

**Ewa Stępa-Tykwińska**

**Elastyczność poznawcza i poczucie umiejscowienia kontroli w pracy a wypalenie zawodowe u funkcjonariuszy policji**

**Promotor: dr hab. Małgorzata Anna Basińska prof. UKW**

**Promotor pomocniczy: dr Izabela Grzankowska**

**Streszczenie**

**Wprowadzenie:** Badania zagadnienia wypalenia zawodowego cieszą się dużym zainteresowaniem na przełomie ostatnich dekad. Obejmujące początkowo jedynie zawody oparte na niesieniu pomocy drugiemu człowiekowi, z czasem zostały rozszerzone na wszystkie sektory zawodowe. Jednym z powodów nasilenia wypalenia zawodowego jest nieskuteczne i nieadaptacyjne radzenie sobie ze stresem oraz brak poczucia kontroli w pracy. Elastyczność poznawcza natomiast jest konstruktem, dzięki któremu jednostka może nauczyć się sprawowania kontroli w sytuacjach trudnych, udoskonalać swoje strategie zaradcze, kreować nowe sposoby radzenia sobie, uczyć się postrzegania sytuacji, w tym sytuacji trudnych z całkiem nowych perspektyw. Jednym z elementów procesu elastyczności poznawczej jest wsparcie społeczne, dzięki któremu jednostka między innymi otrzymuje informacje o trafności i skuteczności podejmowanych działań zaradczych. Funkcjonariusze policji są grupą zawodową w szczególności narażoną na ryzyko wystąpienia wypalenia zawodowego przez kontakt ze specyficznym spectrum stresorów. Czynniki sprzyjające rozwijaniu się syndromu wypalenia zawodowego w tej grupie są także stosowane nieadaptacyjne strategie radzenia sobie ze stresem i wysoce zhierarchizowana struktura organizacji policji. Wypalenie zawodowe, przez swoje negatywne skutki dla jakości pracy oraz relacji międzyludzkich, jest istotne z perspektywy jakości funkcjonowania policjanta nie tylko w trakcie służby, ale również po jej zakończeniu, w domu, wśród rodziny i znajomych.

**Cel badań:** Głównym celem prezentowanej dysertacji było ustalenie czy istnieje związek pomiędzy elastycznością poznawczą a poczuciem umiejscowienia kontroli w pracy a wypaleniem zawodowym funkcjonariuszy policji, przy uwzględnieniu mediującej roli wsparcia społecznego oraz różnicującej roli zmiennych pośredniczących o charakterze społeczno-demograficznym i związanych z pracą.

**Metoda:** Grupę badanych stanowiło 200 funkcjonariuszy policji: 43 kobiety (21,5%) oraz 153 mężczyzn (76,5%) (czterech funkcjonariuszy nie podało płci) w wieku od 20 do 49 lat ( $M=35,53$ ;  $SD=6,00$ ). Policjanci uczestniczyli w badaniach kwestionariuszowych, w których wykorzystano: ankietę osobową, Kwestionariusz Wsparcia Społecznego F-SozU K-22 autorstwa Thomasa Frydricha wraz z zespołem (1989) w polskiej adaptacji Zygryda Juczyńskiego (2001), Kwestionariusz Elastyczności Poznawczej autorstwa Johna Dennisa i Jilion Vander Wal (2010) w polskiej adaptacji Krzysztofa Piórowskiego wraz z zespołem (2017); Skala Poczucia Umiejszczenia Kontroli w Pracy WLCS autorstwa Paula Spectora (1988) w polskiej adaptacji Marcina Wilskiego (2015), Kwestionariusz Wypalenia Zawodowego LBQ autorstwa Massimo Santinello (2008), w polskiej adaptacji Aleksandry Jaworowskiej (2014).

**Wyniki:** Badani funkcjonariusze policji wykazywali się przeciętnym nasileniem elastyczności poznawczej, w tym umiejętności generowania i wykorzystywania nowych sposobów ujmowania zdarzeń, przy jednoczesnym niskim poziomie postrzegania sytuacji jako możliwych do kontrolowania. W grupie badanych przeważało zewnętrzne poczucie umiejscowienia kontroli w pracy. Nasilenie wymiarów wypalenia zawodowego było zróżnicowane, plasujące się na przeciętnym poziomie w przypadku wyczerpania psychofizycznego, rozczarowania oraz braku zaangażowania w relacje z klientem. Grupa badanych nie była homogeniczna w kontekście poczucia braku skuteczności zawodowej – część policjantów odczuwała jego przeciętne (5 sten) a część wysokie (8 sten) nasilenie. Spostrzegane wsparcie społeczne minimalizowało nasilenie wymiarów wypalenia zawodowego u osób elastycznych poznawczo oraz nasilenie poczucia braku skuteczności zawodowej zarówno u osób wewnątrz jak i zewnątrzsterownych. Zmienne demograficzne nie różnicowały relacji wypalenia zawodowego z elastycznością poznawczą i poczuciem umiejscowienia kontroli w pracy. Taką funkcję pełnił jedynie staż służby, różnicujący poziom poczucia braku skuteczności zawodowej u osób wewnątrzsterownych oraz brak zaangażowania w relacje z klientem u osób zewnątrzsterownych. Wyodrębniono cztery typy funkcjonowania osób badanych, zróżnicowanych pod względem poziomu elastyczności poznawczej i lokacji poczucia kontroli w pracy. Policjanci wysoko elastyczni, charakteryzujący się mieszaną lokacją kontroli wykazywali najniższe nasilenie wszystkich wymiarów wypalenia zawodowego, natomiast funkcjonariusze o zewnętrznym poczuciu kontroli skarżyli się na wysokie nasilenie tych wymiarów.

**Wnioski:** Na podstawie uzyskanych wyników badań własnych można stwierdzić, iż elastyczność poznawcza pełni rolę czynnika ochronnego przed wypaleniem zawodowym. Dodatkowymi

elementami sprzyjającymi prewencji wypalenia zawodowego jest wsparcie społeczne oraz niskie zewnętrzne poczucie umiejscowienia kontroli w pracy. Nie potwierdzono ochronnej roli wewnętrznego poczucia umiejscowienia kontroli w pracy. W badanej grupie funkcjonariuszy policji zauważyć można tendencję sprzyjającą zmianie strategii radzenia sobie ze stresem, oraz porzuceniu nieadaptacyjnych metod radzenia sobie.