

Akademia Ekonomiczno – Humanistyczna w Warszawie

Instytut Psychologii

Joanna Kannenberg

Warszawa, 2022

Psychologiczne uwarunkowania wypalenia zawodowego u instruktorów nurkowania rekreacyjnego

Rozprawa doktorska przygotowana pod kierunkiem dr. hab. Konrada Janowskiego, prof. AEH

STRESZCZENIE

Celem niniejszej pracy było poszukiwanie psychologicznych uwarunkowań występowania i nasilenia objawów wypalenia zawodowego w grupie instruktorów nurkowania rekreacyjnego. Grupa instruktorów nurkowania rekreacyjnego jest niezmiernie mało poznaną grupą w kontekście badań psychologicznych.

Praca składa się z pięciu rozdziałów. W pierwszym rozdziale autorka przedstawiła teoretyczne podstawy wypalenia zawodowego i różne jego koncepcje, które powstały w ciągu ostatnich kilkadziesiąt lat badań tego zjawiska. W dalszej części pierwszego rozdziału przedstawiono czynniki ryzyka oraz czynniki ochronne powiązane z występowaniem objawów wypalenia zawodowego, w tym stresory w miejscu pracy, zmienne socjodemograficzne, osobowościowe i indywidualne oraz zmienne związane z pracą i organizacją. Rozdział drugi zawiera opis charakterystyki zawodu instruktora nurkowania rekreacyjnego, przygotowania do wykonywania tego zawodu, cech osobowości instruktorów nurkowania oraz danych demograficznych tej grupy zawodowej. W dalszej części drugiego rozdziału autorka przeprowadziła analizę specyfiki pracy instruktora nurkowania rekreacyjnego, różnych pełnionych funkcji w tym zawodzie, a także typowych dla tego zawodu stresorów indywidualnych, środowiskowych i organizacyjnych. Rozdział trzeci dotyczy metodologii badań własnych. Zostały w nim przedstawione problem i pytania badawcze oraz postawione hipotezy badawcze:

Hipoteza 1. Zależności nasilenia objawów wypalenia zawodowego z głównymi wymiarami osobowości (5-wymiarowej) odpowiadają danym z innych grup zawodowych. Szósty wymiar osobowości (Uczciwość – Pokora) jest negatywnie skorelowany z nasileniem objawów wypalenia zawodowego. **Hipoteza 2.** Spośród stresorów, najsilniej związane

z objawami wypalenia zawodowego będą stresory związane z fizycznymi warunkami pracy, stresory w życiu osobistym i niekorzystny stosunek zarobków do nakładu pracy. Spośród czynników protekcyjnych zakłada się, że najsilniej związane ujemnie z wypaleniem zawodowym będą doświadczanie pozytywnych emocji i motywacji oraz ciekawy styl życia. **Hipoteza 3.** Wśród czynników związanych z organizacją pracy, staż zawodowy będzie najsilniej związany z objawami wypalenia zawodowego. **Hipoteza 4.** Najsilniejszy wkład w wyjaśnianie wariacji w wypaleniu będą wносить stresory (związek dodatni) oraz czynniki protekcyjne (związek ujemny). **Hipoteza 5.** Wśród instruktorów nurkowania można będzie wyodrębnić podgrupy o różnej strukturze objawów zespołu wypalenia, w szczególności podgrupy, w których występuje nasilony pojedynczy objaw lub więcej objawów – w zależności od zaawansowania dynamiki rozwoju wypalenia zawodowego. Objawem obecnym w każdym z typów powinno być wyczerpanie, gdyż, zgodnie z koncepcją Schaufeliego, objaw ten jest pierwotnym i pierwszym objawem wypalenia zawodowego.

W rozdziale trzecim przedstawiono metody, narzędzia i strategię przeprowadzonych badań, w których ogólnie wzięło udział 1188 instruktorów nurkowania rekreacyjnego z 67 krajów na świecie (badania zostały przeprowadzone ogólnosiwiatowo w 6 językach). Do pomiaru stopnia zagrożenia wypaleniem zawodowym u instruktorów nurkowania użyto kwestionariusz BAT (*Burnout Assessment Toll*) opierający się na stosunkowo nowej koncepcji wypalenia zawodowego Schaufeliego i współpracowników, a do pomiaru głównych cech osobowości instruktorów nurkowania zastosowano kwestionariusz *HEXACO PI-R – 60* opierający się na sześciowymiarowym modelu osobowości Ashtona i Lee. Przedstawiono także strategię konstrukcji narzędzi własnych autorki, inwentarzy stresorów i czynników protekcyjnych w pracy instruktora nurkowania rekreacyjnego oraz ankietę danych osobowych do zebrania danych socjodemograficznych badanych oraz podstawowych informacji dotyczących organizacji i charakterystyki ich pracy. Rozdział trzeci zawiera dalej charakterystykę badanej próby oraz opis zastosowanych w niniejszej pracy metod analizy statystycznej. Rozdział czwarty poświęcony został analizie wyników badań przedstawionych w statystykach opisowych, analizach jedno- i wielozmiennowych, typologii instruktorów nurkowania rekreacyjnego oraz wybranych analizach szczegółowych.

Rozdział piąty zawiera syntetyczne przedstawienie uzyskanych wyników wraz z interpretacją i dyskusją przeprowadzonych analiz na tle literatury fachowej. W momencie przeprowadzania badania 10,6% badanych instruktorów nurkowania rekreacyjnego uzyskało podwyższone i wysokie wyniki dla prawdopodobieństwa obecności wypalenia zawodowego. W zakończeniu autorka ustosunkowała się do postawionych w rozdziale trzecim hipotez

badawczych. **Hipoteza 1** znalazła potwierdzenie w uzyskanych wynikach badań, które potwierdzają, że zależność nasilenia objawów wypalenia zawodowego od struktury osobowości (5-wymiarowej) odpowiada danym z innych grup zawodowych oraz że szósty wymiar osobowości (H – Uczciwość i pokora) jest negatywnie skorelowany z nasileniem objawów wypalenia zawodowego. **Hipoteza 2** znalazła wyraźne potwierdzenie w uzyskanych wynikach, które potwierdzają, że spośród stresorów, najsilniej związane z objawami wypalenia zawodowego są stresory związane z fizycznymi warunkami pracy, stresory w życiu osobistym i niekorzystny stosunek zarobków do nakładu pracy oraz że spośród czynników protekcyjnych najsilniej związane ujemnie z wypaleniem zawodowym są doświadczanie pozytywnych emocji i motywacji oraz ciekawy styl życia. Związki czynników protekcyjnych z nasileniem wypalenia zawodowego były znacznie słabsze niż związki stresorów. Wyniki badań potwierdziły także, że wśród czynników związanych z organizacją pracy, staż zawodowy był najsilniej związany z objawami wypalenia zawodowego (**Hipoteza 3**). **Hipoteza 4** została potwierdzona tylko częściowo. Grupa stresorów uzyskała największy wkład w wyjaśnianiu wariacji wypalenia zawodowego (związki dodatnie), a blok cech osobowości uzyskał większy wkład w wyjaśnienie wariacji wypalenia zawodowego niż blok czynników protekcyjnych (związki ujemne), kierunek tych związków zależał od analizowanej cechy osobowości. **Hipoteza 5** nie uzyskała pełnego potwierdzenia w wynikach przeprowadzonych badań. Dwie z czterech wyodrębnionych grup o zróżnicowanej strukturze objawów zespołu wypalenia zawodowego nie wykazują w obrazie klinicznym objawu wyczerpanie, czyli nie spełniają założeń tej hipotezy.

Całość zamyka bibliografia oraz aneksy zawierające m.in. użyte w badaniach kwestionariusze.

Słowa kluczowe: wypalenie zawodowe, instruktor nurkowania rekreacyjnego, stresory w pracy, czynniki protekcyjne w pracy, osobowość, czynniki organizacyjne, demografia, BAT, HEXACO

University of Economics and Human Sciences in Warsaw

Institute of Psychology

Joanna Kannenberg

Warsaw, 2022

Psychological determinants of occupational burnout in recreational diving instructors

Doctoral dissertation prepared under the supervision of Dr. hab. Konrad Janowski, prof. AEH

ABSTRACT

The aim of the current dissertation was to search for the psychological determinants of the occurrence and symptom intensity of occupational burnout in a sample of recreational diving instructors. Recreational diving instructors are a significantly under-researched sample in the context of psychological research.

The dissertation is divided into five chapters. In the first chapter, the Author presents the theoretical foundations of occupational burnout and its different conceptualizations, which have been created during the last few decades of studying this phenomenon. In the latter part of the first chapter, risk and protective factors related to the occurrence of occupational burnout are presented, including workplace stressors, sociodemographic, personality, and individual factors, and variables related to work and the organization. The second chapter contains a description of the characteristics of the profession of the recreational diving instructor, the training required for it, the personality traits of diving instructors, and the demographic data of this occupational group. In the latter part of the second chapter, the Author carried out an analysis of the nature of work as a recreational diving instructor, the various functions the instructors serve as part of their work, and the individual, environmental, and organizational stressors typical for this profession. The third chapter concerns the methodology of the Author's own research. It presents the research problem and questions as well as the formulated research hypotheses:

Hypothesis 1. The relationship between the intensity of occupational burnout symptoms and main personality dimensions (the five-dimensional model) conforms with the data for other occupational groups. The sixth personality dimension (Honesty – Humility) is negatively correlated with the intensity of occupational burnout symptoms. **Hypothesis 2.** Among the

stressors, the stressors related to the physical conditions of work, personal life, and an unfavorable proportion of earnings to the workload are the most strongly related to occupational burnout symptoms. Among the protective factors, it is assumed that experiencing positive emotions and motivation and an interesting lifestyle will be the most strongly and negatively related to occupational burnout. **Hypothesis 3.** Among the factors related to the work organization, job experience will be the most strongly related to occupational burnout symptoms. **Hypothesis 4.** Stressors (positive relationship) and protective factors (negative relationship) will have the strongest contribution to explaining the variance in occupational burnout. **Hypothesis 5.** It will be possible to distinguish subgroups of recreational diving instructors with varied structures of occupational burnout syndrome symptoms, particularly subgroups with a single elevated symptom or multiple symptoms - depending on the stage in the dynamics of occupational burnout development. Exhaustion should be a symptom present in each of the types, as according to Schaufeli's conceptualization, it is the first and primary symptom of occupational burnout.

The third chapter presents the method, measures, and strategy of own research. A total of 1188 recreational diving instructors from 67 countries participated (the study was carried out internationally in 6 languages). Risk of occupational burnout in recreational diving instructors was measured using the BAT (Burnout Assessment Tool) questionnaire. It is based on the relatively new conceptualization of occupational burnout by Schaufeli and associates. The main personality dimensions of recreational diving instructors was measured using the HEXACO PI-R – 60 questionnaire, based on a six-dimensional model of personality by Ashton and Lee. Additionally, the design strategy of the Author's original measures, an inventory of stressors and protective factors in the recreational diving instructor's work, together with a demographic data and basic work organization and characteristics questionnaire, are presented. The third chapter also presents the characteristics of the study sample and a description of the statistical analysis methods. The fourth chapter contains the analysis of the study results via descriptive statistics, univariate and multivariate analyses, typologies of recreational diving instructors, and selected in-depth analyses.

The fifth chapter contains a concise presentation of the obtained results together with their interpretation and a discussion of the analyses in light of professional literature. At the time of data collection, 10.6% of the studied recreational diving instructors achieved above-average or high scores for the probability of occurrence of occupational burnout. In the conclusion, the Author reviews the research hypotheses presented in the third chapter. **Hypothesis 1** was confirmed by the obtained results, which showed that the relationship between occupational

burnout intensity and the (five-dimensional) personality structure conforms with the data for other occupational groups, and that the sixth personality dimension (H – Honesty – humility) is negatively correlated with occupational burnout intensity. **Hypothesis 2** was strongly confirmed by the obtained results, which showed that among the stressors, those related to the physical conditions of work, personal life, and an unfavorable proportion of earnings to the workload were the most strongly related to occupational burnout symptoms. Among the protective factors, experiencing positive emotions and motivation and an interesting lifestyle were the most strongly and negatively related to occupational burnout. The relationships occupational burnout intensity and protective factors were significantly weaker than those with the stressors. The study results also confirmed that among the factors related to work organization, job experience was the most strongly related to occupational burnout symptoms (**Hypothesis 3**). **Hypothesis 4** was confirmed only partially. Stressors achieved the highest contribution to explaining the variance in occupational burnout (positive relationships), while personality factors achieved a higher contribution to explaining the variance in occupational burnout than protective factors (negative relationship), the directionality of the relationship was dependent on the analyzed personality factor. **Hypothesis 5** did not find a full confirmation in the study results. Two of the four distinguished subgroups with different occupational burnout symptom structures did not exhibit symptoms of exhaustion in their clinical picture. Thus, they did not meet the assumptions of this hypothesis.

The dissertation is concluded by the reference list and appendices containing, among others, the questionnaires used in the study.

Keywords: occupational burnout, recreational diving instructors, workplace stressors, workplace protective factors, personality, organizational factors, demographics, BAT, HEXACO