

Munkahelyi kiégés jelensége az óvodapedagógusok körében

Némethné Sziklai Kamilla

Magyar Agrár-és Élettudományi Egyetem Kaposvári Campus Neveléstudományi Intézet
Óvodapedagógus szak, alapképzés, levelező tagozat
Gyermeknevelési Tanszék

Belső témavezető: Dr.Csimáné Dr.Pozsegovics Beáta, PhD Adjunktus, Magyar Agrár-és Élettudományi Egyetem Kaposvári Campus Neveléstudományi Intézet Gyermeknevelési Tanszék

Dolgozatomban az óvodapedagógusok körében tapasztalt kiégés mértékét, a munkahelyi stressz burnout szindrómára gyakorolt hatását, valamint a munkahelyi elkötelezettség és a jelenlegi munkahelyen eltöltött idő összefüggéseit vizsgáltam.

Módszerek: Kutatásomhoz három kérdőívet ötvöztem, melyekből a Google kérdőív szerkesztőjével elkészítettem egy online kérdőívcsomagot. A kérdőívcsomagot intézményvezetőkön keresztül jutattam el a célcsoporthoz, továbbá szakmai közösségi média csoportokban tettem közzé. Összesen 102 válaszoló vett részt a kutatásban. A kiégés mértékének felmérésére a Maslach Burnout Inventory (MBI)-t használtam fel, amely az érzelmi kimerülés, a deperszonalizáció és a személyes hatékonyság csökkenése dimenziókat alkalmazza. Az erőfeszítés-jutalom egyensúlytalanság kérdőívet (Effort-Reward Imbalance Questionnaire, ERI). A kérdőív bázisát Siegrist munkahelyi stressz modellje képezi. Az Organizational Commitment Questionnaire, azaz OCQ kérdőívet használtam a szervezeti elkötelezettség vizsgálatához, melyet Porter és munkatársai után Meyer és Allan 1997-ben kollektív elkötelezettség vizsgálatára dolgoztak át. Az eredményeket kiértékeléséhez korrelációt és lineáris regresszió statisztikai próbákat alkalmaztam.

Eredmények: A kiégés szindróma dimenziói közül az érzelmi kimerültség a kitöltők több mint felénél közepes vagy magas tartományba esett, tehát azt mondhatjuk, hogy az adott populáció nagy részére jellemző az emocionális kimerülés. A deperszonalizáció és a teljesítménycsökkenés magas szintje kevésbé jellemző, bár az elszemélyesedés magas mértéke a válaszadók kis részére igaznak bizonyult. A kutatás során igazolást nyert miszerint a munkahelyi stressz befolyásolja az érzelmi kimerültség mértékét. A magas munkahelyi stressz, magas emocionális kimerüléshez vezethet, mely a kiégés egyik tényezője. Az eredmények az is bizonyítják, hogy

azok a kitöltők, akik lojálisak a jelenlegi munkahelyükhöz, már több, mint tíz éve dolgoznak az adott munkahelyen.

Következtetések: A kiégés elleni küzdelemben a legfontosabb a prevenció tevékenység, az egyén és a szervezet szintjén egyaránt. Lényeges, hogy az óvodapedagógusok kellő ismerettel rendelkezzenek a burnout szindróma kialakulásának ok-okozati tényezőiről, valamint a kiégés tüneteivel tisztában legyenek, megfelelő önismerettel rendelkezzenek a megelőzés érdekében. Intézményi szinten a kellemes munkahelyi környezet, megfelelő jutalmazás és visszajelzés, hatékony kommunikáció és támogató társas kapcsolatok segíthetnek a kiégés kialakulásának megelőzésében.

kulcsszavak: kiégés, munkahelyi stressz, pedagógus, prevenció, munkahelyi elköteleződés