

A nyelvtanári kiégés kockázatának empirikus vizsgálata

**Thékes István, adjunktus
Gál Ferenc Főiskola**

Általános gondolatok a kiégésről

A munkában való kifáradás, a naponta kapott újabb és újabb feladatok időnként minden ember számára azt a gondolatot vetik fel, hogy jobb lenne nem dolgozni, vagy valami egészen mást csinálni ahelyett, amit kell.

Ha azonban minden munkanap ezzel a gondolattal indul és/vagy végződik, az már nem egyszerű fáradtság, hanem a kiégés kezdetére utaló jel is lehet (Szabó & Jagodics, 2016)

Szakirodalmi áttekintés I.

- **A kiégés-szindróma kialakulásával összefüggésbe hozható munkahelyi tényezők két csoportba oszthatók: 1) az erőforrások, 2) a követelmények (Demerouti, Bakker, Nahreiner és Schaufeli, 2001).**
- **erőforrások: elősegítik, hogy a munkavállalók terhei csökkenjenek és a feladatok elvégzése során sikeresek legyenek**
- **követelmények: növelik a dolgozók leterheltségét, illetve az őket érő stresszt és az átélt szorongás mértékét.**
- **A kutatások eredményei szerint a burnout-szindróma kialakulásának valószínűsége akkor nő meg leginkább, ha az erőforrások nem állnak arányban a leterheltséget okozó tényezőkkel (Maslach és Goldberg, 1998).**

Szakirodalmi áttekintés II.

Legátfogóbb Demerouti és munkatársai (2001) munkahelyi követelmény-erőforrás modellje (job demands and resources model): környezeti, társas vagy szervezeti tényezők, amelynek kezelése a munkavégzés során fizikai, érzelmi vagy mentális erőfeszítést igényel a munkavállaló részéről

Kiégés és a pedagógusok

Kutatások bizonyítják, hogy ha a diákok kiégettnek észlelik pedagógusaikat, akkor maguk is motiválatlanabbak lesznek (Tatar, Yahav, 1999), gyakrabban követnek el iskolai csalást a számonkérések esetén (Orosz és Karsai, 2012).

Egy hazai felmérés a tanárok 5-8%-ánál állapította meg a kiégés jeleit (Paksi és mtsai, 2015).

Friss hazai kutatás (Szabó & Jagodics, 2016)

A burnout-szindróma tüneteit a Maslach-féle kiégés kérdőív tanári munkára specializált változatának hazai adaptációja (Hennig és Keller, 1995).

Négy alskála (lelki, érzelmi, szociális és testi)

Hat-hat kérdőív tétel

24 kérdőív tétel összesen

A megerősítő faktorelelmzés mutatói minden tekintetben megfelelnek a követelményeknek (N = 1043 fő, Chi négyzet/Szabadságfok = 5,171, CFI = 0,945, TLI = 0,929; RMR = 0,035; RMSEA = 0,063).

Korábbi hazai kutatás (Lelesz, 2009)

Minta: 30 debreceni pedagógus

Mérőeszköz: Kérdőív (20 állítás)

Megállapítások: a leggyakrabban a hatalomtól, az előjáróktól, az egzisztencia, az állás elvesztésétől és a kudarctól való félelmek jelentkeznek.

Nyelvtanárok és a kiégés I.

Sadeghi & Khezrlou (2014): Burnout among English Language Teachers in Iran: Do Socio-demographic Characteristics Matter?

Mérőeszköz: Maslach Burnout Inventory (Maslach & Jackson, 1986).

Résztvevők: 40 angoltanár

Eredmény: Az érzelmi kiégés mértéke magas ($M = 17.80$). A tanárok legmagasabb iskolai végzettsége és a kiégés között találtak szignifikáns összefüggést (minél magasabb annál kevésbé hajlamosak kiégni)

Nyelvtanárok és a kiégés II.

Jamshidirad és mtsai. (2014): Language Teachers' Burnout and Gender.

Mérőeszköz: Maslach Burnout Inventory (Maslach, Jackson, & Schwab, 1986)

Résztevők: 28 angoltanár (14-14 férfi és nő; 8 általános iskolai, 8 gimnáziumi, 4 szakgimnáziumi, 8 nyelviskolai tanár)

Eredmény: A kiégés és a nem között nincs szignifikáns összefüggés

Nyelvtanárok és kiégés III.

Ghanizadeh & Jhadizadeh (2016)

Minta: 198 iráni nyelvtanár

Mérőeszköz: Maslach Inventory és Teaching Style Inventory (Grasha, 2013)

Eredmények:

The correlation coefficients among teaching style, teacher creativity, and teacher burnout

	1	2	3	4	5	6	7
1. Expert	1.00						
2. Authority	.861 ^a	1.00					
3. Model	.348	.473 ^a	11.00				
4. Facilitator	-.560 ^a	-.381 ^a	.145	1.00			
5. Delegator	-.397 ^a	-.235 ^a	.094	.634	1.00		
6. Burnout	.491 ^a	.403 ^a	-.087	-.608 ^a	-.365	1.00	1.00
7. Creativity	-.544 ^a	-.482 ^a	-.062	.622 ^a	.394 ^a	-.723 ^a	

^aCorrelation is significant at the level of .05.

Nyelvtanárok és kiégés IV.

Kyriacou (2001) öt fő stressz forrást állapított meg nyelvtanárok esetében:

- 1) Motiválatlan diákok tanítása
- 2) Fegyelem tartása
- 3) A változásokkal való küszködés
- 4) Adminisztráció
- 5) Alacsony szintű önbecslés

A kutatás I.

A Maslach-féle kiégés kérdőív tanári munkára specializált változatának hazai adaptációja, Maslach Burnout Inventory – Educators Survey (MBI-ES) (Hennig és Keller, 1995).

Három alskála (lelki, érzelmi, szociális)

Hat-hat kérdőív tétel

18 kérdőív tétel összesen

Résztevők: 28 angoltanár

Kutatás ideje: 2018. május

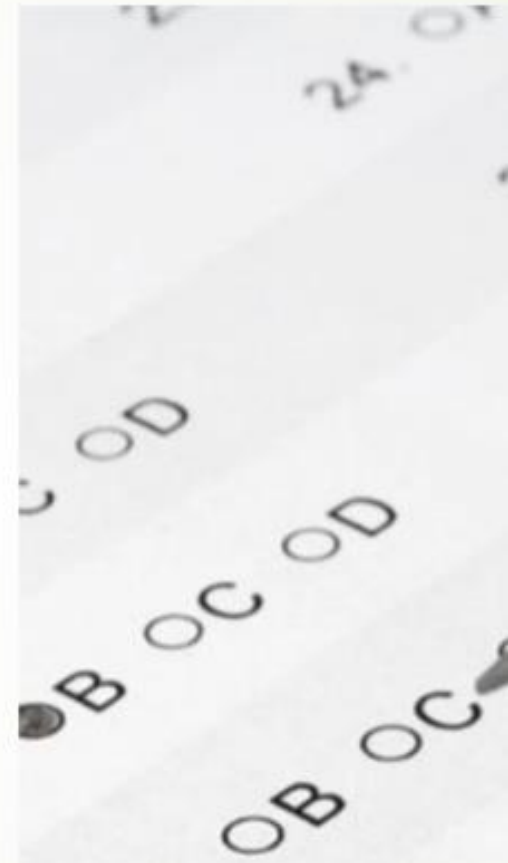
A megerősítő faktorelemzés mutatói minden tekintetben megfelelnek a követelményeknek (N = 28 fő, Chi négyzet/Szabadságfok = 6,62 CFI = 0,92, TLI = 0,88; RMR = 0,02; RMSEA = 0,05).

A kutatás II.

A mérőeszköz (a)

MBI-HSS jellemzői

- A megkérdezett maga tölti ki, önértékelő eljárás
- 22 tételből álló kérdőív
- 7 fokozatú Likert-skála
 1. soha
 2. évente többször
 3. havonta egyszer
 4. havonta többször
 5. hetente egyszer
 6. hetente többször
 7. minden nap



A kutatás II.

A mérőeszköz (b)

Maslach-féle Kiégés Leltár kitöltése

- ▶ 1. munkám során érzelmileg kiszipolyozottnak érzem magam _____
- ▶ 2. a munkanap végére elhasznált vagyok _____
- ▶ 3. már akkor is fáradt vagyok, amikor reggel fel kell kelnem és szembe kell néznem a rám váró mai munkával _____
- ▶ 4. egész nap emberekkel foglalkozni igazán kimerítő és feszültségkeltő számomra _____
- ▶ 5. munkám révén kiégettnek és elhasználtak érzem magam _____
- ▶ 6. naponta frusztrálódok a munkám során _____
- ▶ 7. úgy érzem, hogy túlságosan is keményen dolgozom _____
- ▶ 8. túl sok feszültséggel jár számomra, hogy közvetlenül emberekkel kell dolgoznom _____
- ▶ 9. úgy érzem, mintha az utolsó erő tartalékaimat élném fel _____
- ▶ 10. úgy érzem, hogy munkám során már úgy kezelem az embereket, mintha személytelen tárgyak lennének _____

A kutatás III. (Kutatási kérdések)

- 1) Milyen mértékű az angoltanárok kiégése?
- 2) A kiégés milyen kapcsolatban van az iskolatípussal?
- 3) A kiégés melyik dimenzióban jelentkezik leginkább?

Eredmények I.

Megbízhatóság: Cronbach-alfa: 0,88

Érzelmi tünetek: (M = 5,33; szórás = 2,41),

Lelki (M = 3,65; szórás = 2,43)

Társas (M = 3,24; szórás = 2,43 pont)

Összesített kiégés pontszám átlaga: 52,78 pont, a lehetséges 126 pontból (szórás = 6,8)

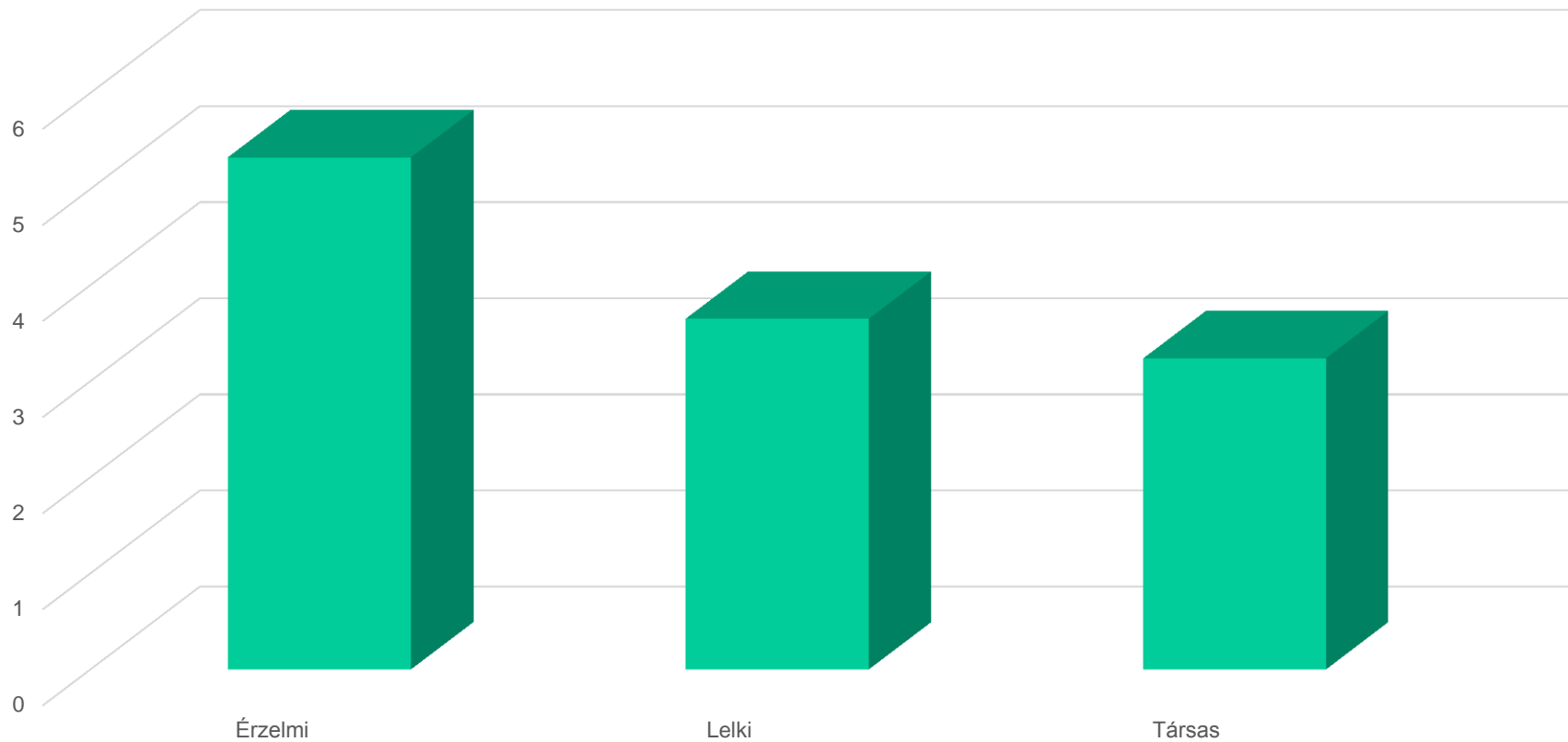
Eredmények II.

Variáncianalízis: ($F(4; 28) = 2,22; p = 0,02$).

A legnagyobb mértékben a szakgimnáziumban tanítókat érintette a kiégés ($N = 4, M = 12,88$), a legkevésbé a nyelviskolai tanárokat ($N = 8, M = 4,25$).

Eredmények III.

Az alskálák eredményei



Következtetések

1) Milyen mértékű az angoltanárok kiégése?

Kisebb mértéket állapítottam meg, mint korábbi pedagógus vizsgálatoknál (ld. Szabó, Jagodics, 2016)

2) A kiégés milyen kapcsolatban van az iskolatípussal?

Az iskolatípus befolyásolja a kiégés mértékét.
Szakgimnáziumban jelentkezik leginkább a tanároknál

3) A kiégés melyik dimenzióban jelentkezik leginkább?

Az érzelmi tünetekben jelentkezik leginkább

Köszönöm a figyelmet!