

**elte | ppk**

**Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet**

# **Szervezeti fókuszú beavatkozási lehetőségek a tanári kiégés megelőzésében**

Juhász Ágnes<sup>3</sup>, Szigeti Réka<sup>1,2</sup>, Balázs Noémi<sup>1,2</sup>, Bikfalvi Réka<sup>2</sup>

MPT Nagygyűlés 2021. augusztus 27.  
Székesfehérvár

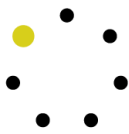


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

# Tanári kiégés és stressz

- Kiégés a kezeletlen munkahelyi stressz következménye
- Munkahelyi stressz modellek
  - Erőfeszítés-jutalom Egyensúly Hiánya (Siegrist, ERI)
  - Megterhelés –Kontroll modell (Karasek)
  - Munkahelyi Megterhelések és Erőforrások Modell (Bakker & Demerouti, 2014; W. B. Schaufeli & Bakker, 2004)
- Tanárok jellemző pszichoszociális kockázatai
- Szervezeti jellemzők és a stressz kapcsolata
  - pl. Saloviita & Pakarinen, 1997: az iskola nagysága pozitívan korrelál a kiégéssel
  - Iskolaigazgatók szerepe

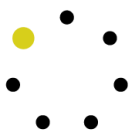


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

# Kiegészítő megelőző intervenciók csoportosítása

- Egyéni fókusz
- Szervezeti
- Komplex programok
- Ezek gyakorisága és hatékonysága metaanalízisek alapján
  - Richardson and Rothstein, 2008,
  - Awa et al., 2010
  - Ruotsalainen et al., 2015
  - Burgess et al., 2020



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

## Komplex iskolai szintű egészségfejlesztő programjaink főbb részei



Kiegészítő lehetőségek felmérése

Pszicho-szociális  
kockázat felmérés

**Stressztényezők  
felmérése**



Eredmények megbeszélése

Megoldási  
lehetőségek  
keresése

**Fókuszcsoportok**



Egyéni kiegészítő megelőzését támogató témák oktatása

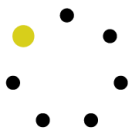
Gyerekeknek és  
pedagógusoknak  
**Pszicho-educáció**



Szervezeti felmérés eredményeinek megbeszélése

Akcióterv támogatása

**Vezetői konzultációk**

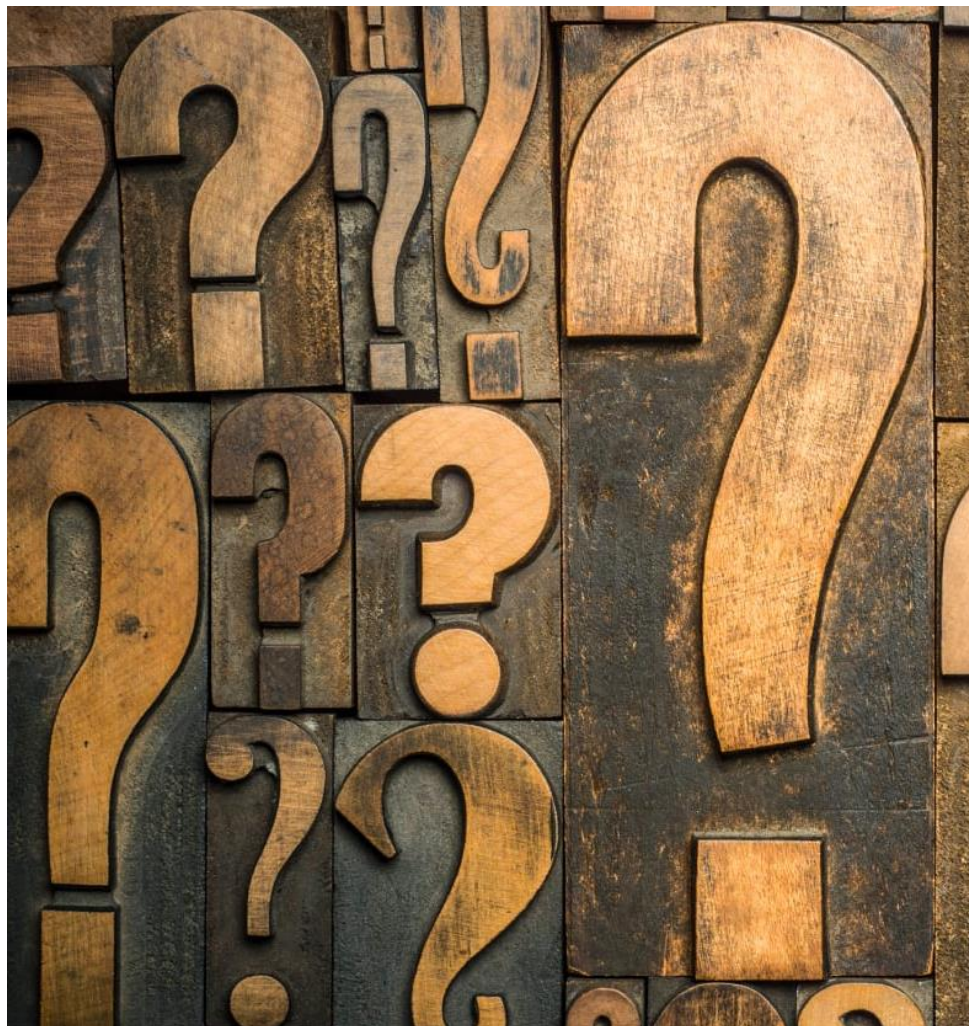


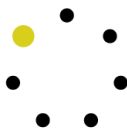
elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

# Kutatási kérdés

Komplex szervezeti  
fókuszú kiégés  
megelőző program  
hatékonysága,  
megvalósítás  
tanulságai





# elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

Időbeli  
elrendezés  
Iskola sorszáma,  
intervenció  
típusa

## Alapvonalai (1.) mérés

2017. augusztus-  
szeptember

## 1. vizsgálati fázis

2017. október -  
november

## 2. mérés

2017. december

## 2. vizsgálati fázis

2018. január -  
április

## 3. mérés

2018. május

## Utánkövető (4.) mérés

2018. augusztus -  
szeptember

### 1.kontroll



N=27

N=108

Nincs intervenció



N=26

N=168

Nincs intervenció



N=26

N=106



N=28

N=91

### 2.vegyes

(egyszerű  
szervezeti  
+ egyéni)



N=57

N=124

Egyszerű  
szervezeti szintű  
intervenció  
(fókuszcsoport)



N=57

N=131

Egyéni stresszkezelési, kiegészítő  
megelőzési készségeket célzó  
csoportos intervenció (tréning)  
Vezetői coaching



N=54

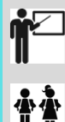
N=124



N=56

N=121

### 3.egyszerű szervezeti



N=32

N=80

Egyszerű szervezeti  
szintű intervenció  
(fókuszcsoport)



N=33

N=80

Nincs intervenció



N=40

N=69



N=31

N=69

### 4.egyéni



N=32

N=109

Nincs intervenció



N=31

N=115

Egyéni stresszkezelési, kiegészítő  
megelőzési készségeket célzó  
csoportos intervenció (tréning)  
Vezetői coaching



N=28

N=108



N=34

N=89

### 5.összetett szervezeti



N=34!

N=35

Szervezeti  
szintű  
intervenció  
(fókuszcsoportok)



N=31!

N=27

Vezetői coaching  
Szervezeti szintű tréning  
Akcíócsoport támogatása



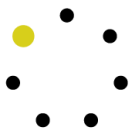
N=33!

N=30



N=30!

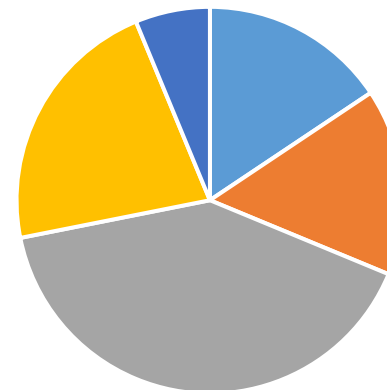
N=28



## Vizsgált minta – iskola bemutatása

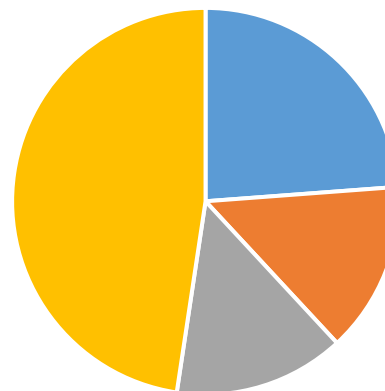
- 34 fő, ebből tanárként dolgozik: 21 fő
- Kor: 29-63, átlag: 49
- Nem: férfi 21%
- Munkatapasztalat: átlag 25 év

Családi állapot

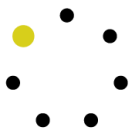


■ egyedülallo ■ kapcsolatban el ■ hazas ■ elvalt ■ ozvegy

Hány éve pedagógus



■ 0-10 ■ 11-20 év ■ 21-30 év ■ 31+ év



# Szervezeti fókuszú intervenciók

## Fókuszcsoportok

- 2 csoport
- 3+1 ülés

## Szervezeti fókuszú tréningek

- 3 téma

## Akciócsoportok

- Havi 1 ülés, 4 hónapon át

## Csoportos vezetői coaching





elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

# Mérőeszközök - tanárok

- Pszichoszociális Kockázatfelmérő Kérdőív
- **Iskola iránti Attitúd (HBSC)**
- **Szervezeti indikátorok**
- **Szervezeti Elkötelezettség Kérdőív (OCQ,** Kanning és Hill, 2013)
- **Észlelt Stressz Kérdőív (PSS,** Cohen et al., 1983)
- **Kiegészítő Folyamat Kérdőív (Szigeti et al. In press)**
- **WHO Általános Jól-lét Index (WBI-5)** (Bech, 1990)
- Szubjektív egészség és tünet lista (HBSC)
- Általános Én-hatékonyság Skála (Schwarzer, 1993)



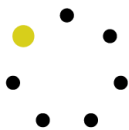


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

## Eredmények

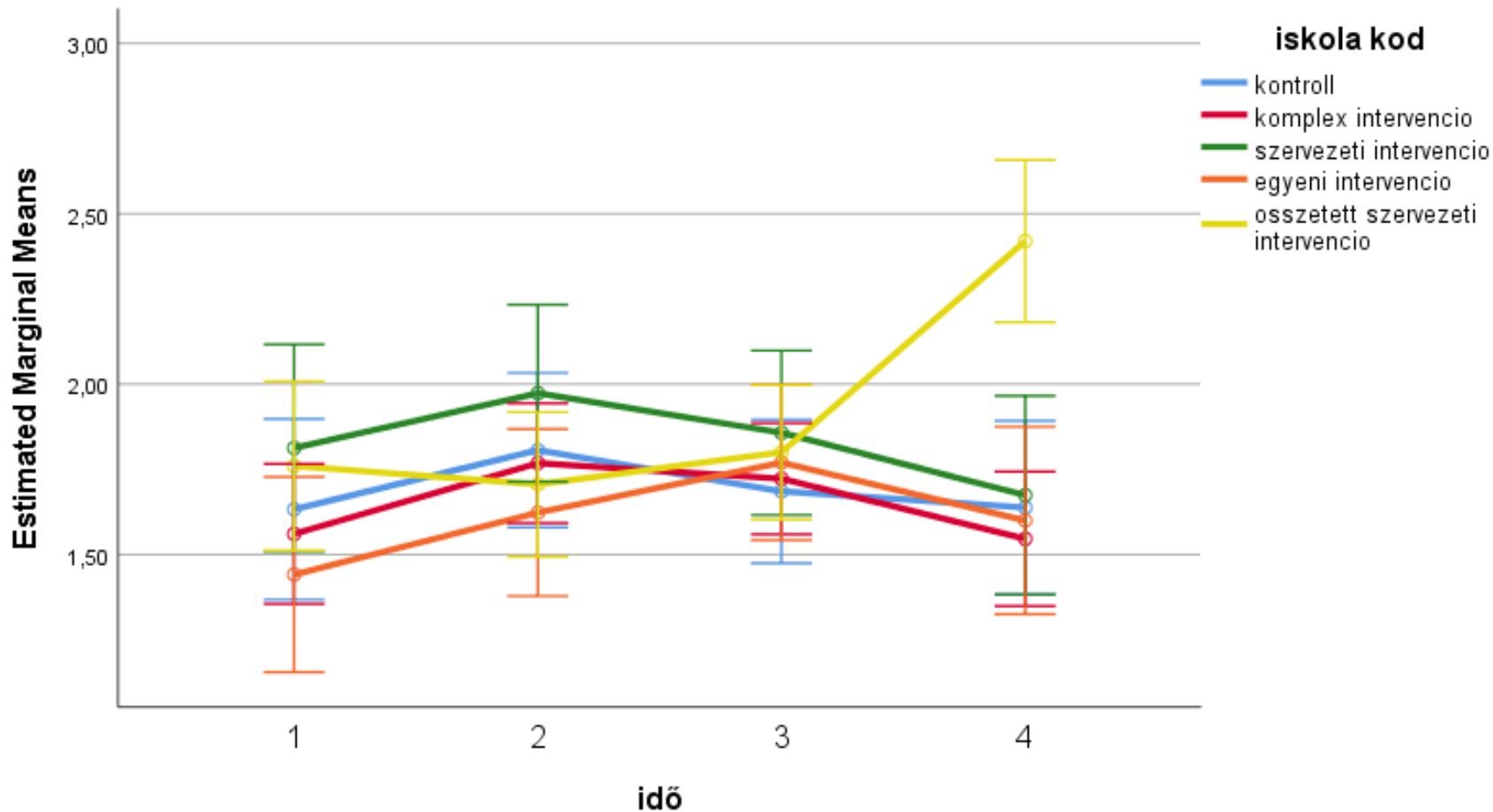
- A komplex szervezeti intervenciós iskolában a **stressz szint** változása szignifikánsan eltért a többi iskola mintázatától: nincs szignifikáns változás a többi iskolában tapasztaltak szerint az első 3 mérési időpont között – intervenció védő hatása?



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

### Észlelt Stressz



Error bars: 95% CI

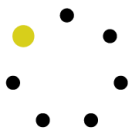


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

## Eredmények

- A komplex szervezeti intervenciós iskolában a **stressz szint** változása szignifikánsan eltért a többi iskola mintázatától: nincs szignifikáns változás a többi iskolában tapasztaltak szerint az első 3 mérési időpont között – intervenció védő hatása?
- **Kiegészítés:** az intervenciónak nem volt szignifikáns hatása
- **Well-being:** harmadik méréskor a legalacsonyabb
- **Iskola iránti attitűdök:** második méréskor javulás, negyediknél romlás

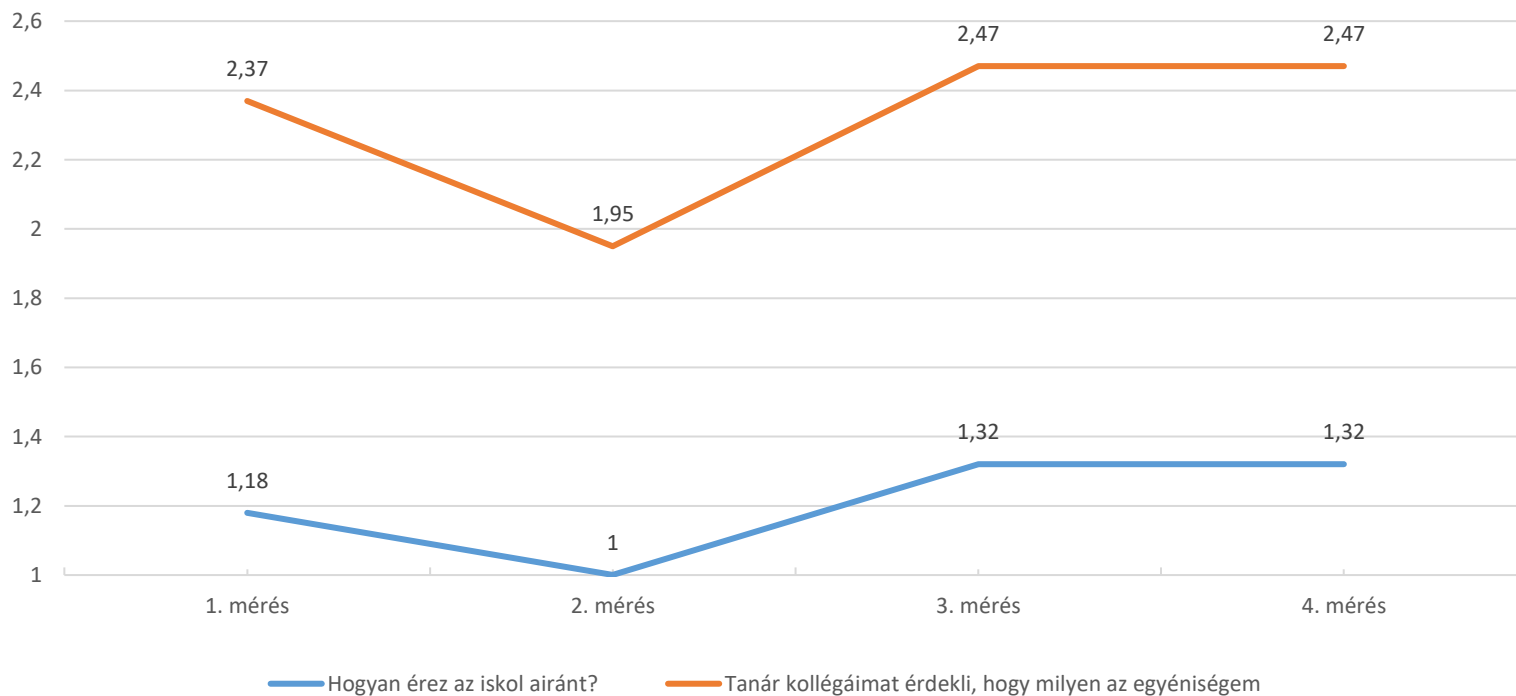


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

# Iskolával kapcsolatos attitűdök változása

Iskola iránti attitűdök



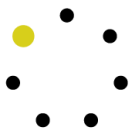


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

## Eredmények

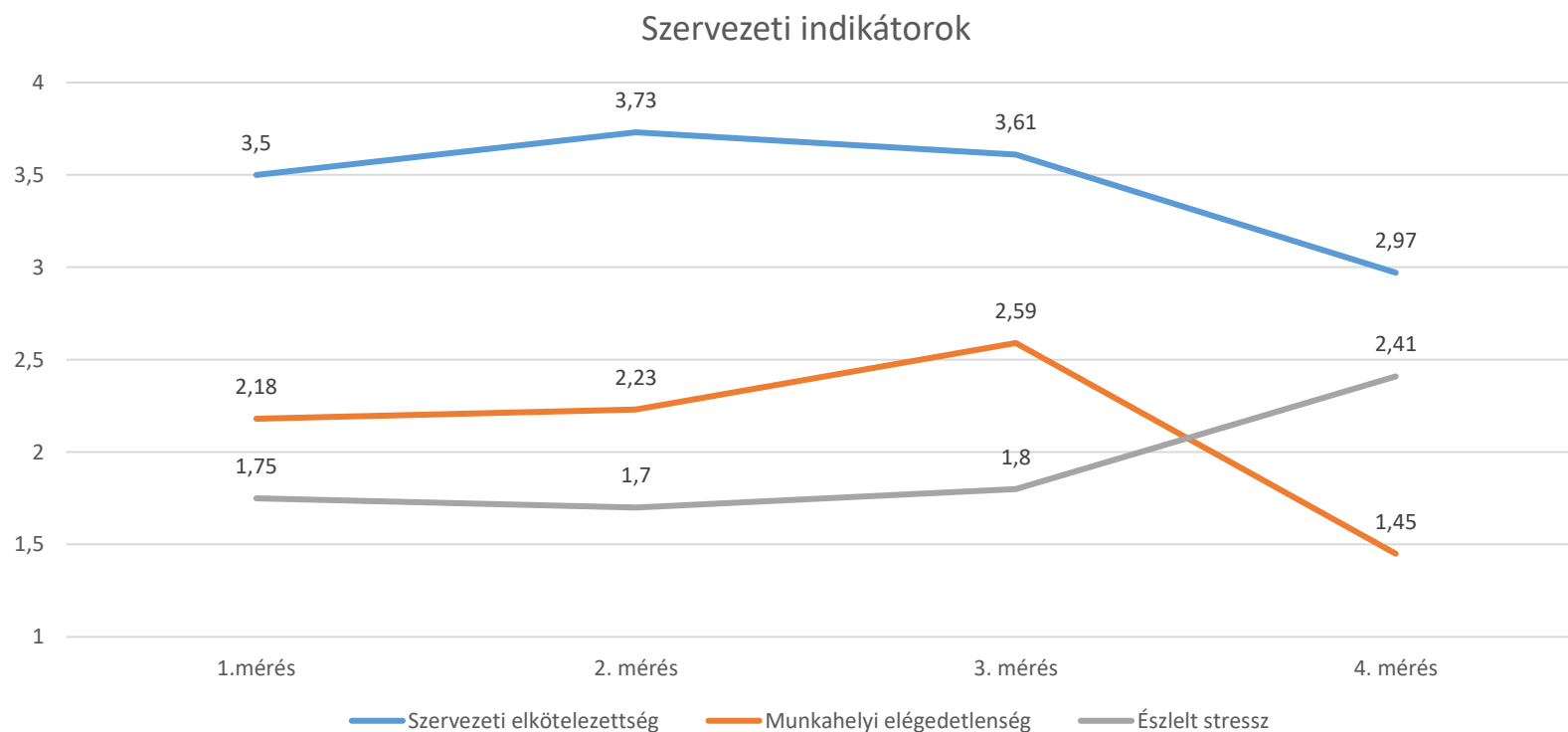
- A komplex szervezeti intervenciós iskolában a **stressz szint** változása szignifikánsan eltért a többi iskola mintázatától: nincs szignifikáns változás a többi iskolában tapasztaltak szerint az első 3 mérési időpont között – intervenció védő hatása?
- **Kiegészítés:** az intervenciónak nem volt szignifikáns hatása
- **Well-being:** harmadik méréskor a legalacsonyabb
- **Iskola iránti negatív attitűd:** második méréskor csökken, negyediknél fokozódik
- **Szervezeti indikátorok:** szervezeti elkötelezettség, észlelt stressz: negyedik méréskor a legkedvezőtlenebb, többi mérés között nincs különbség, munkahelyi elégedetlenség ettől eltér



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

# Szervezeti indikátorok változása a kísérleti iskolában





elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

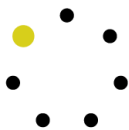
# Megvitatás

- Negyedik mérés – tanévnyitó értekezéslet – műtermék?
- Intervenció védő hatása a tanév során általában tapasztalt stressz fokozódása ellen
- Átmeneti pozitív változások az iskolával kapcsolatos attitűdökben

# Korlátok

- Alacsony elemszám
- Külső események hatása





elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet

## Azonosított problémák

Alacsony szervezeti és alkalmazotti készenlét

Alacsony szervezeti érettség

Kommunikációs problémák

## Lehetséges megoldások

Intervenció leállítása  
Intervenció módosítása

Edukáció, vezetői coaching

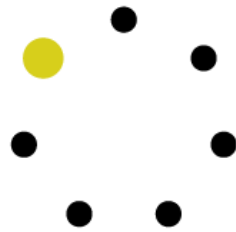
Irányító team

## Megelőzés

Szigorú szűrés - toborzás

Belefoglalni a szűrésbe,  
Többszintű intervenciók

Irányító team, előre kialakított kommunikációs csatornák



**elte | ppk**

**Eötvös Loránd Tudományegyetem  
Pedagógiai és Pszichológiai Kar  
Pszichológiai Intézet**

**Köszönjük a figyelmet!**

Juhasz.agnes@ppk.elte.hu

**ppk.elte.hu**