

Michalik Joanna, Zawadka Magdalena, Wolski Dariusz, Stanisławek Andrzej, Węgorowski Paweł. The professional stress of nurses employed in medical institutions in the Lublin Region. Journal of Education, Health and Sport. 2017;7(8):296-308. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.847992>  
<http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/4732>

The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. Part B item 1223 (26.01.2017).  
1223 Journal of Education, Health and Sport eISSN 2391-8306 7

© The Authors 2017;

This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland

Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.

This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.

The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.  
Received: 01.08.2017. Revised: 02.08.2017. Accepted: 24.08.2017.

## **Stres zawodowy pielęgniarek zatrudnionych w placówkach opieki medycznej na terenie województwa lubelskiego**

### **The professional stress of nurses employed in medical institutions in the Lublin Region**

**Joanna Michalik <sup>1</sup>, Magdalena Zawadka <sup>2</sup>, Dariusz Wolski <sup>3</sup>, Andrzej Stanisławek <sup>1</sup>,  
Paweł Węgorowski <sup>1</sup>**

**<sup>1</sup> Katedra Onkologii i Środowiskowej Opieki Zdrowotnej, Wydział Nauk o Zdrowiu,  
Uniwersytet Medyczny w Lublinie**

**<sup>2</sup> Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie**

**<sup>3</sup> Katedra Anatomii i Histologii Zwierząt, Wydział Medycyny Weterynaryjnej, Uniwersytet  
Przyrodniczy w Lublinie**

**Autor do korespondencji:**

**Joanna Michalik**

**JoannaMichalik21@wp.pl**

## STRESZCZENIE

**Wprowadzenie:** Pielęgniarstwo, jako zawód związany z ochroną i ratowaniem życia jawi się, jako szczególnie trudny, złożony i wielozadaniowy. W jego specyfikę wpisanych jest wiele specyficznych obciążeń, do których zaliczyć można przede wszystkim występowanie sytuacji nieprzewidywalnych, zagrażających zdrowiu i życiu pacjentów. Wszystko to powoduje, że zawód pielęgniarki staje się zawodem szczególnie stresogennym. Z badań wynika bowiem, że na skutek stresu zawodowego wiele pielęgniarek skarży się na problemy zdrowotne i zaburzenia w sferze fizycznej, psychicznej, emocjonalnej i społecznej. Znaczna grupa pielęgniarek funkcjonuje też w pracy doświadczając objawów syndromu wypalenia zawodowego

**Cel pracy:** Główny problem badawczy pracy dotyczy źródeł stresu, jaki wstępują w pracy badanych pielęgniarek oraz w jaki sposób osoby badane radzą sobie ze stresem.

**Materiał i metodyka:** Badania przeprowadzono w 2015 roku. Objęto nimi 150 pielęgniarek zatrudnionych w szpitalach oraz przychodniach zdrowia, znajdujących się na terenie województwa lubelskiego. W celu określenia źródeł stresu badanych pielęgniarek wykorzystano zmodyfikowaną skalę: Sytuacja w miejscu pracy M. Frese, umożliwiającą diagnozę czterech podstawowych źródeł stresu zawodowego tj. związanych z: wykonywaną pracą; środowiskiem fizycznym; środowiskiem społecznym oraz innymi czynnikami stresogennymi.

**Wyniki:** Z przeprowadzonych badań wynika, iż czynnikami najbardziej obciążającymi w pracy badanych pielęgniarek są: zbyt duża ilość pracy, zbyt duża presja czasu podczas wykonywania zadań, ponoszenie zbyt dużej odpowiedzialności za wykonywane zadania, niekorzystna atmosfera w miejscu pracy, błędy popełniane przez inne osoby, konflikty z przełożonymi, zbyt niskie wynagrodzenie oraz brak możliwości rozwoju.

**Wnioski:** Pielęgniarki były w dużym stopniu narażone na obciążenia psychiczne wpływające niekorzystnie na ich pracę. Większość badanych pielęgniarek odczuwała satysfakcję z wykonywanej pracy, ale znaczny odsetek badanych stwierdzał u siebie objawy przewlekłego stresu i przemęczenia.

**Słowa kluczowe:** stres, obciążenia zawodowe, wypalenie zawodowe, pielęgniarki

## SUMMARY

**Introduction:** Nursing, as a profession related to the protection and salvation of life, appears as particularly difficult, complex and multi-tasking. There are a number of specific burdens on the specifics of the problem, which include, first of all, the occurrence of unpredictable situations that endanger the health and well-being of patients. All this makes the profession of nurse a particularly stressful job. Research shows that as a result of occupational stress, many nurses complain about health problems and disorders in the physical, psychological, emotional and social spheres. A large group of nurses also work in the workplace experiencing symptoms of burnout syndrome

**Purpose of the work:** The main research problem of work is about the sources of stress that are taking place in the work of investigated nurses and how the respondents deal with stress.

**Material and Methodology:** The study was conducted in 2015. They covered 150 nurses employed in hospitals and health clinics located in the Lubelskie voivodeship. A modified scale is used to determine the sources of stress for nurses: Situation at the workplace M. Frese, which enables diagnosis of four primary sources of occupational stress, ie: work related; Physical environment; Social environment and other stressors.

**Results:** The results show that the most stressful factors in the work of nurses are: too much work, too much time pressure during tasks, Conflicts with superiors, too low pay and lack of development opportunities.

**Conclusions:** Nurses were heavily exposed to psychological stressors affecting their work. Most of the nurses surveyed were satisfied with their work, but a significant percentage of the respondents reported symptoms of chronic stress and fatigue.

**Key words:** stress, occupational stress, professional burnout, nurses

## Wprowadzenie

Pielęgniarstwo zaliczane jest do zawodów, gdzie chroniczny stres jest nieodłącznym elementem i ma źródło w samej naturze zawodu. Praca pielęgniarki ma konsekwencje dużego obciążenia psychicznego, długotrwałego napięcia emocjonalnego jak również szybkiego wypalenia zawodowego. W licznych badaniach nad stresem w pielęgniarstwie podejmowano próby zmierzenia lub przeanalizowania jego wpływu na zdrowie i dobre samopoczucie osób wykonujących ten zawód. Termin „stres” wywodzi się z nauk inżynierskich, gdzie odnosi się do różnego typu napięć, nacisków i sił, które działają na jakiś przedmiot. Do nauk społecznych słowo to przeniesiono w celu opisanego stanu zmęczenia fizycznego, psychicznego i emocjonalnego, jakiemu może ulec człowiek, doświadczając trudnej sytuacji [1]. Popularności problematyki dotyczącej stresu towarzyszy duża różnorodność znaczeń tego terminu. Stres w rozumieniu W. B. Canona, twórcy teorii homeostazy, jest reakcją na zagrożenie, której rola polega na tworzeniu warunków do przetrwania organizmu. Autor opisywał zjawisko stresu z punktu widzenia tzw. stanu pogotowia i przypisywał mu funkcje adaptacyjne, ponieważ przygotowywał on organizm do radzenia sobie z niebezpieczeństwem. W. B. Cannon, jako pierwszy opisywał stres w kategoriach psychofizjologicznej reakcji na bodźce zewnętrzne, którymi mogą być zarówno czynniki emocjonalne, jak i fizyczne. Badacz posługiwał się pojęciem „stresu emocjonalnego” lub „stresu nerwowego”[2]. H. Selye wywnioskował, że pod wpływem różnych bodźców szkodliwych, organizm reaguje nie tylko w sposób specyficzny dla danego bodźca, ale także w sposób podobny (niespecyficzny), bez względu na rodzaj bodźca szkodliwego. Ten zespół niespecyficznych zmian organizmu na różne bodźce szkodliwe (stresory) H. Selye nazwał stresem. Reakcja ta polega na pobudzeniu autonomicznego układu nerwowego oraz tzw. osi podwzgórze - przysadka mózgowa - nadnercza. W późniejszym okresie H. Selye zmodyfikował swoją koncepcję stwierdzając, że stresem jest zespół niespecyficznych zmian organizmu na wszelkie stawiane mu żądania. O reakcji organizmu decyduje siła bodźca, a nie jego rodzaj czy znak. W następstwie działania czynników szkodliwych na organizm powstają różnorodne zmiany: zmniejszenie i zanik grasicy, zanikanie węzłów chłonnych, wytwarzanie cukru, hamowanie reakcji zapalnych, owrzodzenia układu pokarmowego[3].

Inaczej niż stres biologiczny wyjaśniane jest to zjawisko w koncepcjach psychologicznych. Pojęcie stresu w znaczeniu psychologicznym pojawiło się po raz pierwszy w książce R. R. Terelaka i J. P. Spiegela *Men under Stress*. Autorzy, traktując stres, jako opis konkretnych sytuacji stresowych[4]. Stres ujmowany, jako reakcja oznacza sposób

zachowania się człowieka w odpowiedzi na działanie szkodliwego bodźca zewnętrznego. Takie ujęcie stresu można również spotkać w niektórych współczesnych teoriach stresu, a także w rozumieniu potocznym, gdzie stresem określa się stan napięcia, poczucie zagrożenia czy lęku [5]. O tym, czy dana osoba została poddana czynnikom stresującym, można wnioskować tylko na podstawie występujących u niej oznak napięcia, które może pojawić się na trzech poziomach: fizjologicznym, behawioralnym i psychologicznym. Stres jest tym większy, im silniejsza jest reakcja (przeżycie) [6, 7]

Doświadczenie stresu zawodowego przez pracowników jest uwarunkowane ich subiektywną oceną poznawczą potencjalnych źródeł stresu, jako rzeczywistych zagrożeń.. Zawód pielęgniarki, lekarza, nauczyciela kwalifikuje się do grupy zawodów społecznego zaufania oraz rodzi pojawienie się zjawiska społecznej odpowiedzialności [8] Odpowiedzialność to zobowiązanie do wywiązywania się organizacji lub jednostki z nałożonych na nią lub przyjętych przez nią zadań i obowiązków oraz ponoszenie konsekwencji swoich świadomych decyzji, działań, zaniedbań [9,10]. Sposób zachowania się w środowisku pracy odzwierciedla stosunek człowieka do pełnionych obowiązków zawodowych. Wzór zachowań i przeżyć można rozpatrywać, jako wskaźniki aktualnie istniejących oczekiwań i wymagań jednostki w stosunku do środowiska pracy lub jako wymiar zachowań, które są wynikiem dotychczasowych doświadczeń i przeżyć, czyli pozwalają spojrzeć na człowieka z punktu widzenia oceny odniesionych sukcesów lub też porażek i popełnionych przez niego błędów [11]. Praca zawodowa w życiu człowieka ma istotne znaczenie. Pielęgniarstwo, jako zawód usług społecznych jest narażone na działanie różnych czynników stresogennych związanych z ochroną i ratowaniem życia [12]. Praca pielęgniarki należy do trudnych, ma złożony i wielozadaniowy charakter. Niezbędna jest w niej konieczność posiadania dużej sprawności manualnej przy czynnościach zabiegowych i pielęgnacyjnych [13]. Od pielęgniarki wymagane jest również prowadzenie dokumentacji, obsługa urządzeń i sprzętu medycznego, zbieranie wywiadu o stanie zdrowia pacjenta, edukacja prozdrowotna i promocja zdrowia. Wszystko to odbywa się pod presją czasu. Warunki te doprowadzają do postępującego zmęczenia, spadku efektywności pracy i obniżenia komfortu psychicznego pielęgniarki [14]. Wiele problemów w pracy pielęgniarki stwarzają relacje ze współpracownikami oraz pacjentami i ich rodzinami, a umiejętności sprostanania krytycznym sytuacjom czasami przebiegają w atmosferze dużego napięcia emocjonalnego. Praca pielęgniarki może być także źródłem zagrożenia dla jej zdrowia, gdyż podczas wykonywania różnych czynności ma bezpośredni kontakt z materiałem potencjalnie

zakaźnym pochodzącym od chorego (krew, wydzieliny, wydaliny). [14] Wśród źródeł stresu dla tej grupy zawodowej wymienia się: źle zorganizowaną pracę; pracę na zmiany zakłócającą naturalny rytm biologiczny organizmu; pracę powodującą okresowo duże przeciążenia; brak perspektyw rozwoju zawodowego; brak uznania w opinii przełożonych; brak satysfakcjonującego wynagrodzenia; zły przepływ informacji w zespole; niepewność zatrudnienia. Ważnym elementem źródła stresu w pracy pielęgniarek jest szeroki zakres odpowiedzialności związanej z wykonywanymi obowiązkami zawodowymi, presja bycia niezawodnym, dyspozycyjnym, w stałej gotowości do kontaktu z ludźmi cierpiącymi i oczekującymi pomocy. Największe źródła stresu w pracy zawodowej to: umieranie i śmierć pacjenta, obserwowanie rozwoju choroby i jej skutków a także psychospołeczne warunki pracy (konflikty w zespole terapeutycznym, relacje pielęgniarka – pacjent – rodzina i organizacyjne warunki pracy) [15].

Zaprezentowane symptomy skutecznie utrudniają osobie silnie zestresowanej wypełnianie roli zawodowej. Przejawia się to: obniżeniem wydajności pracy i energii życiowej, wzrostem absencji, wzrostem liczby popełnianych błędów, zrzucaniem odpowiedzialności na innych, rezygnacją z wytyczonych celów, podatnością na wypadki, zachowaniami agresywnymi, nadużywaniem alkoholu, nikotyny lub narkotyków, zaburzeniem zdolności do organizowania i planowania działań, ignorowania nowych informacji, odmową wypełniania obowiązków. Wypalenie zawodowe, jako następstwo długotrwałego stresu. Działalność zawodowa człowieka może być źródłem satysfakcji i samorealizacji, ale również frustracji i niezadowolenia. W zawodach polegających na pracy z ludźmi (pielęgniarka, lekarz, nauczyciel), konsekwencją długotrwałego stresu i nieskutecznego radzenia sobie z przeciążeniami zawodowymi jest zespół wypalenia zawodowego [16,17]. Termin wypalenie (burnout) został po raz pierwszy użyty przez amerykańskiego psychiatrę Freudenberga w 1974r. w artykule dotyczącym pracy wolontariuszy w ośrodku dla osób uzależnionych od narkotyków. Zdefiniował je wtedy jako spadek poziomu energii jednostki, który występuje w wyniku przeciążenia problemami innych ludzi oraz nadmiernymi zadaniami stawianymi przez środowisko pracy [18]. Autorami pierwszej definicji wypalenia zawodowego opartej na wieloletnich badaniach są Christina Maslach i Susan Jackson. Określają one wypalenie zawodowe jako psychologiczny zespół wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji oraz obniżonego poczucia dokonań osobistych, który może wystąpić u osób pracujących z innymi ludźmi w pewien określony sposób [19]. Zawód pielęgniarki należy do zawodów, w którym podstawą wykonywania

świadczeń medycznych jest bliski, intensywny kontakt z drugim człowiekiem. Pełne zaangażowanie w pracę i troska o dobro pacjenta stanowi dla pielęgniarki duże obciążenie psychiczne i fizyczne. Prowadzi to w wielu przypadkach do wystąpienia tzw. zespołu wypalenia zawodowego. [20, 21]. Inne stresory to: konflikty z koleżankami, przełożonymi, brak autonomii, przeciążenie pracą, trudności organizacyjne i ekonomiczne, specyfika pewnych specjalności, hierarchiczny układ zależności zawodowej, konieczność kontaktu z różnymi osobami zaangażowanymi w ten sam problem, niski status zawodowy, niskie zarobki, duże obciążenie psychiczne, zła współpraca z pacjentem i jego rodziną [22,23,24].

W ostatnich latach wzrosła świadomość społeczeństwa, że obecność długotrwałego stresu w pracy ma niepożądane konsekwencje na zdrowie pracowników. Przedstawiciele zawodów medycznych są w szczególności narażeni na występowanie stresu. Konsekwencją długotrwałego stresu i nieskutecznego radzenia sobie z przeciążeniami zawodowymi jest zespół wypalenia zawodowego. Wiąże się to z szeregiem niebezpieczeństw gdzie narażona jest sfera fizyczna, psychiczna, emocjonalna, rodzinna i zawodowa. [25]

#### Cel pracy

Główny problem badawczy pracy dotyczy źródeł stresu wstępują w pracy badanych pielęgniarek oraz w jaki sposób osoby badane radzą sobie ze stresem.

#### Materiał i metody

Badania przeprowadzono w 2015 roku. Objęto nimi 150 pielęgniarek zatrudnionych w szpitalach oraz przychodniach zdrowia, znajdujących się na terenie województwa lubelskiego.

Grupę badawczą tworzyły pielęgniarki w wieku od 23 do 62 lat, przy czym najliczniejszą podgrupę (46,7%) stanowiły osoby w przedziale wiekowym 41-50 lat. Staż pracy badanych pielęgniarek wahał się od 1 roku do 40 lat pracy, ze średnią na poziomie 19,7 lat. Wśród badanych pielęgniarek większość stanowiły osoby legitymujące się wykształceniem wyższym (68,7%). Badane pielęgniarki najczęściej pracowały w szpitalach (64,7%) oraz w przychodniach (26%) zlokalizowanych na terenie miast. Zdecydowana większość badanych pielęgniarek to kobiety pozostające w związku małżeńskim lub konkubinacie (68,7%), posiadające dwoje (39,3%) lub jedno dziecko (26,7%). Badane pielęgniarki w przeważającej większości były mieszkankami miast, a swój status materialny najczęściej określały, jako zadowolający.

W celu określenia źródeł stresu badanych pielęgniarek wykorzystano zmodyfikowaną skalę: Sytuacja w miejscu pracy M. Frese, umożliwiającą diagnozę czterech podstawowych źródeł stresu zawodowego tj. związanych z: wykonywaną pracą; środowiskiem fizycznym; środowiskiem społecznym oraz innymi czynnikami stresogennymi.

## Wyniki

Przeprowadzone porównania międzygrupowe ujawniły, że miejsce pracy istotnie różnicuje badane pielęgniarki w zakresie trzech źródeł stresu związanych z wykonywaną pracą, tj.: zbyt dużą ilością pracy ( $t=2,433$ ,  $df=148$ ,  $p=0,016$ ), zbyt dużą presją czasu podczas wykonywania zadań ( $t=2,589$ ,  $df=148$ ,  $p=0,011$ ) oraz ponoszeniem zbyt dużej odpowiedzialności ( $t=2,974$ ,  $df=148$ ,  $p=0,003$ ). Na podstawie uzyskanych danych można przyjąć, że badane pielęgniarki zatrudnione w szpitalach istotnie częściej w porównaniu do ich koleżanek z przychodni zdrowia doświadczają stresu związanego z przepracowaniem, presją czasu podczas wykonywania zadań oraz ponoszeniem zbyt dużej odpowiedzialności za te zadania.

Z porównań międzygrupowych wynika ponadto, że miejsce pracy istotnie różnicuje badane pielęgniarki w zakresie wyniku ogólnego ( $t=2,430$ ,  $df=148$ ,  $p=0,016$ ) oraz dwóch źródeł stresu związanych ze środowiskiem fizycznym, tj.: braki w wyposażeniu i przestarzały sprzęt ( $t=3,448$ ,  $df=148$ ,  $p=0,001$ ) oraz zakłócenia natury fizycznej (hałas, temperatura itp.) ( $t=3,241$ ,  $df=148$ ,  $p=0,001$ ). Uzyskane wyniki wskazują, że badane pielęgniarki ze szpitali istotnie częściej w porównaniu do pielęgniarek z przychodni zdrowia doświadczają stresu związanego ze środowiskiem fizycznym, w szczególności zaś takimi jego elementami, jak: braki w wyposażeniu i praca na przestarzałym sprzęcie oraz zakłócenia natury fizycznej (hałas, temperatura itp.).

W grupie pielęgniarek zatrudnionych w szpitalach najsilniejszymi stresorami związanymi ze środowiskiem społecznym były niekorzystna atmosfera w miejscu pracy, błędy popełniane przez inne osoby, konflikty z przełożonymi. Najmniejszy stres w tej grupie pielęgniarek generowały konflikty z podległymi pracownikami oraz mała liczba kontaktów z podległymi pracownikami.

Z kolei w grupie pielęgniarek pracujących w przychodniach zdrowia źródłem najsilniejszego stresu było popełnianie błędów przez innych, niekorzystna atmosfera w pracy oraz konflikty z przełożonymi. Najniższy stres odczuwały pielęgniarki z tej grupy w związku z konfliktami z podległymi pracownikami oraz konfliktami z kolegami. Z porównań międzygrupowych



wynika, że miejsce pracy nie różnicuje istotnie badanych grup pielęgniarek w zakresie źródeł stresu związanych ze środowiskiem społecznym. Najsilniejszymi stresorami zarówno dla pielęgniarek zatrudnionych w szpitalach, jaki i pielęgniarek pracujących w przychodniach zdrowia okazały się: zbyt niskie wynagrodzenie, nikłe perspektywy awansu, pominięcie przy awansie oraz brak możliwości rozwoju. Z kolei najniższy poziom stresu odczuwały badane pielęgniarki w związku z groźbą przeniesienia do innego miasta oraz ciągłą reorganizacją.

Analiza porównań międzygrupowych wskazuje ponadto, że miejsce zatrudnienia istotnie różnicuje badane grupy pielęgniarek w zakresie dwóch źródeł stresu tj.: zagrożone miejsce pracy ( $t=2,650$ ,  $df=148$ ,  $p=0,009$ ) oraz zbyt niskie wynagrodzenie ( $t=3,385$ ,  $df=148$ ,  $p=0,001$ ). Uzyskane wyniki wskazują, że badane pielęgniarki ze szpitali istotnie częściej w porównaniu do pielęgniarek z przychodni zdrowia doświadczają stresu w związku z możliwością utraty pracy oraz zbyt niskim wynagrodzeniem.

Ponad 41% pielęgniarek pracujących w szpitalach oraz niemal 30% pielęgniarek zatrudnionych w przychodniach zdrowia w sytuacjach stresowych przejawia niską aktywność w dążeniu do rozwiązania problemu. Wynik przeciętny w zakresie podejmowania aktywności w celu niwelowania sytuacji stresowych poprzez koncentrowanie się na zadaniu uzyskało 38,1% pielęgniarek zatrudnionych w szpitalach oraz 30,2% osób badanych pracujących w przychodni.

Otrzymane w toku przeprowadzonych analiz wyniki testu  $\chi^2$  i współczynnika kontyngencji C nie wykazały jednak istnienia istotnych współzależności ( $\chi^2 - 2,12$ ,  $df=2$ ;  $p=0,345$ ;  $C - 0,119$ ) pomiędzy miejscem pracy badanych pielęgniarek a radzeniem sobie ze stresem poprzez styl skoncentrowany na zadaniu.

Na podstawie uzyskanych danych można stwierdzić, że niewiele ponad 27% badanych pielęgniarek ze szpitali oraz jedna czwarta badanych osób z przychodni uzyskało niski poziom wyników w zakresie radzenia sobie ze stresem poprzez stosowanie stylu skoncentrowany na unikaniu. Przeciętny wynik uzyskała, niemal co druga badana pielęgniarka zatrudniona w szpitalu oraz jedna trzecia osób badanych z przychodni.

Przeprowadzone analizy statystyczne nie potwierdziły ( $\chi^2 - 3,26$ ,  $df=2$ ;  $p=0,196$ ;  $C - 0,145$ ) istnienia istotnych współzależności. W związku, z tym można przyjąć, że procentowy rozkład wyników w obu badanych grupach pielęgniarek jest podobny.

Unikanie sytuacji stresowej może przejawiać się zarówno poprzez angażowanie się w czynności zastępcze, jak również poszukiwanie kontaktów towarzyskich.

Analizując otrzymane dane można zauważyć, że około jedna czwarta badanych pielęgniarek, bez względu na miejsce zatrudnienia, uzyskała wyniki na poziomie niskim, co wskazuje, że rzadko korzystają one ze sposobów radzenia sobie ze stresem poprzez angażowanie się w czynności zastępcze. Przeciętny poziom angażowania się w czynności zastępcze wykazuje ponad 40% badanych pielęgniarek ze szpitali oraz 36,7% osób badanych z przychodni zdrowia.

Wyniki testu  $\chi^2$  i współczynnika kontyngencji C również w tym przypadku nie potwierdziły istnienia istotnych współzależności ( $\chi^2$ - 0,35,  $df=2$ ;  $p=0,840$ ;  $C = 0,05$ ) pomiędzy a miejscem pracy a angażowaniem się badanych pielęgniarek w czynności zastępcze. Styl skoncentrowany na unikaniu poprzez poszukiwanie kontaktów towarzyskich w niskim stopniu przejawiało 26% badanej populacji pielęgniarek (35% pielęgniarek z przychodni oraz 20,6% pielęgniarek ze szpitali). Duża grupa osób badanych (47,4% pielęgniarek ze szpitala oraz 43,4% osób badanych z przychodni zdrowia) uzyskała wyniki przeciętne w tym zakresie. Natomiast do przejawiania stylu skoncentrowanego na unikaniu poprzez poszukiwanie kontaktów towarzyskich przyznało się 32% badanych pielęgniarek ze szpitali oraz jedna czwarta osób badanych z przychodni zdrowia.

Otrzymane w toku przeprowadzonych analiz wyniki testu  $\chi^2$  oraz współczynnika kontyngencji C ujawniły istnienie współzależności pomiędzy miejscem pracy badanych pielęgniarek a stylem skoncentrowanym na unikaniu poprzez poszukiwanie kontaktów towarzyskich ( $\chi^2$ - 4,72,  $df=2$ ;  $p=0,09$ ;  $C = 0,174$ ). Ujawnione współzależności są istotne na poziomie tendencji statystycznej. W związku, z tym można ostrożnie przyjąć, że badane pielęgniarki ze szpitali nieco częściej niż ich koleżanki z przychodni zdrowia w sytuacjach stresowych przejawiają styl skoncentrowany na unikaniu poprzez poszukiwanie kontaktów towarzyskich.

Wnioski:

Otrzymane wyniki badań korespondują z wynikami prac badawczych prowadzonych nad stresem pielęgniarek przez K. Kowalczyk, A. Zdańską, E. Krajewską-Kułąk i in. [21] oraz są zgodne z wynikami badań G. Derewicza, M. Walkiewicza i W. Budzińskiego [52], w świetle których praca zawodowa pielęgniarek jest skojarzona z doświadczaniem nasilonego stresu w związku z charakterystycznymi dla niej stresorami tj.: brakiem możliwości rozwoju

zawodowego, konfliktami z przełożonymi i relacjami z rodziną pacjenta, obciążeniem pracą, niewystarczającym wyposażeniem technicznym oddziału, niskim wynagrodzeniem za pracę, nieprawidłowym zarządzaniem, trudnymi relacjami ze współpracownikami, odpowiedzialnością za pracę oraz zdrowie i życie pacjentów.

Doświadczenie stresu zawodowego przez pielęgniarki wiąże się z poważnymi i groźnymi następstwami zarówno w sferze osobistej, jak i społecznej. Mając zatem na uwadze specyfikę profesji pielęgniarstwa, skutki doświadczania przez pielęgniarki stresu w miejscu pracy oraz rozmiar tego zjawiska konieczne wydaje się podjęcie zdecydowanych działań na rzecz poprawy psychofizycznego funkcjonowania tej grupy zawodowej.

Reasumując, jest stres zatem procesem, w którym zawsze można wyróżnić cztery zasadnicze elementy składowe. Pierwszym jest czynnik, który może wywołać stres, czyli potencjalny stresor. Może on mieć charakter zewnętrzny lub wewnętrzny. Kolejny element to proces oceny działającego czynnika, którego rezultatem jest zakwalifikowanie oddziałującego czynnika jako zagrażającego. Trzecim elementem jest emocjonalno-behawioralna reakcja stresowa, która pojawia się automatycznie w chwili uznania sytuacji za stresorodną i której towarzyszą komponenty reakcji fizjologicznej. Ostatni zaś element to proces zmagania się ze stresem, którego celem jest redukcja lub usunięcie stresu. Zarówno proces zmagania się ze stresem i czynnikiem stresorodnym, jak i ocena sytuacji stresowej dokonują się zawsze poprzez pryzmat możliwości i wydolności jednostki. Wydolność ta wyznaczana jest zasobami, jakimi dysponuje człowiek. Proces zmagania się ze stresem ma charakter pętli i jest powtarzany cyklicznie.

nazwiska i pierwsze litery imion autorów, tytuł artykułu, skróconą lub pełną nazwę czasopisma, rok, tom, stronę początkową i końcową. Jeżeli autorów jest więcej niż sześciu, po szóstym nazwisku należy dopisać "i wsp."

#### Bibliografia

1. Dyląg A.: Stres – towarzysz życia. W: Bąk K., Dyląg A., Głanda D., Głębocka A., Heidtman J., Karolczak A., Klepacka-Gryz E., Makowski M., Oniszczenko W., Rosiński J., Rudnicka M., Samson A., Szwdyn L.M., Zielińska K., Żoga J. (2004). Człowiek i psychologia. Wyd. „PARK”, Bielsko-Biała 2004.
2. Terelak J. F. Człowiek i stres. Oficyna Wyd. Branta, Bydgoszcz-Warszawa 2008.

3. Zubrzycka-Maciąg T. Psychospołeczne uwarunkowania stresu nauczycielek szkół podstawowych i gimnazjów. Wydawnictwo UMCS, Lublin 2015.
4. Bartkowiak G. Człowiek w pracy. Od stresu do sukcesu w organizacji. Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2009.
5. Heszen-Niejodek I. Teoria stresu psychologicznego i radzenia sobie. W: J. Strelau (red.). Psychologia. Podręcznik akademicki. T.3. Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2008.
6. Fisher S. Stress and Strategy. London 1986, Lawrence Erlbaum Associates.
7. Dyląg A.: Stres – towarzysz życia. W: Bąk K., Dyląg A., Glanda D., Głębocka A., Heidtman J., Karolczak A., Klepacka-Gryz E., Makowski M., Oniszczenko W., Rosiński J., Rudnicka M., Samson A., Szwdyn L.M., Zielińska K., Żoga J. (2004). Człowiek i psychologia. Wyd. „PARK”, Bielsko-Biała 2004.
8. Gaweł G., Pater B., Potok H., Ogonowska D. Świadomość odpowiedzialności zawodowej wśród pielęgniarek. Problemy pielęgniarstwa 2010, 18(2).
9. Nestorowicz M. Odpowiedzialność cywilna pielęgniarki i położnej, personelu medycznego. W: Nestorowicz M. (red.). Prawo medyczne. Towarzystwo Naukowe Organizacji i Kierowania, Toruń 2005.
10. Rogala–Pawelczyk G. Odpowiedzialność zawodowa pielęgniarek i położnych. NIPiP, Warszawa 2007.
11. Rongińska T., Gaiga–Werner A. Strategie radzenia sobie z obciążeniem psychologicznym w pracy zawodowej. WSP, Zielona Góra 2001.
12. Andruszkiewicz A.: Typy zachowań w pracy i wpływ na zdrowie psychiczne pielęgniarek. Problemy Pielęgniarstwa 2010, 18 (2), s. 91-96.
13. Dębska G., Cepuch G. Wypalenie zawodowe u pielęgniarek pracujących w zakładach opieki zdrowotnej. Problemy pielęgniarstwa 2008,16(3), s. 273-279.
14. Tartas M., Derewicz G., Walkiewicz M., Budziński W. Źródła stresu zawodowego w pracy pielęgniarek zatrudnionych w oddziałach o dużym obciążeniu fizycznym i psychicznym – hospicjum oraz chirurgii ogólnej. Ann. Acad. Med. Gedan., 2009, 39, s.145-153.

15. Muraczyńska B.: Źródła i nasilenie stresu zawodowego pielęgniarek w pracy z człowiekiem umierającym. *Annales UMCS* 2000, 34, s. 165-168.
16. Łosiak W. *Psychologia stresu*. Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008.
17. Lewandowska A., Litwin B. Wypalenie zawodowe jako zagrożenie w pracy pielęgniarki. *Annales Academiae Medicae Stetinensis, Roczniki Pomorskiej Akademii medycznej w Szczecinie* 2009, 55 (3), s. 86-89.
18. Kułagowska E., Kosińska M. Obciążenie pracą personelu pielęgniarskiego. *Annales UMCS, Lublin – Polonia* 2003, LVIII, suppl. XIII, 145 Sectio D.
19. Heszen Niejodek I., Ratajczak Z. *Człowiek w sytuacji stresu*. Wyd. Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 1996.
20. Kowalczyk A., Zdańska A., Krajewska – Kułak E., Łukaszuk C., Van Damme – Ostapowicz K., Klimaszewska K., Kondzior D., Kowalewska B., Rozwadowska E. Stres w pracy pielęgniarek jako czynnik ryzyka wypalenia zawodowego. *Problemy Pielęgniarstwa* 2011, 19 (3), s. 307-314.
21. Wilczek-Rużyczka E., *Wypalenie zawodowe a empatia u lekarzy i pielęgniarek*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, s. 11-58.
22. Wyderka M., Kowalska H., Szelaż E.: Wypalenie zawodowe jako problem występujący wśród pielęgniarek. „*Pielęgniarstwo Polskie*” 2009, 4 (34), s. 265-275.
23. Pines A.M., *Wypalenie – w perspektywie egzystencjonalnej*, [w:] *Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie*, (red.) Sęk H., Wydawnictwo naukowe PWN, Warszawa 2009, s.32-57.
24. Beisert M. *Specyfika wypalenia u pielęgniarek*. W: Sęk H. (red.). *Wypalenie zawodowe – psychologiczne mechanizmy i uwarunkowania*. Zakład Wydawniczy K.Domke, Poznań 1996, s. 99-125.
25. Jachimowicz–Wołoszynek D., Jakubowska M., Leźnicka M. Analiza zachowań i przeżyć związanych z pracą na przykładzie pielęgniarek. „*Probl Hig Epidemiol*” 2011, 92 (4), s. 725-732.