

STRES ZAWODOWY U NAUCZYCIELI W CZASIE PANDEMII COVID-19

MGR PAULINA SOLIWODA

WSTĘP

Celem prezentowanego badania była **próba zdiagnozowania czynników związanych ze stresem zawodowym u nauczycieli w trakcie pandemii Covid-19**. Wzięto pod uwagę różne rodzaje czynników – od czynników organizacyjnych np. nieprzewidywalność zmian trybu nauczania ze stacjonarnego na zdalny, przez trudności związane z brakiem umiejętności prowadzenia nauczania zdalnego aż po czynniki psychologiczne i społeczne mogące stanowić obciążenie w pracy nauczyciela w czasie pandemii.

PRZEBIEG BADANIA

W badaniu do tej pory wzięło udział **60 nauczycieli** z różnych placówek – od przedszkola i szkół podstawowych, przez szkoły ponadpodstawowe i placówki edukacji pozaszkolnej, aż po nauczycieli pracujących na uczelniach wyższych.

Badanie jest dalej aktywne i zbierane są kolejne dane - poniżej zaprezentowane zostaną wstępne wnioski.

WSTĘPNE WNIOSKI

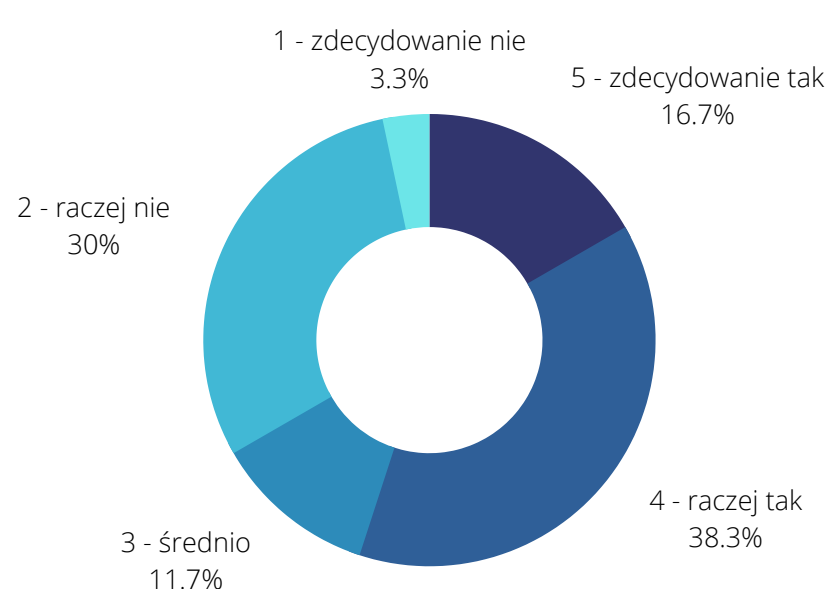
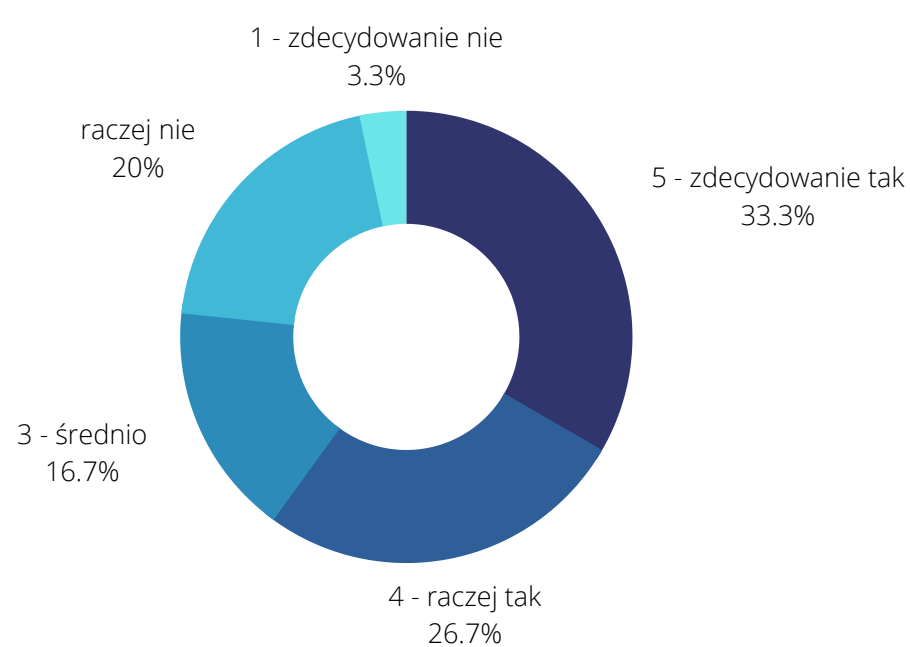
Respondenci zostali poproszeni o określenie swojego aktualnego poziomu stresu w porównaniu z sytuacją sprzed pandemii – z udzielonych przez respondentów odpowiedzi wyraźnie wynika, że **wielu z nich jest zestresowanych zdecydowanie bardziej niż przed pandemią**.

60% badanych odpowiedziało zdecydowanie tak lub raczej tak na pytanie "Czy uważa Pani/Pan, że odczuwa teraz (w pandemii) większy stres niż wcześniej?"

Praca jest dla nich **bardziej obciążająca**, wielu z nich czuje się **wyczerpanych psychicznie i emocjonalnie**. Na pytanie "Moja praca powoduje, że czuję się emocjonalnie wyczerpana/wyczerpany - odczuwam to bardziej niż przed pandemią" **55% respondentów** odpowiedziało "Zdecydowanie tak" lub "raczej tak".

Respondenci również wskazali na objawy stresu, które odczuwają na co dzień.

Najczęściej wymieniano **rozdrażnienie/irytację 31,8%**, problemy ze snem **17,9%** oraz ból głowy **14,6%** i niechęć do angażowania się w wyznaczone zadania **11,9%**.



DYSKUSJA

Pomimo tego, że badania są na dość wczesnym etapie warto zwrócić uwagę na to, że wstępne wnioski sugerują, że nauczyciele odczuwają aktualnie większy stres niż przed pandemią.

Jest to niewątpliwie problem warty zaadresowania, aby zadbać lepiej o komfort życiowy i zawodowy tej grupy oraz nie dopuścić do sytuacji związanej z narastaniem coraz większego ryzyka wypaleniem zawodowym.

