

Prof. dr hab. Stefan M. Kwiatkowski
Akademia Pedagogiki Specjalnej
im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie
Instytut Pedagogiki

Warszawa, 7.08. 2023 r.

Recenzja

pracy doktorskiej mgr Żanety Garbacik

Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym przez nauczycieli akademickich. Studium psychopedagogiczne

przygotowanej pod kierunkiem prof. dr hab. Magdaleny Piorunek

Nieustanna i nieuchronna zmienność otaczającego nas świata, w tym zmiany w zakresie techniki i technologii oraz komunikacji interpersonalnej, powodują, że w wielu zawodach i specjalnościach wzrasta poziom stresu i nasilają się jego konsekwencje w postaci wypalenia zawodowego. Do takich zawodów można z pewnością zaliczyć zawód nauczyciela akademickiego. Dobrze zatem się stało, że Doktorantka właśnie tej grupie zawodowej poświęciła swoje analizy teoretyczne i badania empiryczne. Wybór tematu pracy doktorskiej jest, moim zdaniem, właściwy nie tylko ze względu na ogólnie rozumianą rangę problemu, ale też z powodu specyfiki aktywności akademickiej.

Przedstawiona do recenzji praca doktorska ma charakter teoretyczno-empiryczny. Znajduje to swoje odbicie w jej strukturze, którą tworzą:

Część teoretyczna:

1. Wybrane fizjologiczno-medyczne ujęcia stresu

2. Stres w ujęciu psychologicznym: bodziec, reakcja, transakcja
3. Stres w przestrzeni zawodowej
4. Radzenie sobie ze stresem
5. Wypalenie zawodowe – wybrane koncepcje
6. Nauczyciel akademicki wobec ryzyka psychospołecznego

Część empiryczna:

7. Wprowadzenie do części badawczej
8. Przedmiot i cele badań
9. Problemy badawcze
10. Hipotezy badawcze
11. Zmienne i ich wskaźniki
12. Narzędzia pomiarowe
13. Osoby badane
14. Organizacja i przebieg badań. Aspekty etyczne procedury badawczej
15. Analiza wyników
16. Podsumowanie analizy danych
17. Omówienie wyników
18. Ograniczenia badań
19. Rekomendacje praktyczne i zakończenie (rozdziały 18 i 19 są w spisie treści i w pracy numerowane jako 12)

Strukturę tę uzupełniają: *spis rycin, spis rysunków, spis tabel, bibliografia* (bardzo obszerna – 351 pozycji) oraz *tabele obliczeniowe*. W przypadku publikowania pracy, do czego zachęcam, proponuję rozważenie możliwości scalenia części teoretycznej – utworzenia rozdziałów poświęconych: *stresowi, wypaleniu zawodowemu i nauczycielom akademickim*. Podobnie w części

empirycznej można ograniczyć się do rozdziałów: *założenia metodologiczne badań oraz wyniki badań i ich analiza (wraz z rekomendacjami)*.

Swoje rozważania teoretyczne Doktorantka rozpoczyna od przedstawienia wybranych fizjologiczno-medycznych ujęć stresu (1). Jest to właściwe wprowadzenie w problematykę stresu rozpatrywaną z punktu widzenia koncepcji homeostazy zakładającej, że „...stres jest odpowiedzią układu nerwowego i endokrynologicznego, mającą na celu przywrócenie równowagi w obliczu zagrożenia” (s. 19). Inne omówione koncepcje stresu odwołują się do teorii stresu-dystresu (stres jako „...reakcja organizmu na wszelkie wymagania” – s. 21), do związków stresu z konkretnymi wydarzeniami (s. 23), do kryzysów życiowych - dezorganizacja vs rozwój - s. 25) oraz do stresorów konstruktywnych i destrukcyjnych (s. 27).

Kontynuacją teoretycznego ujęcia stresu jest syntetyczny opis stresu z perspektywy psychologicznej (2). Doktorantka odwołuje się do teorii napięć wyróżniającej: zagrożenie, działanie, uświadomienie sobie wpływu przebytego stresu i jego skutków (s. 29-30), teorii sytuacji trudnych - definiowanych poprzez sytuacje: deprawacji, przeciążenia, utrudnienia, konfliktu i zagrożenia (s. 32-33), teorii informacyjno-regulacyjnej (nawiązującej do regulacyjnej teorii osobowości – s. 34), teorii transakcyjnej (interakcja – transakcja, wzajemny wpływ osoby i jej otoczenia – s. 36-37), teorii rozwojowej (rozwojowe i sytuacyjno-poznawcze uwarunkowania odporności psychicznej – s. 38-41) oraz teorii zachowania zasobów (związki afektu i zysku/straty – s. 43).

Umiejscowieniu stresu w przestrzeni zawodowej poświęcone są analizy teoretyczne dotyczące stresu w środowisku pracy (3). Doktorantka w pierwszej kolejności charakteryzuje koncepcję poznawczo-kompetencyjną łączącą stres z zespołem wypalenia zawodowego (s. 45), a następnie przechodzi do opisu

transakcyjnego modelu stresu, w nawiązaniu do teorii transakcyjnej (s. 48), do modelu wymagania-kontrola (relacje między wymaganiami a sprzężonym z nimi stopniem kontroli – s. 49-50), do teorii indywidualno-środowiskowego dopasowania (między osobą a środowiskiem – s. 52) i do modelu nierównowagi wysiłku-nagrody (ocena wpływu stresu na ludzkie zdrowie – s. 53-55).

Po syntetycznych, niezwykle kompetentnych, analizach dotyczących stresu, Doktorantka koncentruje swoją uwagę na problematyce radzenia sobie ze stresem (4). W tym obszarze omawia wczesne ujęcia aktywności wobec stresu (radzenie sobie, zmaganie się, proces zaradczy, readaptacja – s. 57), zwraca uwagę, że radzenie sobie jest procesem nakierowanym na problem lub środowisko, które go wywołuje, a także na regulację reakcji emocjonalnej (s.61-62). Rozpatruje radzenie sobie jako styl (w tym styl najskuteczniejszy – s. 63-65) oraz strategie działania – s. 66-67.

Długotrwałe napięcie i związany z nim stres stanowią jedną z głównych przyczyn wypalenia zawodowego. Właśnie to zjawisko analizuje Doktorantka przedstawiając wybrane koncepcje w tej dziedzinie (5). Wyróżnia fazy (etapy) wypalenia (s. 70-71), przedstawia fazowy model wypalenia (s. 72), model poznawczo-kompetencyjny (s. 73), model wielowymiarowy o strukturze trójczynnikowej – wyczerpanie emocjonalne, depersonalizacja/cynizm i poczucie braku osiągnięć (s. 76), model egzystencjalny (lęk przed skończonością egzystencji - s. 77-78), a także model czterowymiarowy (wyczerpanie, zaangażowanie, skuteczność oraz rozczarowanie – s. 79-80).

Część teoretyczną zamykają analizy ukierunkowane na ryzyko psychospołeczne nauczycieli akademickich (6). Doktorantka precyzyjnie definiuje pojęcie ryzyka psychospołecznego – odwołuje się przy tym do definicji tego pojęcia przyjętych w różnych dyscyplinach naukowych (s. 81-85), wyróżnia czynniki ryzyka w pracy

dydaktycznej i dydaktyczno-badawczej: czynniki związane z rolą, czynniki organizacyjne, czynniki społeczne oraz czynniki indywidualne (s. 88-107) oraz, co bardzo istotne, przedstawia i komentuje wybrane badania na temat funkcjonowania nauczycieli akademickich (s. 107-115).

Wysoko oceniając poziom merytoryczny części teoretycznej, chciałbym podkreślić, że Doktorantka w sposób niezwykle kompetentny analizuje interdyscyplinarną problematykę stresu i wypalenia zawodowego rozpatrywaną z punktu widzenia ryzyka psychospołecznego, na które są narażeni nauczyciele akademicy. Godna zauważenia są: umiejętność Doktorantki polegająca na syntetycznym ujęciu bogatej i dobrze dobranej literatury psychologicznej i pedagogicznej, a także liczne komentarze odnoszące się do omawianych koncepcji i związanych z nimi modeli stresu i wypalenia zawodowego.

We wprowadzeniu do części badawczej (7) Doktorantka nawiązuje do potrzeby/konieczności badań interdyscyplinarnych, jako szansy „...na uzyskanie możliwie szerokiej perspektywy badawczej” (s. 117). Z tą myślą konstruuje kolejne elementy procedury badawczej. Są one dobrze osadzone w literaturze metodologicznej charakterystycznej dla nauk społecznych.

Przedmiot badań (8) nawiązuje bezpośrednio do tytułu pracy doktorskiej. Jest on właściwie sformułowany i pozwala na przyjęcie logicznie powiązanych ze sobą celów badań (poznawczego i teoretycznego) - s. 118-119. Z celów badań Doktorantka wyprowadza problemy badawcze (9) przedstawione w postaci układu 9 pytań głównych i 14 pytań szczegółowych (s. 120-121). Nie wszystkie pytania powiązane zostały z hipotezami (10) – przyczyny, dla których zrezygnowano z ich przedstawienia zostały wyczerpująco wyjaśnione (przede wszystkim jest to związane z pytaniami natury diagnostycznej) – s. 121-136. Przyjęte hipotezy Doktorantka szczegółowo omówiła - odwołując się

każdorazowo do odpowiedniej literatury. Ta uwaga dotyczy także zmiennych i ich wskaźników (11) – przedstawionych bardzo czytelnie w tabeli 2 (s. 137-138). Szkoda, że w tym miejscu nie znalazło się miejsce dla uzasadnienia wybranej metody i techniki badań – Doktorantka od razu przechodzi do opisu narzędzi pomiarowych (12), charakteryzując je szczegółowo i wyjaśniając jakimi kryteriami posługiwała się w ich wyborze oraz konstruowaniu – narzędzie autorskie (s. 138-143). Z uznaniem należy odnieść się do opisu osób badanych (13) – badaniami objęto 1308 osób, zostały one przedstawione z uwzględnieniem płci, wieku, stopnia lub tytułu naukowego, zajmowanego stanowiska, planów awansu i reprezentowanej dziedziny nauki (s. 145-149). Po tych informacjach Doktorantka omówiła przebieg procedury badawczej (14) – wraz z pilotażem i działaniami mającymi na celu bezpieczeństwo i zdrowie osób badanych (badania były prowadzone w czasie trwania pandemii COV-SARS-19 za pomocą narzędzi teleinformatycznych, w formie bezpośredniego kontaktu drogą e-mailową) – s. 149-151. Istotny jest fakt, że osoby badane zostały poinformowane o ogólnym celu badań i zasadach udzielania odpowiedzi – s. 151-154.

Niezaprzeczalnym walorem recenzowanej pracy doktorskiej jest analiza wyników (15). Została ona przeprowadzona z wykorzystaniem programu IBM SPSS Statistics 27. Doktorantka rozpoczyna analizy od zaprezentowania i omówienia wyników dotyczących poziomu stresu i wypalenia zawodowego nauczycieli akademickich, a następnie rozpatruje związek zmiennych niezależnych z poziomem stresu zawodowego w tej grupie. Odnosi się do hipotez zakładających związki pomiędzy stresem a: płcią, wiekiem, zajmowanym stanowiskiem, planami awansu, rodzajem zatrudnienia, typem jednostki zatrudniającej i reprezentowaną dziedziną nauki (s. 163-167), a następnie, w tej samej konwencji, pomiędzy poziomem wypalenia zawodowego, a wyróżnionymi wyżej zmiennymi niezależnymi. Duże znaczenie poznawcze mają analizy zagrożeń

psychospołecznych zidentyfikowane przez nauczycieli akademickich – co ciekawe, najsilniej znaczącym czynnikiem, w ocenie respondentów, okazało się obciążenie i tempo pracy, a w dalszej kolejności kultura organizacyjna i rozwój zawodowy. W przypadku swobodnej oceny czynników stresogennych respondenci wskazywali na niesatysfakcjonujące relacje ze współpracownikami (s. 175-178). Bardzo interesujące są także wyniki opisujące relacje pomiędzy strategiami radzenia sobie ze stresem a przyjętymi zmiennymi niezależnymi (np. pomiędzy strategią a stopniem naukowym – s. 185).

Sposób, w jaki Doktorantka prezentuje i komentuje wyniki badań świadczy nie tylko o bardzo dobrym przygotowaniu psychologicznym i pedagogicznym, ale także o dojrzałości badawczej, przejawiającej się w ostrożnym i wyważonym prezentowaniu własnych ocen i poglądów.

Integralnym fragmentem pracy doktorskiej jest podsumowanie analizy danych (16) i omówienie wyników (17) – szkoda, że Doktorantka nie nawiązała bezpośrednio do zagadnień poruszanych w części teoretycznej oraz, że rekomendacje w dużej mierze nie mają konkretnych adresatów (Sejm, Ministerstwo Edukacji i Nauki, Ministerstwo Zdrowia, PAN, KRASP, Rektorzy, Senaty, ...).

Konkluzja: jestem przekonany, że mimo kilku uwag i sugestii, które nie wpływają zasadniczo na ocenę recenzowanej pracy doktorskiej, spełnia ona wymagania zawarte w ustawie z dnia 20 lipca 2018 r. „Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce” (Dz.U. z 30 sierpnia 2018. poz. 1668, art. 187). Wniosuję zatem o dopuszczenie jej Autorki - Pani mgr Żanety Garbacik do dalszych etapów procedury doktoryzowania.

