

# **Uwarunkowanie stresu zawodowego u funkcjonariuszy służby więziennej**

Wstęp.....3

## **Rozdział I**

### **Stres w pracy zawodowej**

1.1. Charakterystyka stresu..... 5

1.2. Wybrane koncepcje stresu zawodowego..... 11

1.3. Czynniki stresogenne .....17

1.4. Charakterystyka źródeł stresu u funkcjonariuszy Służby Więziennej..... 23

## **Rozdział II**

### **Konsekwencje stresu zawodowego**

2.1. Struktura organizacyjna Służby więziennej .....31

2.2. Zdrowotne skutki stresu zawodowego .....35

2.3. Zespół wypalenia zawodowego .....37

2.4. Inne skutki stresu zawodowego..... 41

## **Rozdział III**

### **Roła zasobów osobistych w radzeniu sobie ze stresem zawodowym**

3.1. Pojęcie zasobów osobistych w radzeniu sobie ze stresem zawodowym..... 44

3.2. Zapobieganie negatywnym skutkom stresu zawodowego .....46

3.3. Znaczenie wsparcia społecznego w procesie radzenia sobie ze stresem .....52

## **Rozdział IV**

### **Metodologia badań własnych**

- 4.1. Przedmiot, cel badań i typ podjętych badań..... 56
- 4.2. Problemy badawcze..... 58
- 4.3. Hipotezy badawcze .....61
- 4.4. Metody techniki i narzędzia badawcze..... 62
- 4.5. Organizacja i przebieg badań..... 63
- 4.6. Teren i charakterystyka próby badawczej .....63

## **Rozdział V**

### **Wyniki badań własnych .....65**

Wnioski .....74

Zakończenie..... 75

Bibliografia .....77

Załączniki..... 80