

Spis treści

Wstęp	7
Rozdział 1. Specyfika zjawiska stresu	11
Reakcje stresowe	11
Rodzaje stresu	11
Stres biologiczny	11
Stres emocjonalny	12
<i>Psychosomatyczny</i>	12
<i>Krótkotrwały (ostry)</i>	12
<i>Przewlekły (przeciążenia nerwowe)</i>	13
Stres moralny	13
<i>Psychospołeczny</i>	13
<i>Krótkotrwały (ostry)</i>	13
<i>Przewlekły (stany depresyjne)</i>	14
Stres jako reakcja	14
Stres jako bodziec	14
Identyfikacja reakcji na stres	18
Stadia stresu	18
<i>Stadium pierwsze</i>	18
<i>Stadium drugie</i>	19
Interakcyjno-transakcyjny model stresu	22
Interakcyjna koncepcja stresu (Lazarus, 1966)	23
Transakcyjna koncepcja stresu (Cox, 1985)	23
Zmienne modyfikujące – moderatory	25
Czynniki indywidualne jako zmienne modyfikujące działanie stresu	25
Wzór zachowania A	25
Poczucie koherencji	27

Myślenie patogenetyczne i jego konsekwencje	27
Model salutogenetyczny: poczucie koherencji	27
Komponenty poczucia koherencji	28
Inne czynniki indywidualne	29
Temperament	30
Samoocena	30
Poczucie kompetencji interpersonalnych	31
Odporność na stres	31
Czynniki sytuacyjne jako zmienne modyfikujące działanie stresu	31
Wsparcie społeczne	31
„Coping” w kontekście stresu	34
Koncepcja Lazarusa i Folkmana	34
Koncepcja Haan	35
Rozdział 2. Zmiany w polskim systemie edukacyjnym	37
Czynniki warunkujące zmiany	38
Potrzeba zmian – dostosowanie Polski do wymogów Unii Europejskiej	39
Nadrabianie opóźnień cywilizacyjnych – strategia ofensywy edukacyjnej	40
Reforma szkolnictwa	42
Szkoła polska na przełomie XX i XXI wieku	43
Reforma odgórna czy oddolna?	43
Kondycja szkolnictwa w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych XX wieku	44
Wady systemu nauczania	44
Zmiany w zarządzaniu oświatą	48
Zmiany w zawodzie nauczyciela	48
Nowa rola zawodowa nauczyciela	48
Zmiana statusu nauczyciela	50
Zmiany w zatrudnieniu nauczycieli	50
Doskonalenie nauczycieli	51
Oczekiwania i obawy związane z reformą	51
Wpływ zmian na poziom stresu u nauczycieli	52
Wtórne zmiany	54
Kryzys wywołany zmianą	56
Rozdział 3. Metody i techniki służące do badania stresu	57
Adaptacja kwestionariuszy C.L. Coopera i Ch. Travers	
<i>Źródła stresu w zawodzie nauczyciela i Sposoby radzenia sobie ze stresem</i> ...	60
Problemy związane z adaptacją kulturową	60
Historia konstruowania oryginalnej wersji kwestionariusza	
<i>Stres w zawodzie nauczyciela</i>	61

Opracowanie polskiej wersji kwestionariusza	
<i>Stres w zawodzie nauczyciela</i>	62
Tłumaczenie kwestionariusza <i>Stres w zawodzie nauczyciela</i>	
C.L. Coopera i Ch. Travers	63
Kontekst teorii psychologicznej kwestionariusza	
<i>Stres w zawodzie nauczyciela</i> C.L. Coopera i Ch. Travers	64
Badanie trafności z wykorzystaniem modelu analizy czynnikowej (tzw. trafność czynnikowa)	64
Rozdział 4. Cel i opis badań	68
Założenia dotyczące wyodrębniania polskich skal	68
Postępowanie	69
Kwestionariusz <i>Źródła stresu w zawodzie nauczyciela</i>	70
Szczegółowy opis źródeł stresu	77
Agresja uczniów (brak dyscypliny u uczniów i problem agresji wśród młodzieży)	77
<i>Zarządzanie – struktura szkoły (organizacja pracy i kierowanie szkołą)</i>	78
<i>Fizyczne warunki pracy (liczebność klas, przepełnienie, hałas)</i>	79
<i>Brak możliwości decydowania</i>	79
<i>Przeciążenie pracą</i>	79
<i>Kierowanie (zarządzanie) zasobami ludzkimi w szkole</i> <i>(stosunki międzyludzkie, stosunki z dyrekcją i nauczycielami,</i> <i>brak wsparcia)</i>	80
<i>Brak uznania, szacunku i możliwości awansu</i>	80
<i>Brak kompetencji pedagogicznych</i> <i>(lęk przed trudnymi sytuacjami w stosunkach z uczniami</i> <i>i ich rodzicami, brak zdolności lub kompetencji pedagogicznych)</i>	81
<i>Obawa o pracę</i> <i>(obawa o przyszłość, poczucie zagrożenia związane ze zmianami</i> <i>i koniecznością przystosowania się do nowych warunków pracy,</i> <i>zmiany, redukcja etatów, brak poczucia bezpieczeństwa</i> <i>związany z brakiem stabilności pracy w zawodzie)</i>	81
<i>Niejasność roli nauczyciela</i>	82
Porównanie rodzajów źródeł stresu wyodrębnionych w badaniach przeprowadzonych w Anglii i w Polsce	83
Rozdział 5. Polska adaptacja kwestionariusza <i>Sposoby radzenia sobie ze stresem</i>	85
Kwestionariusz <i>Sposoby radzenia sobie ze stresem</i>	85
Jakie rezultaty osiągnięto przy zastosowaniu skal angielskich w badaniu polskich nauczycieli?	93

Czy w innych badaniach skale kwestionariusza <i>Sposoby radzenia sobie ze stresem</i> muszą przedstawiać się tak samo jak w relacjonowanym badaniu?.....	97
Zakończenie	98
Bibliografia	101