

Edyta Osękowska

Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie, Polska ■ Pedagogical University of Krakow, Poland

Wypalenie zawodowe nauczycieli w szkołach specjalnych

Professional burnout of teachers in special schools

Streszczenie: Stresory, które przed długi czas utrzymują się w pracy, prowadzą do wyczerpania przede wszystkim zdolności adaptacyjnych człowieka, a w konsekwencji – do pojawienia się zespołu objawów określanego dziś mianem wypalenia zawodowego. Taka sytuacja jest charakterystyczna dla zawodów, które wymagają bezpośredniego kontaktu z drugą osobą, np. nauczycieli, psychologów, terapeutów, pielęgniarek czy lekarzy (Sęk, 1996). Przedmiotem badań opisanych w niniejszej pracy było wypalenie zawodowe nauczycieli w szkołach specjalnych, natomiast celem badań było sprawdzenie, czy nauczyciele w szkołach specjalnych czują się wypaleni zawodowo. Do badań wykorzystano metodę wywiadu. Warto również zaznaczyć, iż przeprowadzone badania miały charakter ilustracyjny – ukazały indywidualny aspekt pracy nauczyciela pedagoga specjalnego. Nie upoważniają zatem do formułowania uogólnień i daleko idących wniosków. Pozwalają jednak na zaakcentowanie takich czynników, które w indywidualnym odbiorze okazują się być trudne, oraz zwracają uwagę na niedostatki systemowe, mające istotny związek z kształceniem oraz doskonaleniem zawodowym. Jak wynika z badań, stawiane przez pracodawcę wymagania prowadzą do obciążenia pedagoga specjalnego w pracy. Głównym wsparciem dla niego są nauczyciele, dyrekcja, a także dostęp różnych portali społecznościowych.

Abstract: Stressors at work have persisted for a long time, leading to the exhaustion of primarily adaptive capacities, and thus syndromes of symptoms appear, which are referred to as occupational burnout. Such a situation is characteristic of professions that require primarily direct contact with another person, i.e. teachers, psychologists, therapists, nurses, doctors, etc. (Sęk, 1996). The subject of the study is the professional burnout of teachers in special schools, while the goal is to find out whether teachers in special schools feel professionally burned out. During the research, the interview method was used. It is also worth noting that the conducted research is illustrative – it shows an individual aspect of the work of a special education teacher. It does not authorise the formulation of generalisations and far-reaching conclusions. It allows to emphasize such factors, which in the individual perception prove to be difficult, and draw attention to the shortcomings of both systemic training, which has a significant connection with education, and in-service training. According to the study, the demands of the employer lead to a burden in the work of a special educator. The main support is teachers, management, as well as access to various social networks.

Słowa kluczowe: nauczyciel; stres; szkoła; uczeń; wypalenie

Keywords: burnout; school; student; stress; teacher

Otrzymano: 12 października 2022

Received: 12 October 2022

Zaakceptowano: 16 listopada 2022

Accepted: 16 November 2022

Sugerowana cytacja/Suggested citation:

Osekowska, E. (2022). Wypalenie zawodowe nauczycieli w szkołach specjalnych. *Przedsiębiorczość – Edukacja* [Entrepreneurship – Education], 18(2), 219–228. <https://doi.org/10.24917/20833296.182.14>

Wstęp

Praca nauczyciela nie dotyczy tylko przekazywania wiadomości. Jak twierdzi H. Grabowski, nauczyciel jest również specjalistą w dziedzinie ludzkiego zachowania, które opiera się na instytucjonalnym motywowaniu do jego zmiany w kierunku pożądanym społecznie (Grabowski, 2000: 11–27). Nauczyciel powinien wyposażyć swoich podopiecznych w kluczowe umiejętności, dążyć do rozwijania ich systemu wartości, a także kształtować postawy. Misją nauczyciela jest przede wszystkim rozbudzanie aktywności i kreatywności u następnych pokoleń oraz motywowanie ich do zdobywania wiedzy i nowych doświadczeń (Majczak, 2016: 186).

Celem artykułu jest prezentacja problematyki wypalenia zawodowego w oczach nauczyciela szkoły specjalnej. Z uwagi na rangę problematyki należy zagadnienie to analizować zarówno w aspekcie ilościowym (m.in. skala problemu, wiek, płeć osób dotkniętych wypaleniem, symptomy), jak i w kontekście indywidualnych ocen oraz doświadczeń.

Problematyka wypalenia zawodowego – wybrane zagadnienia

Pojęcie syndromu wypalenia zawodowego zostało po raz pierwszy użyte w 1974 r. przez H. Freudenbergera (Kretschmann i in., 2003). Ch. Maslach uważa, iż wypalenie to: „psychologiczny zespół wyczerpania emocjonalnego, depersonalizacji i obniżonego poczucia osiągnięć osobistych, który może wystąpić u osób pracujących z innymi ludźmi w pewien określony sposób” (Maslach, 2000: 15). Natomiast zdaniem H. Sęka, wypalenie rozpoczyna się „skrycie i nie jest w żaden sposób dostrzegane przez osobę, którą to dotyczy. Głównymi symptomami są: zmęczenie, drażliwość, napięcie, hiperaktywność na zamianę z wyczerpaniem psychofizycznym. Do stanu chronicznego napięcia wskutek stresu niezmodyfikowanego czynnościami zaradczymi dołącza się czasem utrata energii, zniechęcenie i objawy depresji odniesionej jednakże tylko do sytuacji zawodowej. Zmęczeni i rozczarowani lekarze, nauczyciele, pracownicy pomocy społecznej coraz trudniej znoszą wymagania klientów, rodziców, pacjentów, przełożonych, pracują dużo, ale mało efektywnie. Narzekają na niewychowanych, leniwych, agresywnych uczniów, roszczeniowych klientów, niewdzięcznych i niesubordynowanych pacjentów, [...] a nie widzą, że część tych ocen bierze się z poczucia własnej niekompetencji poradzenia sobie z sytuacją zawodową. [...] pielęgniarki, lekarze, nauczyciele skracają czas na kontakt, unikają spotkań, zamieniają opiekę na nadzór [...], stosują pewne etykietowanie, upokarzają, depersonalizują” (Sęk, 1996: 23). Do przyczyn wypalenia zawodowego możemy zaliczyć:

- wymagania instytucji w stosunku do pracownika,
- niedociążanie lub przeciążenie pracą,
- podejmowanie decyzji pod presją,

- zbyt długi czas pracy,
- nieodpowiednie relacje interpersonalne,
- odpowiedzialność za zdrowie i życie innych,
- stopień psychicznego zaangażowania pracownika,
- nadmierny poziom osobistej odpowiedzialności.

Zdaniem wielu autorów (np. Pyżalski, 2010: 66; Schultz, P.D., Schultz, S.E., 2002: 440), przyczyną wypalenia zawodowego jest nie tylko przeciążenie pracą, ale również niedociągnięcie czy wykonywanie zbyt prostej pracy. Wtedy to pracownik doświadcza psychicznego dyskomfortu, ponieważ nie ma czym wypełnić czasu i nie wykorzystuje w pełni swych kompetencji, co powoduje niezadowolenie z siebie. Nauczyciele, którzy rozpoczynają swoją pracę zawodową i poważnie traktują swój zawód, stawiają sobie wysokie wymagania. Trudności, na które napotykać w pełnieniu swoich funkcji, mogą być dla nich źródłem wielu frustracji.

Wypalenie zawodowe jest procesem. J. Edelwich i A. Brodsky wymieniają cztery fazy tego zjawiska:

- Entuzjazm, który jest związany z dużymi nadziejami i oczekiwaniami, towarzyszy mu ogromna energia do działania oraz zaangażowanie w pracę zawodową.
- Stagnacja, która polega na zmianie orientacji z aspektów profesjonalnych na potrzeby osobiste, a także na koncentrowaniu się w ich kierunku w swojej dalszej pracy zawodowej.
- Frustracja, mająca związek z doświadczanym poczuciem niskiej skuteczności zawodowej, a także rozczarowaniem w stosunku do ludzi. Wymienionej fazie towarzyszą objawy somatyczne, emocjonalne oraz dysfunkcje w zachowaniu.
- Apatia, spadek zaangażowania w problemy zawodowe, a także unikanie rywalizacji ze współpracownikami (Gaś, 2001: 28).

Warto zauważyć, iż praca pedagogów specjalnych jest opisywana jako trudna oraz skomplikowana, a stawiane im wymagania przekraczają bardzo często możliwości radzenia sobie z nimi (Westling in., 2006: 136–147). Istotne jest również to, iż pedagodzy specjaliści w porównaniu z innymi nauczycielami i pedagogami w większym stopniu doświadczają przeciążeń pracą, które wynikają przede wszystkim z wysokich oczekiwań oraz wymagań, takich jak stosowanie zróżnicowanych oddziaływań, radzenie sobie z wyzwaniem wychowawczymi i dydaktycznymi. Warto dodać, iż problem wypalenia zawodowego w pracy pedagoga specjalnego, który specjalizuje się w edukacji oraz rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną, ma charakter wieloaspektowy. Na to zjawisko można patrzeć przez pryzmat troski o zdrowie i dobrostan pracownika, jakość pracy, a także z perspektywy etycznej, która wiąże się z ryzykiem naruszania standardów opieki nad drugim człowiekiem oraz poszanowaniem jego praw (Plichta, 2014: 239–250). Specyfika pracy pedagoga specjalnego nie dotyczy tylko trudów związanych z procesem dydaktycznym w aspekcie merytorycznym i organizacyjnym, wynika przede wszystkim z deficytu intelektualnego wychowanków. Istotnym wyzwaniem stojącym przed pedagogiem specjalnym jest radzenie sobie z kwestiami, które wynikają z zaburzeń funkcjonowania społecznego i emocjonalnego osób z niepełnosprawnością intelektualną (Kasari, Bauminger, 1988). W omawianej grupie zawodowej obserwuje się większą niejasność roli niż u nauczycieli, którzy pochodzą z populacji generalnej, a także sprzeczne wyniki dotyczące satysfakcji z pracy. Brak różnic na poziomie satysfakcji z pracy zauważyli B.S. Billingsley oraz L.H. Cross (1992: 453–471), natomiast w badaniach L.R. Stempień i R.C. Loeb (2002: 258–267) pedagodzy specjaliści

otrzymali niskie wyniki w tym obszarze, miało to związek również z niską satysfakcją z życia. Ciekawą kwestią stało się również to, iż pedagodzy specjaliści poszukują wsparcia właśnie u pozostałych pedagogów specjalnych o wiele częściej niż u innych specjalistów. Warto nadmienić, iż syndrom wypalenia zawodowego dotyka nie tylko osób, które mało angażują się w rolę osoby pomagającej, ale również tych, które angażują się zbyt mocno i utożsamiają się z nią. W pierwszej grupie pojawiają się objawy związane z niewłaściwie dobraną rolą do osobowości, a także do posiadanych predyspozycji. Pedagodzy specjaliści, którzy są oddani swojej pracy, doznają frustracji, ponieważ nie mogą zrealizować swoich nierealistycznych zamierzeń oraz nie są w stanie poradzić sobie z codziennymi obciążeniami, a tym samym ich proces rozwoju zawodowego i samorealizacji zostaje zablokowany lub znacznie utrudniony. Zarówno jedna, jak i druga grupa ponosi koszty związane z pogorszeniem jakości życia, a czasami również – utraty zdrowia (Śliwerski, 1999: 11). Przeprowadzone badania pokazują również, iż uczniowie wypalonych zawodowo pedagogów specjalnych rzadziej osiągają zamierzone cele zaprojektowane i ujęte w indywidualnych programach edukacyjno-terapeutycznych (Jennings, Greenberg 2009: 491–525; McGrew, 2013: 2748–2763). Jak twierdzi M. Sekułowicz, to pedagodzy specjaliści wymagają pomocy, gdyż pracują ze szczególnym „klientem”, który ze względu na swoją niepełnosprawność w mniejszym stopniu może przeciwstawić się depersonalizowaniu oraz innym negatywnym działaniom nauczyciela. Niestety, wielu nauczycieli nie poszukuje pomocy, ponieważ uważa, że to oni powinni nieść pomoc innym (Sekułowicz, 2002: 145).

Wyniki różnych badań pozwalają określić, iż jednym z czynników determinujących pedagoga specjalnego jest głębokość zaburzeń podopiecznych. Nauczyciele muszą być przygotowani na sytuacje, w których mogą pojawić się zachowania agresywne uczniów (np. Sekułowicz, 2002: 139–141). W badaniach dotyczących wypalenia zawodowego pedagogów specjalnych prowadzonych przez E. Mutkins, R. Brown i E. Thorsteinsson (2011) wynika, iż jednym z najczęściej wymienianych ryzyk obciążenia zawodowego jest przede wszystkim zachowanie trudne, które stanowi zagrożenie dla jednostki, a także grupy. W badaniach prowadzonych przez Janinę Korzon (1991) najistotniejszym czynnikiem prowadzącym do wypalenia zawodowego było wyczerpanie emocjonalne. Wśród nauczycieli specjalnych najwyższy poziom wyczerpania emocjonalnego można było zauważyć u pedagogów w zakresie edukacji i rehabilitacji osób z niepełnosprawnością intelektualną.

W Polsce badaniami dotyczącymi wypalenia zawodowego nauczycieli w szkołach specjalnych zajmował się J. Pyżalski (2010). Z przeprowadzonych przez tego autora badań wynika, iż najistotniejszym czynnikiem wywołującym stan zmęczenia i wypalenia zawodowego jest niewłaściwa organizacja w pracy. Większość badanych nauczycieli okazywało niezadowolone z zarobków, które nie były adekwatne do wysiłku włożonego w pracę. Dodatkowo wykazywali oni przeładunek programu nauczania, a także mały wpływ na zadania realizowane przez szkołę. Jako kolejny czynnik nauczyciele wymienili niekorzystny stan pomieszczeń w stosunku do pracowników oraz zbyt dużą liczbę dzieci, co negatywnie wpływa na ich pracę, a także rywalizację współpracowników, brak wsparcia ze strony kolegów czy przełożonych (Pyżalski, 2010).

Nietrudno zauważyć, iż praca z osobami z niepełnosprawnością intelektualną przez dłuższy czas jest uciążliwa ze względu na stan fizyczny i psychiczny pedagoga specjalnego. (Sekułowicz, 2002: 141). Podobnego zdania jest również W. Dykciak, który twierdzi, iż praca z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, przede wszystkim głębszą, przynosi mniejszą satysfakcję. Dlatego też nauczyciele o wiele rzadziej mogą oczekiwać widocznej poprawy

funkcjonowania swoich podopiecznych. Efekty wspólnej pracy są rozciągnięte w czasie. Ze względu na istniejące deficyty intelektualne dostrzega się również występowanie zaburzeń wielozakresowych. Nauczyciele specjaliści muszą być przygotowani interdyscyplinarnie i wymaga to od nich przede wszystkim ciągłego doskonalenia swoich umiejętności (Dyk-cik, 2001: 142) Zawód nauczyciela należy przede wszystkim do zawodów, gdzie kontakt interpersonalny oraz proces zaangażowania i wymiany emocjonalnej są bardzo istotne. To od nauczyciela oczekuje się przede wszystkim przekazywania wiedzy oraz stwarzania warunków w celu optymalizacji rozwoju uczniów. Dlatego też osobowość, umiejętności interpersonalne czy też wrażliwość na potrzeby uczniów stają się nadrzędnym narzędziem pracy i mają duże znaczenie dla osiągnięcia sukcesu zawodowego. Nie da się jednak ukryć, iż zaangażowanie w pracy, a także codzienna troska o dobro innych same w sobie stają się dużym obciążaniem psychicznym (Sęk, 2011: 149).

Zawód pedagoga specjalnego jest szczególnym rodzajem oddziaływań pedagogicznych. Przed pedagogiem specjalnym stawia się ogromne zadania, które w dużym stopniu przekraczają tradycyjne kompetencje oraz formy pracy nauczycielskiej. J. Doroszevska, która razem z M. Grzegorzewską stworzyła teorię oraz praktyki pedagogiki specjalnej, uważa, iż nauczyciele kształcenia specjalnego nie ograniczają się tylko do prowadzenia zajęć szkolnych, ale przede wszystkim działają w kierunku naprawczym (rehabilitacyjnym, rewalidacyjnym czy też resocjalizacyjnym). Autorka podkreśla, iż pedagogika specjalna znajduje się na pograniczu pedagogiki ogólnej oraz medycyny, w związku z czym zarówno zawód lekarza, jak i pedagoga powinien być traktowany jako powołanie. Dlatego też istotna jest sprawa osobistego stosunku lekarza lub nauczyciela szkoły specjalnej do wykonywanych zadań: szczególna odpowiedzialność, poświęcenie, uczciwość, postawa społeczna, a także dawanie z siebie maksimum wysiłku. To stanowi warunek dobrze wykonanej pracy (Doroszevska, 1981).

Praca dydaktyczno-wychowawcza z uczniami niepełnosprawnymi wymaga przede wszystkim specjalnych predyspozycji, kompetencji, a także wyjątkowego profesjonalizmu (Bosmans, 1996: 24). W pracy tej ważne są wiedza oraz sprawdzone w życiu teorie rozwoju człowieka, ogólnie przyjęte zasady postępowania i słuchanie „wewnętrznego głosu”, który niekiedy nakazuje postąpić wbrew przyjętym zasadom. Jak stwierdza D. Kocydłowska, w zakresie wspomagania rozwoju dzieci niepełnosprawnych: „Niejednokrotnie stawałam przed próbą rozwiązania problemów, o których nic nie zostało napisane w podręcznikach. Polegałam wtedy na własnej intuicji” (Kocydłowska, 2002: 338). Nauczyciele szkół specjalnych stoją przed wyzwaniem, aby sprostać ogólnym wymaganiom, co często wiąże się z występującym u nich lękiem i napięciem.

Praca z uczniem niepełnosprawnym wymaga dużej kreatywności, a także pomysłowości, wykorzystywania innowacyjnych metod, uwzględniając przy tym odpowiednie zadania dostosowane do potrzeb danego ucznia. Zadania edukacyjne dotyczą zdobywania wiedzy, umiejętności oraz rehabilitacji, które są dostosowywane indywidualnie, w zależności od głębokości i rodzaju niepełnosprawności. Opierając się na indywidualnym programie edukacyjno-terapeutycznym, nauczyciel powinien dążyć do rozwijania samodzielności ucznia, jego umiejętności samoobsługowych z zastosowaniem odpowiednich narzędzi. Natomiast zadania wychowawcze opierają się na funkcji wychowawczej czy też pielęgnacyjnej przy włączeniu także w proces dydaktyczno-wychowawczy rodziców. Dlatego też ważna jest postawa pedagoga specjalnego względem rodziców dziecka niepełnosprawnego. Zadania integrujące dotyczą zarówno nauczycieli, jak i rodziców oraz dzieci. Nauczyciel

specjalny, podejmując pracę, staje przed dużym wyzwaniem, zwłaszcza na samym początku swojej kariery, musi przede wszystkim zaznajomić się z różnymi formami szkolnictwa specjalnego (Sekułowicz, 2005).

Metodologiczna podstawa badań własnych

Celem przeprowadzonych badań było poznanie zjawiska wypalenia zawodowego w jednostkowym aspekcie, z uwzględnieniem subiektywnej oceny nauczyciela specjalnego i jego odczuć związanych z pracą zawodową oraz funkcjonowaniem w środowisku edukacyjnym szkoły specjalnej. Przedmiotem badań były wypowiedzi nauczyciela-pedagoga specjalnego, jego narracja, która poddana została analizie. Aby rozpoznać sytuację związaną z wypaleniem nauczycieli w szkole specjalnej, przeprowadziłam wywiad narracyjny z jednym z nich. Trud diagnozy podjęłam dla uzyskania odpowiedzi na następujące pytania badawcze:

- Jakie sytuacje trudne odczuwa nauczyciel w swojej pracy?
- Jakie działania podejmuje nauczyciel, kiedy odczuwa trudne sytuacje?
- Co jest głównym czynnikiem, który prowadzi do wypalenia zawodowego nauczycieli?
- Czy nauczyciel czuje się wypalony zawodowo?

W toku diagnozy otrzymałam materiał empiryczny opracowany na potrzeby niniejszego artykułu w narracji odpowiadającej postawionym pytaniom. Posłużyłam się metodą wywiadu narracyjnego w jego półstandardowej odmianie. Głównym przedmiotem wywiadu narracyjnego są przede wszystkim historie życia w kontekście określonych problemów. Dlatego też K. Kaźmierska zaznacza, iż wywiad narracyjny to: „otrzymanie opowieści o życiu, nie będącej sumą odpowiedzi na stawiane pytania, lecz spontaniczną narracją, niezakłóconą interwencją badacza” (Kaźmierska, 2004: 74). Badacz otrzymuje opowieść narracyjną, którą utrwała i transkrybuje. Warto zaznaczyć, że zarówno badacz, jak i badany odgrywają określone role. W centrum uwagi usytuowana jest osoba badana. Istotną kwestią jest również to, iż w terminologii wywiadu uzyskuje ona miano narratora, natomiast przeprowadzający wywiad jest głównie słuchaczem i jego rola w konstruowaniu kierunku i rodzaju podejmowanych zagadnień jest ograniczona.

W tym momencie warto wymienić pięć etapów prowadzenia wywiadu narracyjnego. Są to: faza rozpoczęcia wywiadu, stymulacja do opowiadania, narracja oraz pytań i zakończenia wywiadu (Kaźmierska, 2004: 74). Jest to rozmowa częściowo kierowana, przebiegająca w indywidualnym, bezpośrednim kontakcie z badanym. Pytania mają formę pytań otwartych – inicjują rozmowę, następnie precyzują jej przebieg. Osoba badana mówi o swoich doświadczeniach zawodowych i odczuciach. Badacz tworzy atmosferę zaufania, nie krytykuje wypowiedzi, nie wpływa na ich treść (Konarzewski, 2000: 22–23). W związku z tym, iż wywiad narracyjny jest często stosowaną techniką badawczą w naukach społecznych i skupia się na określonych problemach, przeżyciach osób zastosowano go w niniejszych badaniach dotyczących wypalenia zawodowego nauczyciela w szkołach specjalnych. Wywiad prowadzono w okresie 13.06–15.06.2022 r. w formie stacjonarnej, w trakcie dwóch spotkań w miejscu i czasie dogodnym dla osoby badanej.

Opis badań

Pani Maria ma 40 lat i jest nauczycielem w szkole specjalnej, ma trzynastoletni staż pracy w zawodzie. Jest absolwentką Uniwersytetu Warszawskiego na kierunku pedagogika

specjalna. Szkoła, w której pracuje usytuowana jest w Krakowie. Wybierając zawód pedagoga specjalnego, kierowała się przede wszystkim realizacją swoich marzeń z dzieciństwa oraz zamiłowaniem do pracy z dziećmi. Jak sama stwierdziła, „pomimo wielu trudności w tym zawodzie spełniam się i chętnie podejmuję nowe wyzwania z duchem czasu. Największym moim sukcesem była radość ucznia z niepełnosprawnością intelektualną, który w klasie IV nauczył się czytać. Trudna i długotrwała praca dała efekty. Uczeń uwierzył we własne siły i dzięki temu dalsza nauka przynosiła mu radość”. Nie ukrywa jednak, iż w pracy towarzyszą jej takie emocje, z którymi nie zawsze jest sobie w stanie poradzić. Ze względu na różne zachowania (najczęściej agresywne) swoich podopiecznych, niekiedy odczuwa niechęć do podjęcia pracy następnego dnia. Stara się jednak radzić sobie z sytuacjami trudnymi poprzez osiągnięte sukcesy zawodowe: „osiągane sukcesy w pracy z uczniami wzmacniają mnie pozytywnie, podnoszą poziom motywacji w pracy, dają mi zadowolenie i chęć do poszukiwania nowych lepszych rozwiązań. Sukcesy moich uczniów są moimi sukcesami i ułatwiają radzenie sobie w trudnych sytuacjach”. W sytuacjach kryzysowych może liczyć na wsparcie kolegów z pracy, a także dyrektora szkoły oraz pomoc ze strony grup tematycznych na portalach społecznościowych. Z chęcią współpracuje z instytucjami wspomagającymi pracę z uczniami z niepełnosprawnością intelektualną, diagnozuje problem i szuka rozwiązania. Pomimo dużego wsparcia ze strony grona pedagogicznego nauczycielka zauważa brak możliwości w zakresie współpracy nauczycieli z rodzicami uczniów niepełnosprawnych. Ważną kwestią jest również to, że rodzice stawiają wysokie wymagania dotyczące edukacji i rozwoju swojego dziecka: „Rodzice uważają, że moim głównym zadaniem jest przede wszystkim pokierowanie dalszym rozwojem ich dziecka i nauczenie go tego, czego do tej pory nie byli w stanie pojąć w domu. Zarzucają mi także, iż ich pociecha uczęszcza do szkoły np. już drugi rok, a w jego rozwoju oraz edukacji nie dostrzegają zmian”. Pani Maria stwierdziła, że istnieje jeden czynnik, który sprawia, że przejawia się u niej wypalenie zawodowe: „Zbyt duże wymagania ze strony rodziców, a także pracodawcy prowadzą do tego, że czuję się wypalona zawodowo. Niekiedy nie jestem w stanie zrealizować wszystkich zadań w szkole, które otrzymuje od pracodawcy i tym samym przenoszę pracę do domu”. Pomimo wielu oczekiwań stawianych przede wszystkim przez społeczeństwo, a także wyzwań współczesności, pedagodzy wkładają dużo wysiłku w realizację powierzonych im zadań. Są świadomi tego, iż praca jest obciążająca i może prowadzić do wypalenia zawodowego. Pedagodzy specjaliści z satysfakcją wykonują swój zawód, stawiając sobie za główny cel dobro i rozwój ucznia. Na sam koniec badana została zapytana o zalecenia/wskazówki dla młodych pedagogów i określiła je następująco:

- nie bać się korzystać z pomocy bardziej doświadczonych pedagogów,
- stworzyć „złoty środek” w celu nawiązania kontaktu z podopiecznym,
- nie zniechęcać się w trudnych sytuacjach i szukać rozwiązania,
- uczestniczyć w kursach,
- być zmobilizowanym i chętnym do pracy.

Podsumowanie i rekomendacje dla praktyki

Praca nauczyciela w szkole specjalnej ma specyficzny charakter. Praca z dzieckiem niepełnosprawnym, które doświadcza świata w niepowtarzalny sposób, a także z rodzicami, którzy pragną dla dziecka jak najlepiej, nie może opierać się tylko na standardowym doskonaleniu. Nauczyciele specjaliści pracują w przestrzeni terapeutycznej, wkładają dużo

wysiłku w rozwijanie umiejętności i zdolności uczniów zarówno w komunikacji z innymi, jak i w funkcjonowaniu w życiu codziennym. Warto zaznaczyć, że to nie jest „zwykłe” nauczanie, ale przede wszystkim poszukiwanie odpowiednich, indywidualnych warunków dostosowanych dla każdego ucznia, który jest wyjątkowy i niepowtarzalny.

Przeprowadzone badania mają charakter ilustracyjny – ukazują indywidualny aspekt pracy nauczyciela pedagoga specjalnego. Nie upoważniają do formułowania uogólnień i daleko idących wniosków. Pozwalają natomiast na podkreślenie tych czynników, które w indywidualnym odbiorze okazują się być trudne, a także zwracają uwagę na niedostatki systemowe związane z kształceniem i doskonaleniem zawodowym. Dużym obciążeniem dla nauczyciela szkoły specjalnej jest stawianie zbyt wysokich wymagań w pracy. Nauczyciel poszukuje wsparcia w miejscu pracy (grono pedagogiczne, dyrekcja), a także poza nim (np. w ogólnie dostępnych i tematycznych forach internetowych). Należy też stwierdzić, że w trakcie studiów przygotowujących do zawodu i umożliwiających doskonalenie swoich umiejętności kładzie się nacisk na przygotowanie metodyczne i organizację pracy z dziećmi specjalnej troski. Rzadko natomiast realizowane są te treści kształcenia, które wyposażają kandydatów na nauczycieli w wiedzę o zagrożeniach związanych z rolą zawodową i w umiejętności budowania takich zasobów osobistych, które są pomocne w zapobieganiu wypaleniu zawodowemu, identyfikowaniu jego symptomów (autodiagnoza) i ich eliminowaniu lub minimalizowaniu (autoterapia). Warto zatem poddać analizie i weryfikacji treści kształcenia, wprowadzając do nich kursy z zakresu profilaktyki wypalenia zawodowego.

Literatura

References

- Bosmans, P. (1996). *Być człowiekiem*. Warszawa: Wydawnictwo Salezjańskie.
- Billingsley, B.S., Cross, L.H. (1992). Predictors of commitment, job satisfaction, and intent to stay in teaching: A comparison of general and special educators. *Journal of Special Education*, 453–471.
- Doroszewska, J. (1981). *Pedagogika specjalna*. Wrocław: Ossolineum.
- Dykcik, W. (2001). *Poszukiwanie nowatorskich i alternatywnych koncepcji indywidualnej rehabilitacji oraz społecznej integracji osób niepełnosprawnych – aktualnym wyzwaniem praktyki edukacyjnej*. W: W. Dykcik, B. Szychowiak (red.), *Nowatorskie i alternatywne metody w praktyce pedagogiki specjalnej*. Poznań: UAM.
- Gaś, Z.B. (2001). *Doskonalczy się nauczyciel*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Grabowski, H. (2000). *Co koniecznie trzeba wiedzieć o wychowaniu fizycznym*. Kraków: Impuls.
- Jennings, P., Greenberg, M. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research* 79(1), 491–525.
- Kasari, C., Bauminger, N. (1998). Social and emotional development in children with mental retardation. W: J. Burack, R.M. Hodapp, E. Zigler (red.), *Handbook of mental retardation and development*. New York: Cambridge University Press.
- Każmierska, K. (2004). Wywiad narracyjny jako jedna z metod w badaniach biograficznych. *Przegląd Socjologiczny*, 53(1).
- Kocydłowska, D. (2002). Z doświadczeń terapeuty. Refleksje optymistyczne. W: Z. Tarkowski, G. Jastrzębowska (red.), *Człowiek wobec ograniczeń. Niepełnosprawność, komunikacja, diagnoza, terapia*. Lublin: Wydawnictwo Fundacji ORATOR.
- Konarzewski, K. (2000). *Jak uprawiać badania oświatowe*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Korzon, A. (1991). *Zjawisko wyczerpywania si pedagogów specjalnych w pracy zawodowej*. W: K. Kuligowska (red.), *Z problematyki kształcenia pedagogów specjalnych*. Warszawa: Wydawnictwo WSPS.

- Kretschmann, R. i in. (2003). *Stres w zawodzie nauczyciela*. Gdańsk: GWP.
- Majczak, J. (2016). Wypalenie zawodowe nauczycieli, współczesne problemy bezpieczeństwa w ujęciu wieloaspektowym. *Zeszyty Naukowe KSW, XLII(1)*. Włocławek.
- Maslach, Ch. (2000). Wypalenie w perspektywie wielowymiarowej. W: H. Sęk (red.), *Wypalenie zawodowe, mechanizmy, zapobieganie*, Warszawa: PWN.
- McGrew, J.H. (2013). Teacher and child predictors of achieving IEP goals of children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 43(12)*, 2748–2763.
- Plichta, P. (2014). Obciążenia zawodowe pedagogów specjalnych pracujących z uczniami niepełnosprawnymi intelektualnie. *Medycyna Pracy, 65(2)*, 239–250.
- Pyżalski, J. (2010). Środki oddziaływania warunków pracy na polskich nauczycieli. W: J. Pyżalski, D. Merez (red.), *Psychospołeczne warunki pracy polskich nauczycieli. Pomiędzy wypaleniem zawodowym a zaangażowaniem*. Kraków: Impuls.
- Pyżalski, J. (2010). Skutki oddziaływania warunków pracy na polskich nauczycieli. W: J. Pyżalski, D. Merez (red.), *Psychospołeczne warunki pracy polskich nauczycieli. Pomiędzy wypaleniem zawodowym a zaangażowaniem*. Kraków: Impuls.
- Schultz, D.P., Schultz, S.E. (2002) *Psychologia a wyzwania dzisiejszej pracy*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Sęk, H. (2011). *Wypalenie zawodowe: przyczyny i zapobieganie*. Warszawa: PWN.
- Sęk, H. (1996). *Wypalenie zawodowe*. Poznań: Zakład Wydawniczy K. Domke.
- Sekułowicz, M. (2005). *Nauczyciele szkolnictwa specjalnego wobec zagrożenia wypaleniem zawodowym – analiza przypadków*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej Edukacji TWP.
- Sekułowicz, M. (2002). *Wypalenie zawodowe nauczycieli pracujących z osobami z niepełnosprawnością intelektualną*. Wrocław: Wydawnictwo UWr.
- Stempień, L., Loeb, R. (2002). Differences in job satisfaction between general education and special education teachers, Implications for retention. *Remedial and Special Education, 23(5)*, 258–267.
- Śliwerski, B. (1999a). Porażki w szkole. Nauczycielska wiwisekcja. W: J. Kropiwnicki (red.), *Szkoła a wypalenie zawodowe*. Zielona Góra: Wydawnictwo Nauczycielskie.
- Śliwerski, B. (1999b). Wypalenie zawodowe nauczycieli. W: J. Kropiwnicki (red.), *Szkoła a wypalenie zawodowe*. Zielona Góra: Wydawnictwo Nauczycielskie.
- Westling, D.L. i in. (2006). The teacher support program: A proposed resource for the special education profession and an initial validation. *Remedial & Special Education, 27(3)*, 136–147.

Edyta Osękowska, mgr, asystent w Instytucie Pedagogiki Specjalnej, Szkolnej i Kształcenia Nauczycieli w Uniwersytecie Pedagogicznym w Krakowie, Katedra Pedeutologii i Terapii Pedagogicznej. Absolwentka Uniwersytetu Pedagogicznego na kierunkach pedagogika specjalna, specjalność: wczesne wspomaganie rozwoju dziecka, oraz pedagogika społeczno-opiekuńcza. Zainteresowania badawcze: praca z dzieckiem z niepełnosprawnością intelektualną, kompetencje pedagoga specjalnego, praca uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w szkole ogólnodostępnej i z klasami integracyjnymi, zjawisko obciążenia a wypalenie zawodowe nauczycieli w szkołach specjalnych, ogólnodostępnych i klasach integracyjnych.

Edyta Osękowska, MA, assistant in the Institute of Special Pedagogy, School and Teacher Education at the Pedagogical University of Krakow, Department of Pedeutology and Pedagogical Therapy. Graduate of the Pedagogical University in the field of special pedagogy, with a specialisation of early support of child development and social-care pedagogy. Research interests: working with a child with intellectual disabilities, competencies of a special educator, work of students with intellectual disabilities in mainstream school and integrated classes, the phenomenon of burden, and professional burnout of teachers in special schools, mainstream schools and integrated classes.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1724-3338>

Adres/Address:

Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie
Instytut Pedagogiki Specjalnej, Szkolnej i Kształcenia Nauczycieli
Katedra Pedagogiki i Terapii Pedagogicznej
ul. R. Ingardena 4
30-060 Kraków, Poland
e-mail: edytaosekowska88@gmail.com