

## ANALIZA WYNIKÓW DIAGNOZY NAUCZYCIELI PUBLICZNEGO GIMNAZJUM IM. MARKA KOTAŃSKIEGO W GÓRALICACH NA TEMAT STRESU I WYPALENIA ZAWODOWEGO.

Badanie odbyło się 02.07.2014r. Wzięło w nim udział 16 nauczycieli. Osoby te odpowiedziały na 19 pytań zawartych w ankiecie. Celem przeprowadzonej ankiety była próba odpowiedzi, czy nauczyciele są narażeni na wypalenie zawodowe. Przedział wiekowy ankietowanych – od 25 do ponad 50 lat, staż pracy – od 5 do powyżej 30 lat. Najliczniejszą grupę stanowili nauczyciele w wieku 40 – 49 lat, o stażu pracy – 16 – 25 lat. Przeważał stopień awansu zawodowego – nauczyciel dyplomowany. W większości badaną grupą były kobiety.

Oto wyniki przeprowadzonej ankiety:

Na pytanie – co skłoniło Pana/Panią do podjęcia zawodu nauczyciela – najczęściej pojawiały się odpowiedzi: przypadek, chęć realizowania siebie, jako nauczyciela, chęć bycia potrzebnym oraz zamiłowanie.

Wszystkie osoby lubią być nauczycielami w obecnej szkole.

Na pytanie – czy uczniowie uważają, że są dobrymi nauczycielami – większość odpowiedziała, że nie wie, 3 osoby dały odpowiedź twierdzącą.

Wszyscy nauczyciele zgodzili się z tym, że ich zawód jest stresujący.

Większość nauczycieli nie obawia się, że praca spowoduje u nich stan zubożenia.

Ponad 90% ankietowanych czuje czasami emocjonalne wyczerpanie, nadmierne obciążenie pracą

z uczniami i zmęczenie, gdy wstaje rano i jest zmuszony zmierzyć się z kolejnym dniem w pracy.

Wydarzeniami, które najbardziej powodują stres w pracy są: złe zachowanie uczniów, zmiany w zasadach i procedurach, brak czasu na rozwiązywanie problemów uczniów, ocenianie oraz za dużo obowiązków. Sporadyczne odpowiedzi to: zebrania z rodzicami, biurokracja, nieadekwatne zarobki.

Najczęściej wymieniane dolegliwości i odczucia to: zmęczenie, agresja, irytacja, obniżony nastrój, bóle kręgosłupa, utrata zapału, frustracja, ból głowy.

Większość nauczycieli zna syndrom wypalenia zawodowego.

50% procent nauczycieli nie wie, czy cierpi na wypalenie zawodowe, 37% odpowiedziało - nie, a 13% - tak.

#### Wnioski

1. Większość nauczycieli podjęła ten zawód z przypadku lub chęci realizowania siebie (44%/37%)
2. Wszyscy ankietowani nauczyciele lubią uczyć w obecnej szkole.
3. Znaczna część nauczycieli czuje wyczerpanie i zmęczenie psychiczne po zakończeniu pracy.
4. Najczęściej wymieniane wydarzenia powodujące stres w pracy to: złe zachowanie uczniów, zmiany w zasadach i procedurach oraz brak czasu na rozwiązywanie problemów uczniów.
5. Najczęstsze dolegliwości odczuwane przez nauczycieli to: zmęczenie, irytacja, obniżony nastrój.
6. Nauczyciele znają syndrom wypalenia zawodowego ale nie potrafią jednoznacznie odpowiedzieć, czy dotyczy on ich.

#### Zalecenia

1. Zorganizowanie warsztatów szkoleniowych na temat wypalenia zawodowego nauczycieli (działania zapobiegające wypaleniu).