

Dr hab. Beata Jakimiuk, prof. KUL

Lublin, 12.07.2023

Instytut Pedagogiki

Wydział Nauk Społecznych

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

RECENZJA ROZPRAWY DOKTORSKIEJ

mgr Żanety Garbacik

pt. ***Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym***

przez nauczycieli akademickich

Studium psychopedagogiczne

napisanej pod kierunkiem prof. dr hab. Magdaleny Piorunek

1. Uwagi ogólne

Przedłożona do recenzji rozprawa doktorska ma charakter teoretyczno-empiryczny. Autorka podejmuje w niej ważną i zawsze aktualną problematykę dotyczącą radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym szczególnej grupy profesjonalistów - nauczycieli akademickich. Badanie tej problematyki wymaga znajomości złożonego kontekstu związanego z charakterem pracy, zadaniami zawodowymi, kwalifikacjami i kompetencjami nauczyciela akademickiego. Zagrożenia psychospołeczne pojawiające się przy wykonywaniu pracy zawodowej stanowią istotny obszar badań z uwagi na powiązania z dobrostanem nauczycieli akademickich wobec wyzwań związanych z charakterem pracy: nieustannym ocenianiem, wysokimi wymaganiami w zakresie zdobywania punktów za publikacje, niedofinansowaniem, trudnościami związanymi z dydaktyką, m. in. poziomem przygotowania studentów i wykorzystywaniem przez nich sztucznej inteligencji. Złożoność różnych okoliczności zawodowych w połączeniu z presją, oczekiwaniami i brakiem wsparcia sprawia, że w pracy nauczyciela akademickiego występuje wiele stresorów, które oddziałują na jego

zdrowie psychiczne i fizyczne, aktywność i zaangażowanie, efekty pracy i poczucie satysfakcji zawodowej. Badania tej problematyki są więc niezwykle istotne i potrzebne.

Stąd też, niewątpliwie można uznać, że recenzowana rozprawa stanowi ważny krok w rozwoju badań nad problematyką funkcjonowania zawodowego nauczycieli akademickich, tym bardziej, że nie ma zbyt wielu analiz zagrożeń psychospołecznych w pracy nauczyciela akademickiego, znacznie częściej badania tej problematyki dotyczą nauczycieli szkolnych.

Recenzowaną pracę oceniam pozytywnie. Za taką oceną przemawia fakt, że Autorka podjęła niezwykle istotne poznawczo i praktycznie kwestie - ze względu na funkcjonowanie zawodowe i osobiste nauczycieli akademickich oraz konieczność poszukiwania optymalnych rozwiązań dotyczących profilaktyki zagrożeń psychospołecznych. Doktorantka nie tylko umiejętnie i kompetentnie, ale też z dużym zapałem problematyki i bardzo dobrą orientacją w literaturze przedmiotu odnosi się do kluczowych kwestii teoretycznych, ale przede wszystkim zaprojektowała i przeprowadziła poprawne metodologicznie badania, których wyniki posłużyły do przeprowadzenia pogłębionej analizy zjawiska stresu i wypalenia zawodowego nauczycieli akademickich oraz sposobów radzenia sobie w takiej sytuacji. Przeprowadzone przez Autorkę badania mają charakter kompleksowy, są spójne naukowo i metodologicznie.

Pani mgr Żaneta Garbacik wykazała się dobrą orientacją w zakresie podejmowanych zagadnień, zarówno w części teoretycznej, jak i empirycznej przedłożonej do recenzji rozprawy: projektowania i realizacji badań ilościowych, umiejętnością analizy i prezentacji oraz interpretowania rezultatów badań własnych. Dzięki uzyskanym wynikom przeprowadzonych badań Doktorantka poszerza dotychczasową wiedzę w obszarze nauk społecznych z zakresu pedagogiki, pedagogiki pracy i andragogiki - z uwagi na podejmowane zagadnienia, badaną grupę oraz obszar badań usytuowany w kontekście szerokiej problematyki humanizacji pracy.

2. Szczegółowa ocena struktury i treści poszczególnych rozdziałów rozprawy

Dysertacja doktorska Pani mgr Żanety Garbacik liczy 251 stron. Składa się z wprowadzenia, części teoretycznej, części empirycznej, spisu tabel, spisu rysunków bibliografii oraz aneksu. Struktura pracy jest przemyślana i poprawnie skonstruowana, układ kolejnych części umożliwia uporządkowaną prezentację podstawowych zagadnień teoretycznych

i metodologicznych, a także analizę wyników przeprowadzonych badań. Struktura jest logiczna, opracowana zgodnie z zasadami przyjętymi w tego rodzaju rozprawach naukowych, chociaż występuje pewna niekonsekwencja przy numeracji poszczególnych tytułów w treści rozprawy, tzn. część zatytułowana *Ograniczenia badań* ma numer 12., a numer poprzedniej części to 17. Ostatnia część pt. *Rekomendacje praktyczne i zakończenie* również ma numer 12. Podobnie jest przy tytułach zawartych w punkcie 3. pracy, gdzie dwa razy występuje podpunkt 3.1. Jest to niewielkie uchybienie, w żadnym stopniu nie rzutujące na jakość całości rozprawy.

Wysoko oceniam też formalną stronę pracy, na uwagę zasługuje warstwa językowa rozprawy doktorskiej. Autorka udowadnia, że praca naukowa może być napisana językiem naukowym, a jednocześnie w sposób przystępny, zrozumiały i klarowny.

Rozprawę rozpoczyna *Wprowadzenie* zamieszczone na stronach 10-16, stanowiące wstęp do omawianych w rozprawie zagadnień, w którym Autorka w interesującym wywodzie przedstawia zagadnienia związane z tematem pracy, omawiając sytuację zawodową nauczycieli akademickich w szerokim kontekście różnych problemów i zagrożeń stanowiących źródła stresu. Autorka słusznie podkreśla interdyscyplinarność podjętych eksploracji naukowych, co daje możliwość szerszego traktowania problemu radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym stanowiącego przedmiot dociekań. Przedstawione uzasadnienie podjęcia badań analizowanej problematyki jest w mojej ocenie przekonujące.

Wprowadzenie poprzedza teoretyczną część pracy, zajmująca łącznie 98 stron (ss. 17-115). Doktorantka prezentuje w niej podstawy i założenia teoretyczne przyjęte w procesie badawczym. Są to następujące zagadnienia: wybrane fizjologiczno-medyczne ujęcia stresu; stres w ujęciu psychologicznym: bodziec, reakcja, transakcja; stres w przestrzeni zawodowej; radzenie sobie ze stresem; wypalenie zawodowe – wybrane koncepcje; nauczyciel akademicki wobec ryzyka psychospołecznego. Część empiryczna pracy liczy 85 stron i zawiera założenia metodologiczne badań własnych Autorki, wyniki oraz analizy przeprowadzonych badań (ss. 116-201). Należy zauważyć, że część teoretyczna i część metodologiczno-empiryczna pracy nie różnią się znacząco liczbą zajmowanych stron, co świadczy o właściwym rozkładzie treści prezentowanej dysertacji. Można stwierdzić, że praca stanowi zamkniętą całość, ukazującą w spójny sposób zamysł badawczy Doktorantki.

Ocenę teoretycznej części rozprawy rozpocznę od punktu pierwszego zatytułowanego *Wybrane fizjologiczno-medyczne ujęcia stresu*, treści z tego zakresu zamieszczone są na stronach 17-28. Autorka, korzystając z umiejętnie dobranej polskiej i obcojęzycznej literatury naukowej prezentuje wybrane koncepcje stresu, w tym: koncepcję homeostazy W. Cannon; teorię stresu-dystresu H. Selyego; propozycję B.S. i B. P. Dohrenwendów oraz próby pomiaru; koncepcję kryzysów życiowych G. Caplana oraz koncepcję stresów konstruktywnych M. Jarosza. Trafnie podkreśla złożoność tego zjawiska szeroko opisywanego w literaturze, uzasadniając wybór prezentowanych koncepcji, co świadczy o dojrzałości naukowej Doktorantki. W tej części analizowane są zagadnienia ukazujące wielowymiarowość stresu, co, jak słusznie zauważa Autorka domaga się doprecyzowania w zakresie rozpatrywanych w dysertacji kwestii. W dalszej części pt. *Stres w ujęciu psychologicznym: bodziec, reakcja, transakcja* (ss. 29-43) Doktorantka omawia wybrane psychologiczne teorie stresu. Są to: teoria napięć I. L. Janisa; teoria sytuacji trudnych T. Tomaszewskiego; informacyjno-regulacyjna teoria Reykowskiego; Lazarusa i Folkman (1984) transakcyjna teoria stresu; rozwojowa teoria M. Tyszkowej i teoria zachowania zasobów S. Hobfolla. Autorka dokonała udanej próby opisu zjawiska stresu przez pryzmat różnych podejść badawczych z obszaru psychologii, korzystając z reprezentatywnej literatury przedmiotu. Należy docenić podjęte przez Autorkę pogłębione analizy stresu w odniesieniu do jego źródeł oraz następstw - zachowań i emocji człowieka. Kolejna część dysertacji zatytułowana *Stres w przestrzeni zawodowej* (ss. 44-55) zawiera treści dotyczące stresu doświadczanego przez człowieka w związku z wykonywaniem pracy zawodowej. Doktorantka analizuje: poznawczo-kompetencyjną koncepcję stresu H. Sęk; transakcyjny model stresu T. Coxa; model wymagania-kontrola R. Karaska; teorię indywidualno-środowiskowego dopasowania R. Van Harrisona i model nierównowagi wysiłku-nagrody J. Siegrista. Autorka na podstawie trafnie dobranej literatury wyodrębniła liczne źródła stresu zawodowego, podkreślając znaczenie warunków pracy w powiązaniu z indywidualną percepcją i reakcjami człowieka. Przedstawione treści świadczą o rzetelnej analizie rozpatrywanych kwestii oraz o dogłębnej znajomości zagadnień związanych z podjętą problematyką. W dalszej części pt. *Radzenie sobie ze stresem* (ss. 56-68) Doktorantka dokonała wielostronnej analizy tego zagadnienia na podstawie różnych stanowisk badawczych. Prezentuje tu różne ujęcia terminologiczne opisywanego pojęcia oraz omawia proces, style i strategie radzenia sobie ze stresem w kontekście reakcji, wyborów

i podejmowanych przez człowieka działań. Przedstawione rozważania pokazują, że Doktorantka bardzo dobrze zna analizowaną problematykę, o czym świadczy przemyślany układ treści oraz umiejętność wyboru zagadnień teoretycznych odpowiadających ogólnej koncepcji dysertacji.

Kolejna część rozprawy zatytułowana *Wypalenie zawodowe – wybrane koncepcje* (ss. 69-80) zawiera niezwykle ważne, z uwagi na ich znaczenie w podjętych badaniach, treści związane z jednym z najpowszechniejszych zagrożeń psychospołecznych współczesnych czasów, dotyczących ludzi w różnym wieku i pracujących w różnych zawodach. Autorka dokonuje tu przeglądu wybranych koncepcji takich, jak: wypalenie zawodowe według H. Freudenbergera; fazowy model wypalenia C. Cherniss; poznawczo-kompetencyjny model wypalenia H. Sęk; wielowymiarowy model wypalenia Ch. Maslach i S. Jackson; model egzystencjalny A. Pines i E. Aronson; model czterowymiarowy M. Santinello. Doktorantka, wykazując się trafnym rozeznaniem i dobrą znajomością literatury przedmiotu, analizuje symptomy i konsekwencje wypalenia zawodowego w odniesieniu do uwarunkowań podmiotowych i sytuacyjnych związanych z występowaniem tego zjawiska. W ostatnim fragmencie części teoretycznej dysertacji pt. *Nauczyciel akademicki wobec ryzyka psychospołecznego* (ss. 81-115) Autorka umiejętnie analizuje pojęcie ryzyka psychospołecznego odnosząc swoje rozważania do interakcji między środowiskiem pracy a pracownikiem i jego zasobami, potrzebami, oczekiwaniami i kompetencjami, podkreślając znaczenie czynników związanych z kontekstem i treścią pracy. Doktorantka, przywołując reprezentatywne źródła naukowe, omawia czynniki ryzyka w pracy dydaktycznej i dydaktyczno-badawczej, w tym czynniki organizacyjne, społeczne i indywidualne. Dokonuje też przeglądu polskich i zagranicznych badań dotyczących stresu i wypalenia zawodowego nauczycieli akademickich, ukazując czynniki stresu i ich konsekwencje. Zwraca przy tym uwagę na wzrostowy trend dotyczący zagrożeń psychospołecznych w pracy nauczyciela akademickiego, co uzasadnia podjęcie badań w tym zakresie. Autorka wskazuje szczegółowe kwestie, które uzupełniają wcześniejsze treści, całościowo ukazując wielowymiarowy charakter analiz dotyczących radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym, co tworzy podstawy zaprojektowania i realizacji projektu badawczego.

Podsumowując część teoretyczną stwierdzam, że Doktorantka posiada szeroką wiedzę w zakresie rozpatrywanej tematyki badań. Potrafi sprawnie nią operować w celu wyjaśnienia

prezentowanych zagadnień. Przedstawione rozważania, opis różnych koncepcji dotyczących badanych zagadnień, świadczą o wysokich kompetencjach analitycznych Autorki oraz o umiejętności syntezy omawianych treści, a także wyjaśnia sposób ich rozumienia i interpretacji. Przywołane uzasadnienia teoretyczne są dojrzałe i niezwykle cenne z perspektywy założeń metodologicznych oraz sposobu analizy i interpretacji wyników badań. Doktorantka analizuje wiele zagadnień w różnych ujęciach, co pozwala na ukazanie w szerszej perspektywie podjętą w dysertacji problematykę. Wykazała się umiejętnością prowadzenia pogłębionych rozważań, przybliżając niezbędne do przeprowadzenia badań kategorie pojęciowe, odwołując się do publikacji polskich i zagranicznych naukowców, co pozytywnie wyróżnia tę rozprawę, a jednocześnie pokazuje, że podjęta problematyka jest uniwersalna i dotyczy funkcjonowania zawodowego akademików w każdym miejscu na świecie. Obszerne treści rozdziałów teoretycznych dotyczące specyfiki podejmowanych zagadnień stanowią podstawę prezentowanych w dalszej części pracy badań empirycznych. Autorska koncepcja badań zaproponowana przez Panią mgr Żanetę Garbacik powstała w wyniku rzetelnej eksploracji literatury przedmiotu i oceny przydatności analitycznej prezentowanych w części teoretycznej zagadnień w odniesieniu do realizacji badań. Opracowany w dysertacji konstrukt teoretyczny daje podstawę do sformułowania założeń metodologicznych.

W części empirycznej dysertacji zostały przedstawione kolejno wszystkie etapy procesu badawczego. Rozpoczyna ją fragment zatytułowany *Wprowadzenie do części badawczej* (ss. 116-117), w którym Autorka przedstawia założenia metodologiczne badań, uzasadniając wybór postępowania badawczego i zwracając uwagę na ograniczenia związane z interpretacją wyników. Jest to dojrzałe podejście badawcze, porządkujące realizowaną procedurę badań oraz ukazujące wysoki poziom kompetencji naukowych Doktorantki. W dalszej części Autorka przedstawia przedmiot i cele badań (ss. 117-119) oraz problemy i hipotezy badawcze (ss. 119-136). Określenie przedmiotu badań i sformułowanie celów badań nie budzi zastrzeżeń. Wysoko oceniam też kolejną część dysertacji, w której doprecyzowano 9 głównych problemów badawczych, sformułowano pytania szczegółowe oraz hipotezy badawcze, uzasadniając brak hipotez odnoszących się do postawionych pytań diagnostycznych. Ponadto, prezentowane hipotezy są poparte wynikami opublikowanych badań dotyczących rozpatrywanych zagadnień. Jakość wyводу Autorki jednoznacznie

wskazuje na pogłębione przemyślenie omawianej problematyki. Doktorantka nie tylko ze znanstwem formułuje zasadniczy obszar problemowy, ale także poprawnie wskazuje szczegółowe kwestie, których rozstrzygnięcie umożliwi realizację założonych celów badań. Postawione hipotezy spełniają kryteria poprawności naukowej, a ich weryfikacja umożliwi przeprowadzenie wielopłaszczyznowej analizy problemów stanowiących przedmiot ocenianej rozprawy.

W kolejnej części (ss. 136-138) Doktorantka opisuje zmienne niezależne i zależne, które wyodrębniła w toku planowania procesu badawczego, a także ich wskaźniki. Na szczególną uwagę zasługuje opracowana przez Autorkę tabela ze szczegółowym opisem tych zmiennych i ich wskaźników (s. 137-138), ponieważ taki sposób prezentacji zwiększa czytelność i klarowność procedury badań. Konsekwencją przyjętej strategii badawczej był dobór narzędzi pomiarowych (ss. 138-145), którymi były: Postrzegany Stres w Pracy (PSwP) – T. Chirkowska-Smolak, J. Grobelny (2016); Link Burnout Questionnaire – M. Santinello (2008) w adaptacji A. Jaworoskiej (2014); Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini COPE – C. S. Carver w adaptacji Z. Juczyńskiego i N. Oginskiej-Bulik oraz Ryzyko w Pracy Akademickiej – narzędzie autorskie. Autorka szczegółowo omawia wymienione narzędzia badawcze, precyzując zakres ich zastosowania, wskaźniki i sposób pomiaru. Przedstawia też dane dotyczące weryfikacji poprawności autorskiego narzędzia badawczego. Świadczy to o niezwykle rzetelnym podejściu Autorki do prowadzonych badań i po raz kolejny potwierdza wysoki poziom umiejętności metodologicznych.

Część pracy dotycząca doboru i charakterystyki próby badawczej, a także organizacji i przebiegu badań jest opisana starannie i również nie budzi zastrzeżeń. Wysoko oceniam sposób przedstawienia tych treści, a także zwrócenie uwagi na niezwykle ważne aspekty etyczne. Należy podkreślić, że w opisach zastosowanych strategii badawczych, w ich uzasadnieniach oraz planowanej realizacji, widoczna jest dobra znajomość zagadnień metodologicznych, jak też możliwości ich stosowania w praktyce badawczej, co uzasadnia pozytywną ocenę części metodologicznej rozprawy.

Następna część rozprawy zawiera analizę wyników badań (ss. 155-187), obejmujących: poziom stresu i wypalenia zawodowego wśród nauczycieli akademickich; związek zmiennych niezależnych z poziomem stresu zawodowego; związek zmiennych niezależnych z poziomem wypalenia zawodowego; zagrożenia psychospołeczne rozpoznane przez nauczycieli

akademickich; dotkliwość zagrożeń psychospołecznych; strategię radzenia sobie a poziom stresu; strategię radzenia sobie a czynniki ryzyka psychospołecznego; strategię radzenia sobie ze stresem a zmienne niezależne. Autorka przedstawia również sposoby i narzędzia analizy statystycznej oraz podaje przyjęty próg istotności, co również stanowi zaletę recenzowanej pracy. Przedstawia też statystyki rzetelności dla wymiarów Kwestionariusza Wypalenia Zawodowego, przeprowadza eksploracyjną analizę czynnikową kwestionariusza LBQ, co umożliwiło weryfikację stosowanego narzędzia badawczego, a także statystykę opisową badanych zmiennych, co w moim przekonaniu potwierdza umiejętności metodologiczne oraz rzetelność naukową Doktorantki. Wyniki przeprowadzonych badań przedstawiono w postaci czytelnych tabel i wykresów jako ilustrację analizy ilościowej otrzymanych danych. Autorka weryfikuje przy tym postawione hipotezy badawcze. W dalszej części podsumowuje analizę danych oraz przeprowadza dyskusję wyników prowadząc pogłębioną analizę rezultatów badań, wskazując na ich ograniczenia. W mojej ocenie jakość tego wywodu stanowi istotną wartość recenzowanej dysertacji. Ostatnia część rozprawy zawiera rekomendacje praktyczne. Przedstawione podsumowanie oraz zalecenia świadczą o tym, że Doktorantka doskonale zdaje sobie sprawę ze złożoności badań dotyczących podejmowanej problematyki, zarówno w obszarze teorii, jak i praktyki badawczej, a także analizy i zastosowania wyników badań, czego dowodzi rzeczowe opracowanie treści tej części pracy. Prezentowane treści świadczą też o tym, że Autorka posiada umiejętności w formułowaniu ustaleń uogólniających, co jest nieodzowne dla wartościowej pracy badawczej.

3. Konkluzja

Przedstawiona do recenzji praca doktorska stanowi interesujące studium o charakterze teoretyczno-empirycznym, w którym Autorka w kompetentny sposób analizuje kluczowe kwestie dotyczące problematyki zrealizowanych badań. Praca stanowi oryginalne rozwiązanie zaprezentowanego przez Doktorantkę problemu naukowego. Autorka posiada bogatą wiedzę teoretyczną w obszarze analizowanej problematyki oraz umiejętność samodzielnego prowadzenia badań. Narracja naukowa jest czytelna, należy też docenić dobrze dobraną i interesującą problematykę badań, logiczny układ i analizę zagadnień teoretycznych, będących podstawą badań empirycznych oraz kompetencje związane

z projektowaniem badań oraz z klarowną prezentacją ich wyników. Analiza ocenianej rozprawy pozwala uznać, że Doktorantka sprostała wysokim wymaganiom naukowym związanym ze złożonością podjętej problematyki i specyfiką analizowanych zagadnień.

Praca Pani mgr Żanety Garbacik wnosi istotny wkład w refleksję naukową usytuowaną w problematyce pedagogiki, w szczególności pedeutologii, pedagogiki pracy i andragogiki. Zrealizowane badania są aktualne, ważne i potrzebne. Doceniając naukową wagę i jakość rozważań zawartych w niniejszej pracy, uważam, że recenzowana dysertacja Pani mgr Żanety Garbacik pt. *Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym przez nauczycieli akademickich. Studium psychopedagogiczne* spełnia kryteria rozpraw doktorskich.

Podsumowując, stwierdzam, że rozprawa spełnia wymagania sformułowane w art. 13 ust. 1 Ustawy z dnia 14 marca 2003 roku o stopniach naukowych i tytule naukowym oraz stopniach i tytule w zakresie sztuki oraz przepisy ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce, w związku z tym wnoszę o przyjęcie rozprawy Pani mgr Żanety Garbacik i dopuszczenie Jej do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

Beata Jelińska