

# Wypalenie edukacyjne a psychopatologia - wnioski z przeglądu systematycznego

**Klaudia Bochniarz**

**Uniwersytet Gdański, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Psychologii,  
Zakład Psychologii Społecznej**

e-mail: [klaudia.bochniarz@ug.edu.pl](mailto:klaudia.bochniarz@ug.edu.pl)

W ostatnim czasie coraz więcej mówi się o obecność wypalenia wśród uczniów i studentów. Wypalenie jest wieloaspektowym konstruktem pierwotnie związanym z pracą. Chociaż bycie studentem nie jest tradycyjną pracą, może być postrzegane jako takie, ze względu na obowiązki akademickie, które trwają wiele lat i wiążą się ze znacznymi wymaganiami w zakresie zasobów poznawczych, emocjonalnych, a nawet fizycznych ucznia. Statystyki niepokojąco donoszą, że zjawisko wypalenia może dotyczyć nawet 54% studentów medycyny, a jego ryzyko wzrasta wraz z kolejnymi szczeblami edukacji. Dodatkowo wypalenie edukacyjne ma negatywne konsekwencje dla zdrowia psychicznego osób zmagających się z nim. Stąd, przedmiotem niniejszego przeglądu literatury było ustalenie jak szeroko wypalenie edukacyjne współwystępuje z zaburzeniami psychicznymi. Ponadto, sprawdzano z jakich narzędzi do pomiaru wypalenia edukacyjnego badacze najczęściej korzystają. W tym

celu dokonano przeglądu systematycznego, bazującego na wytycznych PRISMA, który obejmował badania uczniów od szkoły podstawowej po studentów uczelni wyższych (niezależnie od kierunku studiów), opublikowane w recenzowanych czasopismach do marca 2023. W przygotowywaniu przeglądu korzystano z baz Scopus oraz PubMed. Okazało się, że wypalenie edukacyjne najczęściej współwystępuje z depresją i lękiem, a także jest istotnie powiązane między innymi z zaburzeniami snu oraz sięganiem po substancje uzależniające. Wiedza o szerokich powiązaniach między wypaleniem edukacyjnym a psychopatologią może okazać się kluczowa dla wdrażania skutecznych metod przeciwdziałania temu zjawisku, jak również może być istotna podczas planowania wykorzystania nowoczesnych metod dydaktycznych w procesie edukacji.