

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
Szkoła Doktorska Nauk Społecznych
Wydział Studiów Edukacyjnych UAM w Poznaniu**

Temat rozprawy doktorskiej pani mgr Żanety Garbacik dotyczący radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym przez nauczycieli akademickich jest to temat rzadko podejmowany w pedagogice. Jednocześnie jest to temat niezwykle aktualny i istotny ze społeczno i psycho-pedagogicznego punktu widzenia, temat o ważnych implikacjach praktycznych. Nauczyciele akademicy w Polsce, podobnie jak w innych krajach, stoją w obliczu różnorodnych wyzwań. Bycie pod ciągłą presją spełniania wysokich oczekiwań w zakresie prowadzenia badań naukowych publikowania w renomowanych czasopismach naukowych, zdobywania grantów badawczych, prowadzenia zajęć dydaktycznych na różnych poziomach kształcenia, pełnienia obowiązków administracyjnych w powiązaniu z nowymi wyzwaniami (np. technologicznymi, organizacyjnymi i emocjonalnymi wywołanymi przez pandemię COVID-19) może prowadzić do wzmożonego stresu zawodowego i do przeciążenia obowiązkami i jednocześnie wpływać na motywację i zadowolenie z pracy tej grupy zawodowej.

Zrealizowany przez panią mgr Żanetę Garbacik projekt badawczy jest przykładem wysoce wartościowych badań. W badaniach tych zasadniczym celem było określenie ogólnego poziomu doświadczanego stresu wśród nauczycieli akademickich i poziomu ich wypalenia zawodowego, ustalenie związku stresu i wypalenia z czynnikami wewnątrzgrupowymi (charakterystykami społeczno-demograficznymi), rozpoznanie, w jaki sposób nauczyciele akademicy radzą sobie ze stresem zawodowym oraz ustalenie obecności i dotkliwości czynników ryzyka psychospołecznego. Osiągnięcie tego celu pozwoliło na poszerzenia wiedzy z zakresu nauk społecznych, a zwłaszcza pedagogiki i psychologii. Badania mają także swój

walor praktyczny – wyprowadzone rekomendacje są ważne w działaniach prewencyjnych i rozwijaniu odpowiednich strategii wsparcia nauczycieli akademickich.

Doktorantka dążąc do rozwiązania problemu badawczego, sformułowała 9 głównych pytań badawczych skoncentrowanych na:

1. zbadaniu ogólnego poziomu stresu wśród nauczycieli akademickich, co było kluczowym aspektem związanym z tematem badania;
2. ocenie poziomu wypalenia zawodowego, co stanowiło istotny element badania, w szczególności w kontekście pracy nauczycieli akademickich;
3. zidentyfikowaniu, jakie zmienne niezależne mogą wpływać na poziom stresu zawodowego: analiza tych związków była istotna dla zrozumienia czynników prowadzących do stresu;
4. zbadaniu związku między zmiennymi niezależnymi a wypaleniem zawodowym – co dostarczyło cennych informacji na temat czynników wpływających na to zjawisko;
5. identyfikacji konkretnych zagrożeń psychospołecznych, które nauczyciele akademicy rozpoznają w swojej pracy, co było istotne dla zrozumienia źródeł stresu;
6. rozpoznaniu dotkliwych obszarów pracy nauczycieli akademicy, co pozwoliło na uzyskanie dodatkowych informacji na temat stresorów.
7. analizie związku między strategiami radzenia sobie a poziomem stresu, co było kluczowe, aby zrozumieć, które strategie mogą pomagać w redukcji stresu;
8. strategiach radzenia sobie, które są preferowane przez nauczycieli akademickich w kontekście ich pracy, co jest istotne dla dostosowania działań do konkretnej sytuacji; oraz
9. analizie związku zmiennych niezależnych (płci, wieku, planów awansu, zajmowanego stanowiska, rodzaju zatrudnienia, reprezentowanej dyscypliny) ze stosowanymi strategiami radzenia sobie – pytanie to umożliwiło zrozumienie, czy istnieją związki między zmiennymi demograficznymi czy zawodowymi a preferowanymi strategiami radzenia sobie, co może dostarczyć cennych informacji na temat różnic indywidualnych w podejściu do stresu.

Pytaniom o związek zmiennych niezależnych z poziomem stresu zawodowego i poziomem wypalenia zawodowego wśród nauczycieli akademickich towarzyszyło w sumie aż 14 pytań szczegółowych. Pytania postawione na potrzeby badań odsłaniają złożoność badania. Oceniając pytania badawcze w kontekście zaproponowanego przez Doktorantkę tematu pracy i przyjętych celów pracy można stwierdzić, że główne pytania badawcze i cele pracy są ze sobą dobrze skorelowane.

Wszystkie pytania badawcze są zgodne z tematem pracy i stanowią kompleksowy zestaw aspektów do zbadania w kontekście stresu, wypalenia zawodowego i radzenia sobie wśród nauczycieli akademickich w Polsce. Liczba pytań badawczych w badaniu była stosunkowo duża, co z pewnością miało wpływ na złożoność analizy i czas, który doktorantka poświęciła badaniu.

Przeprowadzone przez doktorantkę badania na grupie 1308 nauczycieli akademickich, reprezentujących uczelnie publiczne i niepubliczne oraz wszystkie dziedziny nauki, z wykorzystaniem dobrze dobranych narzędzi badawczych oraz z zastosowaniem autorskiego narzędzia (zob. pkt 12, s. 138-144) pozwoliły na zebranie obszernego i interesującego materiału. Jego szczegółowa i dobrze uzasadniona analiza poprowadziła do wyników, które są spójne, przekonujące, jasno przedstawione i szczegółowo omówione (zob. pkt 15, s. 155-202).

Rozprawa pani mgr Żanety Garbacik jest doskonałym przykładem rozprawy z zastosowaniem interdyscyplinarnego podejścia: realizacja tematu rozprawy była związana z połączeniem psychologicznych i pedagogicznych perspektyw, co odzwierciedla złożoność badania. Badanie pani mgr Żanety Garbacik zaowocowało oryginalnym rozwiązaniem postawionego problemu naukowego, na rzecz którego uwzględniono zarówno perspektywę jednostki, jak i perspektywę warunków organizacyjnych, co z pewnością przyczynia się do lepszego zrozumienia analizowanych zjawisk i związków. Zastosowane podejście przyniosło wartościowe wnioski i rekomendacje.

W recenzowanej rozprawie wyróżniono dwie zasadnicze części: część teoretyczną i część empiryczną. W rozprawie skupiono się na teoretycznych podstawach oraz empirycznych analizach związanych ze stresem, radzeniem sobie, wypaleniem zawodowym i ryzykiem psychospołecznym w kontekście nauczycieli akademickich.

Ogólnie rzecz ujmując, układ treści rozprawy przemyślany i dobrze zorganizowany. Podziały na poszczególne sekcje i podsekcje są logiczne i ułatwiają czytelnikowi nawigację w treści rozprawy. Przejścia między tematami są dobrze zaznaczone.

Przegląd teoretyczny oraz empiryczna analiza danych są spójne, co jest istotne w kontekście rozprawy doktorskiej. Doktorantka zachowała jasność i przejrzystość w analizie uzyskanych wyników, zapewniając Czytelnikowi łatwą orientację w prezentowanych przez nią wynikach.

Część pierwsza i część druga rozprawy została poprzedzona wprowadzeniem do pracy pozwalającym zrozumieć, dlaczego zrealizowane przez Doktorantkę badanie jest ważne, co Doktorantka miała zamiar osiągnąć i jakie znaczenie ma to dla rozwoju wiedzy naukowej.

Do rozprawy dołączono bardzo bogatą listę źródeł z zakresu psychologii, socjologii, medycyny, pedagogiki i metodologii nauk społecznych, które zostały odpowiednio wykorzystane w pracy, oraz spis tabel, spis rysunków i materiały uzupełniające w postaci 12 tabel obliczeniowych. Przy czym, w obecnej strukturze pracy spisy tabel i rysunków znajdują się przed bibliografią. Myślę, że należałoby przemyśleć tutaj inną kolejność i wprowadzić najpierw bibliografię.

Ponadto, chciałabym zwrócić uwagę na niespójność, która pojawiła się w numeracji rozdziałów/punktów w pracy. Zauważyłam pewne odstępstwo od właściwej kolejności numeracji, które może wpłynąć na przejrzystość rozprawy. Konkretnie, punkty dotyczące ograniczeń badań oraz rekomendacji praktycznych i zakończenia posiadają tę samą numerację (pkt. 12). Co więcej, ta numeracja jest błędna w kontekście kolejności poszczególnych punktów. W celu utrzymania spójności i jasności, sugerowałabym dokonanie korekty numeracji zgodnie z właściwą kolejnością.

Z pewnością warto byłoby także przemyśleć powiązanie sekcji: 8 -14 w jeden rozdział z określonymi podrozdziałami, co sprzyjałoby większej spójności pracy, biorąc pod uwagę przyjęty układ podziału treści chociażby na potrzeby rozdziałów zawartych w części teoretycznej pracy, czy rozdziału ukazującego wyniki badań (rozdział 15).

Założenia teoretyczne badań można odnaleźć w rozdziałach 1 – 6 rozprawy. Zawierają one przegląd różnych koncepcji i teorii związanych ze stresem i wypaleniem zawodowym oraz radzeniem sobie ze stresem. Zaprezentowany przegląd teoretyczny jest rozbudowany. Wybór koncepcji i teorii dotyczących stresu, radzenia sobie oraz wypalenia zawodowego jest szeroki i zróżnicowany, co umożliwi dogłębne zrozumienie tych zagadnień. Dostarcza to kompleksowego spojrzenia na temat badawczy.

Rozprawa przybliży kolejno sześć następujących zasadniczych problemów ważnych dla prowadzonych badań:

- Wybrane fizjologiczno-medyczne ujęcia stresu, co stanowi wprowadzenie do teoretycznej perspektywy stresu, prezentując różne podejścia, w tym koncepcję homeostazy Cannona, teorię stresu-dystresu Selyego, koncepcję kryzysów życiowych Caplana, koncepcję stresów konstruktywnych M. Jarosza i inne.

Rozdział I jest ważny, gdyż wnosi on wkład do zrozumienia różnorodności teorii stresu.

- Stres w ujęciu psychologicznym poprzez skoncentrowaniu się na istocie stresu jako procesu, który obejmuje bodziec, reakcję organizmu i transakcję między jednostką a sytuacją, co pozwala na głębsze zrozumienie tego, jak stres jest rozumiany w psychologii.
- Stres w przestrzeni zawodowej, ukazując transakcyjny model stresu T. Coxa, model wymagania-kontrola R. Karaska, model nierównowagi wysiłku-nagrody J. Siegrista oraz poznawczo-kompetencyjną koncepcję stresu H. Sęk i teorię indywidualno-środowiskowego dopasowania.
- Radzenie sobie ze stresem ze zwróceniem uwagi zarówno na wcześniejsze podejścia, jak i bardziej aktualne. Omówiono tutaj radzenie sobie ze stresem jako proces, styl i strategię.
- Wypalenie zawodowe z uwzględnieniem uznanych podejść teoretycznych H. Freudenbergera, C. Cherniss, Ch. Maslach i S. Jackson, H. Sęk, A. Pines i E. Aronsona, oraz M. Santinello, co poszerza perspektywę na zrozumienie wypalenia zawodowego.
- Ryzyko psychospołeczne w pracy zawodowej w odniesieniu do nauczyciela akademickiego poprzez skoncentrowanie się na pojęciu ryzyka psychospołecznego w kontekście zawodowym, czynnikach ryzyka i ich wpływie na pracę dydaktyczną i badawczą nauczycieli akademickich oraz na doniesieniach badawczych na temat funkcjonowania kadry akademickiej. Rozdział ten rozwija zrozumienie zagrożeń psychospołecznych w miejscu pracy nauczycieli akademickich.

Sposób, w jaki zostały omówione podejmowane przez Doktorantkę wyżej wymienione problemy stanowi istotny wkład w rozwijający się obszar badań nad stresem w przestrzeni zawodowej, radzeniem sobie ze stresem oraz wypaleniem zawodowym zwłaszcza w odniesieniu do nauczycieli akademickich. Rozważania przedstawione w części teoretycznej rozprawy wprowadzają różnorodność perspektyw teoretycznych, systematyzują i integrują wiedzę na temat analizowanych zjawisk oraz ich wpływu na funkcjonowanie nauczycieli akademickich.

Założenia metodologiczne, organizacja i przebieg badań, aspekty etyczne badań wraz z analizą i omówieniem, uzyskanych wyników, oraz omówieniem ograniczeń badań i przedstawieniem rekomendacji znalazły swoje miejsce w części drugiej rozprawy,

zatytułowanej: „Część empiryczna”. Doktorantka w części tej pracy skupia się początkowo na omówieniu celu i przedmiotu badań, problemów badawczych, zmiennych i wskaźników, hipotez oraz narzędzi badawczych. Warto podkreślić fakt, że w pracy mamy do czynienia ze szczegółowym przedstawieniem wykorzystanych na potrzeby zbierania danych narzędzi badawcze i trafnym uzasadnieniem ich wyboru. Wśród zastosowanych narzędzi znalazły się takie standaryzowane kwestionariusze dotyczące stresu i wypalenia oraz strategii zaradczych, jak:

- Kwestionariusz „Postrzegany Stres w Pracy (PSwP)” – T. Chirkowskiej-Smolak i J. Grobelny (2016);
- „Kwestionariusz Wypalenia Zawodowego” [Link Burnout Questionare] – M. Santinello (2008) w adaptacji A. Jaworowskiej (2014); oraz
- „Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem Mini COPE” – C. S. Carver w adaptacji Z. Juczyńskiego i N. Ogińskiej-Bulik.

Doktorantka w celu rozpoznania czynników psychospołecznego ryzyka, oceny ich dotkliwości w odczuciu badanych oraz analizy potrzeb badanych w zakresie bardziej efektywnego radzenia sobie ze stresem skonstruowała własne narzędzie badawcze, co jest niewątpliwie dodatkową wartością pracy i wskazuje na oryginalność badań. Narzędzie: „Ryzyko w Pracy Akademickiej – narzędzie autorskie” jest dobrze dostosowane do celów badawczych oraz specyfiki tematu pracy. Uzasadnienie dla stworzenia autorskiego narzędzia badawczego jest sensowne, ponieważ dostępne narzędzia ogólnie nie uwzględniają specyfiki pracy nauczycieli akademickich. Wprowadzenie do narzędzia pytań związanych z przeniesieniem pracy nauczycieli akademickich do warunków zdalnych jest ważne, biorąc pod uwagę obecne wyzwania w obszarze pracy i zdrowia psychicznego nauczycieli akademickich. Wprowadzenie pytań otwartych umożliwiło respondentom wyrażenie swoich odczuć, podzielenie się swoimi doświadczeniami co dostarczyło dodatkowej jakości i głębi w zrozumieniu ich doświadczeń, a także lepszego zrozumienia ewolucji ich sytuacji, takiej jak – wspomniane – przeniesienie pracy na odległość. Doktorantka kierując się przyjętą na potrzeby badań ramą teoretyczną przeprowadziła pilotażową weryfikację narzędzia i zweryfikowała zgodność wewnętrzną kwestionariusza, co świadczy o dbałości o jakość narzędzia.

Opis przebiegu badań, wraz z opisem starannie przemyślanego i uzasadnionego doboru próby badawczej, etycznymi aspektami badań i przedstawioną analizą uzyskanych danych i wyników stanowią solidną podstawę dla empirycznej części pracy. Analiza wyników jest bezpośrednio związana z przedstawionymi wcześniej teoriami.

Zastosowanie programu IBM SPSS Statistics 27 jest odpowiednie dla przeprowadzenia analiz statystycznych. Program ten jest popularnym narzędziem w dziedzinie analiz danych i umożliwia wykonywanie różnorodnych testów statystycznych. Opisane metody analizy danych są adekwatne w kontekście postawionych pytań badawczych i właściwe dla badań statystycznych. Przedstawione przez doktorantkę wyniki analiz są interpretowane krytycznie. Doktorantka potrafiła uwzględnić ograniczenia przeprowadzonych przez siebie analiz przy wyciąganiu wniosków.

Na uwagę zasługują opisane w rozprawie działania dotyczące narzędzia pomiarowego zaadaptowanego do warunków polskich (Jaworowska, 2016), jakim jest „Kwestionariusz Wypalenia Zawodowego” [Link Burnout Questionare] M. Santinello (2008). Przeprowadzone analizy skłoniły do doktorantkę do restrukturyzacji czynników w kontekście wypalenia zawodowego. Przeprowadzenie analizy czynnikowej metodą głównych składowych pozwoliło na restrukturyzację czynników, co jest uzasadnione, biorąc pod uwagę nieakceptowalną rzetelność i niespójność wcześniejszych wyników. Przeprowadzone analizy świadczą o wysokiej samodzielności naukowej doktorantki i jej kompetencjach badawczych w zakresie prowadzonych badań. Wnioski z tych analiz pokazują, że badanie psychometryczne to ważny proces w walidacji kwestionariusza. Ostateczna struktura wymiarów wypalenia zawodowego może różnić się w zależności od kontekstu i grupy respondentów, dlatego kluczowe jest w każdym badaniu dostosowanie wybranego narzędzia do badanej próby i dokładna analiza uzyskanych wyników ze wskazaniem ograniczeń wyników związanych z restrukturyzacją i zmianą struktury czynników w narzędziu.

Zebranie danych od 1308 osób jest imponującym osiągnięciem i zapewniło wystarczającą liczebność próby do analizy. Wykorzystanie różnych kategorii i wskaźników, takich jak wiek, płeć, stanowisko, stopień naukowy, dziedzina nauki itp., pozwoliło na uwzględnienie różnych aspektów związanych z pracą nauczycieli akademickich i czynników na nią rzutujących, dokładniejsze zrozumienie złożoności problemu i na bardziej kompleksową analizę wyników oraz wyciągnięcie trafnych wniosków odnoszących się do zróżnicowanego obrazu rzeczywistości w kontekście stresu i wypalenia zawodowego wśród tej grupy zawodowej.

Całość omówienia wyników kończy się podsumowaniem wniosków płynących z przeprowadzonej analizy, co stanowi doskonale zwieńczenie całego procesu analizy. Ten fragment dostarcza czytelnikowi kompleksowej informacji na temat analizy danych, interpretacji wyników i ich implikacji, co jest niezwykle istotne w kontekście raportowania wyników badań.

Wyniki badania ukazują istnienie stresu i wypalenia wśród nauczycieli akademickich, co podkreśla potrzebę zwracania większej uwagi na aspekty psychospołeczne pracy nauczycieli akademickich. Zakończenie i rekomendacje zwracają uwagę na istotne aspekty związane z pracą nauczycieli akademickich oraz ich zdolnością do radzenia sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym. Rekomendacje koncentrują się na sposobach zarządzania ryzykiem psychospołecznym w miejscu pracy. Wskazują na potrzebę tworzenia warunków, które pozwolą pracownikom efektywnie radzić sobie ze stresem. To ważne nie tylko dla dobrostanu pracowników, ale także dla efektywności i jakości działania instytucji. Badanie sugeruje, że pracownicy młodszy, z mniejszym doświadczeniem, mogą być bardziej narażeni na stres i wypalenie. Dlatego ważne jest, aby instytucje edukacyjne oferowały wsparcie oraz programy rozwoju kompetencji, które pomogą młodym nauczycielom lepiej radzić sobie z wymaganiami zawodowymi. Rekomendacje wskazują także na potrzebę zrównoważonego podejścia w ocenie nauczycieli akademickich, uwzględniającego ich różnorodne role i obowiązki.

Niewątpliwie temat podjęty przez doktorantkę jest tematem dynamicznym i stale ewoluującym, zatem warto kontynuować badania w wyzwaniach i trudnościach pracy nauczycieli akademickich, w tym stresu i wypalenia zawodowego nauczycieli akademickich oraz strategii radzenia sobie ze stresem.

xxx

Reasumując, stwierdzam że przedstawiona do recenzji rozprawa doktorska pani mgr Żanety Garbacik „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym przez nauczycieli akademickich. Studium psychopedagogiczne”, przygotowana pod kierunkiem prof. dr hab. Magdaleny Piorunek, odpowiada warunkom określonym w ustawie z dnia 20 lipca 2018 r. Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (Dz. U. z 2018r. z poz. 1668 z późn. zm.) wnosząc więc o przyjęcie rozprawy i dopuszczenie doktorantki do dalszych etapów procedury doktoryzowania. Jednocześnie wnioskuję za wyróżnieniem rozprawy, biorąc pod uwagę jej nowatorski temat, interdyscyplinarne podejście oraz innowacyjną metodologię badania – opracowanie autorskiego narzędzia badawczego „Ryzyko w Pracy Akademickiej”, oraz nowe wnioski dotyczące narzędzia „Kwestionariusz Wypalenia Zawodowego” [Link Burnout Questionare] – M. Santinello (2008) w adaptacji A. Jaworowskiej (2014). Przeprowadzone badania wnoszą ciekawe wnioski, poszerzają wiedzę w obszarze nauk społecznych i przedstawiają rekomendacje, które mogą mieć znaczenie dla działań praktycznych.

