

Umiejętności radzenia sobie ze stresem wśród personelu pielęgniarskiego w świetle badań

Streszczenie.....7

Wstęp..... 8

Część I Podstawy teoretyczno-empiryczne badań własnych..... 9

Rozdział 1

Stres psychologiczny i zawodowy

1.1 Pojęcie stresu..... 9

1.2 Biologiczna koncepcja stresu..... 9

1.3 Psychologiczne koncepcje stresu..... 11

1.4 Stres zawodowy..... 14

Rozdział 2

Charakterystyka źródeł stresu

2.1 Fizyczne czynniki stresu15

2.1.1 Czynniki klimatyczne15

2.1.2 Hałas..... 15

2.1.3 Wibracje15

2.1.4 Oświetlenie16

2.1.5 Promieniowanie jonizujące..... 16

2.1.6 Promieniowanie mikrofalowe16

2.1.7 Hipoksja16

2.1.8 Przyspieszenie17

2.2 Chronobiologiczne czynniki stresu..... 17

2.2.1 Rytm biologiczne..... 17

2.2.2 Rytm okołodobowy.....	17
2.2.3 Rytm okołobiegunowy a zdolność do pracy.....	17
2.2.4 Stres nagłej zmiany strefy czasowej.....	17
2.3 Psychologiczne czynniki stresu.....	18
2.3.1 Zakłócenia jako źródło stresu.....	18
2.3.2 Zagrożenia jako źródło stresu	18
2.3.3 Przeciążenie jako źródło stresu.....	18
2.3.4 Deprywacja jako źródło stresu.....	18
2.4 Socjologiczne czynniki stresu	19
2.4.1 Struktura grupy jako źródło stresu	19
2.4.2 Stres organizacyjny	19
2.5 Czynniki stresu związane z wykonywanym zawodem.....	19

Rozdział 3

Objawy stresu

Rozdział 4

Sposoby radzenia sobie ze stresem

Rozdział 5

Lęk jako stan silnie związany ze stresem

5.1 Zespół wypalenia zawodowego.....	29
--------------------------------------	----

Rozdział 6

Stres zawodowy w służbie medycznej

6.1 Profil zawodu pielęgniarki	32
6.2 Modele stresu organizacyjnego.....	32
6.2.1 Model Stresu Organizacyjnego według Kahna	33
6.2.2 Model grupy badaczy z Uniwersytetu Michigan.....	33
6.2.3 Model Karaska.....	34
6.3 Stresory wynikające ze specyfiki zawodu pielęgniarki oraz sposoby ich zapobiegania	35
6.4 Wyniki badań nad stresem w pracy pielęgniarki.....	36
6.5 Wnioski z badań	38

Część II Badanie własne39

Rozdział 7

Metodologia badań własnych

7.1 Cel badań..... 39

7.2 Pytania badawcze.....39

7.3 Rejestr badanych zmiennych40

7.4 Narzędzia pomiaru zmiennych41

7.4.1 Kwestionariusz Poczucia Stresu KPS41

7.4.2 Inwentarz Stanu i Cechy Lęku STAI41

7.4.3 Inwentarz Do Pomiaru Radzenia Sobie Ze Stresem Mini-COPE..... 42

7.4.4 Ankieta autorska dotycząca danych demograficznych i sytuacji życiowej..... 43

7.5 Przebieg i warunki badań..... 44

7.6 Wyniki..... 44

7.6.1 Zastosowane skróty w prezentacji wyników..... 44

7.7 Statystyki opisowe..... 46

7.8 Analiza związku między stresem i lękiem a strategiami radzenia sobie ze stresem u osób wykonujących zawód pielęgniarki/ pielęgniarza..... 52

7.9 Analiza różnic w zakresie odczuwanego stresu, lęku i rodzaju stosowanych strategii radzenia sobie z stresem w podgrupach54

Rozdział 8

Dyskusja wyników i wnioski..... 61

Wnioski65

Bibliografia..... 66