

PEDAGOGICZNA BIBLIOTEKA WOJEWÓDZKA
im. Mariana Rejewskiego w Bydgoszczy

WYDZIAŁ INFORMACJI
I WSPOMAGANIA PLACÓWEK OŚWIATOWYCH
ul. Skłodowskiej-Curie 4, tel. 52 341-19-84
<http://www.pbw.bydgoszcz.pl> pbw@pbw.bydgoszcz.pl

WYPALENIE ZAWODOWE

Zestawienie bibliograficzne (w wyborze)
wydawnictw zwartych i artykułów z czasopism za lata 2007 - 2016
dostępnych w Pedagogicznej Bibliotece Wojewódzkiej w Bydgoszczy
Opracowała: Grażyna Wróblewska

WYDAWNICTWA ZWARTE

- 1. Pokonać wypalenie zawodowe : sześć strategii poprawienia relacji z pracą / Christina Maslach, Michael P. Leiter ; przeł. Katarzyna Braksal. - Warszawa : Wolters Kluwer Polska, 2010. - 244 s.**
sygn. 152058
Zawiera rozdziały: 1. Ty i twoja praca. 2. Jakie są moje relacje z pracą? 3. Przygotowanie planu działania. 4. Rozwiązywanie problemów związanych z obciążeniem pracą. 5. Rozwiązywanie problemów związanych z kontrolą. 6. Rozwiązywanie problemów związanych z nagrodą. 7. Rozwiązywanie problemów związanych ze społecznością. 8. Rozwiązywanie problemów związanych ze sprawiedliwością. 9. Rozwiązywanie problemów związanych z wartościami. 10. Zmiana relacji.
- 2. Prawda o wypaleniu zawodowym : co zrobić ze stresem w organizacji / Christina Maslach, Michael P. Leiter ; przekł. Małgorzata Guzowska-Dąbrowska ; red. nauk. wyd. pol. Helena Sęk. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2011. - 219, [1] s.**
sygn. 154464
Zawiera rozdziały: 1. Bieżący kryzys. 2. Jak doświadczasz wypalenia zawodowego. 3. Co jest przyczyną wypalenia zawodowego. 4. Dlaczego warto się zająć wypaleniem? 5. Interwencja kryzysowa – zatrzymać wypalenie zawodowe. 6. Zapobieganie wypaleniu i budowanie zaangażowania. 7. Promowanie wartości ogólnoludzkich. Postłowie: W stronę lepszej przyszłości. Załącznik: Ocena środowiska pracy. Bibliografia.
- 3. Wypalenie zawodowe / Agnieszka Wielgus, Jarosław Tomaszewski. - Kraków : Wydawnictwo M, 2013. - 200 s.**
sygn. 156287
Zawiera: Część pierwsza – Wypalenie zawodowe z perspektywy psychologa/Agnieszka Wielgus: Czym jest wypalenie zawodowe; Być sobą; Być z innymi; Być w pracy; Być twórczym oraz Część druga – Wypalenie zawodowe z perspektywy duchowości / ks. Jarosław Tomaszewski: Być sobą; Tożsamość; Kultura; Słowo; Być w relacjach; Teizm; Humanizm; Być w pracy; Ofiarowanie; Tygiel; Być twórczym Ekstrema; Natura; Złota norma.
- 4. Wypalenie zawodowe w perspektywie wyzwań współczesnego świata / Patrycja Stawiarska. - Warszawa : Difin SA, 2016. - 225 s.**
sygn. 161080
Zawiera rozdziały: 1. Wypalenie zawodowe – w poszukiwaniu teoretycznego modelu wypalenia: dlaczego obecne koncepcje nie wystarczają. 2. Stres zawodowy – wyzwanie dla współczesnego świata. 3. Indywidualne predyspozycje i psychospołeczne warunki pracy a zagrożenie wypaleniem zawodowym, czyli na czym się skupić. 4. Zagrożenie wypaleniem zawodowym w różnych zawodach. Pojęcie zawodu wysokiego ryzyka a problem wypalenia zawodowego. 5. Jakość życia zawodowego, satysfakcja zawodowa i sukces zawodowy – alternatywa dla wypalenia zawodowego? Znaczenie zasobów osobistych i społecznych w procesie przeciwdziałania zjawisku wypalenia zawodowego – charakterystyka zmiennych indywidualnych i środowiskowych przeciwdziałających wypaleniu. 6. Zjawiska patologiczne w środowisku pracy – wielowymiarowość przyczyn

i konsekwencji. 7. Pracoholizm – wielowymiarowość zjawiska – groźne uzależnienie czy postawa godna szacunku? Przyczyny i konsekwencje. 8. Życie zawodowe a życie rodzinne – znaczenie elastycznych form zatrudnienia w przeciwdziałaniu stresowi zawodowemu i wypaleniu zawodowemu. 9. Wypalenie (nie)zawodowe? 10. Problematyka wypalenia zawodowego w sporcie. 11. Stres zawodowy i wypalenie zawodowe w polityce. 12. Praktyczny kontekst – jak przeciwdziałać stresowi zawodowemu i wypaleniu zawodowemu. 13. Możliwość pomocy terapeutycznej dla osób zagrożonych wypaleniem zawodowym. 14. Etyka pracy we współczesnym świecie a stres zawodowy i wypalenie zawodowe. 15. Dokąd zmierzamy, czyli perspektywy na najbliższą przyszłość.

5. **Wypalenie** zawodowe - drogi wyjścia : jak dokonać trwałej przemiany / Jörg-Peter Schröder ; [przekł. Olga Koszutska]. - Warszawa : BC Edukacja, cop. 2008. - 118 s.

sygn. 160261

Zawiera rozdziały i podrozdziały:

1. Przyczyny i podłoże. 1.1 Czym jest wypalenie zawodowe. 1.2 Dlaczego ludzie się wypalają. 1.3. Spirala wypalenia. 1.4 Ocena osobista. 1.5 Sposoby na odzyskanie równowagi.
2. Czy jesteś zagrożony wypaleniem? 2.1 Wskaźniki wypalenia zawodowego. 2.2 Sygnały alarmowe wysyłane przez organizm. 2.3 Wypalenie zawodowe a osobowość. 2.4 Czy praca zagraża twojemu zdrowiu?
3. Model przemiany wewnętrznej w sześciu fazach. 3.1 Odciążenie, dystans i odbudowa. 3.2 Odczarowanie – ścisły kontakt z własną duszą. 3.3 Odkrycie, nowe kierunki myślenia i nowe możliwości. 3.4 Decyzja – w zgodzie z samym sobą. 3.5 Rozwinięcie – odnalezienie własnych ideałów we własnym rytmie. 3.6 Odprężenie i dalszy rozwój.
4. Bariera ochronna: dbałość o zdrowie i prewencja. 4.1 Promocja zdrowia w przedsiębiorstwach. 4.2 Integracja życia prywatnego i zawodowego jako trwała bariera ochronna przed wypaleniem. 4.3 Indywidualne planowanie czasu i osobisty rytm.
5. Zdrowe źródła energii na co dzień. 5.1 Wpuść słońce do swojego serca. 5.2 Sen jest kluczem do wypoczynku. 5.3 Świeże powietrze i oddychanie. 5.4 Dużo witamin i zdrowe odżywianie. 5.5 Woda oznacza rześkość. 5.6 Błyskawiczny relaks w biurze. 5.7 Śmiech. 5.8 Dlaczego alkohol, lekarstwa i narkotyki nie są rozwiązaniem.
6. Systemy obrony przed wypaleniem.

ROZDZIAŁY, ARTYKUŁY I FRAGMENTY W WYDAWNICTWACH ZWARTYCH

1. Ocena skuteczności warsztatu radzenia sobie z wypaleniem dla pielęgniarek / Wilmar B.Schaufeli // W : **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. . - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 216-234
sygn. 146812
2. Osobowość a wypalenie zawodowe / Jan Strelau // W : **Zdrowie** i choroba : problemy teorii, diagnozy i praktyki : prace dedykowane pani profesor Helenie Sęk / red. nauk. Jerzy M. Brzeziński, Lidia Cierpiąłkowska. - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2008. - s. 274-294.
sygn. 158719
3. **Patologia** analfabetyzmu emocjonalnego : przyczyny i skutki braku empatii w rodzinie i w środowisku pracy / Stanisław Kozak. - Warszawa : Difin, 2012. - s. 239-299 : Empatia a wypalenie zawodowe w działalności wolontariuszy, pielęgniarek, lekarzy i ratowników medycznych oraz pracowników socjalnych.
sygn. 157867
4. **Patologia** analfabetyzmu emocjonalnego : przyczyny i skutki braku empatii w rodzinie i w środowisku pracy / Stanisław Kozak. - Warszawa : Difin, 2012. - s. 210-238 : Etapy sukcesów zawodowych i porażek emocjonalnych pracowników – od pasji, poprzez pracoholizm do wypalenia zawodowego i utraty zdrowia.
sygn. 157867
5. **Patologie** w środowisku pracy: zapobieganie i leczenie / Stanisław Kozak. - Warszawa : Difin 2009, s. 131-169 : Wypalenie zawodowe jako skutek długotrwałego stresu zawodowego.
sygn. 159704

6. Polska adaptacja kwestionariusza Maslach Burnout Inventory / Tomasz Pasikowski // W : **Wypalenie** zawodowe : przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 135-148.
sygn. 146812
7. Przegląd metod pomiaru wypalenia zawodowego / Wilmar B.Schaufeli, Dirk Enzmann, Nöelle Girault // W : **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 113-134.
sygn. 146812
8. Przejawy, mechanizmy i przyczyny wypalania się pielęgniarek / Maria Beisert // W : **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 182-215
sygn. 146812
9. **Stres**, mobbing i wypalenie zawodowe / Sven Max Litzke, Horst Schuh ; tł. Magdalena Wojdak-Piątkowska. - Wyd. 1 w jęz. pol. - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2007. - s. 165-180 : Syndrom wypalenia zawodowego.
sygn. 147359
10. **Stres** w pracy zawodowej nauczyciela / Stanisław Korczyński. - Kraków : Dąbrowa Górnicza : Oficyna Wydawnicza "Impuls" ; Wyższa Szkoła Biznesu, 2014. - s. 59-68 : Syndrom wypalenia zawodowego.
sygn. 158452
11. **Stres** w pracy zawodowej nauczyciela / Stanisław Korczyński. - Kraków : Dąbrowa Górnicza : Oficyna Wydawnicza "Impuls" ; Wyższa Szkoła Biznesu, 2014. - s. 76-83 : Wypalenie się zawodowe nauczycieli.
sygn. 158452
12. **Stres** w pracy zawodowej nauczyciela / Stanisław Korczyński. - Kraków : Dąbrowa Górnicza : Oficyna Wydawnicza "Impuls" ; Wyższa Szkoła Biznesu, 2014. - s. 122-133 : Wypalenie się zawodowe w percepcji pedagogów.
sygn. 158452
13. Uwarunkowania i mechanizmy wypalenia zawodowego w modelu społecznej psychologii poznawczej / Helena Sęk // W: **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 83-112
sygn. 146812
14. W poszukiwaniu teorii – przemyślenia na temat natury i etiologii wypalenia / Matthias Burisch // W : **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 58-82
sygn. 146812
15. Wsparcie społeczne a wypalenie zawodowe – nowe perspektywy badań / Roman Cieślak, Charles C. Benight // **Zdrowie** i choroba : problemy teorii, diagnozy i praktyki : prace dedykowane pani profesor Helenie Sęk / red. nauk. Jerzy M. Brzeziński, Lidia Cierpiałkowska. - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2008. - s. 295-308.
sygn. 158719
16. Wypalenie – w perspektywie egzystencjalnej / Ayala M. Pines // W : **Wypalenie** zawodowe : przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 32-57
sygn. 146812
17. Wypalenie – w perspektywie wielowymiarowej / Christina Maslach // W : **Wypalenie** zawodowe : przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 13-31.
sygn. 146812
18. Wypalenie zawodowe u nauczycieli. Uwarunkowania i możliwości zapobiegania / Helena Sęk // W : **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 149-167
sygn. 146812
19. Wypalenie zawodowe wśród lekarzy ogólnych z perspektywy teorii równości / Dirk Van Dierendock, Wilmar B. Schaufeli, Herman J.Sixma // W : **Wypalenie** zawodowe: przyczyny i

zapobieganie / red. nauk. Helena Sęk. - Wyd. 2, 1 dodr. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2006. - s. 168-181.

sygn. 146812

WYDAWNICTWA CIĄGŁE

1. Czas wypalenia / Anna Kroenke // **Charaktery.** - 2016, nr 9, s. 38-[41]
2. Edukacja w zakresie kompetencji emocjonalnych i społecznych a wypalenie zawodowe / Anna Romanowska-Tołłoczko // **Edukacja Ustawiczna Dorosłych.** - 2013, nr 2, s. 133-137
3. Energią w wypalenie / Magdalena Dziedziak-Wawro // **Psychologia w Szkole.** - 2012, nr 3, s. 67-76
4. Formy zapobiegania wypaleniu zawodowemu nauczycieli / Joanna Ignatowicz-Nikiel // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** - 2014, nr 6, s. 40-46
5. Gdy nauczyciel jest zmęczony pracą. Komunikat z badań / Aleksandra Jędrzysek-Geisler // **Wychowanie na co Dzień.** - 2012, nr 12, s. 18-21
6. Jak nie wypalić się zawodowo / Ewa Sokołowska // **Psychologia w szkole.** - 2007, nr 3, s.13-24
7. Jak płonąć, aby nie zgasnąć? - o wypaleniu zawodowym nauczycieli / Ewa Jonakowska // **Życie Szkoły.** - 2013, nr 6, s. 28-31
8. Jak radzić sobie ze stresem? / Daniel Buchowiecki // **Wychowawca.** - 2012, nr 11, s. 5-8
9. Jak radzić sobie ze stresem? Cz.1 / Aleksandra Denst-Sadura // **Głos Nauczycielski.** - 2013, nr 16, s. 16
10. Jak radzić sobie ze stresem? Część 2 / Aleksandra Denst-Sadura // **Głos Nauczycielski.** - 2013, nr 19, s. 16
11. Kiedy praca jest udręką / Magdalena Goetz // **Głos Nauczycielski.** - 2014, nr 4, s. 12
12. Kiedy praca nie cieszy / Magdalena Goetz // **Głos Nauczycielski.** - 2012, nr 20, s. 11
13. Motywy, dylematy i trudności pomagania innym / Teresa Zbyrad // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** - 2014, nr 2, s. 21-28
14. Nie tylko o wypaleniu zawodowym / Krzysztof Zajdel // **Dyrektor Szkoły.** - 2009, nr 7, s. 49-51
15. O wypaleniu zawodowym w szkolnictwie specjalnym / Teresa Zbyrad // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** - 2008, nr 8, s. 41-47
16. Osobowość pracownika socjalnego a wypalenie zawodowe / Patrycja Szcześniak // **Praca Socjalna.** - 2011, nr 4, s. 38-52
17. Poziom wypalenia zawodowego wśród pracowników socjalnych miejskich ośrodków pomocy społecznej / Beata Mańkowska // **Praca Socjalna.** - 2014, nr 2, s. 30-42
18. Preferencje wartości a wypalenie zawodowe osób profesjonalnie świadczących pomoc / Anna Kanios // **Praca Socjalna.** - 2010, nr 6, s. 56-67
19. Przyczyny i przejawy wypalenia zawodowego nauczycieli / Stanisław Korczyński // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** - 2013, nr 3, s. 10-20
20. Psychologiczne aspekty zespołu wypalenia zawodowego / Magdalena Ewa Ruszel // **Edukacja i Dialog.** - 2008, nr 2, s. 29-31
21. Psychospołeczne sposoby funkcjonowania w zawodzie nauczyciela a ryzyko wypalenia // **Wychowanie na co Dzień.** - 2013, nr 3, s. 8-12
22. Stres i wypalenie zawodowe w pracy pielęgniarek / Dorota Wojtczak // **Praca Socjalna.** - 2007, nr 4, s. 33-55
23. Stres u pedagogów pracujących z osobami z niepełnosprawnością / Agnieszka Trela // **Remedium.** - 2012, nr 9, s. 22-23
24. Stres zawodowy "pomagaczy" - diagnoza i profilaktyka / Piotr Plichta // **Remedium.** - 2008, nr 12, s. 6-7
25. Symptomy i przyczyny wypalenia zawodowego pracowników socjalnych / Andrzej Mielczarek // **Praca Socjalna.** - 2008, nr 1, s. 115-123
26. Syndrom wypalenia zawodowego a problemy egzystencjalno - zawodowe pracowników socjalnych zatrudnionych w MOPS na terenie gminy Kraków - raport z badań / Monika Chorab // **Wspólne Tematy.** - 2009, nr 11-12, s. 30-41

27. Syndrom wypalenia zawodowego w zawodzie nauczycielskim / Rafał Cichoński // **Lider.** - 2010, nr 5, s. 19-21
28. Stres zabija i rozwija : z Ewą Jarczewską-Gerc psychologiem, rozmawia Halina Drachal / Halina Drachal // **Głos Nauczycielski.** - 2014, nr 16, s. 10
29. Świadomość zespołu wypalenia zawodowego u nauczycieli dzieci autystycznych / Marta Pągowska // **Szkoła Specjalna.** - 2012, nr 3, s. 175-183
30. Trudności w zawodzie nauczyciela / Monika Wieczorek // **Nowa Szkoła.** - 2010, nr 7, s. 38-41
31. Work - life balance - jak się bronić przed wypaleniem / Jadwiga Radwańska// **Psychologia w Szkole.** - 2009, nr 2, s. 38-47
32. Wpływ czynników indywidualnych na syndrom wypalenia zawodowego / Agata Siwek // **Praca Socjalna.** - 2008, nr 6, s. 91-103
33. Wstęp do autodiagnozy - kwestionariusz do badania wypalenia zawodowego oraz trudności zawodowych w grupie nauczycieli / Monika Chorab // **Edukacja i Dialog.** - 2010, nr 3-4, s. 48-53
34. Wypalamy się w pracy z młodzieżą / Bolesław Niemierko // **Nowa Szkoła.** - 2012, nr 2, s. 14-15
35. Wypaleni / Halina Drachal // **Głos Nauczycielski.** - 2012, nr 13, s. 14
36. Wypaleni wyrobnicy / Christina Maslach // **Charaktery.** - 2010, nr 7, s. 56-59
37. Wypalenie zawodowe / Małgorzata Łuba // **Wychowanie w Przedszkolu.** - 2015, nr 2, s. 37-40
38. Wypalenie zawodowe i stres pracowników placówek resocjalizacyjnych / Maciej Bernasiewicz // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** - 2011, nr 2, s. 21-26
39. Wypalenie zawodowe - mit czy realny problem? / Janina Zawodowska // **Dyrektor Szkoły.** - 2007, nr 4, s. 9-10
40. Wypalenie zawodowe nauczycieli - fikcja czy rzeczywistość? / Marek Kazimierowicz // **Nowa Szkoła.** - 2010, nr 10, s. 26-31
41. Wypalenie zawodowe nauczycieli wychowania fizycznego - a wypadkowość szkolna / Małgorzata Ostrowska // **Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne.** - 2008, nr 5, s. 13-18
42. Wypalenie zawodowe - pułapka pomagania / Magdalena Goetz // **Niebieska Linia.** - 2010, nr 6, s. 3-6
43. Wypalenie zawodowe - równia pochyła / Magda Mastalerz // **Remedium.** - 2009, nr 11, s. 22-23
44. Wypaleniu zawodowemu można zapobiec / Karolina K. Walczykowska // **Edukacja i Dialog.** - 2007, nr 1, s. 17-20
45. Zapobiec wypaleniu zawodowemu // **Na Temat.** - 2009, nr 1, s. 38-40
46. Zawodowy kryzys – kilka słów o wypaleniu zawodowym i sposobach radzenia sobie z nim / Małgorzata Łuba // **Wychowanie w Przedszkolu.** - 2015, nr 2, s. 25-28
47. Związek warunków pracy z wypaleniem zawodowym pracowników socjalnych miejskich ośrodków pomocy społecznej / Beata Mańkowska // **Praca Socjalna.** - 2014, nr 1, s. 80-95
48. Życie przepalone pracą / Miriam Meckel // **Charaktery.** - 2012, nr 12, s. 72-76