

SPIS TREŚCI

WSTĘP	7
1. WYPALENIE ZAWODOWE	13
1.1. Geneza, istota i definicje wypalenia zawodowego	13
1.2. Rozwój badań nad wypaleniem zawodowym	19
1.3. Przebieg wypalenia zawodowego i jego symptomy	22
1.4. Metody pomiaru wypalenia zawodowego	30
2. DETERMINANTY PODMIOTOWE I ORGANIZACYJNE WYPALENIA ZAWODOWEGO	39
2.1. Determinanty podmiotowe	39
2.2. Środowisko pracy jako determinanta wypalenia zawodowego	44
2.3. Synergia czynników podmiotowych i środowiskowych	51
2.4. Prewencja i interwencje organizacji wobec problemu wypalenia	54
3. METODYKA BADANIA	61
3.1. Przesłanki realizacji badania własnego	61
3.2. Cele badania	63
3.3. Metoda badania i proces badawczy	64
4. DOŚWIADCZENIE WYPALENIA ZAWODOWEGO PRZEZ PRACOWNIKÓW	71
4.1. Skojarzenia, objawy i rozpoznanie wypalenia	71
4.1.1. Skojarzenia z terminem wypalenie zawodowe	71
4.1.2. Objawy wypalenia	74
4.1.3. Czas trwania i rozpoznanie wypalenia zawodowego	79
4.2. Środowisko pracy i proces „wypalania się” pracowników	84
4.2.1. Środowisko pracy uczestników badania	84
4.2.2. Proces „wypalania się”	92
4.2.3. Postrzeganie pracownika przez współpracowników	105
4.2.4. Wpływ czynników podmiotowych i środowiskowych na wypalenie ...	110

4.3. Radzenie sobie z wypaleniem	117
4.3.1. Komunikowanie potrzeb przez pracowników i reakcje pracodawców ..	117
4.3.2. Sposoby radzenia sobie z wypaleniem	121
4.3.3. Bariery skutecznego radzenia sobie z wypaleniem	127
5. POTRZEBY I OCZEKIWANIA PRACOWNIKÓW DOTKNIĘTYCH WYPALENIEM WOBEC PRACODAWCÓW	132
5.1. Zapobieganie wypaleniu przez pracodawcę	132
5.1.1. Potrzeby i oczekiwania pracowników wobec organizacji	132
5.1.2. Potrzeby i oczekiwania pracowników wobec bezpośredniego przełożonego	143
5.2. Wsparcie pracowników dotkniętych wypaleniem zawodowym	151
5.3. Wsparcie pracowników w powrocie do pracy	156
ZAKOŃCZENIE	161
BIBLIOGRAFIA	168
SPIS RYSUNKÓW	179
SPIS TABEL	180
ZAŁĄCZNIK	181
PROFESSIONAL BURNOUT. EMPLOYEES' EXPERIENCES, THEIR NEEDS AND EXPECTATIONS TOWARDS EMPLOYERS (SUMMARY)	188