczycielki wychowania fizycznego ( $N=33$ ) (odpowiednio:  $M_{EEX}=18,79$ ;  $M_{EEX}=18,41$ ;  $M_{EEX}=14,30$ ; ogółem  $\text{♀}N=310$ ,  $M_{EEX}=16,99$ ). Wysoki poziom cynizmu cechuje nauczycieli wf ( $\text{♂}N=29$ :  $M_{DP}=7,52$ ) i przedmiotów ścisłych ( $\text{♂}N=18$ :  $M_{DP}=6,00$ ; ogółem  $\text{♂}N=94$ :  $M_{DP}=5,84$ ).

Tabela 3.

### Wypalenie zawodowe nauczycieli różnych przedmiotów

Bloki przedmiotowe (przedmioty)	Wypalenie zawodowe nauczycieli kształcenia ogólnego N=404									
	niewypaleni		częściowo wypaleni				wypaleni		Razem	
	Skupienie II.		Skupienie I.		Skupienie III.		Skupienie IV.			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
humanistyczne	47	37,0	29	22,8	34	26,8	17	13,4	127	100
ściśle	37	41,6	27	30,3	16	18,0	9	10,1	89	100
biol.-chemiczne	20	35,7	16	28,6	17	30,4	3	5,4	56	100
języki obce	19	27,1	20	28,6	20	28,6	11	15,7	70	100
wychowane fiz.	30	48,4	12	19,4	9	14,5	11	17,7	62	100
Razem	153	37,9	104	25,7	96	23,8	51	12,6	404	100

Źródło: opracowanie własne.

### Stres zawodowy nauczycieli różnych przedmiotów

Diagnozę stresu pracy nauczycieli przedmiotów przeprowadzono dwutorowo. W pierwszej kolejności podano wyniki nauczycieli bloków przedmiotowych (SWZN) ( $N=333$ ), następnie nauczycieli wychowania fizycznego ( $N=57$ ) (SOP-wf).

Poziom stresu nauczycieli przedmiotów ( $N=333$ ) jest przeciętny. Mężczyźni ( $N=65$ ) w mniejszym stopniu w stosunku do kobiet ( $N=268$ ) odczuwają obciążenie pracą, sygnalizując stres niski (OPS: Mann-Whitney:  $Z=-3,261$ ;  $p < 0,01$ ). Analiza struktury stresu potwierdza zauważone zjawisko. Mężczyznom bardziej odpowiada sposób zarządzania szkołą; dobrze radzą sobie w obliczu trudności dydaktycznych. W przypadku pozostałych czynników stresu, istniejące różnice potwierdzają wyższe obciążenie kobiet (tab. 4).

Tabela 4.

### Stres zawodowy nauczycieli bloków przedmiotowych

Stres zawodowy nauczyciela skale SWZN	Nauczyciele bloków przedmiotowych N=333				Mann-Whitney test
	Kobiety N=268		Mężczyźni N=65		
	M	SD	M	SD	
Brak adekwatnej gratyfikacji za pracę BG	24,65	5,00	22,85	5,88	$Z=-2,253^*$
Osamotnienie w działaniach zawodowych OS	14,97	3,50	13,58	3,42	$Z=-2,608^{**}$
Wadliwe zarządzanie szkołą ZS	12,72	3,99	10,60	3,91	$Z=-3,757^{***}$
Trudności dydaktyczne TD	23,34	5,06	20,75	5,72	$Z=-2,814^{**}$
Trudne warunki pracy TWP	14,75	3,45	13,52	3,70	$Z=-2,095^*$
Trudności wychowawcze TW	16,90	3,80	15,20	3,97	$Z=-3,029^{**}$
Ogólny Poziom Stresu OPS	86,22	16,01	77,58	17,69	$Z=-3,261^{**}$

Źródło: opracowanie własne;  $*p < 0,05$ ;  $**p < 0,01$ ;  $***p < 0,001$ ; kursywą oznaczono stres niski.

Zmienna nauczany przedmiot w niewielkim stopniu różnicuje stres zawodowy badanych (N=333), respondenci w zbliżony sposób odczuwają obciążenia wynikające z pełnionej roli (OPS). Nauczycielki przedmiotów humanistycznych (N=92) ujawniają istotnie wyższy stres, w stosunku do mężczyzn (N=32) (Mann-Whitney:  $Z=-2,311$ ;  $p<0,05$ ).

W zbiorowości nauczycieli wychowania fizycznego (N=57) wyższe obciążenie (SOP-wf) sygnalizują mężczyźni (N=28;  $M=47,16$  stres wysoki; dolny przedział normy), poziom stresu nauczycielek (N=29) mieści się w przedziale wyników średnich ( $M=47,07$ ).

### **Stres zawodowy a wypalanie się nauczycieli różnych przedmiotów**

W procesie wypalania się, stres zawodowy (OPS) sprzyja narastaniu wyczerpania emocjonalnego i depersonalizacji nauczycieli bloków przedmiotowych (N=333;  $p<0,01$ ). Kobiety (N=268), w obliczu trudności, zaczynają także wątpić w sens pracy w szkole (tab. 5). Nauczyciele różnych specjalności w sposób odmienny reagują na stres psychologiczny. Stres w znacznym stopniu zagraża wypalaniem się nauczycieli humanistów (N=124) i nauczycielek wf (SOP-wf) (N=57), inicjując pojawianie się pełnoobjawowego syndromu.

Tabela 5.

### **Wypalenie zawodowe jako pochodna stresu pracy nauczycieli różnych przedmiotów**

Stres zawodowy nauczycieli OPS, SOP-wf	Płeć	N	Wypalenie zawodowe nauczycieli N=390		
			EE wyczerpanie emocjonalne	NPA obniżone poczucie dokonań zawodowych	DP depersonalizacja
przedmioty humanistyczne	K	92	0,408**	ni.	0,225*
	M	32	0,508**	ni.	ni.
	KM	124	0,434**	0,190*	0,226*
przedmioty ścisłe	K	69	0,377**	0,313**	ni.
	KM	87	0,368**	0,245*	ni.
przedmioty biol.-chem.	K	47	0,417**	ni.	ni.
	KM	54	0,376**	ni.	ni.
języki obce	K	60	0,277*	ni.	0,336**
	KM	68	0,361**	ni.	0,380**
nauczyciele bloków przedmiotowych	K	268	0,378**	0,125*	0,209**
	M	65	0,444**	ni.	0,332**
	KM	333	0,392**	ni.	0,212**
wychowanie fizyczne	K	29	0,393*	0,382*	0,495**
	KM	57	0,307*	ni.	0,363**

Wartości współczynnika korelacji Pearsona dla poziomu istotności: \* $p<0,05$ ; \*\* $p<0,01$ .

Pominięto wyniki nieistotne statystycznie – przedmioty ścisłe: N=18, biol.-chem.: N=7, j. obce: N=8; wf: N=28.

Źródło: opracowanie własne

Nauczycielki przedmiotów humanistycznych (N=92) i lektorzy (N=60) na stres pracy reagują wyczerpaniem emocjonalnym i utratą troski o ucznia. Nauczycielki przedmiotów ścisłych (N=69) wyczerpując się emocjonalnie, tracą poczucie sukcesu w pracy pedagogicznej. Najmniej dotknięci syndromem są nauczyciele przedmiotów biologiczno-chemicznych; obciążenia skutkują, głównie u kobiet, wyczerpaniem emocjonalnym (tab. 5).

Czynniki stresu, które wyjaśniają wymiary wypalenia nauczycieli specjalistów (N=333) wyłoniono na drodze analizy regresji krokowej. Są to: *doświadczenie trudności wychowawczych TW i trudności dydaktycznych TD, brak adekwatnej gratyfikacji za pracę zawodową BG, wadliwe zarządzanie szkołą ZS, osamotnienie w działaniach zawodowych OS*. Wyniki różnicuje zmienna płci i zmienna nauczany przedmiot (blok przedmiotowy).

Dwa czynniki: *brak gratyfikacji BG i trudności wychowawcze TW* wyjaśniają łącznie 15% zmienności wymiaru wyczerpanie emocjonalne kobiet ( $Beta_{BG}=0,269$ ;  $Beta_{TW}=0,189$ ;  $R^2=0,154$ ;  $F=24,195$ ;  $p<0,001$ ). Czynniki: *trudności wychowawcze TW* wyjaśnia,

w niewielkim stopniu (3%), utratę poczucia dokonań osobistych respondentek (Beta=0,184;  $R^2=0,034$ ;  $F=9,340$ ;  $p<0,01$ ). Stres wynikający ze sposobu zarządzania placówką (ZS) sprzyja depersonalizacji kobiet – 5% wariacji (Beta=0,217;  $R^2=0,047$ ;  $F=13,172$ ;  $p<0,001$ ).

Czynnik stresu *osamotnienie w działaniach zawodowych* OS odpowiedzialny jest za 23% zmienności wymiaru wyczerpanie emocjonalne mężczyzn (Beta=0,481;  $R^2=0,231$ ;  $F=18,972$ ;  $p<0,001$ ). *Doświadczenie trudności wychowawczych* TW skłaniają nauczycieli do przedmiotowego traktowania uczniów (11%) (Beta=0,329;  $R^2=0,108$ ;  $F=7,647$ ;  $p<0,01$ ).

Za wypalanie się nauczycieli humanistów (N=124) odpowiada głównie stres będący pochodną *trudności wychowawczych* TW. Czynniki te, w różnym zakresie wyjaśnia dymensje trójwymiarowego syndromu – w niewielkim stopniu wymiar depersonalizacji i obniżone poczucie osiągnięć osobistych nauczycieli, odpowiednio: 6% i 5% zmienności (Beta=0,255;  $R^2=0,065$ ;  $F=8,494$ ;  $p<0,01$  i Beta=0,215;  $R^2=0,046$ ;  $F=5,888$ ;  $p<0,05$ ) oraz – łącznie z czynnikiem *brak adekwatnej gratyfikacji za pracę* BG – 20% wariacji wyczerpania emocjonalnego (Beta<sub>BG</sub>=0,293; Beta<sub>TW</sub>=0,223;  $R^2=0,200$ ;  $F=15,124$ ;  $p<0,001$ ). Czynniki: *trudności wychowawcze* TW, wyjaśnia 20% wyczerpania emocjonalnego nauczycieli przedmiotów biologiczno-chemicznych (N=54; Beta=0,223;  $R^2=0,193$ ;  $F=12,434$ ;  $p<0,01$ ).

Nauczycieli przedmiotów ścisłych (N=87) obciąża poczucie *nieadekwatnej gratyfikacji za pracę* BG. Czynniki te tłumaczy 17% zmienności wyczerpania emocjonalnego (Beta=0,412;  $R^2=0,169$ ;  $F=17,335$ ;  $p<0,001$ ) oraz 6% dymensji syndromu obrazującej obniżone poczucie dokonań zawodowych (Beta=0,215;  $R^2=0,065$ ;  $F=5,897$ ;  $p<0,05$ ).

Wymiary wypalenia nauczycieli języków obcych (N=68) wyjaśniane są przez trzy czynniki stresu. Stres generowany przez *trudności wychowawcze* TW wyjaśnia 12% wyczerpania emocjonalnego (Beta=0,347;  $R^2=0,121$ ;  $F=9,063$ ;  $p<0,01$ ). Czynniki: *wadliwe zarządzanie szkołą* ZS tłumaczy skłonność lektorów do depersonalizacji – 11% zmienności (Beta=0,341;  $R^2=0,117$ ;  $F=8,709$ ;  $p<0,01$ ). Stres generowany przez *trudności dydaktyczne* TD odpowiada za 9% wymiaru obniżone poczucie dokonań osobistych nauczycieli języków (Beta=0,297;  $R^2=0,088$ ;  $F=6,391$ ;  $p<0,05$ ).

## Podsumowanie

Nauczyciele różnych przedmiotów (II-IV poziom edukacji): humanistycznych, ścisłych, biologiczno-chemicznych, języków obcych oraz wychowania fizycznego (N=404) wypalają się w sposób niejednorodny. Wśród badanych (N=404) osoby niewypalone stanowią 40%, osoby wypalone: 13%; zmienna płci różnicuje strukturę syndromu. Nauczyciele (N=94) ujawniają – typową dla wypalających się mężczyzn<sup>22</sup> – podwyższoną skłonność do zachowań zdystansowanych ( $p<0,01$ ). O strukturze wypalenia badanych mężczyzn zdecydował wysoki poziom cynizmu nauczycieli wf (N=29) i przedmiotów ścisłych (N=18).

Poziom stresu nauczycieli jest przeciętny, sprzyja narastaniu wyczerpania emocjonalnego oraz skłonności do depersonalizacji nauczycieli bloków przedmiotowych (OPS; N=333) i nauczycieli wf (SOP-wf; N=57). Czynniki stresu zagrażające wypalaniem się: *trudności wychowawcze*, *trudności dydaktyczne*, *brak adekwatnej gratyfikacji za pracę zawodową*, *wadliwe zarządzanie szkołą*, *osamotnienie w działaniach zawodowych* w sposób zróżnicowany, wyjaśniają na poziomie struktury, proces wypalania się nauczycieli bloków

<sup>22</sup> C. Maslach, W. B. Schaufeli, M. P. Leiter, *Job burnout...* op. cit., s. 410.

przedmiotowych (N=333). Wyniki różnicuje zmienna nauczany przedmiot i zmienna płci. Analizowane przez Tucholską czynniki stresu: trudne warunki pracy, niewłaściwe relacje interpersonalne, presja czasu, pośpiech i zachowanie ucznia wyjaśniały 21% wariacji wyczerpania emocjonalnego i po 9% pozostałych wymiarów wypalenia nauczycieli (N=256). Stres pracy różnicował poczucie dokonań osobistych w pracy nauczycieli specjalistów - poziom najniższy cechował nauczycieli humanistów i wychowania fizycznego<sup>23</sup>.

Znaczny procent badanych nauczycieli przedmiotów biologiczno-chemicznych i ścisłych nie ujawnia symptomów wypalenia (odpowiednio: 35,5% i 41,6%) (tab. 3). Wyłącznie trzech nauczycieli przedmiotów biologiczno-chemicznych to osoby wypalone (tab. 3). Proces wypalania się tej grupy specjalistów inicjują *trudności wychowawcze* podczas pracy z uczniami, prowadząc do wyczerpania emocjonalnego (♀♂N=56; 20% wariacji) (tab. 5). Czynnikiem stresu zagrażającym wypaleniem się nauczycieli przedmiotów ścisłych (N=89) jest przekonanie, że wynagrodzenie za pracę w szkole jest zbyt niskie. Stres prowadzi do wyczerpania emocjonalnego i utraty znaczenia pracy przez badanych (EE: 17%; NPA: 6% zmienności). Nauczycieli mężczyzn, cechuje istotnie niższe, poczucie osiągnięć osobistych w zawodzie (♂N=18; ♀N=69;  $p<0,05$ ). Wyczerpanie emocjonalne humanistów (N=124) wyjaśniają łącznie dwa czynniki: świadomość *braku adekwatnej gratyfikacji* oraz stres generowany przez *trudności wychowawcze* podczas pracy z uczniami (20% wariacji). *Trudności wychowawcze* skłaniają do zachowań zdystansowanych, obniżają poczucie osiągnięć osobistych respondentów (DP: 6%; NPA: 5%). Wysoki procent nauczycieli języków obcych i wychowania fizycznego cechuje pełnoobjawowy syndrom wypalenia (15,7% i 17,7%) (tab. 3). Predyktorem wypalenia lektorów są trzy czynniki stresu: *trudności wychowawcze* wyjaśniają 12% zmienności wyczerpania emocjonalnego, *trudności dydaktyczne* sprzyjają wątpliwościom co do sensu pracy (9% wariacji), *wadliwe zarządzanie szkołą* prowokuje do zachowań zdystansowanych (11% wariacji). Nauczycielki języków (N=60) i przedmiotów humanistycznych (N=92) charakteryzuje nieco wyższy poziom wyczerpania emocjonalnego, poziom najniższy – nauczycielki wf ( $p=0,063$ ; trend).

Obraz wypalenia ankietowanych nauczycieli wf (N=57) jest typowy dla nauczycieli tego przedmiotu<sup>24</sup>. Niemal co drugi spośród badanych, to osoba realizująca się w zawodzie (48,4%), najwyższy procent wypalonych w stosunku do pozostałych stanowią nauczyciele wf (17,7%) (tab. 3). Mężczyźni, nauczyciele wf (N=28) ujawniają wyższy w stosunku do kobiet poziom cynizmu ( $p<0,01$ ). Stres pracy kobiet diagnozowany jednoczynnikową skalą (SOP-wf: poziom średni) zagraża pojawianiem się trzech wymiarów syndromu (N=29) (tab. 5).

Wyłonione podczas badań czynniki stresu pracy nauczycieli bloków przedmiotowych w mniejszym zakresie decydują o wypalaniu się nauczycielek pomimo, że kobiety (N=268), ujawniają wyższy poziom obciążeń pracą (OPS:  $p<0,01$ ) (tab. 4). Pochodną stresu mężczyzn (N=65) (OPS: poziom przeciętny) jest wyczerpanie emocjonalne i skłonność do cynizmu (tab. 5). Do zachowań zdystansowanych skłaniają *trudności wychowawcze* (11% wariacji), *poczucie osamotnienia (...)* skutkuje wyczerpaniem emocjonalnym mężczyzn (23% wariacji). Stres, pochodna *trudności wychowawczych* w pracy pedagogicznej decyduje o dwóch dymensjach wypalenia kobiet. Czynniki ten obniża poczucie osiągnięć osobistych

<sup>23</sup> S. Tucholska, *Wypalenie zawodowe...*, op. cit., s. 142-143.

<sup>24</sup> M. Brudnik, *Zachowanie uczniów podczas lekcji a wypalenie się nauczycieli wychowania fizycznego*, „Kultura Fizyczna”, nr 7-8/2008, s. 25.



nauczycielek (3% wariacji). Łącznie z czynnikiem - *brak adekwatnej gratyfikacji za pracę*, wyjaśnia 15% zmienności wyczerpania emocjonalnego nauczycielek. Skłonność kobiet do cynizmu wyjaśnia, w niewielkim zakresie, czynnik: *zarządzanie szkołą* (2% wariacji); czynnik ten różnicuje stres odczuwany przez kobiety i mężczyzn ( $p < 0,001$ ) (tab. 4).

Wśród zmiennych organizacyjnych głównym czynnikiem zagrażającym wypaleniem w zawodzie nauczyciela jest stres będący pochodną nieodpowiedniego zachowania ucznia<sup>25</sup>, sprzyja narastaniu wyczerpania emocjonalnego i depersonalizacji nauczyciela<sup>26</sup>. Czynnikiem stresu: *doświadczenie trudności wychowawczych* jako predyktor syndromu, w odmienny sposób zagraża wypaleniem się badanych kobiet (N=268) i mężczyzn (N=65).

Kobiety i mężczyźni różnią się społeczną orientacją<sup>27</sup>, co w pewnym stopniu wyjaśnia reakcje badanych w obliczu nagannego zachowania ucznia. Podczas gdy kobiety, czując się odpowiedzialne za zdarzenia (orientacja osobista) na które mają niewielki wpływ (np. efekty pracy z trudną klasą, czy trudnym uczniem), zwiększają wysiłki wyczerpując się emocjonalnie, mężczyźni dystansują się od problemu, którego źródłem jest uczeń (orientacja pozycyjna). Kolejnym kosztem ponoszonym przez nauczycielki w obliczu trudności w zarządzaniu grupą jest obniżające się poczucie osiągnięć osobistych. Zjawisko potwierdzają rezultaty badań prowadzonych wśród nauczycieli wf<sup>28</sup>. Nauczycielki wf, w obliczu braku szacunku ze strony ucznia tracą poczucie sensu pracy i własnej wartości. Agresja, nieposłuszeństwo podopiecznych pogłębiają wyczerpanie emocjonalne kobiet; nauczyciele wf dystansują się od zachowujących się niepoprawnie uczniów.

Czynnik stresu: *poczucie osamotnienia w działaniach zawodowych*, kluczowy podczas wypalania się mężczyzn, wyjaśnia 23% wariacji wymiaru wyczerpanie emocjonalne. Wynik sugeruje brak wsparcia w obliczu trudności zawodowych ze strony osób, które mogłyby to uczynić (współpracownicy, dyrekcja, specjaliści, rodzice uczniów). Czynnikiem wyjaśnia proces wypalania się mężczyzn (N=65), podczas gdy kobiety ujawniają wyższy stres, którego źródłem jest konieczność samodzielnego radzenia sobie z problemami (OS:  $p < 0,01$ ) (tab. 5).

Poczucie osamotnienia wynikające z braku bliskich relacji i przynależności do grupy odniesienia sprzyja wyczerpaniu emocjonalnemu nauczycieli<sup>29</sup>. Poczucie osamotnienia w obliczu problemów zawodowych ujawnia brak zasobów badanych mężczyzn (N=65; 19%), z których można na bieżąco korzystać. Wsparcie społeczne w środowisku pracy dostosowane jest do potrzeb grupy większościowej, podczas gdy każdą płęć cechują odmienności wynikające z uwarunkowań biologicznych, z kulturowo i obyczajowo utrwalonych nawyków. Dyrekcja szkoły kierując zespołem i planując szkoleniowe rady powinna wziąć pod uwagę specyficzne potrzeby mężczyzn w tym zakresie. Należy zaznaczyć, że poszukiwanie wsparcia przez nauczycieli mężczyzn prowadzi w dłuższej perspektywie czasowej do wyczerpania emocjonalnego i cynizmu, nie jest także korzystne dla nauczycielek<sup>30</sup>.

<sup>25</sup> A.-S. Antoniou, F. Polychroni, A. N. Vlachakis, *Gender and...*, op. cit., s. 685, 688.

<sup>26</sup> C. M. Kokkinos, *Job stressors, personality and burnout in primary school teachers*, "British Journal of Educational Psychology", Vol. 77, No 1/2007, s. 239.

<sup>27</sup> C. Gilligan, *Innym głosem. Teoria psychologiczna a rozwój kobiet*. Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2015, s. 57.

<sup>28</sup> M. Brudnik, *Zachowanie uczniów...* op. cit. s. 27.

<sup>29</sup> M. Kliś, J. Kossewska, *Cechy osobowości...*, op. cit., s. 137-138.

<sup>30</sup> M. G. González-Morales, J. P. Rodríguez, J. M. Peiró, *A longitudinal...*, op. cit., s. 38-39.

## Wnioski

1. Zjawisko wypalania się w zawodzie nauczyciela różnicują zmienna płci i zmienna nauczany przedmiot.
2. Nauczyciele języków obcych i przedmiotów ścisłych ujawniają większy stopień wypalania, nauczyciele przedmiotów biologiczno-chemicznych wypaleni są w najmniejszym stopniu, charakterystyczne dla nauczycieli wf są wyniki skrajne – znaczny udział procentowy nauczycieli niewypalonych, jak również osób wypalonych.
3. Doświadczanie trudności wychowawczych stanowi główny czynnik stresu sprzyjający wypalaniu się nauczycielek i nauczycieli bloków przedmiotowych.
4. Osamotnienie w działaniach zawodowych odczuwane przez mężczyzn w znacznym stopniu sprzyja wypalaniu się w zawodzie nauczyciela.

Przeprowadzone badania pozwoliły nieco lepiej wyjaśnić zjawisko wypalania się kobiet i mężczyzn w zawodzie nauczyciela. Mniej czytelne, z uwagi na liczebność próby (przy uwzględnieniu zmiennej płci), są wyniki badań nauczycieli przedmiotów, co inspiruje do kontynuowania rozpoczętych prac.

Poczucie osamotnienia w obliczu trudności zagraża wypalaniem się nauczycieli mężczyzn. Warunkiem korzystania ze wsparcia społecznego jest posiadanie zasobów, dostrzeganie i aktywne korzystanie z dostępnego wsparcia. Poczucie alienacji w szkole może wynikać nie tyle z braku dostępnego wsparcia lecz z niechęci (obawy) mężczyzn do szukania i korzystania, lub z niezauważania wsparcia w środowisku zdominowanym przez kobiety, co warte jest sprawdzenia. Poszukiwanie wsparcia sygnalizuje niekompetencję oraz brak osobistej autonomii, zagrażając samoocenie i statusowi w grupie. Przyczyną nie zabiegania o wsparcie może być skłonność mężczyzn do przyjmowania opieki kobiet za daną lub jej niedocenianie<sup>31</sup>. Czynnikiem utrudniającym korzystanie ze wsparcia przez mężczyzn w środowisku kobiet bywa zjawisko tendencyjnego pozytywnego stereotypizowania własnej płci przez kobiety, przy negatywnej ocenie mężczyzn. Osoba nie dopuszczona w środowisku pracy do grupy większościowej, w efekcie nieskutecznych prób dopasowania się do istniejących struktur, ma trudności w znalezieniu mentora<sup>32</sup>

### Bibliografia:

- Antoniou A.-S., Polychroni F., Vlachakis A.N., *Gender and age differences in occupational stress and professional burnout between primary and high-school teachers in Greece*, "Journal of Managerial Psychology", Vol. 21, No 7/2006, s. 682-690.
- Boyle G. J., Borg M. G., Falzon J. M., Baglioni J. A., *A structural model of the dimensions of teachers stress*, "British Journal of Educational Psychology", Vol. 65, No 1/1995, s. 49-67.
- Brannon L., *Psychologia rodzaju*, GWP, Gdańsk 2002.
- Brudnik M., *Perception of self-efficacy and professional burnout in general education teachers*, „Human Movement”, Vol. 10, No 2/2009, s. 170-175.
- Brudnik M., *Professional burnout in female and male physical education teachers – a four-phase typological model*, "Human Movement", Vol. No 12, 2/2011, s. 188-195.
- Brudnik M., *Skala obciążenia psychicznego (H. Sęk, M. Brudnik) - wersja dla nauczycieli wychowania fizycznego*, (w:) *Dydaktyka wychowania fizycznego w świetle współczesnych potrzeb edukacyjnych 18-20.09.2005 Olejnica*, red. R. Bartoszewicz, T. Koszycz, A. Nowak, AWF, Wrocław 2005.
- Brudnik M., *Zachowanie uczniów podczas lekcji a wypalanie się nauczycieli wychowania fizycznego*, „Kultura Fizyczna”, nr 7-8/2008, s. 23-28.

<sup>31</sup> C. Gilligan, *Innym głosem ...*, op. cit., s. 59.

<sup>32</sup> L. Brannon, *Psychologia rodzaju...*, op. cit., s. 407

- Brudnik M., Rutkowski M., *Fizyczne i społeczne środowisko pracy a wypalenie się nauczycielek i nauczycieli wychowania fizycznego*, „Wychowanie Fizyczne i Sport”, Vol. 54, nr 3/2010, s. 167-174.
- Dussault M., C. Deaudelin C., Royer N., Loisele J., *Professional isolation and occupational stress in teaches*, „Psychological Reports”, Vol. 84, No 3/1999, s. 943-946.
- Gaś Z. B., *Kwestionariusz SWZN jako narzędzie analizy jakości funkcjonowania zawodowego nauczycieli w sytuacji stresowej*, (w:) red. Z. B. Gaś, *Badanie zapotrzebowania na profilaktykę w szkole. Poradnik dla szkolnych liderów profilaktyki*, Fundacja „Masz Szansę”, Lublin 2004.
- Gilligan G., *Innym głosem. Teoria psychologiczna a rozwój kobiet*. Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2015.
- González-Morales M. G., Rodríguez J. P., Peiró J. P., *A longitudinal study of Coping and Gender in a Female - Dominated Occupation: Predicting Teachers' Burnout*, „Journal of Occupational Health Psychology”, Vol. 15, No 1/2010, s. 29-44.
- Hodge G. M., Jump J. J., Taylor A. J., *Work, stress, distress and burnout in music and mathematics teachers*, „British Journal of Educational Psychology”, Vol. 64, No 1/1994, s. 65-76.
- Kliś M., Kossewska J., *Cechy osobowości nauczyciela a syndrom wypalenia zawodowego*, „Psychologia Wychowawcza”, Tom XLI, nr 2/1998, s. 125-140.
- Kokkinos C. M., *Job stressors, personality and burnout in primary school teachers*, „British Journal of Educational Psychology”, Vol. 77, No 1/2007, s. 229-243.
- Kukliński P., *Wypalenie zawodowe nauczycieli przedmiotów ścisłych i humanistycznych. Na przykładzie gimnazjów w Tomaszowie Mazowieckim*, praca magisterska pod kierunkiem C. Noworola UJ, 2013, s. 61-62.
- Ledzińska M., *Młodzi dorośli w dobie globalizacji. Szkice psychologiczne*. Wydawnictwo Difin SA., Warszawa 2012.
- Maslach C., Schaufeli W. B., Leiter M. P., *Job burnout*, „Annual Review Psychology”, Vol 52, 2001, s. 397-422.
- Poraj G., *Od pasji do frustracji: modele psychologicznego funkcjonowania nauczycieli*, Wydawnictwo UŁ, Łódź, 2009.
- Skaalvik E.M., Skaalvik S., *Dimensions of Teacher Self-Efficacy and Relations with Strain Factors, Perceived Collective Teacher Efficacy, and Teacher Burnout*, „Journal of Educational Psychology”, Vol. 99, No 3/2007, s. 611-625.
- Tucholska S., *Wypalenie zawodowe u nauczycieli: psychologiczna analiza zjawiska i jego osobowościowych uwarunkowań*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2009.
- Wróbel M., *Praca emocjonalna a wypalenie zawodowe nauczycieli: moderująca rola inteligencji emocjonalnej*, „Psychologia Społeczna”, Vol. 8, t. 1, nr 2/2013, s. 53-76.

### **Streszczenie**

Celem pracy jest zbadanie czy zmienna nauczany przedmiot różnicuje stres i zjawisko wypalenia się w zawodzie nauczyciela, zdefiniowanie czynników sprzyjających wypalaniu się nauczycielek i nauczycieli bloków przedmiotowych (przedmioty humanistyczne, ścisłe, biologiczno-chemiczne, języki obce) i wychowania fizycznego. Liczebność nauczycieli: N=404; kobiety: N=310; mężczyźni: N=94 (II-IV poziom edukacji). Diagnoza syndromu (zmienna zależna): MBI (Maslach), pomiar stresu zawodowego - kwestionariusz SWZN (Gaś), skala SOP-wf (Sęk, Brudnik) (zmienne niezależne).

Nauczyciele niewypaleni - 40% badanych, 13% to osoby wypalone; mężczyźni częściej ulegają wypaleniu. Syndrom różnicuje zmienna nauczany przedmiot; w zbiorowości nauczycieli wf (N=62) zauważono wyniki skrajne (najwyższy udział procentowy niewypalonych: 48,4% i wypalonych: 17,7%). Stres nauczycieli bloków przedmiotowych (N=333) jest przeciętny; poziom i strukturę stresu różnicuje zmienna płci. Mężczyźni (N=65) ujawniają niski, kobiety (N=268) przeciętny poziom stresu, nauczyciele wf (N=28) - wysoki, nauczycielki (N=29) poziom średni. Czynniki stresu wyjaśniające wymiary wypalenia nauczycieli bloków przedmiotowych: *doświadczenie trudności wychowawczych, trudności dydaktycznych, brak adekwatnej gratyfikacji za pracę zawodową, wadliwe zarządzanie szkołą, osamotnienie w działaniach zawodowych*. Wyniki różnicuje zmienna płci.

Czynnik, który w znacznym stopniu sprzyja wypalaniu się, to *trudności wychowawcze. Doświadczenie trudności wychowawczych*, prowadzi do wyczerpania emocjonalnego, obniża poczucie osiągnięć osobistych kobiet, mężczyźni reagują cynizmem. *Osamotnienie w działaniach zawodowych* wyjaśnia 23% wariancji wyczerpania emocjonalnego mężczyźni.

**Słowa kluczowe:** wypalenie zawodowe, czynniki stresu, nauczyciele różnych przedmiotów, zmienna płci

## BURNOUT SYNDROME IN FEMALE AND MALE TEACHERS OF VARIOUS SUBJECTS

### *Summary*

The objective was investigating whether subject-related variable differentiated work-related stress. Stressors constituting burnout risk factors in female/male teachers involved subject groups (the humanities, sciences, biology/chemistry, foreign languages) and PE teachers. The number of teachers was N=404 (F=310; M=94) (II-IV educational level). MBI Maslach diagnosed burnout (dependent variable); questionnaire SWZN (Gaś) and Scale SOP-wf (Şek, Brudnik) measured work-related stress (independent variables).

Non-burned-out teachers included 40% of respondents; 13% were burned out. School-working males demonstrated burnout more frequently. Burnout scope was differentiated by the subject-related variable; female/male PE teachers (N=62) showed extreme results (the highest percentage of non-burned-out: 48.4%, and burned-out individuals: 17.7%). In teachers of subject groups (N=333), stress level was average, together with stress structure, it was differentiated by sex variable. Males (N=65) reported low, females (N=268) average stress, while male PE teachers reported high and females – average stress. Stressors explaining dimensions in female/male teachers of subject groups included: *student behavior problems, inadequate salary, improper school management, isolation in professional activities*. The results were differentiated by sex variable.

A stressor greatly facilitating teacher burnout was *student behavior problems*. Strain generated by *student behavior problems* led to emotional exhaustion, in females, it threatened with loss of professional accomplishment; in males - caused increased depersonalization. *Isolation in professional activities* accounted for 23% of emotional burnout variance in males. In a feminized environment, headmasters should provide forms of social support meeting male needs.

**Key words:** burnout, stress, teachers of various subjects, sex variable