SEJ
SPOŁECZEŃSTWO
EDUKACJA
JĘZYK

Tom 17/2023, ss. 239-251
ISSN 2353-1266
e-ISSN 2449-7983
DOI: 10.19251/sej/2023.17(14)
www.sej.mazowiecka.edu.pl
Otrzymano: 22.04.2023
Zaakceptowano: 11.06.2023
Opublikowano: 21.09.2023

Sebastian Moskalski
Szkoła Doktorska Uniwersytetu Rzeszowskiego

Ewa Burlikowska
Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego

Jan Rajss
Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

Justyna Kusiak
Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

KORELATY WYPALENIA STUDENCKIEGO W NAUKACH SPOŁECZNYCH NA PRZYKŁADZIE STUDENTÓW SOCJOLOGII I EKONOMII UNIWERSYTETU RZESZOWSKIEGO

CORRELATES OF STUDENT BURNOUT IN SOCIAL SCIENCE ON EXAMPLE OF SOCIOLOGY AND ECONOMY STUDENTS AT UNIVERSITY OF RZESZÓW

Streszczenie:

W pracy podjęto problematykę wypalenia studenckiego w naukach społecznych na przykładzie studentów socjologii i ekonomii z Uniwersytetu Rzeszowskiego. Autorzy, bazując na pracach Ch. Maslach, przyjęli, że wypalenie studenckie składa się z trzech czynników: wyczerpania emocjonalnego, cynizmu i obniżonego poczucia własnych dokonań. Przeprowadzono badanie kwestionariuszowe, którego głównym celem było rozpoznanie, czy i jak zmienne akademickie (powiązane z funkcjonowaniem jednostki w środowisku akademickim) korelują z wypaleniem studenckim wśród studentów nauk społecznych. Użyto następujących narzędzi: skali MBI-GS(S), własnego narzędzia do pomiaru zróżnicowania aktywności studenckich, pomiaru identyfikacji z kierunkiem studiów oraz metryczki. Większość zbadanych studentów charakteryzuje się wysokim poziomem wypalenia na podskalach emocjonalnego wyczerpania (62%) oraz cynizmu (68%) oraz niskim poziomem obniżonego poczucia własnych dokonań (95%). Czynniki, które okazały się negatywnymi korelatami wypalenia studenckiego to: zdywersyfikowana aktywność w czasie studiów, zadowolenie i hipotetyczny ponowny wybór tego samego kierunku, wysoka średnia ocen.

Słowa kluczowe: wypalenie studenckie, wyczerpanie, cynizm, socjologia, ekonomia, nauki społeczne

Summary:

Correlates of student burnout in social science on example of sociology and economy students at University of Rzeszów.Summary (shorter version): The following word investigates student burnout amont social science students. The surveyed peopleare sociology and economy students at University of Rzeszów. Autors, based on Ch. Maslach assumed that students burnout consists of 3 factors: emotional exhaustion, cynism and diminished personal accomplishment. A questionnaire study was conducted. The main purpose of the study is to investigate whether and how academic factors (connected to one's coping in academic environment) corelates with student burnout. The research includes following questionnaires: MBI-gs(s) Scale, author's questionnaire to measure diversity of students' activities, measurement of identification with field of study. Most of surveyed students are characterised by high scores on emotional exhaustion (62%) and cynism subscale (68%); diminished personal accomplishment is low (95% surveyed students). High GPA, diversified students' activities, satisfaction and hypothetical choice of the same field of study one more time are significant and positive correlates of student burnout.

Key words: student burnout, emotional exhaustion, cynism, sociology, economy, social science

1. Wprowadzenie

Do podjęcia problematyki wypalenia studenckiego skłoniły autorów artykułu liczne obserwacje poczynione na uczelniach wyższych oraz rozmowy z rówieśnikami, w których często poruszano tematy związane z wyczerpaniem spowodowanym obowiązkami, powątpiewaniem w sens studiowania danego kierunku czy też brakiem wiary we własne możliwości. Chęć zgłębienia wiedzy w zakresie przytoczonej problematyki oraz zaspokojenia naukowej ciekawości zadecydowały o realizacji projektu badawczego, który został opisany na łamach tego artykułu.

Graham Green w książce *A Burn-Out Case* jako pierwszy w historii opisał przypadek wypalonej osoby (Ostrowska i Michcik 2013, 22). Prekursorem badań nad wypaleniem zawodowym był psychiatra Herbert J. Freudenberger (1974), który podjął tę problematykę w latach 70. XX w. Jako źródło zjawiska wskazywał przeciążenie obowiązkami zawodowymi, a objawami miały być między innymi: bóle ciała, drażliwość, znudzenie, zmęczenie czy osłabienie układu odpornościowego. Kolejnym badaczem zajmującym się tą problematyką był Cary Cherniss, który wiązał wypalenie z utratą entuzjazmu i zaangażowania, a jako objawy wskazywał napięcie, drażliwość i zmęczenie. Powodem, przez który ludzie się tak czują, miał być nadmierny stres (Kamrowska 2007, 317).

Termin „wypalenie studenckie" pojawił się po raz pierwszy w 1985 r., a jego twórcami byli Scott T. Meier i Ronald R. Schmeck (1985, 63). Pierwotnie badania związane z wypaleniem akademickim były prowadzone wśród wykładowców, a dopiero później wśród studentów. Badania na ten temat prowadzili również w 1988 r. Eugene D. Anderson i Bettie S. Cole, wynikało z nich, że prawie 70% z próby 360 studentów czuje się wypalona. Następstwem wypalenia było według badaczy częste opuszczanie zajęć ze względu na problemy zdrowotne (Kabala, Strzałecki 2007, 85–86). W Polsce badania dotyczące wypalenia studenckiego były prowadzone głównie na studentach kierunków medycznych, m.in. przez: Olgę Łozę (2015), Kamila Bara, Krystynę Pawlas, Karolinę Pieniawską i Karola Śmiecha (2017).

Jako konsekwencje wypalenia badacze podają, oprócz przytoczonych już problemów zdrowotnych, między innymi: utratę motywacji do podejmowania działań, obniżenie wydajności pracy, większą podatność na wchodzenie w różnego rodzaju konflikty (Sęczkowska 2020, 64). W opinii autorów artykułu potencjalnymi skutkami wypalenia studenckiego mogą być także: kreowanie negatywnego wizerunku studiów wyższych, zdeterminowanie losów zawodowych czy też większa podatność osób wypalonych na występowanie zaburzeń afektywnych (np. depresja).

Autorką słynnego MBI (*Maslach Bournout Inventory*), narzędzia do badania wypalenia zawodowego, jest Christina Maslach. Początkowo wyróżniła ona dwa wymiary zjawiska: wyczerpanie emocjonalne i depersonalizacja (nazywana także cynizmem), a później dodała trzeci wymiar – obniżone poczucie własnych dokonań (w niektórych opracowaniach jako poczucie własnej skuteczności), (Tucholska 2001, 303). Zgodnie z propozycją Maslach wyczerpanie emocjonalne jest powiązane z długotrwałym zmęczeniem oraz obniżoną energią podczas wykonywania określonych czynności. Depersonalizacja (lub cynizm) kojarzony jest z postawą, którą można opisać jako znudzenie, niechęć, brak poczucia sensu. Obniżone poczucie własnych dokonań wiąże się z doświadczeniem braku sprawstwa oraz niemożnością realizacji różnych zadań (Maslach 2010, 14–18).

Z czasem pojawiały się kolejne wersje narzędzia MBI, które służyły do badania wypalenia w określonym środowisku, były to: MBI-HSS (*Maslach Bournout Inventory Human Services Survey*), MBI-ES (*Maslach Burnout Inventory – Educators Survey*), MBI-GS (*Maslach Burnout Inventory – General Survey*) *oraz* MBI-GS(S), (*Maslach Burnout Inventory General Suvery for Students*), (Grzebieluch, Kaczmarek i Składnik-Jankowska 2013, 58).

2. Badania własne – cel, problemy badawcze, dobór próby

Badanie miało charakter ilościowy. Wykorzystano technikę kwestionariuszową (*PAPI – Paper and Pencil Interview*). Zastosowano celowy dobór próby ze względu na główny cel badania, którym było rozpoznanie, czy i jak zmienne akademickie (powiązane z funkcjonowaniem jednostki w środowisku akademickim) korelują z wypaleniem studenckim wśród studentów nauk społecznych. Badanie realizowane było w czerwcu 2022 r. i objęło 186 osób studiujących w trybie stacjonarnym socjologię oraz ekonomię na Uniwersytecie Rzeszowskim. W badaniu udział wzięli studenci wszystkich roczników. W przypadku studentów socjologii przebadano wszystkie osoby, które znajdowały się obecne na uczelni w czasie realizacji badania, uzyskano zatem grupę reprezentatywną dla tego kierunku. W przypadku ekonomii badania były prowadzone na wybranych specjalnościach, czego następstwem okazał się brak możliwości wyciągania wniosków odnoszących się do ogółu kierunku. Osoby studiujące socjologię stanowiły 40% z badanej grupy, a przyszli ekonomiści 60%. Wśród respondentów zdecydowanie przeważały kobiety, gdyż stanowiły 69% badanych na tle 31% mężczyzn. Dysproporcja w przypadku płci może wynikać ze specyfiki kierunków, na których były prowadzone badania (charakterystyczną cechą tych kierunków jest przewaga kobiet wśród studentów). Ustalono cztery problemy szczegółowe, które przybrały formę następujących pytań, odnoszących się do wszystkich podskal badanego zjawiska (wyczerpanie emocjonalne, cynizm, obniżone poczucie własnych dokonań):

1. Czy i jak przeważająca aktywność podczas studiów koreluje z poziomem wypalenia studenckiego?
2. Czy i jak identyfikacja ze studiowanym kierunkiem koreluje z poziomem wypalenia studenckiego?
3. Czy i jak rok studiów (studencki staż) koreluje z poziomem wypalenia studenckiego?
4. Czy i jak średnia ocen za ostatni semestr (wysiłek wkładany w naukę) koreluje z poziomem wypalenia studenckiego?

Do wskazanych problemów badawczych opracowano następujące hipotezy:

1. Osoby dywersyfikujące swoje aktywności podczas studiów (różnorodne aktywności) będą wykazywały niższy poziom wypalenia od pozostałych.
2. Zadowolenie z kierunku studiów oraz chęć jego ponownego wyboru będzie ujemnie skorelowana z wypaleniem studenckim na wszystkich podskalach.
3. Im wyższy rok studiów (studencki staż), tym wyższe poziomy wypalenia studenckiego.
4. Osoby z wysoką średnią ocen za ostatni semestr (wysiłek wkładany w naukę) będą charakteryzowały się niższym poziomem wypalenia studenckiego niż osoby z gorszymi wynikami w nauce.

3. Zastosowane narzędzia

Wypalenie studenckie, które w badaniu stanowiło zmienną zależną, zostało zmierzone za pomocą przytoczonej już skali MBI-GS(S) (*Maslach Burnout Inventory General Survey for Students*), której autorami są: Christina Maslach, Susan E. Jackson, Michael P. Leiter, Wilmar B. Schaufeli (Mind Garden 2016). Narzędzie to funkcjonuje na licencji amerykańskiego wydawnictwa Mind Garden i zostało zakupione przez Polskie Stowarzyszenie Studentów i Absolwentów Psychologii, w ramach którego autorzy opracowania realizowali badania.

Respondenci wskazywali częstotliwość występowania odczuć związanych ze swoimi studiami z uwzględnieniem skali od 0 do 6, gdzie 0 to nigdy, a 6 to zawsze (codziennie). Wymiar emocjonalnego wyczerpania zawierał 5 elementów (np. „czuję się emocjonalnie wyczerpany studiami"). Wymiar cynizmu składał się z 5 elementów (np. „wątpię w znaczenie moich studiów"). Poczucie własnych dokonań (skuteczności) mierzone było na podstawie 6 stopni (np. „w mojej opinii jestem dobrym studentem"). Wartości punktowe dla podskali poczucia własnej skuteczności zostały, zgodnie z zaleceniami autorów narzędzia, odwrócone, tak aby wysoki wynik wskazywał na obniżone poczucie własnej skuteczności (adekwatnie do pozostałych wymiarów wypalenia, gdzie im wyższy wynik punktowy, tym wyższe wypalenie). Do każdego z wymiarów przyporządkowano symbol: wyczerpanie emocjonalne (EE), cynizm (CY), obniżone poczucie własnej skuteczności (r-PE). Wyniki należy analizować dla każdej podskali osobno, nie można ich sumować i zliczać poziomu wypalenia dla wszystkich jego czynników łącznie.

Jako zmienne niezależne, potencjalnie korelujące z poziomami wypalenia studenckiego, określono: rok studiów, średnią ocen za ostatni semestr studiów (która miała stanowić wyraz wysiłku wkładanego w naukę), zbadaną przedziałowo (poniżej 4.0, 4.0–4.5 oraz powyżej 4.5). Na potrzeby badania stworzono także autorskie narzędzie do badania aktywności podejmowanych przez respondentów w trakcie studiów. Kwestionariusz zawierał następujące, niezależne od siebie, rodzaje aktywności: praca zawodowa, działalność naukowa, działalność studencka o charakterze nienaukowym. Badani zaznaczali na skali 1–4 (1 – zdecydowanie nie, 4 – zdecydowanie tak), jak bardzo dane twierdzenia pasują do nich. Przykładowo dla podskali związanej z aktywnością zawodową pytano o branie udziału w stażach i praktykach lub poświęcanie czasu na pracę zawodową. W przypadku działalności studenckiej pytano m.in. o członkostwo w organizacjach studenckich i kołach naukowych. O działalności naukowej świadczyło m.in. bycie autorem co najmniej jednego artykułu naukowego lub udział w projektach badawczych. Na podstawie punktacji w poszczególnych podskalach wyróżniono cztery typy studentów: o braku lub niskiej aktywności, zróżnicowanie aktywności skupiające się głównie na aktywnościach zawodowych lub skupiające się głównie na aktywnościach naukowych. „Miks aktywności" to osoby, które wykazywały działania w co najmniej dwóch wskazywanych obszarach. Należy zaznaczyć, że osoby wykazujące aktywności studenckie o charakterze nienaukowym zostały wliczone w kategorię „miks" ze względu na to, że wszyscy jej reprezentanci wykazywali aktywność na więcej niż jednym polu. Poziom identyfikacji ze studiowanym z kierunkiem

zbadano z wykorzystaniem wskaźników zaproponowanych przez Wiolettę Łubkowską, Jarosława Nadobnika, Michała Tarnowskiego oraz Marię A. Nowak (2017, 150). O identyfikacji ze studiowanym kierunkiem świadczyła satysfakcja ze studiowania oraz hipotetyczny ponowny wybór kierunku. Na tej podstawie wyodrębniono trzy typy identyfikacji:

- zadowolenie i ponowny wybór kierunku,
- zadowolenie bez ponownego wyboru,
- niezadowolenie i brak ponownego wyboru.
- Autorzy badania dodali czwarty typ – niezadowolenie, ale mimo to ponowny wybór tego samego kierunku, co okazało się zasadne, ponieważ odpowiedź tę wskazało 14% badanych.

Dane były analizowane w języku Python, przy wykorzystaniu Jupyter Notebook, oraz bibliotek Pandas, Matplotlib, Numpy, Seaborn, Statsmodels, Sklearn i Scipy. Sprawdzono normalność rozkładów w podskalach wypalenia studenckiego (przy założeniu alfa Cronbacha = 0.05). W przypadku rozkładu danych dla emocjonalnego wyczerpania istotność była na poziomie ($p < 0.02$), rozkład spełniał założenie normalności. Podobnie działo się w przypadku cynizmu, gdzie $p < 0.01$. Rozkład dla obniżonego poczucia dokonań osobistych nie spełnił założenia normalności, dlatego też w dalszej części analiz wykorzystany został test nieparametryczny Rho Spearmana. W celu opisania korelacji zastosowano klasyfikację według Joy'a Guilford'a (1965).

4. Wyniki

Tabela 1. Wartości średnie oraz poziomy wypalenia wśród badanych studentów

Wartości średnie oraz poziomy wypalenia wśród badanych studentów (N = 186)						
Wypalenie studenckie	Liczba uzyskanych punktów			W procentach		
	Minimum	Średnia	Maksimum	Niski	Przeciętny	Wysoki
EE 1.	3	16.9	30	7%	31%	62%
CY 2.	3	15.3	27	4%	28%	68%
r-PE 3.	0	15.6	28	95%	5%	0%

1. **EE** (emocjonalne wyczerpanie): **Niski:** 0–7:, **Przeciętny:** 8–15, **Wysoki:** 16 i więcej.
2. **CY** (cynizm) : **Niski:** 0–5, **Przeciętny:** 6–12, **Wysoki:** 13 i więcej.
3. **r-PE** (obniżone poczucie własnych dokonań): **Niski:** 0–23, **Przeciętny:** 24–29, **Wysoki:** 30 i więcej.

Z przeprowadzonych badań wynika, że w przypadku wypalenia emocjonalnego (EE) oraz cynizmu (CY) większość studentów klasyfikuje się do wysokiego poziomu

(odpowiednio 62 i 68%). Przeciętny poziom wypalenia na podskali EE charakteryzuje 31% badanych, a na podskali CY – 28%. Jedynie 7% badanych zostało sklasyfikowanych do niskiego poziomu wypalenia w przypadku wyczerpania emocjonalnego oraz 4% w przypadku cynizmu. Na podskali związanej z obniżonym poczuciem własnych dokonań (r-PE) zdecydowana większość badanych studentów charakteryzowała się niskim poziomem wypalenia (95%). Na tej samej podskali 5% respondentów klasyfikowało się do poziomu przeciętnego, a żaden z badanych nie charakteryzował się wysokim poziomem.

Tabela 2. Poziomy wypalenia wśród badanych studentów a kierunek studiów

Wypalenie studenckie	Kierunek studiów (poziomy wypalenia studenckiego)					
	Ekonomia (N = 111)			Socjologia (N = 75)		
	Niski	Średni	Wysoki	Niski	Średni	Wysoki
EE	4%	24%	72%	14%	38%	48%
CY	0%	20%	80%	9%	40%	51%
r-PE	98%	1%	1%	91%	8%	1%

Postanowiono również sprawdzić, czy dane dotyczące poziomów wypalenia studenckiego różniły się ze względu na kierunek studiów. Okazało się, że studenci ekonomii są w większym stopniu niż studenci socjologii wyczerpani emocjonalnie oraz bardziej cyniczni wobec studiów. W przypadku obniżonego poczucia własnych dokonań studenci socjologii byli nieznacznie częściej klasyfikowani do średniego poziomu wypalenia niż reprezentanci ekonomii.

Tabela 3. Wartości średnie i korelacje Rho Spearmana pomiędzy zróżnicowaniem aktywności podczas studiów a wymiarami wypalenia studenckiego: wypaleniem emocjonalnym (EE), cynizmem (CY) i obniżonym poczuciem osobistych dokonań (r-PE)

Wypalenie studenckie	Aktywności podczas studiów			
	Niska aktywność (lub brak) (N = 103)	Mix aktywności (N = 25)	Aktywność naukowa (N = 51)	Aktywność zawodowa (N = 7)
EE_rho średnia, poziom	0.146; p = 0.047 mean = 17.77 (wys.)	-0.223; p = 0.002 mean = 13.12 (prz.)	0.023; p = 0.756 mean = 17.14 (wys.)	-0.002; p = 0.978 mean = 17.02 (wys.)
CY_rho średnia, poziom	-0.009; p = 0.906 mean = 12.17 (prz.)	-0.179; p = 0.015 mean = 9.68 (prz.)	-0.013; p = 0.856 mean = 12.00 (prz.)	0.152; p = 0.038 mean = 13.88 (wys.)
r-PE_rho średnia, poziom	0.312; p = 0.0001 mean = 16.97 (nis.)	-0.299; p = 0.000 mean = 11.64 (nis.)	-0.110; p = 0.135 mean = 13.57 (nis.)	-0.073; p = 0.325 mean = 15.22 (nis.)

* Oznaczenia: (nis.), (prz.), (wys.) – niski, przeciętny, wysoki – to poziomy wypalenia studenckiego określone przez autorów narzędzia MBI-GS(S), które zostały omówione w tabeli 1

Jak wynika z danych, osoby ze zróżnicowaną aktywnością podczas studiów (miks aktywności) w porównaniu do innych mają niższe wartości średnie dla wypalenia studenckiego na wszystkich podskalach. Pomiędzy miksem aktywności a wypaleniem występują korelacje istotne statystycznie i słabe (EE: -0.223; p = 0.002, CY: -0.179; p = 0.015, r-PE: -0.299; p = 0.000). W przypadku wyczerpania emocjonalnego osoby dywersyfikujące aktywności (miks) zostały zakwalifikowane do przeciętnego poziomu, a pozostali do wysokiego. Osoby z niewielką aktywnością podczas studiów (lub brakiem jakiekolwiek aktywności) charakteryzują się najwyższą średnią wypalenia w przypadku emocjonalnego wyczerpania oraz obniżonego poczucia własnych dokonań, korelacje te są istotne statystycznie i słabe (EE: 0.146; p = 0.047, r-PE: 0.312; p = 0.0001).

Zależność między cynizmem a aktywnością okazała się nieistotna statystyczne. Korelacje pomiędzy aktywnością naukową a wszystkimi wymiarami wypalenia studenckiego także okazały się nieistotne statystycznie. Osoby skupiające się na aktywnościach zawodowych okazały się być najbardziej cyniczne wobec własnych studiów. W przypadku aktywności zawodowej nieistotne okazały się korelacje z emocjonalnym wyczerpaniem i osiągnięciami osobistymi; wynik korelacji dla cynizmu okazał się istotny statystycznie, jednak ta korelacja jest słaba (0.152; p = 0.038). Warto dodatkowo nadmienić, że spośród 186 zbadanych studentów, aż 103 osoby (ponad 55%) klasyfikowały się do typu „niska aktywność lub jej brak", co wskazuje na to, że skupiają się głównie na studiowaniu, nie podejmując innych działań ujętych w kwestionariuszu (praca zawodowa, działalność naukowa, działalność studencka o charakterze nienaukowym).

Tabela 4. Wartości średnie i korelacje rho Spearmana pomiędzy identyfikacją ze studiowanym kierunkiem a wymiarami wypalenia studenckiego: wypaleniem emocjonalnym (EE), cynizmem (CY) i obniżonym poczuciem osobistych dokonań (r-PE).

Wypalenie studenckie	Identyfikacja ze studiowanym kierunkiem			
	zadowolony--ponownie (N = 61)	zadowolony-niepo-nownie (N = 52)	niezadowolony-nie-ponownie (N = 47)	niezadowolony--ponownie (N = 26)
EE_rho średnia, poziom	-0.479; p = 0.000 mean = 12.76 (prz.)	0.016; p = 0.830 mean = 17.13 (wys.)	0.322; p = 0.000 mean = 20.28 (wys.)	0.255; p = 0.002 mean = 20.31 (wys.)
CY_rho średnia, poziom	-0.638; p = 0.000 mean = 7.15 (prz.)	0.61; p = 0.412 mean = 12.83 (wys).	0.454; p = 0.000 mean = 16.74 (wys.)	0.202; p = 0.006 mean = 15.31 (wys.)
r-PE_rho średnia, poziom	-0.312; p = 0.000 mean = 13.30 (nis.)	0.027; p = 0.714 mean = 16.15 (nis.)	0.196; p = 0.000 mean = 17.17 (nis.)	0.142; p = 0.54 mean = 17.38 (nis.)

* Oznaczenia: (nis.), (prz.), (wys.) – niski, przeciętny, wysoki – to poziomy wypalenia studenckiego określone przez autorów narzędzia MBI-GS(S), które zostały omówione w tabeli 1

U osób zadowolonych ze studiów, deklarujących dodatkowo, że ponownie wybrałyby ten sam kierunek, występują istotne statystycznie i ujemne korelacje z cynizmem

(korelacja silna, -0.638; p = 0.000) i wyczerpaniem emocjonalnym (korelacja przeciętna, -0.479; p = 0.000). Korelacja z poczuciem obniżonych dokonań osobistych jest istotna statystycznie, ujemna i przeciętna (-0.312; p = 0.000). Osoby te charakteryzują się niższym poziomem wypalenia niż pozostali badani.

Jednocześnie u osób zadowolonych i deklarujących , że nie wybrałyby ponownie tego samego kierunku studiów, wyniki są dalekie od istotności statystycznej, co rodzi istotny problem w porównywaniu tych grup. U osób niezadowolonych z wyboru kierunku studiów i deklarujących, że nie wybrałyby go ponownie, występują przeciętne korelacje z wyczerpaniem emocjonalnym (0.322; p = 0.000) i cynizmem (0.454; p = 0.000), słaba korelacja w przypadku obniżonego poczucia dokonań osobistych (0.196; p = 0.000). U osób niezadowolonych z kierunku studiów i deklarujących, że ponownie wybrałyby ten sam kierunek, korelacje z emocjonalnym wyczerpaniem oraz cynizmem są istotne statystycznie, dodatnie i słabe (EE: 0.255; p = 0.002, CY: 0.202; p = 0.006). Korelacja z obniżonym poczuciem własnych dokonań okazała się nieistotna statystycznie.

Tabela 5. Wypalenie studenckie a rok studiów

Wypalenie studenckie	Rok studiów				
	I rok (N = 50)	II rok (N = 45)	III rok (N = 35)	IV rok (N = 14)	V rok (N = 42)
EE	mean = 16,08 (wys.) 50% = 17 std = 6,98	mean = 16,40 (wys.) 50% = 16 std = 5,81	mean = 18,40 (wys.) 50% = 17 std = 6,00	mean = 13,36 (prz.) 50% = 13,5 std = 6,43	mean = 18,40 (wys.) 50% = 19 std = 5,26
CY	mean =11,52 (prz.) 50% = 12 std = 6,42	mean = 11,09 (prz.) 50% = 12 std = 4,96	mean = 12,14 (prz.) 50% = 10 std = 6,33	mean = 11,42 (prz.) 50% = 11,5 std = 5,21	mean = 14,95 (wys.) 50% = 15 std = 5,22
r-PE	mean = 16,82 (nis.) 50% = 16,5 std = 5,02	mean = 16,47 (nis.) 50% = 17 std = 4,56	mean = 14,66 (nis.) 50% = 15 std = 4,49	mean = 12,14 (nis.) 50% = 12 std = 6,77	mean = 15,36 (nis.) 50% = 16 std = 4,26
EE rho: 0,108; p = 0.142 **CY rho:** 0.192; p = 0.009 **r-PE rho:** -0.163; p = 0.026					

*Oznaczenia: (nis.), (prz.), (wys.) – niski, przeciętny, wysoki – to poziomy wypalenia studenckiego określone przez autorów narzędzia MBI-GS(S), które zostały omówione w tabeli 1

W celu uczynienia danych bardziej przejrzystymi postanowiono zastosować podział roczników studiów od I do V (IV i V rok studiów to I i II rok studiów II stopnia). Cynizm dodatnio koreluje ze stażem studiowania (rokiem studiów). Korelacja ta jest istotna statystycznie i słaba (0.192; p = 0.009). Obniżone poczucie własnych dokonań także koreluje z rokiem studiów. Korelacja ta jest istotna statystycznie, ujemna i słaba (-0.163; p = 0.026). Rok studiów okazał się nieistotny statystycznie dla podskali wyczerpania emocjonalnego.

Z danych wynika, że najwyższe, średnie wartości punktowe dla wyczerpania emocjonalnego (EE) odnotowano na III roku (18,40) oraz V roku (18,40), a najniższe na IV roku (13,36). W przypadku cynizmu (CY) najwyższą średnią charakteryzował się V rok studiów (14,95), była to jedyna grupa o wysokim poziomie wypalenia. Pomiędzy pozostałymi rocznikami nie stwierdzono istotnych różnic, ponieważ średnie skupiają się wokół 11,5 punktów. W wymiarze poczucia braku osobistych dokonań grupę o najniższej średniej stanowili reprezentanci IV roku studiów (12,14). W przypadku pozostałych roczników nie stwierdzono istotnych różnic, a średnia skupia się wokół 16 punktów.

Tabela 6. Wypalenie studenckie a średnia ocen

Wypalenie studenckie	Średnia ocen (przedziały)		
	Poniżej 4.0 (N = 29)	4.0-4.5 (N = 112)	Powyżej 4.5 (N = 45)
EE	mean = 18,70 (wys.) 50% = 20 std = 6,40	mean = 17,10 (wys.) 50% = 17,5 std = 5,86	mean = 15,31 (prz.) 50% = 15 std = 6,72
CY	mean = 14,34 (wys.) 50% = 14 std = 5,56	mean = 12,46 (prz.) 50% = 13 std = 5,49	mean = 10,58 (prz.) 50% = 9 std = 6,52
r-PE	mean = 16,57 (nis.) 50% = 17 std = 4,77	mean = 15,81 (nis.) 50% = 16 std = 4,58	mean = 14,62 (nis.) 50% = 14 std = 5,71
EE rho: -0.177; p = 0.015 **CY rho:** -0.177; p = 0.015 **r-PE rho:** -0.164; p = 0.026			

* Oznaczenia: (nis.), (prz.), (wys.) – niski, przeciętny, wysoki – to poziomy wypalenia studenckiego określone przez autorów narzędzia MBI-GS(S), które zostały omówione w tabeli 1

Wszystkie wymiary wypalenia studenckiego korelują ze średnią ocen za ostatni semestr studiów. Korelacje te są istotne statystycznie, ujemne i słabe (EE: -0.177; p = 0.015, CY: -0.177; p = 0.015, r-PE: -0.164; p = 0.026). Osoby z wyższą średnią ocen (powyżej 4,5) na każdej z podskal wypalenia studenckiego (EE, CY, r-PE) cechują się niższymi średnimi punktowymi. Jednocześnie grupą charakteryzującą się najwyższymi średnimi poziomami wypalenia byli studenci, którzy za ostatni semestr studiów uzyskali średnią poniżej 4.0. W przypadku wyczerpania emocjonalnego osoby ze średnią powyżej 4,5 zaklasyfikowane zostały do przeciętnego poziomu wypalenia, a pozostałe do wysokiego. W przypadku cynizmu studenci, którzy uzyskali średnią ocen poniżej 4.0, charakteryzują się wysokim poziomem wypalenia, a pozostali przeciętnym. Najmniejsze różnice zanotowano na podskali obniżonego poczucia własnych dokonań, gdzie wszyscy badani zostali sklasyfikowani do niskiego poziomu wypalenia.

Podsumowanie

Najważniejsze wnioski z badań zaprezentowano w poniższych punktach:

1. Ponad 90% badanych studentów socjologii oraz ekonomii Uniwersytetu Rzeszowskiego zostało sklasyfikowanych do przeciętnego lub wysokiego poziomu wypalenia na podskalach wyczerpania emocjonalnego (przeciętny: 31%, wysoki: 62%) oraz cynizmu (przeciętny: 28%, wysoki: 68%). Zdecydowana większość badanych (95%) była nisko wypalona na podskali obniżonego poczucia własnych dokonań. Ogólnie rzecz biorąc, studenci ekonomii charakteryzowali się większym wypaleniem niż studenci socjologii.
2. Przypuszczenie o tym, że studenci dywersyfikujący swoje aktywności podczas studiów (miks aktywności) będą mniej wypaleni od pozostałych, potwierdziło się. Należy zaznaczyć jednak, że korelacje te są słabe.
3. Badani, którzy deklarowali zadowolenie i hipotetyczną chęć ponownego wyboru danego kierunku studiów, cechowali się mniejszym poziomem wypalenia studenckiego. Dla cynizmu odnotowano korelację silną, a dla wyczerpania emocjonalnego oraz obniżonego poczucia własnych dokonań – przeciętną.
4. Studencki staż (rok studiów) okazał się być istotny statycznie jedynie dla podskali cynizmu oraz obniżonego poczucia własnych dokonań. Korelacje te są jednak słabe. Dodatkowo należy zaznaczyć, że biorąc pod uwagę średnie punktowe związane z wypaleniem najwyższe wartości odnotowano na III i V roku studiów, stąd nie można potwierdzić hipotezy: im wyższy staż studencki (rok studiów) tym wyższe poziomy wypalenia.
5. Biorąc pod uwagę średnie wyniki punktowe można przyjąć, że badani z wyższą średnią ocen za ostatni semestr studiów są mniej wypaleni od tych z niższymi wynikami w nauce. Należy dodać, że korelacja między średnią ocen a wypaleniem studenckim okazała się istotna statycznie i słaba.

W przyszłości warto poszerzyć problematykę badań nad wypaleniem studenckim o perspektywę porównawczą między studentami reprezentującymi różne nauki (np. ścisłe i humanistyczne, społeczne) oraz uczelnie (wpływ różnych środowisk akademickich). Interesujące wydaje się być także zbadanie korelacji między wypaleniem wśród wykładowców akademickich a wypaleniem studentów w tej samej jednostce naukowej (uczelni, kolegium, instytucie). Szerszy ogląd na problem wypalenia studenckiego dałoby także prowadzenie badań o charakterze jakościowym (np. wywiady pogłębione, badania fokusowe).

Bibliografia:

Bar, Kamil i Krystyna Pawlas i Karol Śmiech. 2017. Zawód przed zawodem – czy wypalenie może objawiać się już na studiach? Badanie populacji polskich studentów medycyny. *Medycyna Środowiskowa – Environmental Medicine*, 20 (2), 22–31. DOI: 10.19243/2017203.

Freudenberger, Herbert J. 1974. Staff Burn-Out. *Staff Burn-Out*, 30 (1), 159–165.

Grzebieluch, Wojciech i Urszula Kaczmarek i Justyna Składnik-Jankowska. 2013. Zespół wypalenia u studentów stomatologii. *Dental and Medical Problems*, 1 (50), 57–63.

Guilford, Joy. 1965. *Fundamental statistics in psychology and education*. New–York: McGraw-Hill.

Kabala, Agata i Andrzej Strzałecki.2007. Styl twórczego zachowania w analizie procesów wypalenia studenckiego. *Studia Psychologica*, (7), 85–100.

Kamrowska, Anna. 2007. Wypalenie zawodowe. *Pol. Merk. Lek*. 136 (23), 317–319.

Łoza, Olga. 2015. Porównanie zespołu wypalenia u studentów dwóch uniwersytetów medycznych (Warszawa, Koszyce). *Psychiatria*, 12 (2), 108–112.

Łubowska, Wioletta et al. 2017. Samoocena wiedzy, umiejętności zawodowych i kompetencji społecznych studentów podstawą ewaluacji programu studiów kierunku turystyka i rekreacja. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie. Kultura Fizyczna*, 16 (4), 145–161.

Maslach, Christina. 2010. Wypalenie w perspektywie wielowymiarowej. W: *Wypalenie zawodowe. Przyczyny i zapobieganie*, red. Helena Sęk, 13–31. Warszawa: Wydawnictwo PWN.

Meier, T. Scott i Ronald R. Schmeck. 1985. The Burned-Out College Student: A Descriptive Profile. *Journal of College Student Personnel*, 26 (1), 63–69.

Mind Garden. 2016. MBI: General Survey for Students. Dostęp: 12.10.2022. https://www.mindgarden.com/313-mbi-general-survey-for-students.

Ostrowska, Martyna i Aneta Michcik. 2013. Wypalenie zawodowe – przyczyny, objawy, skutki, zapobieganie. *Bezpieczeństwo pracy – Nauka i Praktyka*, (8), 22–25.

Sęczkowska, Karolina. 2020. Przyczyny i konsekwencje wypalenia zawodowego w pracy kierowników w kontekście psychospołecznym. *Humanistyka i Nauki Społeczne. Doświadczenia. Konteksty. Wyzwania*, 15, 58–67. DOI:10.4467/25436104HS.20.005.13238.

Tucholska, Stanisława. 2001, Christyny Maslach koncepcja wypalenia zawodowego: etapy rozwoju. *Przegląd Psychologiczny*, 44 (3), 301–317.

Informacje o autorach:

Sebastian Moskalski – słuchacz Szkoły Doktorskiej Uniwersytetu Rzeszowskiego w dyscyplinie nauki socjologiczne. Członek Polskiego Towarzystwa Polityki Społecznej. Zainteresowania naukowe: socjologia młodzieży, socjologia organizacji, projektowanie kariery zawodowej.
Kontakt: sebastianm@dokt.ur.edu.pl

Ewa Burlikowska – studentka III roku psychologii na Krakowskiej Akademii im Andrzeja Frycza Modrzewskiego. Prezeska krakowskiego biura Polskiego Stowarzyszenia Studentów i Absolwentów Psychologii. Zainteresowania naukowe: psychologia społeczna, psychologia zachowań konsumenckich.
Kontakt: 67676@student-afm.edu.pl

Jan Rajss – student V roku psychologii Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Członek Polskiego Stowarzyszenia Studentów i Absolwentów Psychologii. Zainteresowania naukowe: psychologia osobowości, psychologia poznawcza, psychologia emocji, Data Science.
Kontakt: jan.rajss@student.up.krakow.pl

Justyna Kusiak – studentka V roku psychologii Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Członkini Polskiego Stowarzyszenia Studentów i Absolwentów Psychologii. Zainteresowania naukowe: wypalenie studenckie, psychologia społeczna.
Kontakt: justyna.kusiak@student.up.krakow.pl