

\* Instytut Pielęgniarstwa, Wydział Ochrony Zdrowa  
Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego Kraków, Polska  
Jagiellonian University Medical College, Faculty of Health Care,  
Institute of Nursing, Cracow, Poland  
\*\* Szpital Specjalistyczny im. Dr Józefa Babińskiego Kraków, Polska  
Dr Józef Babinski Specialised Hospital Cracow, Poland

EWA WILCZEK-RUŻYCZKA \*, MAŁGORZATA KRÓL \*\*

### *Level of stress and coping styles in mental health nurses*

#### **Poziom stresu i style radzenia sobie z nim u pielęgniarek psychiatrycznych**

---

#### WSTĘP

Przeglądając literaturę zawierającą opisy dokonań badawczych w dziedzinie stresu zawodowego w pielęgniarstwie pojawiają się problemy w znalezieniu czytelnego i łatwego w zastosowaniu w praktyce modelu stresu zawodowego .

W niniejszej pracy przyjęto model stresu zawodowego stworzony przez H. H. Wheeler`a (1997) Nurse Environmental Stress Model , w którym stres jest widziany jako zmienna interakcyjna. Model stresu zawodowego środowiska pracy został stworzony w oparciu o model poznawczy , reakcyjny i fenomenologiczny. Wheeler zawarł w nim specyficzne dla zawodu pielęgniarki źródła stresu , opisał drogi działania stresu na pracownika , czynniki pośredniczące w ocenie pierwotnej transakcji stresowej oraz wskazał sposoby oceny odległych następstw tego zjawiska na sferę biologiczną , psychiczną i społeczną pracownika. W modelu stresu zawodowego środowiska pracy bodźce oceniane są przez pracownika jako stresory wtedy , gdy ocena sytuacji uznana jest za zagrażającą dobrostanowi lub poczuciu własnej wartości jednostki. Indywidualna ocena sytuacji może ulec modyfikacji pod wpływem wielu czynników . Do jednych z bardziej znaczących zalicza style radzenia sobie ze stresem. Radzenie sobie spostrzegane jest w tym modelu jako moderator , który ma na celu modyfikację sytuacji stresu i jej reinterpretację.

I . Hesen–Niejodek ( 2000) określa mianem styl radzenia sobie ze stresem zbiór strategii radzenia sobie ze stresem charakterystyczny dla danej jednostki , uruchamianych w procesie radzenia sobie z konkretną sytuacją . K. Wrześniewski (2000) pod pojęciem styl radzenia sobie rozumie trwałą osobowościową dyspozycję jednostki do określonego zmagania się z sytuacją stresu.

W literaturze można spotkać różne klasyfikacje stylów radzenia sobie . Do celów niniejszej pracy posłuży ujęcie N.S. Endler`a i J. D. A. Parker`a ( 1990). W ujęciu tym style radzenia sobie możemy podzielić zasadniczo na trzy główne grupy:

- ✦ Styl skoncentrowany na zadaniu
- ✦ Styl skoncentrowany na emocjach
- ✦ Styl skoncentrowany na unikaniu

Podziału dokonano kierując się celem i funkcją stylu radzenia sobie . N. S. Endler i J. D. A. Parker ( 1990) uzupełniają podział , wprowadzając dodatkowe wyróżnienia w ramach dymensji określanej mianem “unikanie”, na styl zorientowany na osobę ( emocje ) i zorientowany na zadanie , polegający na podjęcie innego zadania ( J. D. A. Parker, N. S. Endler, 1992, s. 325 ) ( za: Wrześniewski K., Strelau J., Szczepaniak T., 1992) .

Pozytywnym wynikiem konfrontacji stresowej jest osiągnięcie lub utrzymanie dobrostanu bio-psycho-społecznego przez jednostkę w nowej sytuacji. Odczuwanie satysfakcja z pracy zawodowej i wysoka samoocena jest w modelu pielęgnarskiego stresu zawodowego środowiska pracy wielkością obrazującą ocenę końcową transakcji stresowej. Poziom satysfakcji zawodowej jest zmienną uważaną za jeden z buforów stresu zawodowego oraz wskaźnikiem pozytywnego wyniku konfrontacji stresowej ( Ch. Healy, M. McKay, 2000). Odczuwanie braku satysfakcji z wykonywanego zawodu jest również dodatkowym źródłem stresu (B. McGowan , 2001). Zależność tą wykazali również Ch. Healy i M. McKay (2000), stwierdzili, że podczas gdy poziom stresu wzrasta satysfakcja z pracy zmniejsza się. Wyższy poziom zadowolenia z pracy był powiązany z niższym poziomem stresu na skali Nursing Stress Scale.

Głównym celem badań było określenie poziomu stresu zawodowego wśród pielęgniarek psychiatrycznych, stylów radzenia sobie z nim oraz poziomu satysfakcji z pracy.

W prezentowanej pracy do pomiaru poziomu stresu zawodowego zastosowano metodę kwestionariusza, w którym zostały umieszczone narzędzia służące do pomiaru stresu zawodowego wśród pielęgniarek Indeks Stresu Pielęgniarskiego P. Hingley (1986) (Nursing Stress Index), skalę do pomiaru poziomu satysfakcji z pracy (The Job Satisfaction Scale of The Nursing Stress Index), kwestionariusz do pomiaru stylów radzenia sobie ze stresem (CISS) oraz ankietę własnej konstrukcji.

Badania przeprowadzono w Szpitalu Specjalistycznym im. Dr Józefa Babińskiego w Krakowie od maja do lipca 2002 roku wśród losowo wybranej grupy 68 pielęgniarek psychiatrycznych. Średnia wieku w badanej grupie wynosiła 32 lata , przeciętny staż w zawodzie 12 lat .

## WYNIKI BADAŃ I ICH OMÓWIENIE

TABELA 1. Poziom stresu według skali Nursing Stress Index, Poziom satysfakcji z pracy oraz poziomy w poszczególnych podskalach kwestionariusza CISS (wartości uśrednione)

Skala	N	średnia	SD
Indeks Stresu Pielęgniarskiego ( NSI) (30-150)	68	74.8	17.67
Skala do pomiaru poziomu satysfakcji z pracy (5-20)	68	16.75	4.9
Kwestionariusz do pomiaru stylów radzenia sobie ze stresem CISS			
Podskala Styl Skoncentrowany na Zadaniu (SSZ) (16-80)	67	58.4	9.75
Podskala Styl Skoncentrowany na Emocjach ( SSE) ( 16-80)	67	42.8	10.45
Podskala Styl Skoncentrowany Na Unikaniu (SSU) ( 16-80)	67	46.7	4.9

Jak wynika z tabeli 1. średnia wartość poziomu stresu związanego z pracą zawodową wśród pielęgniarek pracujących w oddziałach psychiatrycznych jest na poziomie umiarkowanym.

Poziom satysfakcji mierzony według skali Satysfakcja z Pracy ( Job Satisfaction Scale of Nursing Stress Index ) zalicza się do wartości średnich.

W celu określenia istnienia związku pomiędzy poziomem stresu a poziomem satysfakcji z pracy oraz poziomem stresu i stylami radzenia sobie z nim obliczono współczynnik korelacji  $r$  Pearsona przy założonym poziomie alfa = 0,05.

TABELA 2. Matryca korelacyjna dla wyników uzyskanych w skali NSI a wynikami uzyskanymi w skali poziomu satysfakcji z pracy

Zmienna	Satysfakcja z pracy
Poziom stresu zawodowego-NSI	-0,45718

Na podstawie wielkości zawartych w tabeli 2 Można stwierdzić , że osoby odczuwające wyższą satysfakcję z wykonywanego zawodu doświadczają niższego poziomu stresu związanego z pracą zawodową.

TABELA 3. Matryca korelacyjna dla poziomu stresu i poszczególnych stylów radzenia sobie ze stresem

Zmienna	Poziom stresu zawodowego
Zadaniowy styl radzenia sobie ze stresem	-0,02845
Emocjonalny styl radzenia sobie	0,61155
Unikowy styl radzenia sobie ze stresem	-0,14187

Na tej podstawie wyników przedstawionych w tabeli 3 można wnioskować , że jeżeli jednostka stosuje często w konfrontacji stresowej styl polegający głównie na neutralizacji nieprzyjemnych emocji powstałych w wyniku oceny transakcji stresowej poziom ogólny stresu zawodowego wzrasta. Można stwierdzić , że emocjonalny styl radzenia sobie utrudnia procesy adaptacyjne do środowiska pracy. Można przyjąć za W. Schoepflun i W. Battmann (1987) (za : Hesen–Niejodek I. , 2000) , że niektóre formy radzenia sobie ze stresem mogą być dodatkowym źródłem stresu , który można określić jako „stres wytwarzany przez podmiot.”

## WNIOSKI

Po przeprowadzeniu badań w grupie pielęgniarek psychiatrycznych możemy przyjąć następujące wnioski:

- ✖ Poziom stresu w grupie objętej badaniem kształtuje się na poziomie umiarkowanym.
- ✖ Poziom satysfakcji z pracy zawodowej u ankietowanych wykazuje wartości średnie

- ✖ Pielęgniarki posługują się różnymi stylami radzenia sobie ze stresem zawodowym , przy czym stosunkowo częściej stylem skoncentrowanym na zadaniu a rzadziej stylem skoncentrowanym na emocjach.
- ✖ Osoby posługujące się stylem radzenia sobie ze stresem skoncentrowanym na emocjach częściej skarżą się na wyższy poziom stresu zawodowego.
- ✖ Osoby odczuwające niższy poziom stresu zawodowego doświadczają wyższej satysfakcji z pracy .

#### LITERATURA

1. Healy M. M . Ch. , McKeay M. F.: Nursing stress : the effects of the coping strategies and job satisfaction in a sample of Australian nurses. *Journal of Advanced Nursing* nr 31(3), 2000.
2. Heszen – Niejodek I., Ratajczak Z. ( red): Człowiek w sytuacji stresu. Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego. Katowice, 2000.
3. Hingley P.: *Stress in Nurse Managers*. King's Fund Centre . London, 1986.
4. McGowan B.: Self-reported stress and its effects on nurses. *Nursing Standard* nr 15 , 2001.
5. Poprawa R.: Zasoby osobiste w radzeniu sobie ze stresem [w:]Dolońska-Zygmunt G. (red): *Podstawy psychologii zdrowia* . Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego. Wrocław 2001.
6. Szczepaniak P., Strelau J., Wrześniewski K.: Diagnoza stylów radzenia sobie ze stresem za pomocą polskiej wersji kwestionariusza CISS Endlera i Parkera. *Przeegląd Psychologiczny* nr 1, 1992.
7. Wheeler H. H.: Nurse occupational stress research 3: a model of stress for research . *British Journal of Nursing* nr 16, 1997.

#### STRESZCZENIE

Stres w środowisku pracy należy do szczególnie ważnych zagadnień, gdyż jego następstwa mają bardzo negatywny wpływ na funkcjonowanie pracownika w środowisku pracy . Wysoki poziom stresu daje efekty w postaci zwiększonej absencji chorobowej, wysokiej rotacji pracownika, obniżonej jakości świadczonej opieki oraz niskiego poczucia zadowolenia z pracy. Długotrwale utrzymujący się wysoki poziom stresu wyczerpuje zasoby bio-psycho-społeczne jednostki doprowadzając do wyczerpania zdolności utrzymania homeostazy przez organizm. Głównym celem badań było określenie poziomu stresu wśród pielęgniarek psychiatrycznych, stylów radzenia sobie z nim oraz poziomu satysfakcji z pracy. Badaniami objęto 68 pielęgniarek pracujących w Szpitalu Specjalistycznym im. Dr Józefa Babińskiego w Krakowie. Jako metody badawcze przyjęto : Indeks Stresu Pielęgniarskiego (Nursing Stress Index) P. Hingley., kwestionariusz CISS, skala do pomiaru satysfakcji z pracy. Wyniki badań świadczą o związkach między poziomem stresu i stylem radzenia sobie z nim oraz poziomem satysfakcji z pracy.

## SUMMARY

Stress in work environment is one of the issues of significant importance, as its consequences negatively affect functioning of an employee in work environment. High stress level results in increased absence due to illnesses, high personnel rotation, reduced quality of care provided and low satisfaction from the work performed. Prolonged high stress level exhausts biological, psychological and social resources of an individual, leading to exhausting the homeostasis maintenance capacity of the organism. The main objective of the research was to determine stress level in mental health nurses, stress handling methods and the level of satisfaction with work. The assumed hypotheses were verified on existence of a relationship between stress level, stress handling methods and the level of satisfaction with work.

The study included 68 nurses working in the Dr Jozef Babinski Specialised Hospital (Szpital Specjalistyczny im. dr Józefa Babińskiego) in Krakow. The following research methods were adopted: Nursing Stress Index by P. Hingley, CISS Questionnaire Job Satisfaction Scale of Nursing Stress Index. Research results indicate existence of relationships between stress level, stress handling methods and the level of satisfaction with work.