

Psychologiczne funkcjonowanie nauczycielek w okresie menopauzalnym

Psychological functioning of female teachers in menopausal periods

Grażyna Poraj

Instytut Psychologii, Uniwersytet Łódzki; dyrektor Instytutu: prof. dr hab. Eleonora Bielawska-Batorowicz

Przeгляд Menopauzalny 2009; 2: 102-107

Streszczenie

Cel pracy: W pracy podjęto próbę psychologicznej charakterystyki nauczycielek w okresie prokreacyjnym i menopauzalnym. Chodziło o ustalenie, czy okres menopauzy modyfikuje ich, istotne dla wykonywanej pracy, właściwości psychologiczne: poczucie bezpieczeństwa, optymizm, osobowość i syndrom agresji.

Materiał i metody: Zbadano łącznie 311 nauczycielek ze środowiska wielkomiejskiego Łodzi, w wieku 26–60 lat. Dodatkowo wyodrębniono z nich 59 kobiet w okresie prokreacyjnym i 56 w okresie menopauzalnym. Jako metody badań wykorzystano: kwestionariusz KPB do badania poczucia bezpieczeństwa, inwentarz NEO-FFI do pomiaru osobowości, kwestionariusz LOT-R do oceny poziomu optymizmu oraz inwentarz IPSA do określenia syndromu agresji.

Wyniki: W pierwszym etapie badań porównano wyniki nauczycielek z obu wyodrębnionych grup. Nie ujawniono istotnych różnic pomiędzy nimi w zakresie: poczucia bezpieczeństwa, optymizmu, syndromu agresji oraz czterech cech osobowości. Jedyną znaczącą różnicą dotyczyła ugodowości. Kobiety w okresie menopauzalnym wykazały większy wskaźnik opisujący tę cechę. W dalszej analizie wyników wykorzystano analizę skupień, która pozwoliła na wyodrębnienie trzech grup nauczycielek o zdecydowanie odmiennych właściwościach psychologicznych. Odpowiednio do uzyskanych wyników nadano im nazwy: kobiet *kryzysujących* (93 osoby), *sfrustrowanych* (74 osoby) oraz *przystosowanych* (144 osoby). Okazało się, że nie objawy menopauzy, a ujawnione różnice indywidualne wyznaczają psychologiczne funkcjonowanie nauczycielek.

Wnioski: Indywidualne właściwości psychologiczne kobiet są ważnym dla nich zasobem odpornościowym i to one przede wszystkim determinują ich funkcjonowanie w różnych okresach życia.

Słowa kluczowe: menopauza, poczucie bezpieczeństwa, optymizm, osobowość, agresja, różnice indywidualne

Summary

Objectives: The study makes an attempt to present psychological characteristics of female teachers in two important stages of their lives: the procreation period and menopause. The objective of the research was to find out if the period of menopause affects the teachers' psychological qualities, such as feeling of safety, optimism, personality, and aggression syndrome, which are crucial as far as their job is concerned.

Material and methods: Altogether 311 female teachers aged between 26 and 60 from the urban environment of the city of Łódź were examined. 59 women in the procreation period and 59 in the menopausal period were selected. The methods used in the research were: KPB Questionnaire to test the feeling of safety, NEO-FFI Inventory for measuring personality, LOT-R Questionnaire to estimate the level of optimism and IPSA to define the aggression syndrome.

Results: The first stage of the research was devoted to comparison of the results of the teachers from the two selected groups. No significant differences were revealed between them taking into consideration the following qualities: safety, optimism, aggression syndrome as well as four features of personality. The only crucial difference concerned agreeableness. Menopausal teachers showed a higher indicator describing the above-mentioned trait. In further analysis of the results the researcher used cluster analysis, which allowed three groups of teachers to be distinguished, of different age and definitely different personal qualities, out of all 311 examined teachers. Each group was given a name corresponding to the results: "unstable" (93 women), "frustrated" (74 women) and "adapted" (144). The latter presented the most desired qualities. It is obvious that it is not the symptoms of menopause that denote psychological functioning of the examined women but the revealed individual differences.

Conclusion: Individual psychological qualities of women are useful resources of resistance and it is these qualities that determine their functioning in various periods of their lives.

Key words: menopause, procreation, safety, optimism, personality, aggression, individual differences

Adres do korespondencji:

dr n. hum. Grażyna Poraj, Instytut Psychologii, Uniwersytet Łódzki, ul. Smugowa 10/12, 91-433 Łódź, e-mail: gporaj@interia.pl

Wstęp

Środowisko nauczycielskie jest najliczniejszą grupą zawodową zdominowaną przez kobiety. W żadnej innej profesji indywidualne właściwości psychiczne nie są tak ważne. Przede wszystkim dlatego, że nauczyciele pracują *sobą*, a ich właściwości i umiejętności przekładają się bezpośrednio na rezultaty edukacyjne i rozwój ich uczniów. Można przyjąć, że skuteczność zawodowa nauczycielek może być uwarunkowana ich kompetencjami, kondycją psychiczną i stanem zdrowia. Naturalne procesy towarzyszące menopauzie nie muszą wywoływać istotnych zmian w psychologicznym funkcjonowaniu kobiet. Jeśli jednak tak się dzieje, należałoby ustalić, co – poza zmianami hormonalnymi – je determinuje.

Menopauza to okres zmian w ciele i życiu kobiety. Zmniejsza się stężenie hormonów płciowych, co wywołuje różnorodne objawy w organizmie kobiety [1, 2]. Jest to czas sprzyjający różnym dolegliwościom i pojawieniu się wielu chorób [3, 4]. Menopauza prowadzi do zmian psychicznych, takich jak obniżenie i labilność nastroju, lęk, rozdrażnienie, przygnębienie, płacliwość oraz obniżenie poczucia własnej wartości. Przyczyniają się one do istotnych zmian w funkcjonowaniu kobiet i determinują ich relacje z otoczeniem [5, 6]. Jednakże kobiety w odmienny sposób doświadczają objawów menopauzalnych. Uzasadnia to wielowymiarowe podejście do problemu, uwzględniające zarówno czynniki biologiczne, jak i psychologiczne oraz społeczne. Przyjmuje się nawet, że to zmienne psychologiczne moderują percepcję doznań pochodzących z organizmu i powodują określone reakcje na zmiany fizjologiczne [7, 8].

Wśród zmiennych psychologicznych są takie, jak poczucie bezpieczeństwa, optymizm, osobowość i syndrom agresji, które mają znaczący wpływ na wiele obszarów funkcjonowania ludzi. Najbardziej elementarną zmienną jest poczucie bezpieczeństwa. Decyduje ono o samopoczuciu, zdrowiu psychicznym i kondycji społecznej. Zaspokojone prowadzi do rozwoju dojrzałej osobowości, redukuje lęk, wnosi ład i poczucie pewności w otaczającej rzeczywistości. Gdy go brak, uruchamiają się reakcje neurotyczne i obronne, utrudniające przystosowanie się do otoczenia [9, 10]. Optymizm wyraża zgeneralizowane oczekiwanie pomyślnych zdarzeń w przyszłości, kształtuje zaufanie do siebie, innych ludzi i rzeczywistości [11]. Jest także zasobem osobistym człowieka, sprzyja zdrowiu, wydłuża życie i podnosi jego jakość. Prowadzi do poczucia dobrostanu fizycznego i psychicznego [12, 13]. W wieloletnich amerykańskich badaniach ujawniono, że pacjenci z optymistycznym podejściem do życia wykazali się lepszymi od pesymistów wskaźnikami w wielu obszarach związanych ze zdrowiem: w aktywności i sprawności fizycznej, ogólnej ocenie zdrowia i samopoczuciu, bólach ciała, witalności, w zdrowiu psychicznym i funkcjonowaniu społecznym [14]. Jego znaczenie wzrasta szczególnie w sytuacji zagrożenia, redukuje bowiem nie-

pokój i lęk oraz zmniejsza objawy stresu. Optymiści bardzo rzadko ujawniają symptomy depresji [13]. Znaczenie osobowości dla zdrowia i funkcjonowania człowieka jest udokumentowane wieloma badaniami. Cechą najbardziej powiązaną ze stanem zdrowia jest neurotyczność, która odzwierciedla brak równowagi emocjonalnej oraz podatność na doświadczanie negatywnych stanów emocjonalnych, takich jak lęk, gniew, złość czy poczucie winy [15]. Osoby wysoce neurotyczne charakteryzuje agresywna wrogość, represyjność, nadwrażliwość i nadmierny samokrytycyzm. Są one zarówno szczególnie wrażliwe, jak i skłonne do zachowań niesprzyjających zdrowiu [8]. Agresja z kolei może być reakcją na określoną sytuację bądź indywidualną właściwością człowieka. Andreson i Bushman opisali ogólny jej model, uwzględniając zarówno czynniki osobiste, jak i sytuacyjne [16]. Odpowiadają one za percepcję sytuacji i stan wewnętrzny w czasie trwania interakcji i decydują o zachowaniu, które ma nastąpić. Stan wewnętrzny wyznaczają procesy poznawcze, afektywne i pobudzenie. Procesy poznawcze są reprezentowane przez wrogie myśli i wrogą interpretację zachowań innych ludzi. Procesy afektywne to doświadczanie stresu i frustracji. Reakcje te nasila pobudzenie. Od indywidualnych właściwości i oceny sytuacji zależy będzie, czy zachowanie będzie miało charakter gwałtowny czy kontrolowany.

Cel pracy

Celem pracy było empiryczne sprawdzenie, czy okres menopauzy modyfikuje, istotne dla wykonywanej pracy, właściwości psychologiczne nauczycielek. W tym celu wybrano cztery wielowymiarowe zmienne: poczucie bezpieczeństwa, optymizm, osobowość i syndrom agresji. Wszystkie określają stosunek do siebie, innych ludzi i rzeczywistości oraz są ściśle związane z równowagą emocjonalną bądź jej brakiem.

Materiał i metody

Zbadano 311 nauczycielek ze środowiska wielkomiejskiego Łodzi w wieku 26–60 lat. Z grupy tej wyodrębniono dwie podgrupy kobiet. W pierwszej znalazły się osoby w okresie prokreacyjnym (59), w drugiej w okresie menopauzalnym (56). Średni wiek w grupach wynosił odpowiednio: 32 ($\pm 2,5$ roku) i 54 ($\pm 3,2$ roku) lata.

W badaniach wykorzystano cztery narzędzia badawcze: kwestionariusz poczucia bezpieczeństwa Z. Uchnasta [10]; do badania optymizmu test LOT-R M.F. Scheiera, Ch.S. Carvera i M.W. Bridgesa [17]; inwentarz osobowości NEO-FFI P.T. Costa i R.R. McCrae oraz inwentarz psychologiczny syndromu Agresji Z. Gasia [19]. Wszystkie narzędzia charakteryzują się dużą rzetelnością i trafnością diagnostyczną. Zweryfikowano je wielokrotnie w badaniach empirycznych.

W analizie statystycznej wykorzystano pakiet SPSS 12.0. Zastosowano test nieparametryczny χ^2 , analizę wariancji oraz analizę skupień. We wszystkich przyjęto poziom istotności $\alpha = 0,05$.

Wyniki

Psychologiczne funkcjonowanie badanych nauczycielek w okresie prokreacyjnym i menopauzalnym

Analizę uzyskanych wyników prowadzono na dwa sposoby. Pierwszy służył porównaniu wskaźników charakteryzujących badane zmienne w dwóch wyodrębnionych grupach nauczycielek: w okresie prokreacyjnym i menopauzalnym. Wyniki uzyskane przez osoby badane we wszystkich czterech zastosowanych narzędziach psychologicznych zamieszczono w tabeli I. Nie stwier-

dzono statystycznie istotnych różnic pomiędzy grupami w zakresie ogólnego poczucia bezpieczeństwa oraz jego wymiarów szczegółowych. Nauczycielki w obu grupach w podobny sposób doświadczają poczucia bliskości z innymi, stabilności życiowej oraz wykazały takie samo zaufanie do siebie. Brak między nimi znaczących różnic w zakresie poziomu optymizmu. Wykazały bardzo duże podobieństwo wskaźników charakteryzujących cztery cechy osobowości: neurotyczności, ekstrawersji, otwartości oraz sumienności. Pewne zróżnicowanie między nimi pojawiło się dopiero przy wskaźnikach charakteryzujących ugodowość. Wyższy jej poziom ujawniły kobiety w okresie menopauzalnym (33,73) niż prokreacyjnym (30,92), a różnica okazała się istotna statystycznie ($p = 0,004$). Ugodowość to wymiar opisujący pozytywne nastawienie do innych ludzi. Wyraża sympatię, nastawienie kooperacyjne i skłonność do udzielania pomocy. Osoby ugodowe są ufne, szczerze, taktowne i bezinter-

Tab. I. Różnice w zakresie badanych zmiennych psychologicznych pomiędzy nauczycielkami w okresie prokreacyjnym i menopauzalnym

| Zmienne psychologiczne | Kobiety w okresie prokreacyjnym (n = 59) | Kobiety w okresie menopauzalnym (n = 56) | Analiza wariancji | |
|--------------------------------|--|--|-------------------|---------|
| | | | F | p |
| poczucie bezpieczeństwa | | | | |
| poczucie bliskości | 7,73 (2,24) | 7,88 (2,72) | 0,099 | 0,753 |
| poczucie stabilności | 4,12 (2,61) | 4,82 (3,03) | 1,781 | 0,185 |
| zaufanie do siebie | 6,51 (2,89) | 5,96 (3,25) | 0,901 | 0,344 |
| poczucie bezpieczeństwa | 18,32 (6,22) | 18,52 (6,89) | 0,026 | 0,873 |
| optymizm | | | | |
| poziom optymizmu | 17,17 (4,21) | 16,91 (4,53) | 0,101 | 0,751 |
| osobowość | | | | |
| neurotyczność | 19,20 (7,78) | 18,93 (8,19) | 0,034 | 0,854 |
| ekstrawersja | 30,71 (5,15) | 30,70 (6,48) | 0,001 | 0,989 |
| otwartość | 29,37 (4,63) | 31,09 (5,47) | 3,307 | 0,072 |
| ugodowość | 30,92 (4,91) | 33,73 (5,48) | 8,447 | 0,004** |
| sumiennność | 34,56 (5,78) | 35,29 (5,82) | 0,451 | 0,503 |
| syndrom agresji | | | | |
| wynik ogólny | 28,90 (17,29) | 28,89 (24,75) | 0,001 | 0,999 |
| samoagresja | 4,42 (4,27) | 3,86 (4,44) | 0,487 | 0,486 |
| agresja ukryta | 4,85 (3,66) | 5,09 (5,73) | 0,073 | 0,787 |
| agresja skierowana na zewnątrz | 11,03 (7,83) | 11,48 (10,82) | 0,065 | 0,799 |
| odwet | 3,39 (5,53) | 4,07 (4,56) | 0,809 | 0,370 |
| kontrola | 16,83 (3,77) | 17,05 (5,52) | 0,065 | 0,800 |

** $p < 0,01$

sowne [15]. Takie właśnie właściwości charakteryzują w większym stopniu nauczycielki z dużym doświadczeniem życiowym i zawodowym. Zmiany hormonalne spowodowane menopauzą, jak widać, nie mają wpływu na ich relacje z otoczeniem i ich nie zakłócają. Ostatnim analizowanym wymiarem był syndrom agresji. Także i w tym obszarze nie odnotowano jednak żadnych znaczących różnic pomiędzy grupami.

Style psychologicznego funkcjonowania badanych nauczycielek jako rezultat różnic indywidualnych

Nauczycielki w okresie prokreacyjnym i menopauzalnym nie różniły się, poza ugodowością, żadną zmienną. Podjęto więc kolejną próbę analizy danych empirycznych wszystkich przebadanych kobiet, bez odwoływania się do z góry przyjętych kryteriów. Podstawą podziału miały być wyłączenie podobieństwa i różnice w wynikach. Podziału na grupy dokonano za pomocą analizy

skupień wg metody k-średnich [20]. W wyniku przeprowadzonej analizy statystycznej, zmierzającej do uzyskania jak największego podobieństwa pomiędzy osobami tworzącymi grupę, wyłoniły się trzy bardzo wyraziste skupienia osób. Nadano im nazwy odpowiadające ich rezultatom badań. Pierwszą grupę stanowią nauczycielki *kryzysujące* w liczbie 93 osób; drugą, liczącą 74 osoby, nauczycielki *sfrustrowane*, trzecią zaś nauczycielki *przystosowane* – 144 osoby badane.

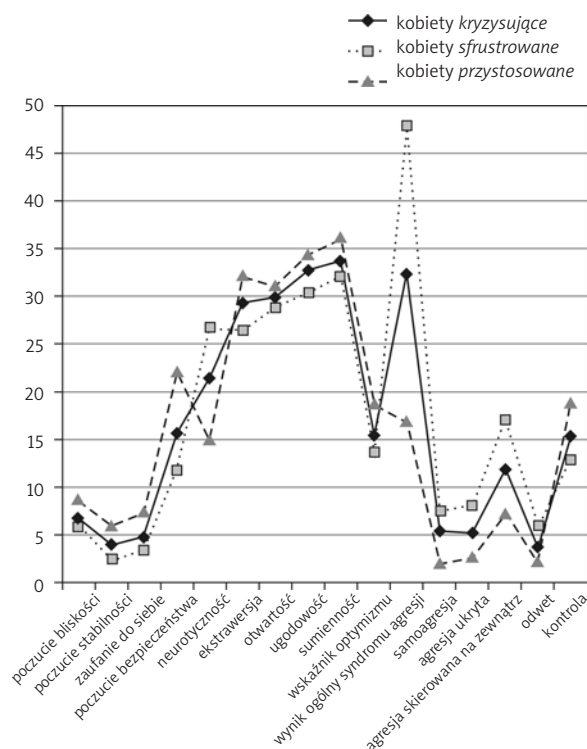
W pierwszej kolejności sprawdzono, czy istnieje związek pomiędzy stażem pracy a przynależnością do wyodrębnionych grup. Chodziło o ustalenie, czy wiek i doświadczenie mają wpływ na identyfikację z grupą. Okazało się, że nie ma takiej zależności i w każdej grupie są osoby o bardzo zróżnicowanym stażu i doświadczeniu ($\chi^2 = 1,79$; $p = 0,775$).

Dokonano więc analizy porównawczej wyników zastosowanych w badaniach narzędzi badawczych. Przedstawiono je w tabeli II. Tym razem udało się pokazać du-

Tab. II. Różnice w zakresie badanych zmiennych psychologicznych pomiędzy nauczycielkami z trzech wyodrębnionych grup

| Zmienne psychologiczne | Kobiety kryzysujące (n = 93) | Kobiety sfrustrowane (n = 74) | Kobiety przystosowane (n = 144) | Analiza wariancji F | p |
|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|------------------------|---------|
| poczucie bezpieczeństwa | | | | | |
| poczucie bliskości | 6,76 (2,30) | 5,95 (2,73) | 8,76 (1,73) | 48,35 | 0,001** |
| poczucie stabilności | 4,09 (2,54) | 2,54 (2,01) | 5,94 (2,28) | 56,15 | 0,001** |
| zaufanie do siebie | 4,81 (2,92) | 3,45 (2,96) | 7,47 (2,55) | 59,02 | 0,001** |
| poczucie bezpieczeństwa | 15,68 (6,21) | 11,91 (6,08) | 22,11 (4,64) | 93,63 | 0,001** |
| optymizm | | | | | |
| poziom optymizmu | 15,45 (3,98) | 13,77 (4,60) | 18,72 (3,23) | 45,86 | 0,001** |
| osobowość | | | | | |
| neurotyczność | 21,45 (7,08) | 26,82 (7,47) | 15,02 (6,31) | 77,04 | 0,001** |
| ekstrawersja | 29,32 (5,52) | 26,53 (6,83) | 32,17 (5,37) | 23,99 | 0,001** |
| otwartość | 29,89 (5,43) | 28,82 (4,86) | 31,16 (5,00) | 5,41 | 0,005** |
| ugodowość | 32,78 (4,54) | 30,50 (5,34) | 34,35 (4,72) | 15,65 | 0,001** |
| sumienność | 33,68 (5,92) | 32,18 (5,64) | 36,23 (5,10) | 14,84 | 0,001** |
| syndrom agresji | | | | | |
| wynik ogólny | 32,33 (17,59) | 47,62 (19,39) | 16,92 (13,77) | 88,43 | 0,001** |
| samoagresja | 5,48 (9,46) | 7,61 (5,00) | 1,97 (2,09) | 24,73 | 0,001** |
| agresja ukryta | 5,31 (3,67) | 8,18 (4,41) | 2,66 (2,81) | 62,06 | 0,001** |
| agresja skierowana na zewnątrz | 11,94 (7,87) | 17,20 (8,54) | 7,26 (6,95) | 42,40 | 0,001** |
| odwet | 3,83 (3,33) | 6,08 (4,54) | 2,22 (3,20) | 28,34 | 0,001** |
| kontrola | 15,39 (4,72) | 12,99 (4,89) | 18,86 (3,77) | 48,31 | 0,001** |

** $p < 0,01$



Ryc. 1. Graficzna ilustracja psychologicznego funkcjonowania nauczycielek w trzech wyodrębnionych grupach

że zróżnicowanie pomiędzy grupami. Różnią się bowiem wszystkimi analizowanymi właściwościami psychologicznymi, a różnice te są każdorazowo wysoce istotne statystycznie. Jest to empiryczny dowód istnienia różnic indywidualnych wśród badanych kobiet. Każda z grup ma odmienny profil. Najbardziej pożądane właściwości charakteryzują grupę kobiet *przystosowanych*. Mają wysokie poczucie bezpieczeństwa, poczucie bliskości z innymi ludźmi, żyją w uporządkowanym świecie, charakteryzują się optymistycznym nastawieniem do ludzi, którym ufają, mają poczucie własnej wartości i zaufanie do siebie. Prezentują pożądane cechy osobowości, w tym stabilność emocjonalną, wysoki poziom ekstrawersji i otwartości, wykazują się wysoką ugodowością i sumiennością. Nie mają skłonności do przejawiania zachowań agresywnych, a na tle pozostałych grup, cechuje je najwyższy wskaźnik kontroli zachowań nieakceptowanych społecznie.

Bardzo niekorzystny obraz ujawniły kobiety *sfrustrowane*, skupione w grupie drugiej. Brak im poczucia bezpieczeństwa, nie czują więzi z innymi ludźmi, nie doświadczają stabilności życiowej, żyją raczej w mało uporządkowanym świecie i brak im zaufania do siebie. Wykazały najniższy wśród badanych, poziom optymizmu. Równocześnie cechuje je najwyższy wskaźnik neurotyczności, a jednocześnie najniższe wyniki w zakresie ekstrawersji, otwartości, ugodowości i sumienności. Mają skłonność do przejawiania zachowań agresyw-

nych, przede wszystkim skierowanych na otoczenie. Ujawniły także tendencję do agresji odwetowej. Równocześnie nie radzą sobie z kontrolowaniem zachowań niepożądanych.

Grupę trzecią, czyli kobiety *kryzysujące*, reprezentują nauczycielki, których obraz funkcjonowania psychologicznego może nie jest tak niekorzystny, jak ma to miejsce w przypadku kobiet *sfrustrowanych*, ale daleko im do dobrego przystosowania. Mają raczej niskie poczucie bezpieczeństwa, w tym słabe więzi emocjonalne z ludźmi, obniżone poczucie stabilizacji życiowej i niską samoocenę. Charakteryzuje je przeciętny poziom optymizmu, ekstrawersji, otwartości, ugodowości i sumienności. Przejawiają jednak skłonności do zachowań neurotycznych. W relacjach międzyludzkich nie unikają zachowań agresywnych, wykazały bowiem ograniczone możliwości kontrolowania negatywnych emocji i zachowań nieakceptowanych społecznie. Psychologiczne profile trzech wyodrębnionych grup nauczycielek przedstawiono na rycinie 1.

Omówienie wyników

Opisane rezultaty badań potwierdzają, że choć menopauza wiąże się ze znaczącymi zmianami hormonalnymi, nie zawsze prowadzi do widocznych zmian w zachowaniu kobiet nauczycielek. Do opisu ich funkcjonowania wykorzystane zostały szczególne właściwości psychologiczne, determinujące postawy wobec siebie, otoczenia społecznego i rzeczywistości. Kształtują w swoisty dla siebie sposób strukturę poznawczą, sferę afektywną oraz wyznaczają zachowanie. Zarówno poczucie bezpieczeństwa, jak optymizm i osobowości przypisuje się względną stałość oraz wiodącą rolę dla stylu psychologicznego funkcjonowania ludzi [9–11, 15]. W relacjonowanych badaniach nie ujawniono istotnych różnic w zakresie analizowanych właściwości pomiędzy nauczycielkami w okresie prokreacyjnym i menopauzalnym. Jedyna odnotowana różnica między nimi pokazała nawet lepsze przystosowanie społeczne u kobiet starszych. Wykazały się wyższą ugodowością, czyli cechą, która opisuje szczególnie ważne właściwości do budowania relacji społecznych. Chodzi o pozytywne nastawienie wobec innych, przejawiane w uczuciach, myślach i działaniu. Oznacza zaufanie i wiarę w dobre intencje ludzi, prostolinijność, powściągliwość i okazywanie sympatii otoczeniu, a także tendencje do koncentrowania się na potrzebach innych ludzi. Takie właściwości w społecznym zawodzie nauczyciela mogą sprzyjać skuteczności zawodowej. Nie bez znaczenia jest tu także doświadczenie i wzrost kompetencji nauczycielek, których charakter pracy wymaga uczenia się przez całe życie [21].

Przeprowadzona analiza skupień w całej grupie badanych kobiet potwierdziła znaczenie zmiennych psy-

chologicznych dla ich funkcjonowania. Ujawniono bowiem trzy wyraźnie zróżnicowane style funkcjonowania psychologicznego. Tylko jeden z nich (kobiety *przystosowane*) odzwierciedla cechy pożądane. Jest najliczniej reprezentowany i pokazuje prawidłowości, które budują zarówno kondycję psychiczną, jak i dają istotne dla zdrowia i samopoczucia zasoby osobiste [22]. Wyselekcjonowano także styl bardzo niekorzystny (kobiety *sfrustrowane*). Opisują go właściwości, które nie sprzyjają zdrowiu i samopoczuciu, a wiążą się z podatnością na doświadczanie negatywnych emocji, ze słabym przystosowaniem emocjonalnym, wysoką wrażliwością na stres i poważnymi trudnościami w radzeniu sobie z nim. Dopiero ich współwystępowanie z objawami menopauzy może prowadzić do zachowań, które mogą utrudniać relacje z innymi ludźmi oraz pełnienie funkcji zawodowej. Takie rezultaty badań nie są odosobnione [6, 8, 13, 22].

Wnioski

1. Badane nauczycielki nie różniły się zachowaniami, które mogłyby być rezultatem objawów menopauzalnych, a właściwościami psychologicznymi, które determinują ich styl funkcjonowania.
2. Istnieją odmienne style funkcjonowania psychologicznego nauczycielek, które determinują ich kondycję psychiczną oraz mogą mieć wpływ na ich samopoczucie i zdrowie.

Piśmiennictwo

1. Mimoun S. Choroba duszy czy ciała? Zaburzenia psychosomatyczne u kobiet. Wyd. W.A.B, Warszawa 1994.
2. Davis S. Zdrowie kobiety – menopauza. Via Medica, Gdańsk 1994.
3. Bielawska-Batorowicz E. Konceptje menopauzy. Część I – ujęcie demograficzne i kulturowe. Prz Menopauz 2005; 2: 10-8.
4. Krasek M. Konsekwencje starzenia się populacji światowej. W: Lewiński A. (red.). Menopauza bez tajemnic. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2006.
5. Araszkiwicz A, Płocka-Lewandowska M. Zaburzenia psychiczne w okresie przekwitania. Magazyn Medyczny. Ginekologia 2001; 1:16-20.
6. Lipieńska-Szałek A, Sobczuk A, Pertyński T. Wpływ czynników biologicznych i psychospołecznych na psychiczne aspekty okresu menopauzalnego. Prz Menopauz 2003; 6: 55-61.
7. Bielawska-Batorowicz E. Stres, objawy i przekonania dotyczące menopauzy a obniżony nastrój u kobiet w wieku 45–55 lat. Próba weryfikacji zmodyfikowanego psychospołecznego modelu depresji w okresie okołomenopauzalnym. Prz Menopauz 2006; 2: 68-74.
8. Bielawska-Batorowicz E. Temperament, osobowość i styl radzenia sobie ze stresem a częstość i intensywność objawów menopauzalnych. Prz Menopauz 2007; 2: 70-6.
9. Maslow A. Motywacja i osobowość. Instytut Wyd. PAX, Warszawa 1990.
10. Uchnast Z. Metoda pomiaru poczucia bezpieczeństwa. W: Wykłady z psychologii w KUL. Januszewski A, Uchnast Z, Witkowski T. (red.). T. 5. Wyd. KUL, Lublin 1990.
11. Scheier MF, Carver CS. Effects of optimism on psychological and physical well-being. Theoretical overview and empirical update. Cognitive Therapy and Research 1992; 16: 201-28.
12. Giltay EJ, Kamphuis MH, Kalmijn S, et al. Dispositional optimism and the risk of cardiovascular death: the Zutphen Elderly Study. Arch Intern Med 2006; 166: 431-6.
13. de Moor JS, de Moor CA, Basen-Engquist K, et al. Optimism, distress, health-related quality of life, and change in cancer antigen 125 among patients with ovarian cancer undergoing chemotherapy. Psychosom Med 2006; 68: 555-62.
14. Stach R. Optymizm. Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2006.
15. McCrae RR, Costa PT. Osobowość dorosłego człowieka. Wyd. WAM, Kraków 2005.
16. Anderson CA, Bushman BJ. Human aggression. Annu RevPsychol 2002; 53: 27-51.
17. Juczyński Z. Narzędzia pomiaru w promocji i psychologii zdrowia. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 2001.
18. Zawadzki B, Strelau J, Szczepaniak P i wsp. Inwentarz osobowości NEO-FFI Cost i McCrae. Pracownia Testów Psychologicznych PTP, Warszawa 1998.
19. Gaś Z. Inwentarz Psychologiczny Syndromu Agresji. Prz Psychol 1980; 1: 143-58.
20. Marek T. Analiza skupień w badaniach empirycznych. Metody SAHN. PWN, Warszawa 1989.
21. Day Ch. Od teorii do praktyki. Rozwój zawodowy nauczyciela. GWP, Gdańsk 2008.
22. Juczyński Z, Ogińska-Bulik N. Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2003.