

Sadziak Aleksandra, Wiliński Wojciech, Wieczorek Marta. Ego-resiliency the female students of the University School of Physical Education in Wrocław - pilot study. *Journal of Education, Health and Sport* 2017;7(2):207-221. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.291818>

<http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/4262>

The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. Part B item 754 (09.12.2016).
754 Journal of Education, Health and Sport eISSN 2391-8306 7

© The Author (s) 2017;

This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland

Open Access. This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Noncommercial License which permits any noncommercial use, distribution, and reproduction in any medium,

provided the original author(s) and source are credited. This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.

This is an open access article licensed under the terms of the Creative Commons Attribution Non Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted, non commercial

use, distribution and reproduction in any medium, provided the work is properly cited.

The authors declare that there is no conflict of interests regarding the publication of this paper.

Received: 02.02.2017. Revised 03.02.2017. Accepted: 05.02.2017.

**EGO-RESILIENCY THE FEMALE STUDENTS OF THE UNIVERSITY SCHOOL
OF PHYSICAL EDUCATION IN WROCLAW
PILOT STUDY
SPRĘŻYSTOŚĆ PSYCHICZNA STUDENTEK Z AWF WE WROCLAWIU
BADANIA PILOTAŻOWE**

Aleksandra Sadziak, Wojciech Wiliński, Marta Wieczorek
Katedra Pedagogiki Kultury Fizycznej, Zakład Dydaktyki Szkolnej Kultury Fizycznej,
Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, Polska

Adres do korespondencji :
Dr Wojciech Wiliński
Ul. Witelona 25, 51-617 Wrocław
Wojciech.wilinski@awf.wroc.pl
Tel. 600 781 773

ABSTRACT

PURPOSE

The concept of resiliency assumes that it is an adaptive flexibility, ability to adjust the impulse level to a situation. In a detailed approach, resiliency is a personality trait that is of significance in the process of coping with traumatic events. It promotes persistence and facilitates mobilization to undertake preventive measures in difficult situations. Every person has a specific level of resiliency, however due to the specific nature of some fields of study and our professional practice, it may be sometimes especially highly – regarded.

OBJECTIVES

The cognitive purpose is to identify and compare the levels of resiliency in women who study in different fields at University School of Physical Education in Wrocław.

MATERIALS AND METHODS

The study was carried out among 145 female students at University School of Physical Education in Wrocław in the field of physiotherapy, cosmetology, tourism and recreation and physical education within the specialization of physical education for persons with intellectual disability. The research method was a diagnostic poll, the technique applied – questionnaire, the tool – Polish adaptation of the Ego Resiliency Scale, the statistical method – variance analysis.

RESULTS

Women who study physical education for persons with intellectual disability exhibit the highest level of resiliency in women who study physiotherapy and cosmetology and does not differ significantly from the level of resiliency represented by female students of tourism and recreation. Women studying physiotherapy have the lowest level of psychological resilience.

CONCLUSIONS

It is assumed that a higher level of resiliency is a desirable personality trait which is helpful in working with people with intellectual disability (disabilities).

Keywords: resiliency, physical education, intellectual disability

WPROWADZENIE

Zawody z misją społeczną są ukierunkowane na niesienie wsparcia polegającego na zaspokajaniu potrzeb innych ludzi, w rezultacie prowadząc do poprawy ich funkcjonowania w społeczeństwie. Należą do nich przede wszystkim zawody medyczne i edukacyjne, które cechuje wysoki stopień odpowiedzialności za partnerów relacji i świadczone na ich rzecz usługi [1]. Oczekiwane umiejętności terapeutyczne w takiej grupie zawodowej to: empatia, świadomość własnych uczuć i zachowań warunkująca ich spójność oraz okazywanie serdecznej, lecz nie dominującej postawy wobec ucznia czy pacjenta [2]. Cechy osobowości pracownika służby społecznej stanowią jego swoiste instrumentarium niezbędne w pracy ukierunkowanej na dobro drugiego człowieka [3]. Dlatego też nie ulega wątpliwości, że nieustanne angażowanie swoich zasobów psychicznych w pomoc innym, może powodować

ich nadwyrężenie, które w skrajnej formie może manifestować się jako wypalenie zawodowe. Kowalska [4] zwraca uwagę, że szczególnie fizjoterapeuci pracujący z pacjentami z problemami ortopedycznymi lub neurologicznymi są narażeni na wyczerpanie psychiczne. Makara-Studzińska i wsp. [5] zaobserwowali u fizjoterapeutek wyższy poziom takich aspektów wypalenia zawodowego jak: obniżenie kontroli emocjonalnej, utratę podmiotowego zaangażowania (wobec pacjenta), obniżenie efektywności działania, zawężenie kontaktów interpersonalnych i zmęczenia fizycznego w porównaniu do wyników uzyskanych w grupie kontrolnej złożonej z farmaceutek. Podobnie niekorzystną sytuację można dostrzec wśród nauczycieli wychowania fizycznego [6], zwłaszcza zatrudnionych w gimnazjum oraz pracujących w zawodzie powyżej 15 lat [7]. Praca z osobami z niepełnosprawnością intelektualną może dodatkowo nasilać proces wypalenia zawodowego [8], które może być spowodowane specyficznymi obciążeniami zawodowymi takimi jak: niewielki wpływ na realizację zadań w placówce, brak pomocy ze strony współpracowników, rywalizacja ze współpracownikami oraz agresja fizyczna wychowanków skierowana na pedagogów [9]. Mimo obiektywnie istniejących trudnych warunków pracy w zawodach pomocowych, istnieje grupa osób, która jest w stanie skutecznie wypełniać w nich powierzone im obowiązki i czerpać z tego satysfakcję. Jest prawdopodobne, że ten fenomen może wyjaśniać posiadanie wysokiego poziomu cechy osobowości nazywanej sprężystością psychiczną. Wynika ona ze zdolności dostosowywania zakresu samokontroli do wymogów sytuacji i odgrywa ona podstawową rolę w procesie skutecznego radzenia sobie z trudnościami [10]. Sprężystość psychiczna, wraz z powiązaniem z nią pojęciem samokontroli, to podstawowe cechy osobowości umożliwiające zrozumienie procesów motywacyjnych, emocjonalnych oraz zachowania [11]. Pozwalają one wyjaśnić funkcjonowanie osób dobrze radzących sobie ze stresem, jak i wnikać w genezę zaburzeń adaptacyjnych (zaburzeń psychicznych – powstałych pod wpływem trudności z dostosowaniem się do znacząco nowych okoliczności życiowych lub stresującego wydarzenia życiowego) [12, 13].

Istnieją dwa bliskie sobie pojęcia: *resiliency* (tłumaczona jako sprężystość psychiczna, prężność, giętkość, elastyczność) oraz *resilience* (rezyliencja). Jednak nie można ich ze sobą utożsamiać [14, 15, 16]. Z jednej strony oba pojęcia odnoszą się do elastycznej adaptacji, jednak gdy sprężystość psychiczna stanowi konkretną cechę osobowości, to rezyliencja opisuje jedynie proces prowadzący do pewnej zmiennej wynikowej, czyli poprawnej adaptacji, mimo skrajnie niesprzyjających warunków. Sprężystość psychiczna może brać udział w procesie rezyliencji lecz nie jest w nim niezbędna ani decydująca [11].

Rozumiana jako cecha osobowości – sprężystość psychiczna, sprzyja doświadczeniu większej ilości emocji pozytywnych, takich jak wdzięczność, zainteresowanie czy miłość [14] oraz mniejszemu nasileniu emocjonalności negatywnej (złości, smutku, gniewu) [17]. Dodatkowo wysokie nasilenie omawianej cechy osobowości, sprzyja uruchomieniu posttraumatycznego wzrostu obciążających doświadczeń oraz chroni przed uruchamianiem się zachowań unikowych i depresyjnych [18]. Im wyższy poziom sprężystości psychicznej, tym większa zdolność do modulacji (wzmocnienia) poziomu samokontroli w zależności od możliwości i potrzeb sytuacyjnych [10]. Osoby, które ten wysoki poziom posiadają, są przedstawiane jako radosne, o szerokich zainteresowaniach, wysokich aspiracjach, asertywne, społecznie zrównoważone i posiadające wysokie zdolności interpersonalne [11]. Można oczekiwać, że sprężystość psychiczna wykorzystywana jest także w sytuacjach zawodowych. Potrzebę diagnozy wśród zawodów pomocowych dostrzegła m.in. Ogińska – Bulik, która przeprowadziła badania wśród pracownic socjalnych. W ich wyniku została potwierdzona zasadność traktowania sprężystości psychicznej, jako ważnego zasobu chroniącego przed wypaleniem zawodowym [16]. Podobne wnioski przedstawili Ríos i wsp., którzy przeprowadzili badania wśród studentów pielęgniarstwa. Okazało się, że osoby z wysokim poziomem sprężystości psychicznej charakteryzowały się niskim nasileniem emocjonalnego wyczerpania i jednocześnie wysokim poczuciem osiągnięć pozytywnych [19]. Diagnozy personelu medycznego – 183. pielęgniarek, podjęła się Mróz, która oprócz walidacji poziomu sprężystości psychicznej, oceniła także poczucie stresu i typy zachowań i przeżyć związanych z pracą w służbie zdrowia oraz ustalenie związku pomiędzy wspomnianymi zmiennymi. Wyniki pokazały, że badane pielęgniarki charakteryzują się przeciętnym poziomem sprężystości psychicznej. Wykazano również, że im wyższy poziom sprężystości psychicznej tym niższe nasilenie poczucia stresu. Dodatkowo wyniki ukazały, że zdolność do elastycznej i skutecznej adaptacji w sytuacjach trudnych koreluje ujemnie z zachowaniami obciążonymi wypaleniem zawodowym [20]. Wysoki poziom sprężystości psychicznej sprzyja także radzeniu sobie ze stresem [10, 12, 21]. Jednym z wydarzeń życiowych, kiedy sprężystość psychiczna rozumiana jako cecha może odegrać znaczącą rolę jest egzamin dojrzałości. Jak pokazały badania Ogińskiej-Bulik i Zadwornej-Cieślak wysoki poziom sprężystości psychicznej sprzyja podejmowaniu przystosowawczych strategii (aktywne radzenie sobie, pozytywne przewartościowanie i rozwój, otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru) i zmniejsza skłonność do korzystania ze strategii nieadaptacyjnych (unikowo – ucieczkowych, jak zażywanie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, zaprzestanie

działań czy zaprzeczanie). Co ciekawe znaczenie sprężystości psychicznej w procesie radzenia sobie jest większe im bliższy jest terminu egzaminu maturalnego[22].

W kontekście wyżej przedstawionych rozważań warto zastanowić się, czy indywidualny poziom sprężystości psychicznej, może różnicować studentów Fizjoterapii i Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną, wobec których istnieją wysokie oczekiwania społeczne dotyczące standardów zawodowych. Nie jest też tajemnicą, że pomimo pełnego zaangażowania zwłaszcza w przypadku nauczycieli wychowania fizycznego uczniów z niepełnosprawnością intelektualną na sukcesy w pracy z wychowankiem trzeba zwykle czekać dłużej i jednocześnie być przygotowanym na to, że postępy mogą się nie pojawić w antycypowanym zakresie. Celowe wydaje się zatem ustalenie poziomu sprężystości psychicznej, zwłaszcza u studiujących na specjalności - Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną. Praca z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie, których zaburzenie jest stabilne klinicznie i dynamiczne pedagogicznie, może wymagać wysokiego poziomu sprężystości psychicznej, który mógłby stanowić swoistą „tarczę” przed nieuniknionymi porażkami na polu zawodowym. Warto też rozważyć znaczenie sprężystości psychicznej wśród studentek Kosmetologii oraz Rekreacji i Turystyki, które również są przygotowywane do pracy zawodowej z klientem, ale odznaczającej się mniejszą odpowiedzialnością. Krzysztozek i Matecka [23] podają jednak, że wymagania wobec zawodu kosmetologa wcale nie są mniejsze. Ankietowani do najważniejszych kompetencji kosmetologa zaliczają: właściwy dobór zabiegu kosmetycznego i aktualną wiedzę kosmologiczną i podkreślają jako najistotniejszą cechę osobowości - właśnie odpowiedzialność. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu w ramach przygotowania do zawodu Kosmetologa, zapewnia wyposażenie studenta w takie kompetencje jak umiejętność wykonywania zabiegów z kosmetologii pielęgnacyjnej, kosmetologii leczniczej, upiększającej, makijażu artystycznego, kreowania wizerunku. Absolwent nabędzie m.in. umiejętności różnicowania defektów kosmetycznych, świadomego przeprowadzania zalecanych i dopuszczalnych zabiegów kosmetycznych. Charakterystyka kierunku studiów podaje, że idealnym kandydatem do zawodu kosmetologia jest osoba lubiąca kontakty z ludźmi, cierpliwa oraz bardzo dokładna w każdej wykonywanej czynności [24]. Natomiast student kierunku Turystyka i Rekreacja powinien być ciekawy świata, potrafić pracować z grupą. Prócz tego ma zdolność swobodnego nawiązywania kontaktów i potrafi szybko podejmować trudne decyzje. Na bazie uzyskanej wiedzy absolwenci kierunku Turystyka i Rekreacja są wyposażeni w umiejętności, które umożliwią im zarówno tworzenie warunków organizacyjnych dla aktywności innych osób, poprzez

organizowanie zajęć rekreacyjnych czy imprez turystycznych, jak i pozwalające na bezpośrednie prowadzenie wybranych form takich zajęć i imprez [25]. Sylwetka absolwenta z kierunku Fizjoterapia, związana jest z posiadaniem wiedzy m.in. w zakresie rozpoznawania urazów, planowania, przeprowadzania oraz kontrolowania efektywności procesu rehabilitacji medycznej. Uczelnia szczególnie zaprasza kandydatów, którzy interesują się medycyną, lubią pracę z ludźmi i potrafią ich motywować, a ponadto są osobami cierpliwymi i uznającymi zasadę, że małymi krokami można dojść do każdego celu [26]. Studenci, kończący natomiast specjalność Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną zdobywają kompetencje do samodzielnego rozwiązywania problemów dydaktyczno – wychowawczych w procesie rehabilitacji uczniów z niepełnosprawnością intelektualną oraz współpracy z innymi specjalistami. Kształtują postawę wrażliwości, otwartości oraz odpowiedzialności za podejmowane działania, wobec uczniów z niepełnosprawnością intelektualną [27]. Łatwo zauważyć, że wszystkie wyżej zaprezentowane sylwetki absolwentów mają jedną wspólną cechę – zakładają relacje z drugim człowiekiem, lecz o odmiennym charakterze. Od dydaktyczno – wychowawczo rehabilitacyjnego (Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną) i terapeutycznego (Fizjoterapia) do specjalistyczno – usługowego (Kosmetologia) i profesjonalnej organizacji wypoczynku (Turystyka i Rekreacja). Natężenie sprężystości psychicznej jako cechy osobowości, która oznacza nieustępliwość w radzeniu sobie ze stresem, zdecydowane działanie i elastyczną adaptację do niesprzyjających warunków może różnicować studentów AWF pod kątem ukierunkowania ich preferencji zawodowych.

Innymi słowy wyjaśnienie tej kwestii może stanowić ważną informację dotyczącą istnienia naturalnych zasobów osobowościowych odpowiadających za wybór specyfiki studiów oraz zawodu. Celem weryfikacji zarysowanego problemu badawczego, sformułowano następujące pytanie badawcze:

Jak badana grupa studentek ze specjalności Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną różni się pod względem poziomu sprężystości psychicznej od studentek Fizjoterapii, Rekreacji i Turystyki oraz Kosmetologii ?

MATERIAŁ I METODY BADAŃ

Badanie zostało przeprowadzone wśród 145. kobiet studiujących wybrane kierunki w Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. Były to 32. studentki kierunku Fizjoterapia, 39. Kosmetologia, 41. Turystyka i Rekreacja oraz 33 kobiety ze specjalności Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną. Średni wiek badanych

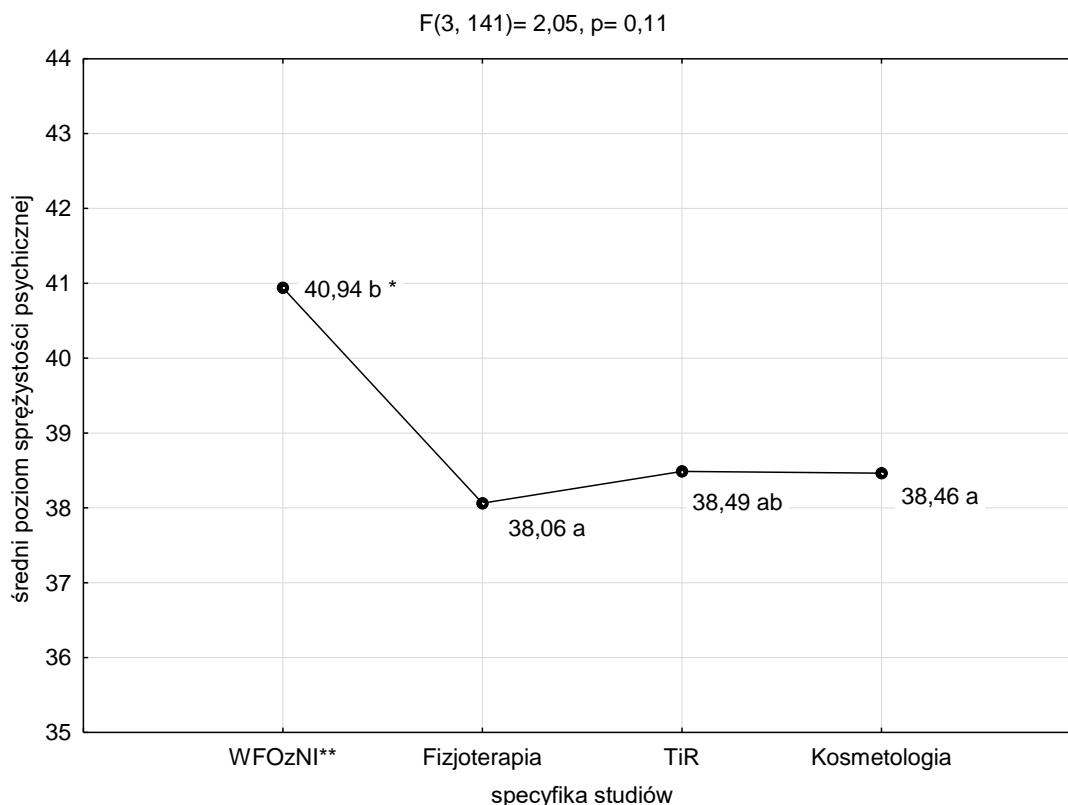
kobiet wynosił 22 lata. Do badań została wybrana tylko grupa kobiet ze względu na przewagę liczebną (ok. 75 %) studiujących pań na specjalności Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną w stosunku do mężczyzn tej specjalności. Podobna sytuacja wystąpiła również na kierunku – Kosmetologia, gdzie przewaga ta wyniosła aż 99 %. Zebranie danych do niniejszych badań miało miejsce w kwietniu 2016 roku. Zastosowaną metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, techniką ankieta, a narzędziem Kwestionariusz Sprężystości Psychiczej – polska adaptacja Ego Resiliency Scale autorstwa Łukasza Kaczmarka. Oryginalna skala Ego Resiliency Scale (ER89), została skonstruowana przez autorów koncepcji sprężystości psychicznej – Block'a i Kremena. Skala ta, składa się z czternastu pozycji testowych pochodzących z narzędzia do opisu cech osobowości California Adult Q-sort ("szybko dochodzę do siebie, kiedy zostanę przestraszony albo zaskoczony", "określiłbym siebie, jako osobę do dość silnej osobowości", "lubię mieć do czynienia z nowymi i nietypowymi sytuacjami") [11]. Osoba badana szacuje na czterostopniowej skali zakres, w jakim dana pozycja odnosi się do niej. Polskiej adaptacji ER89 podjął się Kaczmarek. Po przeprowadzeniu opracowania polskiej wersji Ego Resiliency Scale uzyskano wysoki współczynnik rzetelności – dla 14 pozycji testowych wyniósł α Cronbacha = 0,76. Jednakże pozycja testowa nr 10 pozbawiona była mocy dyskryminacyjnej szacowanej jako korelacja z wynikiem ogólnym $r = 0,01$. Jej usunięcie spowodowało zwiększenie rzetelności skali do α Cronbacha = 0,78. W polskiej adaptacji skali, pytanie to, nie zostało wyeliminowane, a jedynie zachowane jako pozycja buforowa, nie wliczana do ogólnego wyniku. Można zauważyć, że Kwestionariusz Sprężystości Psychiczej w adaptacji Kaczmarka, posiada zadowalające parametry psychometryczne oraz cechuje się wysoką zbieżnością semantyczną i teoretyczną z oryginałem [11].

Uzyskane dane poddano jednoczynnikowej analizie wariancji w schemacie: 4 (specyfika studiów: Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną vs. Fizjoterapia vs. Kosmetologia vs. Rekreacja i Turystyka) dla zmiennej zależnej - poziom sprężystości psychicznej. Obliczenia wykonano w systemie analizy danych Statistica.

WYNIKI

W wyniku analizy ANOVA otrzymano nieistotny statystycznie efekt: $F(3,141)=2,05$; $p=0,11$; $\eta^2=0,04$ który wskazuje, że średnie poziomu sprężystości psychicznej nie różnicują badanych studentek w zależności od specyfiki studiów. Warunek jednorodności wariancji został spełniony (test Levene'a, $p>0,05$). W celu weryfikacji uzyskanego nieistotnego statystycznie efektu wykonano analizę post – hoc testem NIR, który pokazał

istotne różnice między niektórymi średnimi w porównywanych grupach studentek. Istotnie statystycznie wyższą średnią wskaźnika poziomu sprężystości psychicznej uzyskały studentki Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną (M=40,94; SD=3,90) od studentek Fizjoterapii (M=38,06; SD=6,06) i Kosmetologii (M=38,46; SD=5,80). Nie zanotowano istotnej statystycznie różnicy w zakresie sprężystości psychicznej między studentkami ze specjalności Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną oraz studentkami Rekreacji i Turystyki (M=38,49; SD=5,17) (Ryc.1). Badane kobiety studiujące Fizjoterapię, Turystykę i Rekreację oraz Kosmetologię nie różnią się od siebie poziomem sprężystości psychicznej (Ryc.1).



*Średnie nie posiadające wspólnego oznaczenia literowego są istotnie statystycznie, co najmniej na poziomie 0,05 (analiza post-hoc testem NIR).

**WFOzNI – specjalność w AWF we Wrocławiu: Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną

Ryc. 1 Poziom sprężystości psychicznej badanych studentek w zależności od specyfiki studiów.

DYSKUSJA

Uzyskane wyniki wskazują, że studentki specjalności Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną odznaczają się istotnie wyższym poziomem sprężystości psychicznej niż studentki Fizjoterapii i Kosmetologii oraz nie różnią się od studentek

Turystyki i Rekreacji. Oznacza to, że studentki Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną dysponują względnie stałą cechą osobowości przejawiającą się w elastycznej adaptacji, dzięki dostosowaniu do sytuacji poziomu kontroli oraz odrywaniu się od negatywnych wydarzeń dzięki możliwości wzbudzania w sobie stanów pozytywnych (emocjonalnych i poznawczych) [12]. Wytłumaczenie może stanowić sama specyfika pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną wymagająca ciągłej gotowości do zmieniających się warunków pracy, które związane są między innymi z współwystępującymi schorzeniami tych osób, labilnością emocjonalną, wieloma ograniczeniami zarówno w sferze rozwoju społecznego jak i motorycznego. Nie można zapomnieć również o zaburzeniach psychicznych, które wraz ze wzrostem niepełnosprawności intelektualnej mogą przybierać coraz mniej typową formę odpowiedzialną za efekt „diagnostycznego zaciemnienia” (traktowanie symptomów zaburzeń psychicznych jako konsekwencje niepełnosprawności intelektualnej), który dodatkowo utrudnia pracę pedagogów [28]. W tym miejscu należy podkreślić, że cecha osobowości - sprężystość psychiczna nie może się "wykształcić" wraz z nadchodzącymi wymagającymi sytuacjami życiowymi. Dowiedli tego Kasprzyk i wsp. badając matki dzieci zdrowych i z niepełnosprawnością (Zespół Aspergera) u których nie zanotowano istotnych różnic w poziomie sprężystości psychicznej [29]. Można zatem zaryzykować stwierdzenie, że studentki Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną, które planują podjąć pracę z osobami z niepełnosprawnością intelektualną i cechują się wysokim poziomem sprężystości psychicznej, mogą w dalszej perspektywie nie tylko zyskiwać ochronę przed wypaleniem zawodowym, ale i odnosić więcej sukcesów zawodowych. Trzeba dodać, że studentki Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną będą nauczycielkami, a zawód ten w Polsce cieszy się dużym prestiżem (7 miejsce na 30 zawodów i 74% deklaracji dużego poważania społecznego) [30] i jest nawet zaliczany przez ankietowanych, chociaż brak ku temu formalnych przesłanek, do zawodów zaufania publicznego[31]. W opiniach Polaków status zawodu zaufania społecznego przysługuje fizjoterapeutom (55% odpowiedzi pozytywnych vs. 33% negatywnych) i nie przysługuje kosmetologom (33% odpowiedzi pozytywnych vs. 55% negatywnych). Taki rozkład wyników świadczy o wysokich wymaganiach społecznych głównie wobec nauczycieli, a tym samym wywieraniu dużej presji na tą grupę zawodową.

Na sprężystość psychiczną nauczycieli zwrócił uwagę także Becky. Autor w swoich założeniach przedstawia opinię, że wspomniana grupa zawodowa musi charakteryzować się wysokim poziomem sprężystości psychicznej. Jest to szczególnie wymagane w początkowym

etapie kariery zawodowej. Sam w swoich badaniach podaje, że pierwsze trzy lata dla młodego nauczyciela jest kluczowym czasem dla przyszłego powodzenia w zawodzie. Od tego etapu zależy, czy nauczyciel pozostanie w roli, jakiej się podjął, czy zrezygnuje z własnej profesji. Nauczyciele, którzy korzystają ze swojej wysokiej sprężystości psychicznej, z powodzeniem stawiają czoła współczesnym wyzwaniom procesu edukacji i traktują swój zawód jako powołanie [32]. Zagadnienie stażu pracy w zawodzie nauczyciela zostało ujęte również w badaniach Muller i wsp., którzy objęli badaniami nauczycieli szkół prywatnych i publicznych oraz kandydatów do zawodu nauczyciela i wskazali na znaczenie wybranych czynników ochronnych (*protective factors*) jako przejaw sprężystości psychicznej w tej grupie zawodowej. W swoich badaniach przedstawili, że czynniki takie jak: cel i oczekiwania (*purpose and expectations PE*), utożsamianie się z daną grupą społeczną (*social identification SI*), wsparcie ogólne (*nurture and support – general NS – G*), konstruktywne uczestnictwo (*meaningful participation MP*), wsparcie zawodowe (*nurture and support – professional NS – P*), zaangażowanie (*involvement IN*), na równi przyczyniają się do budowania wysokiego poziomu sprężystości psychicznej u nauczycieli. Jednak gdy wzięto pod uwagę staż pracy, zauważono, że istotna różnica występuje w czynniku jakim jest utożsamianie się z gronem nauczycieli. Doświadczony nauczyciel nie wskazuje na ważność tego czynnika ochronnego dla wysokiej sprężystości psychicznej. Jednak dla niedoświadczonych nauczycieli jak i kandydatów do roli pedagoga, wydaje się on niezbędny [33]. Wskazywałoby to także na potencjalną możliwość umacniania sprężystości psychicznej, czyli zmiany jej poziomu poprzez modulację czynników ochronnych. Autorem koncepcji czynników ochronnych (*protective factors*) dla sprężystości psychicznej w środowisku szkolnym jest Henderson [34]. Zakłada ona, że sprężystość psychiczna może być wyższa, gdy jest wzmacniana przez czynniki ochronne (*protective factors*) [35]. Przyjmując jednak takie stanowisko można by zakładać, że wysoki poziom sprężystości psychicznej nie byłby potrzebny z chwilą rozpoczęcia drogi kształcenia w kierunku nauczyciela wychowania fizycznego osób z niepełnosprawnością intelektualną. Koncentracja na stworzeniu sprzyjających warunków do rozwoju czynników chroniących (*protective factors*) może w pośredni sposób pomóc w uzyskaniu tak pożądanej w tym zawodzie wysokiej sprężystości psychicznej. Autorzy badań nad sprężystością psychiczną w większości jednak przedstawiają stanowisko, że jest to względnie trwała dyspozycja [10,36]. Podobne założenia przedstawiają także Kaczmarek i wsp., którzy podają, że badania nad sprężystością psychiczną jako cechą osobowości są raczej skazane na spekulacje przyczynowo – skutkowe, ponieważ trudno oczekiwać, aby była to zmienna łatwo poddająca się manipulacji (np. tak jak stany emocjonalne). Dopuszczają

jednak możliwość, że sprężystość psychiczną można kształtować. Natomiast proces elastycznej adaptacji do zmian, wyzwań i trudności jest długotrwały i może być modulowany raczej w złożonych programach profilaktycznych lub promujących zdrowie niż poprzez proste pojedyncze interwencje [12].

Uzasadnionym wydaje się fakt, że nauczyciele, których wychowankowie wymagają specjalnej edukacji, powinni charakteryzować się wysokim poziomem sprężystości psychicznej. Poszukiwaniem przyczyn odchodzenia od zawodu pedagoga specjalnego i upatrywaniem ich m.in. w niewystarczającym poziomie sprężystości psychicznej, zajęła się Albrecht i wsp. Wskazują oni w swoich badaniach na wiele trudności, jakie spotykają nauczycieli pracujących z osobami z zaburzeniami emocjonalnymi i zachowaniami trudnymi (*emotional and behavioral disabilities*) oraz na to, jacy pedagodzy są gotowi i wystarczająco wykwalifikowani by z taką grupą uczniów pracować. Ci, którzy są odporni na czynniki stresowe oraz wypalenie zawodowe i w konsekwencji posiadają wysoki poziom sprężystości psychicznej, odnoszą sukcesy zawodowe i czerpią satysfakcję z wykonywanego zawodu [37].

Studentki Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną prawdopodobnie swoją pracę będą wykonywać w kompensacyjnym modelu pomocy, w którym osoby z niepełnosprawnością intelektualną nie są odpowiedzialne za swoje zaburzenie i będą wymagały od swoich nauczycieli szczególnej uwagi i znacznego wsparcia. Studentki Kosmetologii i Fizjoterapii swoją działalność zawodową będą raczej realizować w medycznym modelu pomocy, który daje im duże poczucie skuteczności i sprawstwa jako specjalistom oraz pozwala zachować dystans wobec pacjentów[38]. Jeżeli sprężystość psychiczna jest pozytywnie związana z twardością (*hardiness*), a obie zmienne korelują dodatkowo z sukcesami sportowymi i dobrym samopoczuciem [39], staje się jasne, że poziom sprężystości psychicznej u studentek Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną jest najwyższy na tle pozostałych grup. One muszą być nie tylko najtwardsze, ale i umieć się podnieść oraz dalej pracować po niezwykle stresujących doświadczeniach, które będą częścią ich pięknego lecz trudnego zawodu.

WNIOSKI

Poziom sprężystości psychicznej studentek Wychowania Fizycznego Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną jest istotnie wyższy od poziomu sprężystości psychicznej kobiet studiujących Fizjoterapię i Kosmetologię oraz nie różni się od poziomu sprężystości psychicznej studentek Turystyki i Rekreacji.

Kobiety studiujące Fizjoterapię, Turystykę i Rekreację oraz Kosmetologię nie różnią się od siebie poziomem sprężystości psychicznej.

Najniższą sprężystością psychiczną charakteryzują się kobiety studiujące Fizjoterapię.

Prawdopodobnie wyższy poziom sprężystości psychicznej jest pożądaną cechą osobowości, która jest pomocna w nauczaniu i wychowaniu osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz może stanowić swoistą „tarczę” w sytuacji zagrożenia wypaleniem zawodowym.

Dalsze badania nad sprężystością psychiczną studentów AWF powinny być prowadzone z uwzględnieniem grupy mężczyzn.

REFERENCES

1. Czerw A., Borkowska A., Praca zawodowa jako obszar realizowania misji społecznej. *Psychologia Społeczna*, 2010, 4(15), 303-315.
2. Brearley G., Psychoterapia dzieci niepełnosprawnych ruchowo. Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne Spółka Akcyjna, Warszawa 1999.
3. Szybińska K., Mroczkowska D., Toeplitz Z., Obraz psychologa w oczach niepsychologów. *Przegląd Psychologiczny*, 2004, 2, 191-219.
4. Kowalska J., Wypalenie zawodowe wśród polskich fizjoterapeutów. *Postępy Rehabilitacji*, 2011, 3, 43-52, doi: 10.2478/rehab-2013-0014.
5. Makara-Studzińska M., Kryś-Noszczyk K., Starczyńska M., Kiebzak W., Śliwiński Z., Wypalenie zawodowe i zadowolenie z życia kobiet pracujących w zawodzie fizjoterapeuty. *Fizjoterapia Polska*, 4(4), 327-339.
6. Pec K., Wypalenie zawodowe nauczycieli wf. *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*, 2008, 8, 28-31
7. Kuśnierz C., Symptomy wypalenia zawodowego u nauczycieli wychowania fizycznego, *Rozprawy Naukowe AWF we Wrocławiu*, 2011, 33, 97-103.
8. Zbyrad T., O wypaleniu zawodowym w szkolnictwie specjalnym. *Problemy Opiekuńczo – Wychowawcze*, 2008, 8, 41-47.
9. Plichta P., Obciążenia zawodowe pedagogów specjalnych pracujących z uczniami niepełnosprawnymi intelektualnie. *Medycyna Pracy*, 65(2), 239 - 250, doi:10.13075/mp.5893.2014.028.
10. Block J., Kremen A. M., IQ and Ego – Resiliency: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, 70, 349 – 361, doi: 10.1037/0022-3514.70.2.349.

11. Kaczmarek Ł. D., Skala Sprężystości Psychiczej – polska adaptacja Ego Resiliency Scale. *Czasopismo Psychologiczne*, 2011, 17, 263 – 265.
12. Kaczmarek Ł., Sęk H., Ziarko M., Sprężystość Psychiczna i zmienne pośredniczące w jej wpływie na zdrowie. *Przegląd Psychologiczny*, 2011, 54, 29-46.
13. World Health Organization, *International Classification of Diseases, 10th edition (ICD-10)*. 2016, Available from: URL: <http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2016/en>.
14. Heszen I., Sęk H., *Psychologia zdrowia*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.
15. Ostaszewski K., Druga strona ryzyka. *Remedium*, 2005, 1, 1-3.
16. Rutter M., Developing concepts in developmental psychopathology. In: Hudziak J. J. (ed.), *Developmental psychopathology and wellness: Genetic and environmental influences*. American Psychiatric Publishing, Washington 2008, 3 – 22.
17. Fredrickson B., The role of positive emotions In positive psychology: The broaden and build theory of positive emotions. *Am Psychol*, 2001, 56, 218 – 226, doi: 10.1037/0003-066X.56.3.218.
18. Hart P.L., Brannan J.D., Chesnay M., Resilience in nurses: an integrative review. *J Nurs Manag*, 2014 Sep, 22(6), 720-34, doi: 10.1111/j.1365-2834.2012.01485.x.
19. Ogińska – Bulik N., Rola prężności w zapobieganiu negatywnym skutkom stresu zawodowego. In: Bielawska – Batorowicz E., Golińska L. (eds.) *Rodzina i praca w warunkach kryzysu*. UŁ, Łódź 2011, 486 – 497.
20. Ríos M.I., Carrillo C., Sabuco E., Resiliencia y Síndrome de Burnout en estudiantes de en fermera y su relación con variables sociodemográficas y de relación interpersonal. *Int J Psychol Res*, 2012, 5 (1), 88-95.
21. Mróz J., Prężność i poczucie stresu a typy zachowań i przeżyć związanych z pracą wśród pielęgniarek. *Hygeia Public Health* 2014, 49 (4), 857 – 863.
22. Ogińska – Bulik N., Zadworna – Cieślak M., Rola prężności psychicznej w radzeniu sobie ze stresem związanym z egzaminem maturalnym. *Przegląd Badań Edukacyjnych* 2014, 19, 7 – 24, doi: 10.12775/PBE.2014.019.
23. Krzysztozek J., Matecka M., Profil wymagań kompetencyjnych w zawodzie kosmetologa. *Pol J Cosmetol*, 2010,13(4), 242-257.
24. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, charakterystyka kierunku studiów – Kosmetologia, URL: <http://awf.wroc.pl/pl/article/1391/2515/Kosmetologia/>

25. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, charakterystyka kierunku studiów – Turystyka i Rekreacja, URL http://awf.wroc.pl/pl/article/1391/2521/Turystyka_i_Rekreacja/
26. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, charakterystyka kierunku studiów – Fizjoterapia, URL <http://awf.wroc.pl/pl/article/1391/2512/Fizjoterapia/>
27. Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, charakterystyka kierunku studiów o specjalności Wychowanie Fizyczne Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną, URL: http://awf.wroc.pl/pl/structure/unit/752/752/Zaklad_Dydaktyki_Szkolnej_Kultury_Fizycznej
28. Bobińska K., Gałęcki P., Zaburzenia psychiczne u osób upośledzonych umysłowo, Wydawnictwo Continuo, Wrocław 2010.
29. Kasprzak A., Basińska M. A., Lewandowska P., Resiliency and the subjective evaluation of health in mothers of children with Asperger's syndrome. *Health Psychology Report* 2013, 1., doi: 10.5114/hpr.2013.40467.
30. Cybulska A., Prestiż zawodów. Komunikat z badań, BS/164/2013, CBOS , Warszawa, Listopad 2013.
31. Badora B., Roguska B., Opinia społeczna na temat zawodów zaufania publicznego. Komunikat z badań, BS/73/2004 CBOS, Warszawa, Kwiecień 2004.
32. Becky L. Bobek, Teacher Resiliency: a key to career longevity. *The Clearing House*, 2002, 75 (4), 202 – 205, doi: 10.1080/00098650209604932.
33. Muller S. M., Gorrow T. R., Fiala K. A., Considering protective factors as tool for teacher resiliency. *Education*, 2011, 131 (3), 545 – 555.
34. Henderson N., Milstein M.M., Resiliency in schools: making it happen for students and educators. Thousand Oaks, CA: Corwin, 2003.
35. O'Dougherty Wright M., Masteb A. S., Narayan A. J., Resilience processes in development: four waves of research on positive adaptation in the context of adversity. In: Goldstein S., Brooks R. B. (eds.), *Handbook of resilience in children*, New York: Springer, 2013, 15 – 38.
36. Block J. H., Block J., The role of ego – control and ego – resiliency in the organization of behavior, In: Collins W. A. (ed.), *Development of cognition, affect and social relations: The Minnesota symposia on child psychology*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, 1980, 13, 39 – 101.

37. Albrecht S. F, Johns B. H., Mounstevan J., Olorunda O., Working conditions as risk or resiliency factors for teachers of students with emotional and behavioral disabilities. *Psychology in the Schools*, 46 2009, (10), 1006 – 1022, doi: 10.1002/pits.20440.
38. Sęk H. Społeczno-kliniczne podstawy teoretyczne różnych form pomocy psychologicznej. In: Sęk H. (ed.) *Społeczna psychologia kliniczna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, 2000, 365-389.
39. Nezhad M.A.S., Besharat M.A., Relations of resilience and hardiness with sport achievement and mental health in a sample of athletes, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2010, 5, 757-763.