

Typ Okołodobowy a Zdrowie Psychiczne Pracowników Zmianowych

Streszczenie.

Abstract.

Wprowadzenie.

Rozdział 1.

Różnice indywidualne związane z parametrami rytmu okołodobowego.

1.1 Rytm okołodobowy.

1.2 Chronotyp.

1.3 Typ okołodobowy.

Rozdział 2.

Zdrowie psychiczne.

2.1 Zdrowie – rozwój pojęcia.

2.2 Czynniki behawioralne, osobowościowe oraz warunki pracy oddziałujące na zdrowie.

2.3 Zdrowie psychiczne.

Rozdział 3.

Praca zmianowa.

3.1 Pojęcie pracy zmianowej.

3.2 Wpływ pracy zmianowej na zdrowie fizyczne i psychiczne pracowników.

3.3 Tolerancja pracy zmianowej

Rozdział 4.

Cel i charakterystyka badań własnych..... 39

4.1 Cel badań..... 39

4.2 Pytanie i hipotezy badawcze..... 40

4.3 Charakterystyka badanej grupy..... 41

4.4 Opis zastosowanych technik badawczych..... 42

4.5 Opis procedury badawczej..... 47

Rozdział 5.

Analiza wyników badań

5.1 Statystyki opisowe..... 49

5.2 Weryfikacja hipotez..... 57

Rozdział 6.

Interpretacja wyników badań i dyskusja..... 64

Bibliografia..... 71

Aneks..... 84