

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE 7

Rozdział I. PANDEMIA COVID-19 JAKO KRYZYS 11

- 1.1. Kryzys pandemiczny 11
- 1.2. Traumatyczne doświadczenie pandemiczne 14
- 1.3. Jakość życia w pandemii 18
- 1.4. Edukacja zdalna w pandemii 29

Rozdział II. STRES NAUCZYCIELSKI ORAZ SPOSOBY RADZENIA SOBIE Z NIM 43

- 2.1. Charakterystyka stresu psychologicznego 43
- 2.2. Radzenie sobie ze stresem 52
- 2.3. Stres w zawodzie nauczyciela 59
- 2.4. Stres nauczycielski w pandemii COVID-19 69

Rozdział III. ZAWÓD NAUCZYCIELA A WYPALENIE ZAWODOWE 81

- 3.1. Wypalenie zawodowe: etiologia i symptomy 81
- 3.2. Wypalenie zawodowe w kontekście pracy nauczyciela 89

Rozdział IV. BADANIA WŁASNE 99

- 4.1. Cel badań, pytania badawcze i hipotezy 99
- 4.2. Metoda 101
- 4.3. Wyniki 106
- 4.4. Dyskusja 114

PODSUMOWANIE 119

BIBLIOGRAFIA 121

SPIS TABEL I RYSUNKÓW 145