

Masarykova univerzita  
Filozofická fakulta  
Pedagogický ústav

Školní rok 2003/2004

# **Hodnocení burnout efektu u souboru českých učitelů - výzkum**

seminární práce předmětu Metody pedagogického výzkumu

Vypracovala: Lenka Lakotová  
V Brně dne 26.4.2004

Hodnocení burnout efektu u souboru českých učitelů .....	3
Ludvík Eger, Jan Čermák .....	3
Výzkum .....	3
Metodika výzkumu .....	3
Vzorek .....	4
Závěry .....	5
Vlastní výzkum .....	6
Použitá literatura: .....	7

# Hodnocení burnout efektu u souboru českých učitelů

*Ludvík Eger, Jan Čermák*

## Výzkum

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

Studie navazuje na nejnovější informace o syndromu vyhoření, které o souboru slovenských učitelů uveřejnila Zelinová. Jedná se o tedy o provedení obdobného výzkumu v České republice u vzorku učitelů tak, aby bylo možné srovnávání právě s výsledky ze Slovenska.

Při definování syndromu vyhoření autoři vycházeli z pojetí C. Henninga a G. Kellera: „Syndrom vyhoření je důsledkem dlouhodobě působícího stresu a nevhodného vypořádání se s psychickou i tělesnou zátěží.“ Proces, jehož vyvrcholením je vyhoření, trvá většinou mnoho let.

Burnout efekt je často zmiňovaným problémem v souvislosti s charakteristikou profese učitele, s vývojem jeho profesní dráhy a s úvahami o pracovním zatížení učitelů v současné škole. Problematika stresu a burnout efektu má význam i pro školský management, ve vztahu k sebe řízení nebo řízení kolektivu a vytváření příznivého klimatu na pracovišti.

## Metodika výzkumu

Autoři vycházeli z předchozí práce Zelinové. Pro měření pocitu vyhoření použili dotazník podle Henninga a Kellera. Dotazník měří 4 oblasti vyhoření:

- Kognitivní (negativní obraz o vlastních schopnostech, negativní postoj k žákům, těžkosti v soustředění a koncentrování pozornosti)
- Citovou (smutek, sklíčenost, deprese, pocity bezvýznamnosti, podrážděnost, nervozita)
- Tělesnou (rychlá unavitelnost, náchylnost k nemocím, bolesti hlavy, poruchy spánku)
- Sociální (nedostatečná příprava na vyučování, omezené kontakty s kolegy, se žáky, rodiči)

Respondenti vyplňovali dotazníky anonymně, uvedli jen věk, roky praxe a pohlaví. Na 24 otázek mohli odpovědět: vždy - často – někdy – zřídka – nikdy. Za odpověď „vždy“ byly 4 body, za „nikdy“ žádný bod. Čím vyšší počet bodů, tím vyšší pocit vyhoření. Celková maximální hodnota je 96 bodů.

U použitého testu autoři neprováděli standardizaci na české prostředí, test byl použit obdobně i na Slovensku.

U stejného souboru učitelů bylo mapováno hodnocení osobního stupně stresové zátěže mezinárodně používaným testem (Holme, Rahe) podle metodiky Gregora.

#### ***Byly stanoveny hypotézy:***

1. Učitelé budou dosahovat celkové skóre vyhoření, které se bude 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 taky vysoký stupeň pocitu vyhoření.

#### **Vzorek**

Autoři požádali o vyplnění dotazníku 12 škol. V souboru bylo 8 ZŠ (4 ZŠ menší a 4 ZŠ středně velké vzhledem k počtu žáků a pedagogického sboru), jedno státní gymnázium, jedna soukromá škola (osmileté gymnázium), jedna ISS, jedna škola kde jsou SOU i SOŠ. Tak bylo dosaženo pestrého vzorku.

Návratnost dotazníků 60%.

Součástí materiálu bylo stručné vysvětlení se žádostí o vyplnění a na zadní straně také metodika vyhodnocení testů, takže si každý učitel mohl provést vyhodnocení se stručnou sebediagnostikou.

Dotazníky vyplnilo 140 učitelů, z toho 24 mužů a 116 žen. Věkové rozložení souboru: do 35 let 44 respondentů, 36-49 let 55 respondentů a nad 50 let 41 respondentů.

Jednotkou analýzy je slupina učitelů na českých školách.

## Závěry

*Hypotéza č.1* se nepotvrdila. V ČR je celkový výsledek skóre vyhoření 28,81. Šetření Zelinové na Slovensku mělo výsledek 37,24.

*Hypotéza č.2* je potvrzena. Největší skóre vyhoření je dosaženo v citové oblasti podobně jako ve výzkumu Zelinové.

*Na hypotézu č.3* se nedá jednoznačně odpovědět vzhledem ke složení souboru, kde je pouze 24 mužů. Muži vykazali nižší skóre vyhoření než ženy v oblasti citové a tělesné. U žen starších 35 let je skóre vyhoření v kognitivní a tělesné oblasti vyšší (nad 35 let je 82 žen, z toho 43 má skóre 7-15 a 7 žen má skóre nad 16).

*Na hypotézu č.4* nelze také jednoznačně odpovědět. 17 respondentů, kteří se v hodnocení osobního stupně stresové zátěže dostali nad hranici 300 bodů, měli průměrné skóre vyhoření 32,29. To sice přesahuje průměrné hodnoty vyhoření českých učitelů, ale nedosáhlo celkové průměrné hodnoty vyhoření u souboru na Slovensku.

Průměrný výsledek skóre hodnocení osobního stupně stresové zátěže je 169. Tato hodnota spadá do mírného stupně zátěže.

Výsledky výzkumu naznačují, že hledání příčin vysokého skóre vyhoření je možné spojovat s vysokým osobním stupněm stresové zátěže jen částečně. Dále vyplývá, že je potřebné se věnovat ženám starším nad 35 let, že nejohroženější je citová oblast a že existují velké individuální rozdíly.

Výzkum je popsán dostatečně a jelikož sám již navazuje na starší výzkum od Zelinové, dalo by se předpokládat, že by šel zase zopakovat. I literatura výzkumu je reprezentativní, je zastoupena publikacemi o marketingu školy i knihami, které radí, jak zvládnout stres.

Výsledky výzkumu jsou pečlivě zaznamenány v tabulkách. Ovšem z daných čísel je těžké podat přesné závěry pro hypotézy. Vzhledem k účasti 116 žen lze mnohem lépe popsat skóre vyhoření právě u tohoto pohlaví. Protože byl v souboru zastoupen jen malý počet mužů, nebylo možné stanovit zhodnocení i pro muže. Také si myslím, že návratnost dotazníku 60% je docela ucházející. Možná na učitele zapůsobilo, že si sami hned mohli provést vyhodnocení testů, proto je také vyplnili.

Výzkumný problém je explanační, jsou stanoveny hypotézy.

Metodou je dotazník. U tak velkého zkoumaného vzorku pokládám metodu za vhodnou. Je použita Lickertova škála, je zde pět položek: vždy - často – někdy – zřídka – nikdy. Myslím, že nabídnuté možnosti škály jsou dostačující.

Průměrné hodnoty u hodnocení pocitu vyhoření jsou v oblastech kognitivní a sociální stejné u mužů i žen. Jen v oblastech citové a tělesné muži dosáhli nižších průměrů.

Problémem je jistě i malý vzorek mužů učitelů.

## **Vlastní výzkum**

Při vymýšlení nového výzkumu, který by měl být tématem blízky zde rozebíranému výzkumu budu vycházet z definice syndromu vyhoření od C. Henninga a G. Kellera: „Syndrom vyhoření je důsledkem dlouhodobě působícího stresu a nevhodného vypořádání se s psychickou i tělesnou zátěží.“ Proces, jehož vyvrcholením je vyhoření, trvá většinou mnoho let.

A jaké jsou faktory, které se podílí na pracovním stresu a zátěži učitelů? Použila bych také metodu dotazníku, použila bych stejný výběr škol, neboť je zde různorodost. Ovlivnit to, že odpoví malý počet mužů prakticky nemůžeme. Otázky by se týkaly počtu dětí ve třídě, počtu tří ve kterých učitel učí, přípravu na vyučování, názory na zhoršující se chování žáků, na snižování autority, vztahy na pracovišti, inspekce, atd.

Výzkum by měl ukázat jaké jsou příčiny pracovní zátěže učitelů, jak je sami učitelé vnímají a zda je ovlivňují. Protože když budeme znát stresové faktory, můžeme se pokusit předcházet syndromu vyhoření.

**Použitá literatura:**

EGER, Ludvík, ČERMÁK, Jan. *Hodnocení burnout efektu u souboru českých učitelů*. Pedagogika, 2000, roč.50, č.1, s.65-69.

ZELINOVÁ, Milota. *Učitel'a burnout efekt*. Pedagogika, 1998, roč.48, č.2, s.164-169.