

Pietraszek Agata, Charzyńska-Gula Marianna, Łuczyk Marta, Szadowska-Szlachetka Zdzisława, Kachaniuk Hanna, Kwiatkowska Joanna. Analiza przyczyn stresu zawodowego w opinii pielęgniarek = An analysis of the causes of occupational stress in the opinions of nurses. *Journal of Education, Health and Sport*. 2016;6(9):643-652. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.158951>
<http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/3862>

The journal has had 7 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. Part B item 755 (23.12.2015).
755 Journal of Education, Health and Sport eISSN 2391-8306 7

© The Author (s) 2016;

This article is published with open access at Licensee Open Journal Systems of Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, Poland 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: 02.09.2016. Revised 24.09.2016. Accepted: 24.09.2016.

Analiza przyczyn stresu zawodowego w opinii pielęgniarek

An analysis of the causes of occupational stress in the opinions of nurses

Agata Pietraszek¹, Marianna Charzyńska-Gula², Marta Łuczyk¹,
Zdzisława Szadowska-Szlachetka¹, Hanna Kachaniuk³, Joanna Kwiatkowska⁴

1. Zakład Onkologii, Katedra Onkologii i Środowiskowej Opieki Zdrowotnej, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie
2. Wydział Nauk Społecznych i Humanistycznych, Państwowa Wyższa Szkoła im. prof. Stanisława Tarnowskiego w Tarnobrzegu
3. Zakład Medycyny Rodzinnej i Pielęgniarstwa Środowiskowego, Katedra Onkologii i Środowiskowej Opieki Zdrowotnej, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie
4. Zakład Etyki i Filozofii Człowieka, Katedra Nauk Humanistycznych, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie

Adres korespondencyjny:

Agata Pietraszek, Katedra Onkologii i Środowiskowej Opieki Zdrowotnej, Wydział Nauk o Zdrowiu, Uniwersytet Medyczny w Lublinie, ul. S. Staszica 4/6, 20-059 Lublin, e mail:
agata.pietraszek.umlub@gmail.com

Streszczenie

Wstęp. Stres zawodowy występuje wtedy, kiedy pracownicy doświadczają dyskomfortu psychicznego związanego z warunkami bądź wymaganiami pracy, w sytuacji, gdy przekraczają one ich możliwości.

Cel badań. Celem badani było poznanie opinii pielęgniarek na temat czynników stresogennych występujących w miejscu pracy.

Material i metody. Badaniami objęto grupę 278 osób wykonujących zawód pielęgniarki. W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z techniką ankiety, z zastosowaniem autorskiego kwestionariusza ankiety. Otrzymane dane poddano analizie statystycznej w oparciu o oprogramowanie komputerowe Statistica 10.0.

Wyniki i wnioski. Większość badanych pielęgniarek była usatysfakcjonowana z pracy zawodowej (85%). Nawet 95,6% badanych twierdziło, że zawód pielęgniarki jest stresujący. Dodatkowo 56,1% badanych twierdziło, że jest codziennie narażona na stres zawodowy. Znaczny odsetek respondentów deklarowało radzenie sobie ze stresem w pracy. Czynniki, które wywołują znaczący poziom stresu wśród większości pielęgniarek to niska pensja (43,53%), a także nagłe pogorszenie stanu zdrowia

pacjenta i konieczność reanimacji (39,93%). Zmienne, które istotnie różnicują opinie badanego personelu pielęgniarskiego to: wiek, stan cywilny, miejsce zamieszkania, liczba potomstwa, pełnione stanowisko oraz kontakt ze śmiercią i umieraniem pacjentów w codziennej praktyce zawodowej.

Słowa kluczowe: stres psychologiczny; pielęgniarki; narażenie zawodowe

Abstract

Introduction. Occupational stress occurs when workers experience mental discomfort due to working conditions or requirements which exceed their capabilities.

Objective. The objective of the study was to identify the opinions of nurses on stress factors at their workplace.

Material and methods. The survey covered a group of 278 individuals performing the profession of a nurse. The diagnostic survey method was applied together with a self-designed questionnaire. The obtained data was subjected to statistical analysis with the use of the Statistica 10.0 software.

Results and conclusions. Most of the surveyed nurses were satisfied with their professional work (85%). As many as 95.6% of them claimed that their profession is stressful. Furthermore, 56.1% of the respondents admitted that they were exposed to occupational stress on a daily basis. A considerable percentage of the surveyed declared being able to deal with stress at work. The factors that contribute to a substantial level of stress of most nurses include low remuneration (43.53%), and a sudden decline in a patient's condition and the necessity of resuscitation (39.93%). The variables that constitute significant differentiating factors of the opinions of the nursing personnel are: age, marital status, place of residence, number of children, job position and contact with death and dying patients in the daily nursing practice.

Key words: stress, psychological; nurses; occupational exposure

Wstęp:

W literaturze wyróżnia się trzy grupy definicji stresu: jako bodziec, jako reakcja oraz stres, jako relacje między jednostką i otoczeniem. Definiowanie stresu w kontekście *bodźca*, polega na określeniu zmian, pozytywnych bądź negatywnych występujących w środowisku oraz otoczeniu fizycznym człowieka, wymagających podjęcia działań w celu przystosowania do zmieniającej się sytuacji. Stres rozpatrywany w kontekście *reakcji*, polega na analizie podjętych działań jednostki: walki bądź ucieczki przed zagrożeniem, które doprowadziło do wystąpienia reakcji obronnej. Z kolei definicja stresu rozpatrywana, jako *relacja*, polega na określeniu zależności między osobą a środowiskiem, zagrażającym jej dobrostanowi i nadwyrężającym zasoby jednostki [1]. Państwowa Inspekcja Pracy określiła definicję stresu zawodowego twierdząc, że stres ten występuje wtedy, kiedy pracownicy doświadczają dyskomfortu psychicznego związanego z warunkami bądź wymaganiami pracy, w sytuacji, kiedy przekraczają one ich możliwości [2].

Należy pamiętać, że reakcja na stres jest właściwością osobniczą [3]. Długotrwałe narażenie na czynniki stresogenne oraz obciążenia psychiczne w miejscu pracy może doprowadzić do zaburzeń stanu zdrowia oraz wystąpienia syndromu wypalenia zawodowego [4]. Wczesne negatywne konsekwencje wynikające z narażenia na stres, to przede wszystkim: zmęczenie, mające silny związek z bezpieczeństwem w miejscu pracy a także zwiększona konsumpcja używek, głównie alkoholu. Z kolei do udokumentowanych, negatywnych skutków pojawiających się w późniejszym okresie narażenia na długotrwały stres zalicza się: depresję, dolegliwości mięśniowo-szkieletowe, choroby układu krążenia, cukrzycę a także i inne powszechne zaburzenia stanu zdrowia psychicznego [5,6].

Charakterystyczny rodzaj stresu występujący w miejscu pracy pielęgniarek wynika najczęściej z bezpośredniego kontaktu z drugim człowiekiem- pacjentem, często cierpiącym i wymagającym otrzymania natychmiastowej pomocy, oczekującym jednocześnie indywidualnej opieki i wsparcia psychologicznego. Brak możliwości spełnienia wszystkich oczekiwań przez pielęgniarkę, szczególnie

w warunkach polskich, gdzie obsady personelu dalekie są od standardów przyjętych w krajach zachodnich, prowadzi do odczuwania przez nią poczucia winy i bezsilności, doprowadzając tym samym do wzrostu napięcia w kontaktach z pacjentem i jego rodziną a niejednokrotnie także z personelem lekarskim [4]. Przeciwdziałanie zjawisku stresu zawodowego nie jest prostym zadaniem, dlatego należy połączyć wysiłki związków zawodowych, służb BHP a także pracodawcy, jak również lekarzy medycyny pracy i innych ekspertów by możliwe było zapewnienie pracownikom, w tym także pielęgniarkom, bezpiecznych i higienicznych warunków pracy wolnych od stresu [2].

Celem badań było poznanie opinii pielęgniarek na temat czynników stresogennych występujących w miejscu pracy. Dodatkowo skupiono się na zbadaniu zależności między opiniami pielęgniarek a czynnikami socjodemograficznymi oraz czynnikami związanymi ze środowiskiem pracy.

Materiał i metoda:

Badaniami objęto grupę 278 osób wykonujących zawód pielęgniarki, kształcących się w państwowych wyższych szkołach zawodowych oraz uczelniach akademickich na terenie Lublina i Krosna. Przed rozpoczęciem badań uzyskano pozytywną opinię Komisji Bioetycznej przy Uniwersytecie Medycznym w Lublinie, oraz zgody władz uczelni na rozpoczęcie badań.

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z techniką ankiety, z zastosowaniem autorskiego kwestionariusza ankiety. Otrzymane dane poddano analizie statystycznej w oparciu o oprogramowanie komputerowe Statistica 10.0 StatSoft Polska. Do oceny zależności między zmiennymi zastosowano test niezależności χ^2 . Jako poziom istotności przyjęto $p=0,05$.

Wyniki:

W badaniu wzięło udział 278 pielęgniarek aktywnych zawodowo. Średnia wieku ankietowanych wynosiła $43 \pm 6,7$ lat. Większość grupy badanych stanowiły osoby w wieku od 34 do 49 roku życia (73,38%; $n=204$), 19,78% ($n=55$) grupy badanej stanowiły osoby w wieku powyżej 50 roku życia, zaś 6,83% ($n=19$) w wieku do 33 roku życia. Nawet 85,97% badanych była w związku ($n=239$), pozostałe 14,03% badanych nie posiadało partnera ($n=39$). Badani respondenci to w większości kobiety. Jeżeli chodzi o wykształcenie, 73,02% badanych ($n=203$) posiadało wykształcenie średnie pielęgniarskie (w trakcie studiów pomostowych), 14,39% posiadało wykształcenie wyższe (licencjackie) w dziedzinie pielęgniarskiej ($n=40$), zaś 12,59% posiadało wykształcenie wyższe w innej dziedzinie ($n=35$). Niemal 1/3 badanych deklarowała, iż mieszkała w momencie badania, w małym mieście (30,58%; $n=85$), 25,18% zamieszkiwała duże miasto ($n=70$), zaś tereny wiejskie były zamieszkiwane przez 44,24% respondentów ($n=123$). Brak potomstwa deklaroowało 10,07% badanych, jedno dziecko posiadało 19,42% badanych, ponad 1/2 respondentów posiadało dwoje dzieci (52,16%; $n=145$), pozostali posiadali troje i więcej dzieci (18,35%; $n=51$).

Na potrzeby analizy statystycznej wyodrębniono 4 podgrupy stażu pracy: poniżej 10 lat (15,47% badanych; $n=43$), od 11 do 20 lat (32,73%; $n=91$), następnie od 21 do 30 lat (40,29%; $n=112$) i powyżej 30 lat pracy (11,51%; $n=32$). Wyodrębniono także 4 zakresy stażu pracy na oddziale: poniżej 5 lat (25,18% badanych; $n=70$), od 5 do 10 lat (21,22%; $n=59$), od 11 do 20 lat (31,29%; $n=87$) oraz powyżej 21 lat pracy (22,30%; $n=62$). Jedynie 8,63% badanych pracowało na stanowisku kierowniczym ($n=24$), pozostali pracowali na stanowisku podrzędnym (91,37%; $n=254$). Respondenci mieli możliwość określenia liczby zmian miejsc pracy. Brak zmian miejsc pracy deklarowała 1/3 badanych (33,45%; $n=93$), jedną zmianę deklaroowało jedynie 13,31% ($n=37$), z kolei 28,42% badanych zmieniło pracę 2 razy ($n=79$), a 24,82% nawet 3 razy, bądź więcej. Jak się okazało 38,85% respondentów miało w pracy częsty kontakt ze śmiercią i umieraniem pacjentów ($n=108$), 43,88% badanych deklaroowało rzadki kontakt z ze śmiercią i umieraniem ($n=122$), zaś brak kontaktu deklaroowało 17,27% badanych ($n=48$). Charakterystyka badanych pod względem miejsca pracy jest

bardzo zróżnicowana, pielęgniarki pracowały w poradniach, sanatoriach, placówkach więziennych, szkołach, domach pomocy społecznej, szpitalach i klinikach (różnorakie oddziały) a także realizowały się w opiece długoterminowej itp.

W jednym z pierwszych pytań poproszono respondentów o odpowiedź na pytanie czy są usatysfakcjonowani z pracy zawodowej. Odpowiedzi pozytywnej udzieliło 85,61% badanych (n=238), przeciwnego zdania było 8,63% pielęgniarek (n=24), jedynie 5,76% badanych nie znało odpowiedzi na to pytanie (n=16).

Na pytanie czy wykonywany zawód jest stresujący, zdecydowana większość respondentów udzieliła odpowiedzi twierdzącej (95,68%; n=266), przeciwnego zdania było jedynie 1,80% badanych (n=5), zaś 2,52% udzieliło niejednoznacznej odpowiedzi (n=7).

W dalszej części zapytano respondentów czy w pracy jest narażona na stres. Odpowiedź twierdząca została wskazana przez 95,68% respondentów (n=266), odpowiedź nie wiem wskazało 2,16% badanych (n=6), zaś odpowiedź „nie” wskazało 2,16% badanych (n=6).

Pielęgniarki zapytane o częstość występowania sytuacji stresujących w miejscu pracy najczęściej wskazywały odpowiedź „codziennie” (56,12%; n=156), następnie odpowiedź „kilka razy w tygodniu” (27,70%; n=77) zaś 16,19% badanych wskazało odpowiedź „kilka razy w miesiącu” (n=45). Jak wykazała analiza statystyczna, znaczny odsetek badanego personelu medycznego, który deklaruje, że ma częsty kontakt ze śmiercią i umieraniem, wskazywał, że doświadcza w pracy sytuacji stresujących w miejscu pracy codziennie (61,11%). Nieco rzadziej tą odpowiedź wskazywały osoby, które miały rzadki kontakt ze śmiercią i umieraniem w pracy (59,02%), a najrzadziej te, które nie doświadczały tego czynnika stresogennego (37,50%). Zależność była istotna statystycznie na poziomie $p=0,03920$ (tabela 1).

Tabela 1. Częstość narażenia na sytuacje stresujące w miejscu pracy a kontakt ze śmiercią i umieraniem- zależność istotna statystycznie

Zmienna istotna statystycznie		Deklarowana częstość narażenia na sytuacje stresujące w pracy		
		Codziennie (%)	Kilka razy w tygodniu (%)	Kilka razy w miesiącu (%)
Kontakt ze śmiercią i umieraniem pacjentów $p=0,03920$	Tak, często	66(61,11)	30(27,78)	12(11,11)
	Tak, rzadko	72(59,02)	29(23,77)	21(17,21)
	Nie	18(37,50)	18(37,50)	12(25,00)

Nawet 81,65% badanych twierdziło, że radzi sobie ze stresem w pracy (n=227), przeciwnego zdania było jedynie 8,99% badanych (n=25), zaś niejednoznacznej odpowiedzi udzieliło 9,35% badanych (n=26). Znacznie większy odsetek badanych, którzy posiadali trójkę dzieci, deklaruje, że radzi sobie ze stresem w pracy (90,20%) aniżeli w pozostałych podgrupach. Zdanie ankietowanych, którzy nie posiadali potomstwa było podzielone. Zależność była istotna statystycznie na poziomie $p=0,00417$. Zmienna miejsce zamieszkania także okazała się być istotna statystycznie w przypadku radzenia sobie ze stresem badanych pielęgniarek ($p=0,01893$). Stosunkowo wyższy odsetek badanych zamieszkujących tereny wiejskie twierdził, że radzi sobie ze stresem (82,93%). Jak wykazała analiza statystyczna także to osoby niezajmujące stanowisk kierowniczych istotnie częściej deklaruowały radzenie sobie ze stresem ($p=0,01346$). Szczegółowe opracowanie statystyczne przedstawia tabela 2.

Tabela 2. Deklaracja radzenia sobie ze stresem przez pielęgniarki a zmienne istotne statystycznie

Zmienne istotne statystycznie		Deklarowane radzenie sobie z czynnikami stresogennymi w środowisku pracy		
		Tak (%)	Nie (%)	Nie mam zdania (%)
Liczba potomstwa $p=0,00417$	Brak	15(53,57)	7(25,00)	6(21,43)
	Jedno	45(83,33)	5(9,26)	4(7,41)
	Dwoje	121(83,45)	12(8,28)	12(8,28)

Zmienne istotne statystycznie		Deklarowane radzenie sobie z czynnikami stresogennymi w środowisku pracy		
		Tak (%)	Nie (%)	Nie mam zdania (%)
	Troje	46(90,20)	1(1,96)	4(7,84)
Miejsce zamieszkania p=0,01893	Wieś	102(82,93)	10(8,13)	11(8,94)
	Małe miasto	68(80,00)	4(4,71)	13(15,29)
	Duże miasto	57(81,43)	11(15,71)	2(2,86)
Stanowisko p=0,01346	Niekierownicze	210(82,68)	19(7,48)	25(9,84)
	Kierownicze	17(70,83)	6(25,00)	1(4,17)

Ponad 1/3 badanych wyraziło chęć korzystania z poradnictwa psychologicznego bądź grup wsparcia pomocnych w radzeniu sobie ze stresem w pracy (38,13%; n=106), przeciwnego zdania było 56,83% badanych (n=158), zaś 5,04% pielęgniarek nie знаło jednoznacznej odpowiedzi na to pytanie (n=14).

Dostęp do poradnictwa psychologicznego w pracy posiadało łącznie 25,18% respondentów (n=70), w tym 8 osób deklaroowało, że z niego korzysta zaś 62 osoby nie korzystało z tej formy pomocy. Nawet 73,74% badanych twierdziło, że nie posiada do dostępu do poradnictwa psychologicznego w pracy (n=205), zaś trzy osoby udzieliły odpowiedzi „nie wiem” (1,08%).

W dalszej części respondentki miały możliwość określenia poziomu stresu, w 4 stopniowej skali (bardzo duży, duży, mały, znikomy), jaki wywołują u nich poszczególne czynniki stresogenne w miejscu pracy (tabela 3). W tym celu, na podstawie literatury oraz własnych doświadczeń, wyodrębniono 15 czynników stresogennych występujących w miejscu pracy pielęgniarek. Jak prezentuje tabela 3 bardzo duże nasilenie stresu, było w większości przypisywane takim czynnikom jak: nagłe pogorszenie stanu zdrowia pacjenta i konieczność reanimacji (39,93%) oraz niska pensja (43,53%). Z kolei w stosunku do 10 czynników, respondenci deklarowali „duże” nasilenie stresu. Były to takie stresory jak konflikty interpersonalne ze współpracownikami (37,05%), przełożonymi (34,89%), lekarzami (35,61%), pacjentami (39,57%) a także możliwość zakażenia (40,29%), nadmiar obowiązków (44,96%), duża odpowiedzialność (51,08%), źle wyposażone środowisko pracy (35,25%), zbyt duże obciążenie pracą (43,16%) oraz presja czasu (38,13%). Czynniki stresogenne określane przez większość respondentów, jako stresory o niskim nasileniu to: kontakt z pacjentem i jego rodziną (41,73%) oraz brak możliwości rozwoju kariery zawodowej (46,04%). Zaś znikomy poziom stresu, wśród większej części respondentów (39,57%) wywołuje taki czynnik jak praca zmianowa.

Tabela 3. Deklarowany nasilenie stresu w stosunku do poszczególnych czynników stresogennych

Czynniki stresogenne	Nasilenie stresu			
	Bardzo wysokie(%)	Wysokie(%)	Niskie(%)	Znikome (%)
Konflikty i złe relacje interpersonalne ze współpracownikami	56(20,14)	103(37,05)	70(25,18)	49(17,63)
Konflikty i złe traktowanie przez przełożonych	70(25,18)	97(34,89)	66(23,74)	45(16,19)
Konflikty i złe relacje z lekarzami	46(16,55)	99(35,61)	79(28,42)	54(19,42)
Brak szacunku ze strony pacjenta	40(14,39)	110(39,57)	79(28,42)	49(17,63)
Kontakt z pacjentem i jego rodziną	19(6,83)	81(29,14)	116(41,73)	62(22,30)
Nagłe pogorszenie się stanu pacjenta i konieczność reanimacji	111(39,93)	111(39,93)	26(9,35)	30(10,79)
Możliwość zakażenia	47(16,91)	112(40,29)	88(31,65)	31(11,15)
Nadmiar obowiązków	87(31,29)	125(44,96)	46(16,55)	20(7,19)
Duża odpowiedzialność	96(34,53)	141(51,08)	30(10,79)	10(3,60)
Niska pensja	121(43,53)	109(39,21)	34(12,23)	14(5,04)
Brak możliwości rozwoju kariery zawodowej	26(9,35)	75(26,98)	128(46,04)	49(17,63)
Źle wyposażone stanowisko pracy	38(13,67)	98(35,25)	93(33,45)	49(17,63)
Praca zmianowa	18(6,47)	51(18,35)	99(35,61)	110(39,57)
Zbyt duże obciążenie pracą	89(32,01)	120(43,16)	59(21,22)	10(3,60)
Presja czasu	57(20,50)	106(38,13)	87(31,29)	28(10,07)

Zbadano zależność między deklarowanym nasileniem stresu, jaki wywołują poszczególne czynniki stresogenne a zmiennymi socjodemograficznymi oraz charakteryzującymi środowisko pracy. Część z nich okazała się być istotna statystycznie.

W przypadku „konfliktów i złego traktowania przez przełożonych”, zmienną istotną statystycznie okazało się być miejsce zamieszkania ($p=0,03390$). Był to czynnik o bardzo wysokim nasileniu, wśród większego odsetka respondentów zamieszkujących duże miasta (37,14%). Z kolei dla większości respondentów zamieszkujących małe miasta (41,18%) i wsie (34,96%), był to czynnik stresujący o wysokim nasileniu.

Wykształcenie ($p=0,04894$), zajmowane stanowisko ($p=0,02136$) oraz kontakt ze śmiercią i umieraniem ($p=0,0100$) to zmienne różnicujące nasilenie stresu, jaki wywołuje czynnik: konflikty i złe relacje z lekarzami. Jak się okazało był to stresor o bardzo wysokim nasileniu dla pielęgniarek z wykształceniem wyższym w dziedzinie pielęgniarstwa, zaś pielęgniarki z wykształceniem średnim bądź wyższym w innej dziedzinie częściej charakteryzowały go, jako czynnik o wysokim nasileniu. Z kolei pielęgniarki dzierżące funkcje kierownicze oraz niemające kontaktu ze śmiercią i umieraniem w miejscu pracy istotnie częściej twierdziły, że jest to czynnik wywołujący znikomy stres w porównaniu do pozostałych grup badanych. Dla pielęgniarek niepełniących funkcji kierowniczych oraz tych, które w miejscu pracy spotykały się ze śmiercią i umieraniem pacjentów, konflikty i złe relacje z lekarzami to, stresor o dużym nasileniu.

Brak szacunku ze strony pacjenta był stresogenem o bardzo dużym nasileniu, dla większego odsetka respondentów poniżej 33 roku życia (43,8%), a wraz z wiekiem deklarowane nasilenie stresu malało. Zależność była istotna statystycznie na poziomie $p=0,03423$. Zmienne istotne statystycznie w zakresie tego czynnika stresogenego to także: wykształcenie ($p=0,00442$) oraz zajmowane stanowisko ($p=0,04664$). Zarówno osoby z wykształceniem wyższym w dziedzinie innej niż pielęgniarstwo (37,14%) oraz zajmujące stanowiska kierownicze (37,50%) istotnie częściej niż pozostałe podgrupy respondentów twierdziły, iż brak szacunku ze strony pacjenta jest czynnikiem o znikomej stresogenności.

Dla pielęgniarek, które w codziennej praktyce nie mają kontaktu ze śmiercią i umieraniem, istotnie częściej (43,75%) kontakt z pacjentem i jego rodziną jest czynnikiem o znikomym nasileniu stresu ($p=0,00111$). Dodatkowo dla większości pielęgniarek, które nie obcują ze śmiercią i umieraniem pacjentów (33,33%), możliwość zakażenia była czynnikiem o niskim stopniu stresogenności, w odróżnieniu od pielęgniarek, które miały częsty, bądź rzadki kontakt z tym czynnikiem. Zależność była istotna statystycznie na poziomie $p=0,00002$.

Co więcej „duża odpowiedzialność” to czynnik stresogeny o bardzo wysokim nasileniu szczególnie dla pielęgniarek zajmujących stanowiska kierownicze (62,50%), w porównaniu do tych osób, które nie zajmują stanowisk kierowniczych. Zależność była istotna statystycznie ($p=0,01316$).

Odpowiedzi charakteryzujące poziom stresogenności czynnika „brak możliwości rozwoju kariery zawodowej” były różnicowane przez zmienne: wiek ($p=0,00581$), staż pracy w zawodzie ($p=0,04212$) oraz staż pracy na obecnym oddziale ($p=0,00163$). Był to czynnik, który powodował bardzo duży stres wśród 31,58% osób poniżej 33 roku życia. Z kolei pielęgniarki w przedziale wieku od 34 do 49 roku życia (47,55%) oraz starsze (45,54%) w większości deklarowały, że jest to czynnik wywołujący niski stres. Pielęgniarki ze stażem pracy od 6 do 10 lat na oddziale, istotnie częściej deklarowały, że jest to czynnik o dużym nasileniu stresogennym (44,07%), aniżeli osoby z krótszym bądź dłuższym stażem pracy.

Praca zmianowa jest czynnikiem o niskiej stresogenności zarówno dla pielęgniarek zajmujących, jak i niezajmujących stanowiska kierownicze. Istotnie częściej jednak osoby niezajmujące stanowisk kierowniczych, deklarowały, że czynnik ten wywołuje niski poziom stresu

(37,01%), zaś oddziałowe częściej deklarowały, że czynnik ten wywołuje znikomy poziom stresu (66,67%), ($p=0,03393$).

Zbyt duże obciążenie pracą to czynnik wywołujący bardzo duży stres szczególnie w grupie osób zajmujących kierownicze stanowiska (45,83%), z kolei pozostałe pielęgniarki w większości twierdziły, że jest to czynnik wywołujący wysoki poziom stresu (44,09%). Zależność była istotna statystycznie na poziomie $p=0,01857$.

Presja czasu to czynnik wywołujący wysoki poziom stresu najczęściej u pielęgniarek z wykształceniem średnim (41,38%), zaś osoby z wykształceniem wyższym zarówno pielęgniarskim (40,00%) jak i w innych dziedzinach (28,57%) istotnie częściej wskazywał odpowiedź „niski poziom stresu”. Poziom istotności wynosił $p=0,04359$.

Tabela 4. Deklarowany stopień stresu w stosunku do poszczególnych czynników stresogennych a zmienne socjodemograficzne i czynniki środowiska pracy- zależności istotne statystycznie

Czynniki stresogenne	Zmienne istotne statystycznie		Nasilenie stresu			
			Bardzo wysokie (%)	Wysokie (%)	Niskie (%)	Znikome (%)
Konflikty i złe traktowanie przez przełożonych	Stan cywilny $p=0,05508$	W związku	54(22,59)	89(37,24)	56(23,43)	40(16,74)
		Wolna	16 (41,02)	8(20,51)	10(25,64)	5(12,82)
	Miejsce zamieszkania $p=0,03390$	Wieś	24(18,51)	43(34,96)	29(23,58)	27(21,95)
		Małe miasto	20(23,53)	35(41,18)	18(21,18)	12(14,12)
Konflikty i złe relacje z lekarzami	Wykształcenie $p=0,04894$	Średnie	30(14,78)	73(35,96)	59(29,06)	41(20,20)
		Wyższe pielęgniarskie	13(32,50)	13(32,50)	11(27,50)	3(7,50)
		Wyższe inne	3(8,57)	13(37,14)	9(25,71)	10(28,57)
	Stanowisko $p=0,02136$	Nie kierownicze	45(17,72)	91(35,83)	74(29,13)	44(17,32)
		Kierownicze	1(4,17)	8(33,33)	5(20,83)	10(41,67)
	Kontakt ze śmiercią i umieraniem $P=0,0100$	Tak, często	18(16,67)	46(42,59)	29(26,85)	15(13,89)
		Tak, rzadko	17(13,93)	45(36,89)	38(31,15)	22(18,03)
Nie		11(22,92)	8(16,67)	12(25,00)	17(35,42)	
Brak szacunku ze strony pacjenta	Wiek $p=0,03423$	<33	7(34,8)	6(31,58)	3(15,79)	3(15,79)
		34-49	26(12,75)	88(43,14)	54(26,47)	36(17,65)
		>50	7(12,73)	16(29,09)	22(40,00)	10(18,18)
	Miejsce zamieszkania $p=0,00132$	Wieś	10(8,13)	47(38,21)	41(33,33)	25(20,33)
		Małe miasto	9(10,59)	41(48,24)	21(24,71)	14(16,47)
		Duże miasto	21(30,00)	22(31,43)	17(24,29)	10(14,29)
	Wykształcenie $p=0,00442$	Średnie	24(11,82)	87(42,86)	59(29,06)	33(16,26)
		Wyższe pielęgniarskie	9(22,50)	17(42,50)	11(27,50)	3(7,50)
		Wyższe inne	7(20,00)	6(17,14)	9(25,71)	13(37,14)
	Stanowisko $p=0,04664$	Niekierownicze	38(14,96)	104(40,94)	72(28,35)	40(15,75)
Kierownicze		2(8,33)	6(25,00)	7(29,17)	9(37,50)	
Kontakt z pacjentem i jego rodziną	Kontakt ze śmiercią i umieraniem $p=0,00111$	Tak, często	8(7,41)	34(31,48)	54(50,00)	12(11,11)
		Tak, rzadko	7(5,74)	37(30,33)	49(40,16)	29(23,77)
		Nie	4(8,33)	10(20,83)	13(27,08)	21(43,75)
Możliwość zakażenia	Kontakt ze śmiercią i umieraniem $p=0,00002$	Tak, często	16(14,81)	54(50,00)	30(27,78)	8(7,41)
		Tak, rzadko	27(22,13)	45(36,89)	42(34,43)	8(6,56)
		Nie	4(8,33)	13(27,08)	16(33,33)	15(31,25)
Duża odpowiedzialność	Stanowisko $p=0,01316$	Niekierownicze	81(31,89)	137(53,94)	27(10,63)	9(3,54)
		Kierownicze	15(62,50)	5(20,83)	3(12,50)	1(4,17)
Brak możliwości rozwoju kariery zawodowej	Wiek $p=0,00581$	<33	6(31,58)	6(31,58)	6(31,58)	1(5,26)
		34-49	18(8,82)	56(27,45)	97(47,55)	33(16,18)
		>50	2(3,64)	13(23,64)	25(45,54)	15(27,27)
	Staż pracy w zawodzie $p=0,04212$	<10 lat	9(20,93)	11(25,58)	21(48,84)	2(4,65)
		11 do 20 lat	10(10,99)	27(29,67)	38(41,76)	16(17,58)
		21-30 lat	4(3,57)	29(25,89)	56(50,00)	23(20,54)
		>30 lat	3(9,38)	8(25,00)	13(40,63)	8(25,00)
	Staż pracy na obecnym oddziale $p=0,00163$	<5 lat	13(18,57)	19(27,14)	31(44,29)	7(10,00)
		6 do 10 lat	4(6,78)	26(44,07)	22(37,29)	7(11,86)
		11 do 20 lat	5(5,57)	15(17,24)	45(51,72)	22(25,29)

		>21 lat	4(5,45)	15(24,19)	30(48,39)	13(20,97)
Praca zmianowa	Stanowisko p=0,03393	Niekierownicze	18(7,09)	48(18,90)	94(37,01)	94(37,01)
		Kierownicze	0(0,00)	3(12,50)	5(20,83)	16(66,67)
Zbyt duże obciążenie pracą	Stanowisko p=0,01857	Niekierownicze	78(30,71)	112(44,09)	57(22,44)	7(2,76)
		Kierownicze	11(45,83)	8(33,33)	2(8,33)	3(12,50)
Presja czasu	Wykształcenie p=0,04359	Średnie	40(19,70)	84(41,38)	61(30,05)	18(8,87)
		Wyższe pielęgniarские	4(10,00)	13(32,50)	16(40,00)	7(17,50)
		Wyższe inne	13(37,14)	9(25,71)	10(28,57)	3(8,57)

Dyskusja:

Badania własne wykazały, że ponad 95% pielęgniarek uważało swój zawód za zdecydowanie stresujący, podobny odsetek respondentów deklarował, że jest narażony na stres w pracy. Dodatkowo okazało się, że niemal 60% badanych była narażona na stres codziennie a 1/3 badanych doświadcza stresogennych czynników kilka razy w tygodniu. Z kolei, z badań Kowalczyk K., i wsp., prowadzonych wśród pielęgniarek z województwa podlaskiego wynikało, że nawet 72,6% respondentów odczuwało stres związany z wykonywaną pracą [7]. Zaś, badania prowadzone wśród pielęgniarek zatrudnionych w lubelskich szpitalach Modzelewskiej T., i Kulik T., [8] wykazały, że 73,6% ankietowanych było narażonych na stres w miejscu pracy. Nieco odmienne wyniki prezentują badania Tartas M., i wsp., w których okazało się, że praca zawodowa była postrzegana, jako duże źródło stresu zarówno dla pielęgniarek z oddziałów chirurgicznych, jak i z oddziałów hospicyjnych, jednak dla pielęgniarek pracujących na oddziałach chirurgicznych była mniej uciążliwa (50%) [9].

W dalszej części badań własnych skupiono się na poznaniu opinii pielęgniarek na temat stopnia stresogenności poszczególnych czynników związanych z pracą. Bardzo duże nasilenie stresu, było w większości przypisywane takim czynnikom jak: nagłe pogorszenie stanu zdrowia pacjenta i konieczność reanimacji (39,93%) oraz niska pensja (43,53%), zaś czynnik, który w znikomym stopniu stresował pielęgniarki to praca zmianowa. Uzyskane wyniki po części korespondują z wynikami badań innych autorów.

Skorupska-Król A. i wsp., przeprowadzili badania w grupie 90 pielęgniarek zatrudnionych w małopolskim szpitalu [10]. Podobnie jak w badaniach własnych, pielęgniarki miały za zadanie ocenić stresogenność poszczególnych czynników związanych z pracą zawodową. Jak się okazało za najbardziej stresujące dla badanych pielęgniarek w zakresie czynników organizacyjnych były: biurokracja, presja czasu, niewystarczająca obsada personelu pielęgniarского, źle wyposażone stanowisko pracy czy odpowiedzialność za życie i zdrowie podopiecznych oraz bezradność wobec cierpienia i śmierci. W zakresie pozostałych podgrup czynników stresogennych bardzo często wymieniano: brak poszanowania pracy pielęgniarской, roszczeniową postawę rodzin pacjentów, ale także utrudniony przepływ informacji w zespole terapeutycznym czy brak wsparcia ze strony przełożonych.

Z kolei badania przeprowadzone w województwie lubuskim wykazały, że dla pielęgniarek stresogenne i uciążliwe czynniki to przede wszystkim: duża odpowiedzialność, następnie odpowiedzialność za zdrowie i życie drugiego człowieka, niezadowolenie i pretensje pacjentów i ich rodzin a także lęk przed popełnieniem błędu, który może być negatywny w skutkach dla niej samej, pacjenta bądź zakładu pracy czy też konieczność zachowania czujności, kontroli i dokładności w sytuacjach szczególnie trudnych. W dalszej części pielęgniarki miały możliwość określenia czynników stresogennych związanych z warunkami pracy, najczęściej wskazywano na: nadmierne wymagania jakościowe pracy, pracę pod presją czasu czy nadmiar obowiązków. Najmniej stresujące czynnik z tego zakresu, na który wskazały pielęgniarki z województwa lubuskiego to konieczność pracy w nadgodzinach [4].

Wzorek A., w swoich badaniach porównywał przyczyny stresu wśród pielęgniarek pracujących na różnych oddziałach [11]. Jak się okazało pielęgniarki pracujące na OIT odczuwały zdecydowanie wyższy poziom stresu od tych pracujących na innych oddziałach. Dodatkowo głównym źródłem stresu dla pielęgniarek pracujących na OIT była śmierć pacjenta, z kolei dla pielęgniarek pracujących na innych oddziałach była to głównie nerwowa atmosfera w pracy i zła organizacja pracy. Wszystkie pielęgniarki radziły sobie ze stresem dzięki wsparciu bliskiej osoby.

Badania Tartas M., i wsp., prowadzone wśród personelu na oddziałach o dużym obciążeniu fizycznym i psychicznym jak: chirurgia ogólna czy hospicjum wykazały, że czynniki stresogenne dla pielęgniarek to głównie: ogólne obciążenie pracą, wyposażenie i zarządzanie oddziałem szpitalnym, a także wynagrodzenie czy trudności w pracy zespołowej [9]. Autorzy stwierdzili, że takie opinie badanych pielęgniarek mogły się wiązać z obecną, trudną sytuacją ekonomiczną szpitali a także narastającą różnicą finansową między rynkiem prywatnym a ochroną zdrowia. Jak się okazało, brak rozwoju zawodowego oraz relacje z rodziną pacjenta to czynniki zdecydowanie bardziej stresogennym dla pielęgniarek hospicyjnych aniżeli tych pracujących na oddziałach chirurgicznych. Autorzy powiązali powyższe wyniki z bardzo ciężkim stanem pacjentów hospicjum, oraz nieco bardziej rozbudowaną ścieżką kariery zawodowej pielęgniarek chirurgicznych [9]. Także w badaniach własnych okazało się, że pielęgniarki, które nie miały kontaktu ze śmiercią i umieraniem w miejscu pracy, istotnie częściej określały stres związany z kontaktem z lekarzami, pacjentami i ich rodzinami, jako znikomy.

Jak wynika z badań Pawełczaka E., i Gaszyńskiego T., czynniki stresogenne związane ze środowiskiem pracy wśród pielęgniarek anestezyjologicznych to: brak współpracy z personelem lekarskim, konflikty w zespole pielęgniarskim, niewystarczająca obsada, nadmiar pracy i obciążanie zadaniami. Stresogenne okazały się, także takie czynniki jak: brak poszanowania ze strony innych, brak wsparcia przełożonych, rywalizacja, konieczność ciągłego doszkalania się, niskie pobory, dyspozycyjność oraz niski prestiż wykonywanego zawodu oraz świadomość odpowiedzialności i ryzyka [12].

Opinie pielęgniarek pracujących na oddziałach pediatrycznych zostały zbadane i opisane przez Perek M., i wsp., czynniki stresujące związane z organizacją pracy wymieniane przez tą grupę pielęgniarek to niewystarczająca obsada w porównaniu do obciążenia pracą, oraz braki kadrowe [13]. Kolejne czynniki stresogenne związane głównie z relacjami interpersonalnymi to głównie brak współpracy w zespole terapeutycznym oraz niewystarczające wsparcie ze strony przełożonych. Dla większości pielęgniarek pediatrycznych, czynnik stresogeny to pobory, jak twierdziły badane, nieadekwatnie niskie w stosunku do zakresu odpowiedzialności oraz pełnionych obowiązków [5].

W badaniach własnych z uwagi na duże zróżnicowanie miejsc pracy badanych pielęgniarek, nie zbadano zależności między opiniami respondentów a rodzajem oddziału, na którym pracowali. Okazało się jednak, że zmienne, które różnicują odpowiedzi badanych pielęgniarek to: wiek, stan cywilny, miejsce zamieszkania, liczba potomstwa, pełnione stanowisko oraz kontakt ze śmiercią i umieraniem pacjentów w codziennej praktyce zawodowej.

Wnioski:

Większość badanych pielęgniarek twierdziła, że jest usatysfakcjonowana z pracy zawodowej. Nawet 95,6% badanych określiło zawód pielęgniarki, jako stresujący. Ponad połowa badanych deklarowała, że jest narażona na stres w miejscu pracy codziennie. Znaczny odsetek respondentów deklarował radzenie sobie ze stresem w pracy. Czynniki, które wywoływały znaczący poziom stresu wśród większości pielęgniarek to: niska pensja oraz nagłe pogorszenie stanu zdrowia pacjenta, konieczność reanimacji. Praca zmianowa była czynnikiem o znikomym obciążeniu psychicznym dla większości badanych pielęgniarek. Zmienne, które istotnie różnicują odpowiedzi badanego personelu

pielęgniarskiego to: wiek, stan cywilny, miejsce zamieszkania, liczba potomstwa, pełnione stanowisko oraz kontakt ze śmiercią i umieraniem pacjentów w codziennej praktyce zawodowej.

Literatura:

1. Lazarus R.S, Folkman S. Stress, appraisal and coping. Springer, New York, 1984.
2. Stres w miejscu pracy- stan prawny, przeciwdziałanie oraz działania związków zawodowych. <http://www.opzz.org.pl/documents/707532/707723/publikacja+stres.pdf> (dostęp: 01.07.2016)
3. Jędrejek G. Mobbing. Środki ochrony prawnej, Wolters Kluwer, 2007.
4. Kędra E, Nowocień M. Czynniki stresogenne a ryzyko wypalenia zawodowego w pracy pielęgniarek. *Pielęgniarstwo Polskie* 2015; 3(57): 293-306
5. Orłak K. Stres w pracy oraz jego wpływ na występowanie wypadków przy pracy i stan zdrowia osób pracujących. http://www.zus.pl/files/Stres_w_pracy_oraz_jego_wplyw_na_wystepowanie_wypadkow_przy_pracy.pdf (dostęp: 01.07.2016)
6. Gólczyński M. Stres w pracy, poradnik dla pracownika, Państwowa Inspekcja Pracy, Główny Inspektorat Pracy, Warszawa, 2012.
7. Kowalczyk K, Zdańska A, Krajewska-Kułak E. Stres w pracy pielęgniarek jako czynnik ryzyka wypalenia zawodowego. *Problemy Pielęgniarstwa* 2011;19(3): 307-314.
8. Modzelewska T, Kulik T.B. Stres zawodowy jako nieodłączny element zawodów profesjonalnego pomagania — sposoby radzenia sobie ze stresem w opinii pielęgniarek. *Annales Universitatis Mariae Skłodowska-Curie, Lublin —Polonia* 2003; 58, supl 13 (161): 211-315.
9. Tartas M, Derewicz G, Walkiewicz M i WSP. Źródła stresu zawodowego w pracy pielęgniarek zatrudnionych na oddziałach o dużym obciążeniu fizycznym i psychicznym-hospicjum oraz chirurgii ogólnej. *Annales Academiae Medicae Gedanensis* 2009; 39: 145-153
10. Skorupska-Król A, Szabla A, Bodys-Cupak I. Opinie pielęgniarek na temat czynników stresogennych związanych z ich środowiskiem pracy. *Pielęgniarstwo XXI wieku* 2014; 1(46): 23-26.
11. Wzorek A. Porównanie przyczyn stresu wśród pielęgniarek pracujących na oddziałach o różnej specyfice. *Studia Medyczne* 2008; 11:22-37.
12. Pawełczak E, Gaszyński T. Sytuacje stresogenne w zawodzie lekarza anestezjologa i pielęgniarki anestezjologicznej. *Anestezjologia i Ratownictwo* 2013; 7: 19-26.
13. Perek M, Kózka M, Twarduś K. Trudne sytuacje w pracy pielęgniarek pediatrycznych i sposoby radzenia sobie z nimi. *Problemy Pielęgniarstwa* 2007; 15(14): 223-228.