

Spis treści

Wprowadzenie	7
1. Psychopatologia pracy. Podstawowe definicje i zakres przedmiotu.....	13
1.1. Definicje pojęć: psychopatologia i praca.....	13
1.2. Psychopatologia pracy	15
Ćwiczenie 1. Analiza stanowiska pracy.....	19
2. Zmienność świata pracy i jej wpływ na rynek pracy. Niepewność zatrudnienia. Kontrakt psychologiczny	27
2.1. Zmiany cywilizacyjne zmieniające świat pracy: -globalizacja; -rozwoj technologii; -wirtualizacja świata; -konsumeryzm	27
2.2. Niepewność zatrudnienia a adekwatność funkcjonalna	28
2.3. Nowy kontrakt psychologiczny	30
Ćwiczenie 2. Kontrakt psychologiczny	33
3. Psychologiczne aspekty utraty pracy oraz długotrwałego bezrobocia	37
3.1. Znaczenie utraty pracy.....	37
3.2. Psychologiczne ryzyko bezrobocia.....	40
3.3. Długotrwałe bezrobocie i jego psychologiczne konsekwencje	41
Ćwiczenie 3. Wywiad z osobą bezrobotną w dojrzałym wieku.....	44
4. Psychologiczne aspekty stresu zawodowego i organizacyjnego	49
4.1. Podejście inżynierskie: stresory	49
4.2. Psychologiczne modele stresu pracy	51
4.2.1. Podstawowy model Michigan, model dopasowania osób i środowiska.....	51
4.2.2. Lazarusa-Folkman transakcyjna emocjonalno-poznawcza teoria stresu w zastosowaniu do pracy	53
Ćwiczenie 4. Pomiar stresu w pracy	59
5. Funkcjonowanie w zawodach wysokiego ryzyka. Poczucie zagrożenia.....	61
5.1. Zawody wysokiego ryzyka	61
5.2. Poczucie zagrożenia.....	63
5.3. Styl radzenia sobie ze stresem	68
Ćwiczenie 5: Poczucie zagrożenia w sytuacji pracy.....	72
6. Wypalenie zawodowe: skutek stresu zawodowego, zaburzenia adaptacyjne.....	73
6.1. Christiny Maslach model wypalenia zawodowego	73
6.2. Nowy całościowy (strukturalny) model wypalenia zawodowego	75
Ćwiczenie 6. Pomiar wypalenia zawodowego.....	81
7. Mobbing. O relacjach społecznych w pracy	87
7.1. Definicje mobbingu	87
7.2. Uczestnicy mobbingu i kierunek ich działań.....	88

7.3. Taktyki mobbera wobec ofiary	89
7.4. Ofiary mobbingu.....	91
7.5. Przeciwdziałanie mobbingowi.....	92
Ćwiczenie 7. Jak diagnozować mobbing w miejscu pracy.....	93
8. Pracoholizm. Przede wszystkim praca	99
8.1. Definicje i syndromy pracoholizmu	99
8.2. Typologia pracoholików	102
8.3. Etapy procesu uzależniania się od pracy	105
8.4. Skutki pracoholizmu	106
8.5. Narzędzia pomiaru pracoholizmu.....	108
Ćwiczenie 8. Diagnoza pracoholizmu	110
9. Praca zawodowa a rodzina.....	115
9.1. Wymiary i typy „osobowości rodzinnej”.....	116
9.2. Typy relacji małżeńskich	117
9.3. Konflikt, facylitacja, synergia, równowaga praca – rodzina i rodzina – praca.....	119
Ćwiczenie 9. Zmiany w sytuacji pracy, zmiany w sytuacji rodziny.....	123
Literatura	125
Spis wybranych do ćwiczeń i omówionych tekstów	131