

**MASARYKOVA UNIVERZITA
FILOZOFICKÁ FAKULTA
ÚSTAV PEDAGOGICKÝCH VĚD**

HODNOCENÍ BURNOUT EFEKTU U SOUBORU ČESKÝCH UČITELU

BRNO 2004

**LENKA MATUŠKOVÁ
Sociální pedagogika a poradenství**

Hodnocení burnout efektu u souboru českých učitelů

Autorem tohoto výzkumu jsou Ludvík Eger, Jan Čermák.

Burnout efekt, tedy syndrom vyhoření, je aktuální tématikou při posuzování profesní dráhy učitele i při managementu optimálního pracovního prostředí ve školách.

Výsledky výzkumu ukazují skóre pocitu vyhoření a hodnocení osobního stupně stresové zátěže u souboru učitelů v českých školách v současné době.

Tato studie navazuje na nejnovější informace o syndromu vyhoření, které o souboru slovenských učitelů uveřejnila Zelinová v roce 1998. Uvedené výsledky mapují tento problém v prostředí, které se nejvíce blíží situaci na našich školách v České republice. Autoři studie se proto rozhodli po konzultaci s autorkou provést šetření s použitím stejné metodiky u souboru českých učitelů.

Problematikou stresu na pracovišti a jeho managementu se autoři zabývají již delší dobu v souvislosti s programem rekondic pro manažery. Při zavádění kurzu Management a ekonomika školy se stala výuka o stresu a burnout efektu i součástí bloku školského managementu. U posluchačů autoři v rámci výuky a jejich sebediagnostiky využívali klasický test na hodnocení osobního stupně stresové zátěže, který sestavil prof. T. Holmes se svým žákem R. Rahem. Vyhodnocení provádí podle metodiky Gregora. Pro hodnocení životního stylu využívají orientační test v úpravě L. Egera. Byl připraven studijní text k prevenci a managementu stresu se zaměřením na využití informací pro školský management. Spolupráce s M.Zelinovou a uveřejnění jejich výsledků o burnout efektu podle metodiky německých autorů Henniga a Kellera autory inspirovala k provedení obdobného výzkumu v České republice u vzorku učitelů tak, aby bylo možné srovnání právě s výsledky ze Slovenska.

Metodika výzkumu

Ve výzkumu vycházeli z předchozí práce a výše stručně uvedených informací. Pro měření pocitu vyhoření použili dotazník podle Henniga a Kellera. Dotazník měří čtyři oblasti vyhořenosti, a to:

- kognitivní – negativní obraz o vlastních schopnostech, negativní postoj k žákům a rodičům žáků, negativní hodnocení působení školy, ztráta zájmu o

profesionální a odborná témata, úniky do fantazie, k rozličným koníčkům, těžkosti při soustředění a koncentrování pozornosti

- citová – sklíčenost, smutek, deprese, úzkost, pocity bezvýznamnosti, beznaděje, bezmocnosti, sebelítost, podrážděnost, nervozita, pocity nedostatku uznání
- tělesná – rychlá unavitelnost, náchylnost k chorobám, bolesti hlavy, svalové napětí, poruchy spánku, vysoký krevní tlak, těžkosti s dýcháním, srdcem, zažíváním
- sociální – nedostatečná příprava na vyučování, snížení výchovné angažovanosti, ztráta snahy pomáhat problémovým žákům, omezení kontaktů se žáky a rodiči, omezení kontaktu s kolegy, přibývání kontaktů v soukromé oblasti

Respondenti vyplnili dotazníky anonymně, uvedli jen věk, roky praxe a pohlaví. Na 24 otázek dotazníku mohli odpovědět odpověďmi: vždy – často – někdy – zřídka – nikdy. Za odpověď „vždy“ byli čtyři body, za odpověď „nikdy“ nula bodů. Logika bodování hovoří, že čím je vyšší počet bodů, tím má respondent vyšší pocit vyhořenosti. Celková maximální hodnota je 96 bodů, minimální nula bodů. Každá oblast má maximum 24 bodů, minimum nula bodů. U testu autoři neprováděli standardizaci na české prostředí, test byl podobně použit na Slovensku.

Zároveň u stejného souboru učitelů mapovali hodnocení osobního stupně stresové zátěže mzinárodně používaným testem podle metodiky Gregora.

Autoři si stanovili následující hypotézy:

1. Učitelé budou dosahovat celkové skóre vyhoření, které se budou blížit výsledkům ze Slovenska
2. Nejvyšší skóre vyhoření bude v citové oblasti jako ve výzkumu M. Zelinové
3. Skóre pocitu vyhoření bude nejvyšší v kategorii učitelů nad 50 let věku.
4. Učitelé s vysokým stupněm hodnocení osobní stresové zátěže budou mít též vysoký stupeň pocitu vyhoření.

Vzorek

Autoři požádali o vyplnění dotazníku 12 škol, kde byla domluvena spolupráce při sběru dat. V souboru bylo 8 ZŠ (z toho 4 ZŠ menší a 4 středně velké vzhledem k počtu žáků i pedagogického sboru). Dále se průzkumu účastnilo jedno státní gymnázium, jedna soukromá škola působící také jako osmileté gymnázium, jedna ISŠ a jedna škola, kde je SOU i SOŠ. Tím bylo dosaženo poměrně pestrého vzorku při 60 % návratnosti dotazníků vzhledem k počtu učitelů z uvedených škol.

Na školu byl zaslán průvodní list, který stručně vysvětloval výzkum a motivoval k vyplnění. Respondenti vyplňovali dotazníky anonymně a součástí materiálu bylo opět stručné vysvětlení se žádostí o vyplnění, ale také na zadní straně metodika vyhodnocení testů s tím, že každý učitel si mohl provést vyhodnocení se stručnou sebediagnostikou. Dotazníky vyplnilo 140 učitelů, z toho je 24 mužů a 116 žen.

Věkové rozložení souboru je následující: do 35 let 44 respondentů, v rozmezí 36 – 49 let 55 respondentů, věková skupina nad 50 let byla zastoupena 41 respondenty.

Výsledky výzkumu

Hodnocení se sestavuje na základě úrovně náročných životních situací, které jsou bodově oceněny dle svého vlivu na člověka. Bylo hodnoceno jen 139 respondentů, z toho 24 mužů a 115 žen. Průměrný výsledek skóre byl 169. Při podrobném rozboru bylo zjištěno, že existují velké individuální rozdíly nezávisle na věku a pohlaví respondentů.

Závěry

Hypotéza č. 1, že učitelé budou dosahovat celkové skóre vyhoření, které se bude blížit výsledkům ze Slovenska, se nepotvrdila. Jími sledovaný vzorek respondentů učitelů z ČR vykázal celkový výsledek skóre vyhoření 28,81. Výsledek u vzorku učitelů na Slovensku byl 37,24.

Hypotéza č. 2, že nejvyšší skóre vyhoření bude v citové oblasti jako ve výzkumu M. Zelinové, se potvrdila. Největší skóre vyhoření bylo skutečně dosaženo v citové oblasti podobně jako ve výzkumu Zelinové. Výsledek je ovšem opět nižší: 8,35 ČR, 12,81 v SROV.

Odpověď na hypotézu č. 3, že skóre pocitu vyhoření bude nejvyšší v kategorii učitelů nad 50 let věku, není zcela jednoznačná. Rozbor souboru žen ukázal, že skóre vyhoření v kognitivní a citové oblasti u žen starších 35 let je vyšší. Největší rozdíl je patrný v citové oblasti. Do 35 let je v souboru 34 žen a z nich má výsledek skóre nad 7. Nad 35 let je v souboru 82 žen z toho 43 má skóre nad 16. Muži vykázali nižší skóre vyhoření než ženy v citové a tělesné oblasti.

Na hypotézu č. 4, že učitelé s vysokým stupněm hodnocení osobní stresové zátěže budou mít též vysoký stupeň pocitu vyhoření, nelze z výsledků sledovaného souboru jednoznačně odpovědět. Ze 17 respondentů, kteří se v hodnocení osobního stupně stresové zátěže dostali nad hranici 300 bodů, 5 respondentů mělo nižší skóre vyhoření než byl průměr skóre vyhoření sledovaného souboru. Průměrné skóre vyhoření uvedených 17 respondentů činilo 32,29 a přesahovalo celkové průměrné hodnoty vyhoření českého souboru, nedosáhlo však celkových průměrných hodnot vyhoření u souboru slovenských učitelů.

Tato sonda přinesla nové dílčí výsledky v pohledu na problematiku vyhoření u českých učitelů v současných školách. Závěry překvapivě ukázaly, že průměrný výsledek skóre vyhoření byl významně nižší než v podobném sledování u slovenských učitelů. Potvrdilo se ovšem, že mezi učiteli je řada jedinců, kteří dosahují vysokého individuálního skóre vyhoření, a jako nejvíce problematickou oblastí se ukázala citová oblast, u našeho souboru specificky u žen starších 35 let.

Výsledky sondy naznačují, že hledání příčin vysokého skóre vyhoření je možné spojovat s vysokým osobním stupněm stresové zátěže jen částečně. Domnívají se, že v dalším sledování by zřejmě bylo vhodné spojit diagnostiku burnout efektu s hodnocením životního stylu respondentů.

Podle autora je těžké dělat např. pro zdroje stresu ve škole jednoduchý výpis. Mezi hlavní řadí: vztahy mezi učiteli, pracovní kondici, negativní chování žáků, plat, status a konflikt rolí. Dodává, že je složité určit frekvenci.

Ze závěrů vyplývá, že je potřebné věnovat pozornost zejména ženám starším 35 let, že nejohroženější je citová oblast a že existují velké individuální rozdíly.

Mě se celý výzkum líbil. Připadal mi velice dobře udělaný, jen je ale škoda, že se výzkumu účastnilo tak málo mužů, takže bylo těžké srovnávat výsledky u mužů a u žen

Zdroje

Pedagogika č. 1 , 2000

Pedagogika č. 2 , 1998