

Το στρες των εκπαιδευτικών

Α. Λεονταρή, Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης, Φλώρινα, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Α. Κυρίδης, Παιδαγωγικό Τμήμα Δημοτικής Εκπαίδευσης, Φλώρινα, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης

Β. Γιαλαμάς, Παιδαγωγικό Τμήμα Νηπιαγωγών, Πανεπιστήμιο Αθηνών

Σκοπός της μελέτης αυτής ήταν μια αρχική διερεύνηση των παραγόντων που προκαλούν στρες στους εκπαιδευτικούς της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης στην Ελλάδα. Επιπλέον διερευνήθηκε κατά πόσο ο βαθμός του στρες, που βιώνει το άτομο, επηρεάζεται από κάποια προσωπικά και δημογραφικά χαρακτηριστικά, όπως είναι το φύλο, η ηλικία, τα χρόνια υπηρεσίας, η περιοχή που βρίσκεται το σχολείο και η βαθμίδα εκπαίδευσης. Το δείγμα αποτέλεσαν 370 εκπαιδευτικοί της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, οι οποίοι διδάσκουν σε δημόσια σχολεία. Διαπιστώθηκε ότι ένα σχετικά μικρό ποσοστό του δείγματος δήλωσε ότι το στρες είναι πολύ, ενώ το μεγαλύτερο ποσοστό θεωρεί ότι η δουλειά του εκπαιδευτικού εμπεριέχει μέτριο βαθμό στρες. Οι παράγοντες που φαίνεται να προκαλούν το μεγαλύτερο στρες στους εκπαιδευτικούς είναι η Συμπεριφορά των μαθητών και οι Συνθήκες Εργασίας.

Από τις εξωγενείς μεταβλητές, μόνο το φύλο φάνηκε να επηρεάζει σημαντικά το βαθμό του στρες. Οι γυναίκες εκπαιδευτικοί δήλωσαν μεγαλύτερο στρες σε σύγκριση με τους άνδρες συναδέλφους τους, τόσο ως προς το γενικό δείκτη στρες, όσο και ως προς τους παράγοντες «Συμπεριφορά Μαθητών», «Οργάνωση Χρόνου», «Συναδελφικό Κλίμα» και «Συνθήκες Εργασίας».

Εισαγωγή

Τα τελευταία χρόνια πληθαίνουν οι έρευνες με θέμα το επαγγελματικό στρες και τη σχέση του με την υγεία των εργαζομένων σε επαγγέλματα που θεωρούνται αγχώδη, όπως είναι αυτό των ελεγκτών εναερίου χώρου (Crump, Cooper and Maxwell, 1981), των διοικητικών στελεχών μεγάλων εταιρειών (van der Ploeg, Vis. Cooper and Spielberg, 1986), των νοσοκόμων, που δουλεύουν με ασθενείς που πάσχουν από ανίατες ασθένειες (Cooper and Mitchell, 1990).

Καθώς επιβεβαιώνεται η διαπίστωση

ότι το επάγγελμα του εκπαιδευτικού μπορεί να θεωρηθεί ως ένα αγχώδες επάγγελμα (Kyriacou and Sutcliffe, 1979a, 1979b, Dunham, 1980, Otto, 1980), οι έρευνες που ασχολούνται με το στρες στον εκπαιδευτικό χώρο αυξάνουν. Έρευνες που έχουν γίνει σε διάφορες χώρες δείχνουν ότι ένα σημαντικό ποσοστό εκπαιδευτικών αναφέρουν υψηλά επίπεδα επαγγελματικού στρες (βλ. π.χ. την σχετική ανασκόπηση της βιβλιογραφίας από τους Borg, 1990, Kyriacou, 1987). Φαίνεται δε ότι πρόκειται για ένα διαπολιτισμικό φαινόμενο.

Παρόλο που ο όρος «επαγγελματικό

στρες» χρησιμοποιείται ευρύτατα, οι ερευνητές δε συμφωνούν ως προς τον ορισμό του. Θα μπορούσε να γίνει διάκριση ανάμεσα σε δύο συνήθειες χρήσεις του όρου.

Σύμφωνα με την πρώτη χρήση, το στρες ορίζεται με βάση τα χαρακτηριστικά ερεθίσματα του περιβάλλοντος και θεωρείται ως πίεση που ασκείται στο άτομο από το περιβάλλον. Το μοντέλο αυτό ονομάζεται «μηχανιστικό» (Cox, 1975) και έχει χρησιμοποιηθεί ευρέως από αυτούς που συνδέουν το επαγγελματικό στρες με αρνητικούς περιβαλλοντικούς παράγοντες, οι οποίοι σχετίζονται με ένα συγκεκριμένο επάγγελμα (Cooper and Marshall, 1976).

Σύμφωνα με τη δεύτερη χρήση του όρου, το στρες ορίζεται με βάση τον τρόπο αντίδρασης που εμφανίζει το άτομο και στην περίπτωση αυτή θεωρείται ως χαρακτηριστικό της προσωπικότητας του ατόμου. Οι οπαδοί της άποψης αυτής υποστηρίζουν ότι οι άνθρωποι παρουσιάζουν σχετικά σταθερές ατομικές διαφορές στον τρόπο με τον οποίο αξιολογούν ορισμένες καταστάσεις ως δυσάρεστες ή απειλητικές και αντιδρούν με ανάλογο βαθμό άγχους. Το μοντέλο αυτό ονομάζεται «φυσιολογικό» (Cox, 1975) και έχει χρησιμοποιηθεί ευρύτατα. Μερικοί ερευνητές ισχυρίζονται ότι η κατάσταση αυτή συνίσταται από διάφορες σωματικές αντιδράσεις στις απαιτήσεις, που δημιουργούνται στον οργανισμό (Levi, 1972, Selye, 1976). Ο Selye, μάλιστα, θεωρεί ότι το στρες είναι πάντα παρόν, αφού η ζωή έχει διάφορες απαιτήσεις από τα άτομα, στις οποίες αυτά θα πρέπει να ανταποκριθούν.

Μια τρίτη άποψη υποστηρίζει ότι το επαγγελματικό στρες είναι το αποτέλεσμα μιας υποκειμενικής εκτίμησης του ατόμου, το οποίο αξιολογεί ως απειλητικό ή επικίνδυνο κάποιο ερέθισμα που προέρχεται από

το περιβάλλον ή αντεπεξέλθει στις μια έλλειψη ισορροπίας ή μια σύγκρουση ανάμεσα στις επαγγελματικές απαιτήσεις, που έχει να αντιμετωπίσει και αδυνατεί να αντεπεξέλθει στις απαιτήσεις αυτές. Αυτή η τελευταία προσέγγιση ονομάζεται «αλληλεπιδραστικό» μοντέλο του στρες, επειδή επικεντρώνεται στην αλληλεπίδραση ανάμεσα στο άτομο και στο περιβάλλον του.

Οι περισσότεροι ερευνητές φαίνεται ότι αποδέχονται το αλληλεπιδραστικό μοντέλο, ορίζοντας το επαγγελματικό στρες ως μια αρνητική συναισθηματική αντίδραση (όπως είναι ο θυμός ή η κατάθλιψη), που συνοδεύεται συνήθως από παθογενείς φυσιολογικές ή βιοχημικές αλλαγές, οι οποίες είναι αποτέλεσμα κάποιων πτυχών του συγκεκριμένου επαγγέλματος. Τονίζεται ακόμη ότι ο βαθμός άγχους επηρεάζεται αφενός από το κατά πόσο οι επαγγελματικές απαιτήσεις αποτελούν μια απειλή για την αυτοεκτίμηση και την ευημερία του ατόμου και αφετέρου από τους αμυντικούς μηχανισμούς που δραστηριοποιούνται για να ελαχιστοποιήσουν την απειλή αυτή (Kyriakou and Sutcliffe, 1978b).

Ένα μοντέλο εκπαιδευτικού στρες

Ένα μοντέλο εκπαιδευτικού στρες, το οποίο αποτελεί μια απόπειρα σύνθεσης των προαναφερθέντων μοντέλων και επιπλέον επιχειρεί να συμπεριλάβει όλες τις σύγχρονες απόψεις, είναι αυτό των Kyriakou και Sutcliffe (1978b) (Διάγραμμα 1). Το μοντέλο αυτό κάνει μια διάκριση ανάμεσα σε πιθανές και πραγματικές πηγές επαγγελματικού στρες. Οι πιθανές πηγές αναφέρονται σε αντικειμενικές πτυχές της δουλειάς του εκπαιδευτικού (όπως

φόρτος εργασίας ή πολύς θόρυβος) που μπορεί να προκαλέσουν στρες μόνο αν θεωρηθούν από το συγκεκριμένο άτομο ότι αποτελούν απειλή για την αυτοεκτίμησή του ή την ψυχολογική του υγεία.

Οι πηγές του εκπαιδευτικού στρες που αναφέρονται συχνότερα στη βιβλιογραφία, περιλαμβάνουν το φόρτο εργασίας, τη χρονική πίεση, τα προβλήματα με τα παιδιά, τις υπεράριθμες τάξεις, τις κακές συναδελφικές σχέσεις και τη διοικητική ανικανότητα (Borg and Riding, 1991, Kyriakou and Sutcliffe, 1979a, 1979b, Cooper and Marshall, 1980, Dunham, 1980, Fisher, 1984, Travers, and Cooper, 1990).

Παράλληλα με τους παράγοντες που προκαλούν στρες, έχουν διερευνηθεί και οι παράγοντες που συντελούν στην άντληση ευχαρίστησης από τη δουλειά. Τα αποτελέσματα των σχετικών ερευνών (Kaiser, 1981) δείχνουν ότι οι παράγοντες που προκαλούν επαγγελματική ικανοποίηση στους εκπαιδευτικούς είναι διαφορετικοί από αυτούς που προκαλούν δυσαρέσκεια και αποτελούν πηγή άγχους. Συγκεκριμένα, οι πηγές ικανοποίησης αφορούν σε εσωτερικές πτυχές της εργασίας, ενώ η δυσαρέσκεια προκαλείται κυρίως από μη-ικανοποιητικές συνθήκες δουλειάς (Kaiser, 1981, Galloway, Panckhurst, Boswell, and Green, 1987). Οι Pettegrew και Wolf (1982) τονίζουν αυτή τη διαφοροποίηση, όταν κάνουν τη διάκριση ανάμεσα στο «σχετικό με το ρόλο στρες» (το βαθμό σύμπτωσης προσδοκιών και πραγματικής εμπειρίας), που φαίνεται να σχετίζεται με την επαγγελματική ικανοποίηση και το «σχετικό με το έργο στρες» το οποίο φαίνεται να συνδέεται με τις μη-ικανοποιητικές πτυχές των συνθηκών εργασίας.

Θα πρέπει να επισημανθεί ότι το στρες δεν έχει πάντα αρνητικά αποτελέσματα

για το άτομο ή το σχολικό χώρο. Εντούτοις έχει διαπιστωθεί ότι υπάρχει σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στον βαθμό του στρες, που δηλώνουν ότι βιώνουν οι εκπαιδευτικοί και σε αντικειμενικούς δείκτες συμπεριφοράς, όπως είναι η ασθένεια, οι απουσίες από τη δουλειά και η μειωμένη απόδοση στην τάξη.

Με στόχο μια αρχική διερεύνηση των παραγόντων που προκαλούν στρες στους έλληνες εκπαιδευτικούς, σχεδιάσαμε μια εμπειρική έρευνα με εκπαιδευτικούς της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Έχοντας υπόψη μας ότι ο βαθμός του στρες, που βιώνει το άτομο, επηρεάζεται από κάποια προσωπικά χαρακτηριστικά, θελήσαμε να εξετάσουμε κατά πόσο το φύλο, η ηλικία, τα χρόνια υπηρεσίας, η περιοχή που βρίσκεται το σχολείο και η βαθμίδα εκπαίδευσης σχετίζονται με το στρες. Πιο συγκεκριμένα, ο στόχος της έρευνας ήταν:

1. Να διαπιστωθεί ο βαθμός στον οποίο οι εκπαιδευτικοί της πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης αισθάνονται ότι βιώνουν στρες.

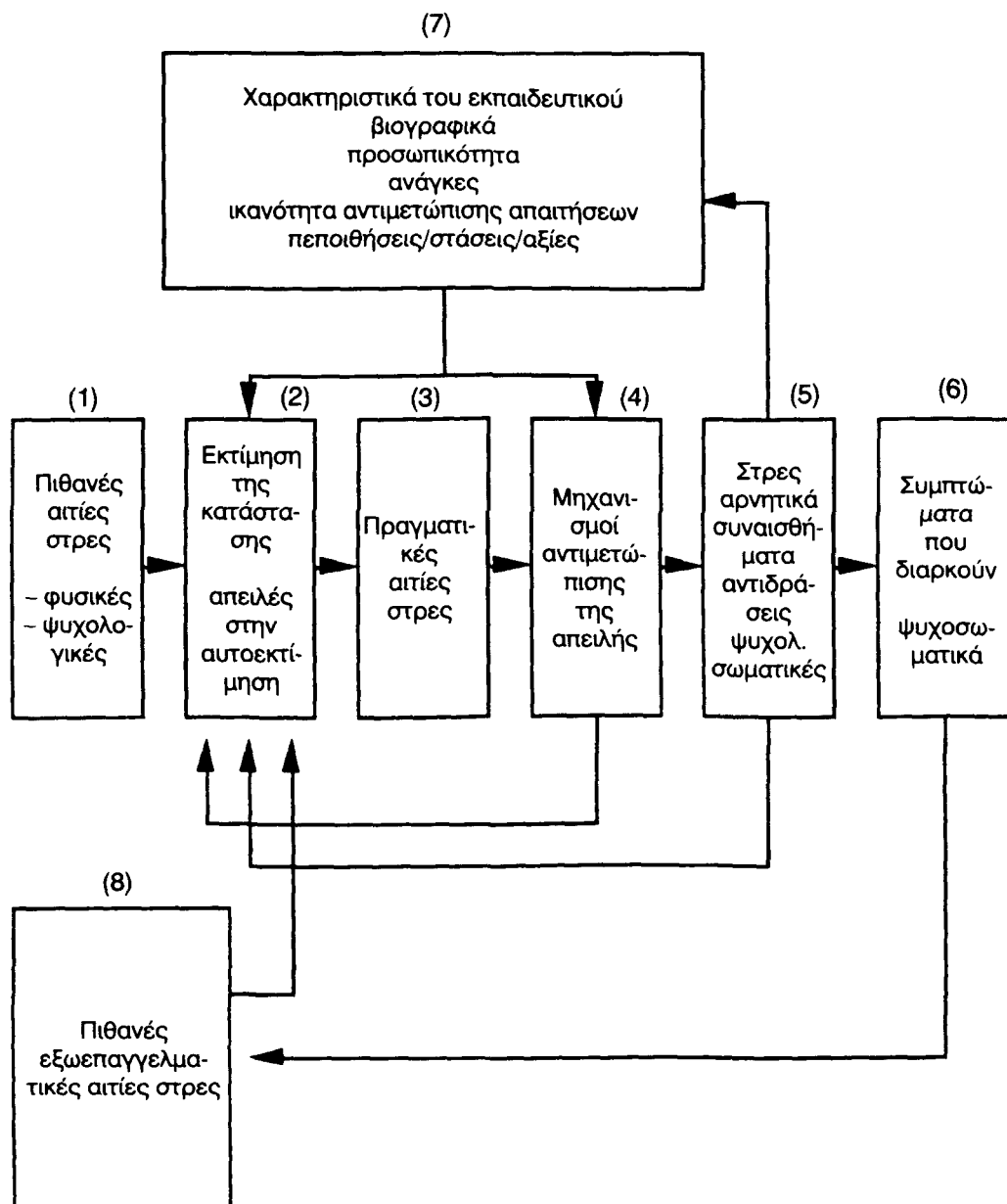
2. Να διερευνηθούν οι κύριες αιτίες του στρες.

3. Να διερευνηθεί αν υπάρχει σχέση ανάμεσα στο στρες και ορισμένα δημογραφικά χαρακτηριστικά (φύλο, ηλικία) καθώς και τη βαθμίδα εκπαίδευσης, τα χρόνια υπηρεσίας και την περιοχή του σχολείου και το επίπεδο σπουδών.

ΜΕΘΟΔΟΣ

Δείγμα

Το δείγμα αποτέλεσαν 370 εκπαιδευτικοί της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, οι οποίοι διδάσκουν σε



ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 1: Ένα μοντέλο του εκπαιδευτικού στρες

δημόσια σχολεία σε διάφορες περιοχές της χώρας. Τα δημογραφικά χαρακτηριστικά του δείγματος καθώς και τα χρόνια υπηρεσίας και το επίπεδο σπουδών παρουσιάζονται στον Πίνακα 1.

Όργανα Μέτρησης

Για τη συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ένα ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς, το οποίο περιλάμβανε τρία μέρη.

Στο πρώτο μέρος ζητήθηκε από τους

ΠΙΝΑΚΑΣ 1: Δημογραφικά στοιχεία του δείγματος (N = 370)

		N	%
Φύλο	Ανδρες	173	46.8
	Γυναίκες	197	53.2
Βαθμίδα εκπ/σης	Δημοτικό	139	37.6
	Γυμνάσιο	89	24.1
	Λύκειο	142	38.4
Ηλικία	<30 ετών	50	13.5
	31-40	171	46.2
	41-45	100	27.0
	46 και άνω	49	13.3
Περιοχή Σχολείου	Χωριό	172	46.5
	Κωμόπολη	99	26.8
	Πόλη	99	26.8
Χρόνια Υπηρεσίας	<6	95	25.7
	7-13	88	23.8
	14-20	142	38.4
	21 και άνω	45	12.2
Οικογενειακή Κατάσταση	Άγαμος/διαζευγ.	60	16.5
	Έγγαμος	42	11.1
	Έγγ. + παιδιά/ Διαζευγ. + παιδιά	268	72.4
Σπουδές	-Πτυχίο Παιδ. Ακ.	135	36.5
	-Πτυχίο Πανεπ.	235	63.5

εκπαιδευτικούς να δηλώσουν το φύλο, τη βαθμίδα εκπαίδευσης στην οποία διδάσκουν, την ηλικία τους, την περιοχή του σχολείου, τα χρόνια υπηρεσίας, την οικογενειακή τους κατάσταση και το επίπεδο των σπουδών τους.

Το δεύτερο μέρος περιείχε τρεις ερωτήσεις, μία για τη μέτρηση του επαγγελματικού άγχους γενικά, μία για την επαγγελματική ικανοποίηση και μία για το βαθμό αφοσίωσης στο επάγγελμα. Η απάντηση στην ερώτηση «Γενικά, πόσο άγχος νομίζεις ότι έχει η δουλειά του εκπαιδευτικού;» θεωρήθηκε ως ένα συνοπτικό μέτρο του επαγγελματικού άγχους. Οι απαντήσεις στην ερώτηση αυτή δίνονταν σε μια πεντάβαθμη κλίμακα τύπου Likert και κυμαίνονταν από καθόλου άγχος (0) έως πάρα πολύ άγχος (4). Η επαγγελματική ικανοποίηση μετρήθηκε με την απάντηση στην ερώτηση: «Σε γενικές γραμμές πόσο ικανοποιημένος/η είσαι με τη δουλειά σου;». Οι απαντήσεις δόθηκαν πάλι σε μία πεντάβαθμη κλίμακα και κυμαίνονταν από το «καθόλου» έως «πάρα πολύ». Ο τρόπος αυτός έχει χρησιμοποιηθεί σαν ένα γενικό μέτρο της επαγγελματικής ικανοποίησης και σε άλλες έρευνες (Kyriakou and Sutcliffe, 1978b, Otto, 1980). Η επαγγελματική αφοσίωση μετρήθηκε με την απάντηση στην ερώτηση: «Αν είχες την ευκαιρία να επιλέξεις ξανά επάγγελμα, τί πιθανότητες θα υπήρχαν να διάλεγες το ίδιο;» (Mark, Pierce and Molloy, 1990). Οι απαντήσεις αξιολογήθηκαν με τον ίδιο τρόπο, όπως και στις δύο προηγούμενες ερωτήσεις.

Το τρίτο μέρος του ερωτηματολογίου περιλάμβανε μια κλίμακα που αποσκοπούσε στον προσδιορισμό των αιτιών που προκαλούν στρες στους εκπαιδευτικούς. Η κλίμακα αυτή αποτελεί μια τροποποιημένη εκδοχή της κλίμακας που χρησιμοποίησαν

οι Payne και Furnham (1987) στη μελέτη τους. Μια αρχική δοκιμαστική μελέτη, που έγινε με βάση την κλίμακα αυτή, έδειξε ότι οι εκπαιδευτικοί τη θεωρούν κατάλληλη για χρήση στον ελληνικό χώρο. Από τα υποκείμενα της έρευνας ζητήθηκε να σημειώσουν για κάθε πρόταση σε μια πεντάβαθμη κλίμακα (από καθόλου έως πάρα πολύ) το βαθμό του στρες, που τους προκαλεί το συγκεκριμένο αίτιο. Τα ερωτηματολόγια ήταν ανώνυμα.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αρχικά εξετάστηκαν οι απαντήσεις των εκπαιδευτικών στις τρεις γενικές ερωτήσεις. Στην ερώτηση «Γενικά πόσο άγχος νομίζεις ότι έχει η δουλειά του εκπαιδευτικού;» μόνο δύο από τα υποκείμενα του δείγματος απάντησαν «πάρα πολύ» (0.5%). Το μεγαλύτερο ποσοστό (41.6%) θεώρησε ότι το άγχος που βιώνουν οι εκπαιδευτικοί είναι μέτριο, ενώ ένα ποσοστό 14.9% δήλωσε ότι το άγχος είναι πολύ. Ως προς αυτόν τον γενικό δείκτη στρες που αφορά σε εξωγενείς παράγοντες φαίνεται ότι παίζει ρόλο μόνο το φύλο. Οι διαφορές ανάμεσα στους άνδρες και στις γυναίκες ως προς το γενικό βαθμό του στρες ήταν σημαντικές $\{X^2(4)=16.53, p<0.001\}$. Οι γυναίκες εκπαιδευτικοί δήλωσαν ότι βιώνουν πολύ μεγαλύτερο στρες σε σύγκριση με τους άνδρες συναδέλφους τους.

Στη δεύτερη ερώτηση «Σε γενικές γραμμές πόσο ικανοποιημένος/η είσαι με τη δουλειά σου;» το 24% του δείγματος απάντησε «καθόλου», το 8.4% δήλωσε λίγο ικανοποιημένο και το 35.7% και 12.4% δήλωσαν αντίστοιχα πολύ και πάρα πολύ ικανοποιημένοι από τη δουλειά τους. Η συνάφεια του γενικού δείκτη στρες με την

ερώτηση αυτή ήταν αρνητική ($r=-0.16$, $p<.01$). Οι εκπαιδευτικοί που δήλωσαν ότι είναι ικανοποιημένοι με τη δουλειά τους εμφανίζονται λιγότερο αγχώδεις και το αντίθετο.

Στην τρίτη ερώτηση «Αν είχες την ευκαιρία να επιλέξεις ξανά επάγγελμα τι πιθανότητες θα υπήρχαν να διάλεγες το ίδιο;», το 41.9% απάντησε ότι θα υπήρχαν πολλές πιθανότητες και μόνο το 9.2% δήλωσε ότι δεν υπήρχε καμιά τέτοια πιθανότητα. Η συνάφεια της ερώτησης αυτής με το γενικό δείκτη στρες δεν ήταν σημαντική.

Εξετάζοντας το στρες που προκαλούν στους εκπαιδευτικούς καθένα από τα 29 αίτια χωριστά, διαπιστώθηκε ότι αυτά που φαίνεται να προκαλούν μεγαλύτερο στρες είναι τα εξής κατά σειρά προτεραιότητας: οι αδιάφοροι μαθητές, ο χαμηλός μισθός, ο μεγάλος αριθμός παιδιών στην τάξη και η έλλειψη πειθαρχίας. Ακολουθούν πάλι κατά σειρά προτεραιότητας: η ανάγκη συμμόρφωσης με τις διατάξεις του ΥΠΕΠΘ, η διδασκαλία μαθήματος άσχετου με την ειδικότητα του διδάσκοντος, η αδυναμία δράσης στο σχολικό χώρο και η έλλειψη κατάλληλων συνθηκών στέγασης.

Στη συνέχεια διερευνήθηκε η παραγοντική δομή της κλίμακας που αναφέρεται στα αίτια του στρες με τη στατιστική μέθοδο της παραγοντικής ανάλυσης με περιστροφή αξόνων τύπου varimax. Από την παραγοντική ανάλυση προέκυψαν 8 παράγοντες, οι οποίοι παρουσιάζονται στον Πίνακα 2. Οι παράγοντες αυτοί είναι παρόμοιοι με αυτούς που έχουν διαπιστωθεί και σε άλλες έρευνες (Kyriacou and Sutcliffe, 1978a, Payne and Furnham, 1987).

Η αξιοπιστία των υποκλιμάκων που δημιουργούνται από τους οκτώ παράγοντες διερευνήθηκε με τη μέθοδο Alpha του

Cronbach (Πίνακας 3). Οι παράγοντες που φαίνεται να προκαλούν μεγαλύτερο στρες στο σύνολο του δείγματος είναι κατά σειρά ο Παράγοντας 1 (Συμπεριφορά μαθητών), ο Παράγοντας 3 (Τρόπος Εργασίας) και ο Παράγοντας 8 (Συνθήκες Εργασίας), (βλ. Πίνακα 4).

Οι αλληλεπιδράσεις μεταξύ των οκτώ παραγόντων και των ανεξάρτητων μεταβλητών (φύλο, ηλικία, επαγγελματική εμπειρία, περιοχή σχολείου, οικογενειακή κατάσταση και βαθμίδα εκπαίδευσης) διερευνήθηκαν με μια σειρά πολυμεταβλητών αναλύσεων της διασποράς (MANOVA). Διαπιστώθηκαν σημαντικές διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα {Pillai's $F(8, 345)=2.95$, $p<0.01$ }. Η περαιτέρω εκτίμηση των παραμέτρων των αλληλεπιδράσεων με διαστήματα εμπιστοσύνης (Bonferroni Joint Multivariate) έδειξε ότι οι γυναίκες παρουσίασαν σημαντικά μεγαλύτερο βαθμό στρες σε σύγκριση με τους άνδρες συνάδελφους τους ως προς τους παράγοντες: 1 (Συμπεριφορά Μαθητών), 2 (Οργάνωση Χρόνου), 4 (Συναδελφικό Κλίμα) και 8 (Συνθήκες Εργασίας) (Διάγραμμα 2 και Πίνακας 5). Το ίδιο έχει διαπιστωθεί και σε άλλες έρευνες ως προς τη συμπεριφορά των μαθητών (Kyriacou and Sutcliffe, 1978a). Αυτό μπορεί να οφείλεται είτε στο γεγονός ότι οι άνδρες είναι λιγότερο πρόθυμοι να ομολογήσουν ότι άγχονται για τέτοια θέματα, είτε και σε ρεαλιστικούς λόγους, ότι δηλαδή οι γυναίκες εκπαιδευτικοί αντιμετωπίζουν πραγματικά περισσότερα προβλήματα στον τομέα αυτό.

Δεν παρατηρήθηκαν διαφορές ανάμεσα στις τέσσερις ηλικιακές ομάδες σε κανένα από τους οκτώ παράγοντες. Αν και εμφανίζεται μια μικρή κλιμακωτή μείωση του άγχους, ως προς τους Παράγοντες 1 (Συμπεριφορά Μαθητών) και 4 (Συναδελ-

ΠΙΝΑΚΑΣ 2: Παραγοντική ανάλυση των αιτίων που προκαλούν στρες στους εκπαιδευτικούς

	Φορτία
1ος Παράγοντας: Συμπεριφορά μαθητών	
7. Μαθητές αδιάφοροι, χωρίς κίνητρα	.70
12. Έλλειψη πειθαρχίας	.64
15. Μαθητές με προβλήματα	.61
8. Θόρυβος	.59
9. Τρόπος μελέτης των μαθητών	.51
2ος Παράγοντας: Οργάνωση χρόνου	
4. Έλλειψη χρόνου για ψυχαγωγία κ.α.	.68
16. Απαιτήσεις δουλειάς	.67
20. Δυσκολία αποτελεσματικής δαικπεραίωσης της δουλειάς	.63
17. Έλλειψη ευκαιριών για την έκφραση προσωπικών απόψεων για θέματα σχολείου	.50
25. Έλλειψη χρόνου για προετοιμασία διδασκαλίας και διόρθωμα γραπτών	.47
21. Δυσκολία δαικπεραίωσης της ύλης του μαθήματος	.42
3ος Παράγοντας: Τρόπος Εργασίας	
5. Μη-ευελιξία αναλυτικού προγράμματος	.77
6. Έλλειψη ευκαιριών για εφαρμογή νέων ιδεών	.73
26. Αδυναμία δράσης στο σχολικό χώρο	.40
4ος Παράγοντας: Συναδελφικό κλίμα	
13. Μη συμπαράσταση του διευθυντή σε περίπτωση σύγκρουσης με γονείς	.77
14. Έλλειψη φιλικής και υποστηρικτικής ατμόσφαιρας στο σχολείο	.70
5ος Παράγοντας: Έλλειψη επαγγελματικής προοπτικής και περιορισμένες αρμοδιότητες	
19. Έλλειψη επαγγελματικής προοπτικής	.63
24. Μη αναγνώριση προσπάθειας	.61
18. Έλλειψη συνεργασίας με τους γονείς	.52
22. Ανάγκη συμμόρφωσης με διατάξεις του ΥΠΕΠΘ	.47
6ος Παράγοντας: Διοικητική οργάνωση και αμοιβές	
27. Σύστημα μεταθέσεων	.74
3. Κυλιόμενο ωράριο	.60
11. Χαμηλός μισθός	.60
7ος Παράγοντας: Προβλήματα διδασκαλίας	
29. Ανεπαρκείς γνώσεις διδακτικής	.59
28. Τρόπος αντιμετώπισης διδασκόμενου μαθήματος από τα παιδιά	.57
8ος Παράγοντας: Συνθήκες εργασίας	
1. Έλλειψη εποπτικών μέσων	.70
23. Υποχρέωση διδασκαλίας μαθήματος άλλης ειδικότητας	.55
2. Έλλειψη κατάλληλων συνθηκών στέγασης και διαβίωσης	.49
10. Μεγάλος αριθμός παιδιών στην τάξη	.43

ΠΙΝΑΚΑΣ 3: Αποτελέσματα διερεύνησης αξιοπιστίας των οκτώ παραγόντων

Παράγοντες	Cronbach alpha
1ος Παράγοντας: Συμπεριφορά μαθητών	0.71
2ος Παράγοντας: Οργάνωση χρόνου	0.76
3ος Παράγοντας: Τρόπος εργασίας	0.60
4ος Παράγοντας: Συναδελφικό κλίμα	0.79
5ος Παράγοντας: Έλλειψη επαγγελματικής προοπτικής	0.59
6ος Παράγοντας: Διοικητική οργάνωση και αμοιβές	0.47
7ος Παράγοντας: Προβλήματα διδασκαλίας	0.53
8ος Παράγοντας: Συνθήκες εργασίας	0.54

ΠΙΝΑΚΑΣ 4: Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις των οκτώ παραγόντων στρες στους εκπαιδευτικούς (N=370)

Παράγοντες	M. O.	T. A.
1. Συμπεριφορά Μαθητών	3.54	0.80
2. Οργάνωση Χρόνου	2.97	0.83
3. Τρόπος Εργασίας	3.40	0.84
4. Συναδελφικό Κλίμα	3.24	1.26
5. Έλλειψη Επαγγελματικής Προοπτικής	3.32	0.82
6. Διοικητική Οργάνωση και Αμοιβές	3.24	0.92
7. Προβλήματα Διδασκαλίας	2.91	0.96
8. Συνθήκες Εργασίας	3.49	0.79

ΠΙΝΑΚΑΣ 5: Μέσοι όροι και τυπικές αποκλίσεις βαθμού άγχους ως προς του παράγοντες 1, 2, 4 και 8 για τα δύο φύλα

Παράγοντες	Άνδρες		Γυναίκες	
	M.O.	T.A.	M.O.	T.A.
1. Συμπεριφορά Μαθητών	3.38	0.83	3.68	0.75
2. Οργάνωση Χρόνου	2.79	0.84	3.12	0.80

φικό Κλίμα), όσο αυξάνεται η ηλικία, η διαφορά αυτή δεν είναι στατιστικά σημαντική. Στην περίπτωση του ρόλου της περιοχής, διαφορές υπήρξαν ως προς τον Παράγοντα 7 (Προβλήματα διδασκαλίας) (Διάγραμμα 3). Η εξέταση των μέσων όρων οδήγησε στο συμπέρασμα ότι η ομάδα που διαφοροποιείται από τις υπόλοιπες δύο είναι οι εκπαιδευτικοί των αγροτικών περιοχών $\{F(2, 357)=5.2, p<0.01\}$, οι οποίοι εμφανίζουν μικρότερο βαθμό άγχους σε σύγκριση με τις δύο άλλες ομάδες.

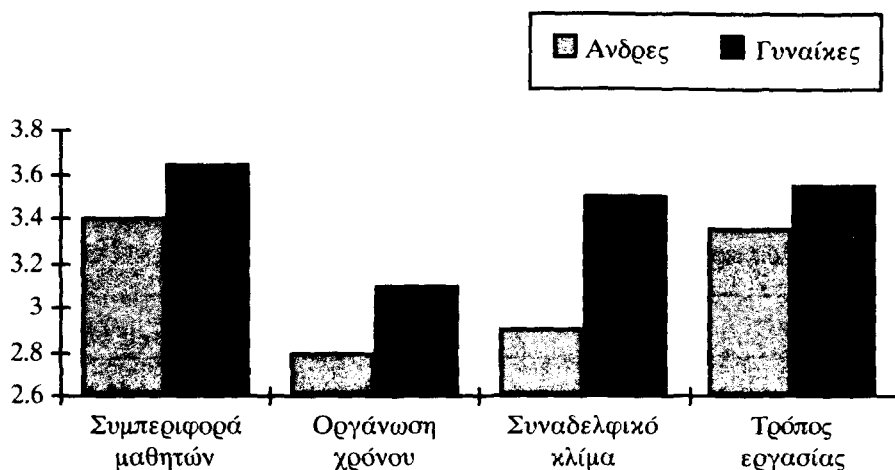
Σημαντικές διαφορές ανάμεσα στους εκπαιδευτικούς με διαφορετική διδακτική πείρα διαπιστώθηκαν μόνο ως προς τον παράγοντα 6 $\{F(3, 356)=4.4, p<0.01\}$. Μεγαλύτερο στρες δήλωσαν οι εκπαιδευτικοί με τα λιγότερα χρόνια υπηρεσίας (μέχρι 6), ενώ οι υπόλοιπες ομάδες δεν διαφοροποιούνται σημαντικά.

Η οικογενειακή κατάσταση δεν φαίνεται να διαφοροποιεί τους εκπαιδευτικούς. Αντίθετα, η βαθμίδα εκπαίδευσης επιδρά σημαντικά $\{Pillais F(16, 702)=2.14,$

$p<0.01\}$ σε σχέση με τον παράγοντα 8 (Συνθήκες εργασίας). Μικρότερο άγχος παρουσίασαν οι εκπαιδευτικοί του λυκείου $\{F(2,357)=10.9, p<0.001\}$, οι οποίοι διαφοροποιούνται σημαντικά από τις άλλες δύο ομάδες (Διάγραμμα 4).

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Ένας από τους σκοπούς της έρευνας ήταν να διαπιστωθεί ο βαθμός του επαγγελματικού στρες, που βιώνουν οι εκπαιδευτικοί της πρωτοβάθμιας και της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Τα ευρήματα της έρευνας δείχνουν ότι ένα σχετικά μικρό ποσοστό του δείγματος δήλωσε ότι το στρες είναι πολύ, ενώ το μεγαλύτερο ποσοστό θεωρεί ότι η δουλειά του εκπαιδευτικού εμπεριέχει μέτριο βαθμό στρες. Οι απαντήσεις στη δεύτερη ερώτηση, που αναφέρονται στο βαθμό ικανοποίησης που



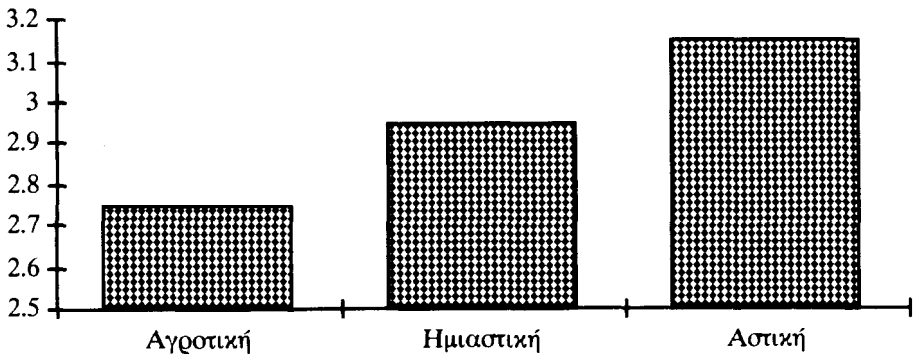
ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 2: Διαφορές μέσων όρων ανάμεσα στα δύο φύλα ως προς τους Παράγοντες 1 (Συμπεριφορά Μαθητών), 2 (Οργάνωση Χρόνου), 4 (Συναδελφικό Κλίμα) και 8 (Συνθήκες Εργασίας)

βιώνει από το επάγγελμά του ο ερωτώμενος, παρουσιάζουν επίσης ενδιαφέρον, καθώς έχει διαπιστωθεί ότι η συσχέτιση ανάμεσα στο στρες και την ικανοποίηση από το επάγγελμα είναι θετική (Kyriacou and Sutcliffe, 1979a, Otto, 1980). Έτσι, σε αντιστοιχία με την πρώτη ερώτηση, ένα σημαντικό ποσοστό του δείγματος (48.1%) δήλωσε πολύ ικανοποιημένο από τη δουλειά του, αλλά και ένα επίσης αξιοπρόσεκτο ποσοστό (24%) δήλωσε καθόλου ικανοποιημένο.

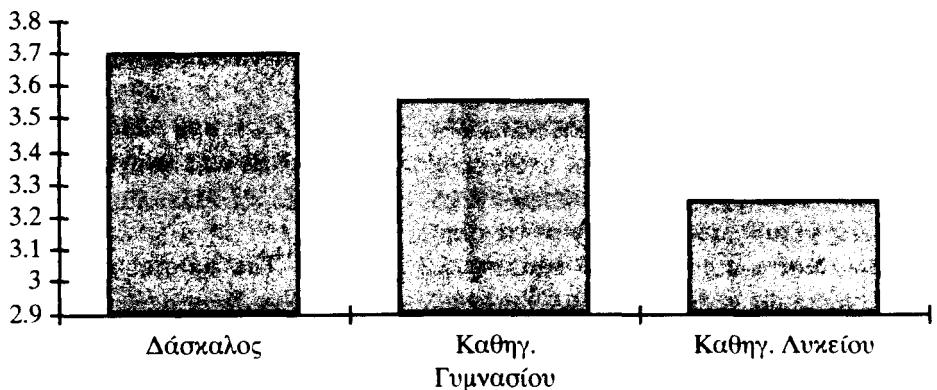
Στην τρίτη ερώτηση, σχεδόν το 42% του δείγματος απάντησε ότι υπήρχαν πολλές

πιθανότητες να διάλεγε το ίδιο επάγγελμα, αν επρόκειτο να επιλέξει ξανά. Από τις απαντήσεις στις τρεις αυτές ερωτήσεις θα μπορούσαμε να συμπεράνουμε ότι ένα μεγάλο ποσοστό εκπαιδευτικών δηλώνει ικανοποιημένο από το επάγγελμά του και αφοσιωμένο σ' αυτό.

Ένας δεύτερος σκοπός της έρευνας αφορούσε στις πηγές του στρες. Όπως διαπιστώθηκε, οι παράγοντες που προκαλούν το μεγαλύτερο στρες στους εκπαιδευτικούς είναι η Συμπεριφορά των μαθητών (π.χ., αδιαφορία, έλλειψη πειθαρχίας), ο Τρόπος Εργασίας (π.χ., ακαμψία αναλυτι-



ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 3: Διαφορές μέσων όρων ανάμεσα στους εκπαιδευτικούς αγροτικών, ημιαστικών και αστικών περιοχών ως προς τον Παράγοντα 7 (Προβλήματα Διδασκαλίας)



ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ 4: Διαφορές μέσων όρων ανάμεσα στους εκπαιδευτικούς της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, του γυμνασίου και του λυκείου ως προς τον Παράγοντα 8 (Συνθήκες εργασίας)

κού προγράμματος) και οι Συνθήκες Εργασίας (π.χ., υπεράριθμες τάξεις, κακές συνθήκες στέγασης). Από τη διερεύνηση των 29 αιτιών χωριστά, εκτός από τα παραπάνω, οι εκπαιδευτικοί ανέφεραν ως σοβαρές πηγές στρες τον χαμηλό μισθό και την ανάγκη συμμόρφωσης με τις διατάξεις του ΥΠΕΠΘ.

Από τις εξωγενείς μεταβλητές αυτή που φάνηκε να επηρεάζει σημαντικά το βαθμό του στρες ήταν το φύλο, κάτι που έχει διαπιστωθεί και σε άλλες έρευνες (Kyriacou and Sutcliffe, 1978a). Βέβαια τα αποτελέσματα των ερευνών είναι αντιφατικά αφού σε μερικές έρευνες (Fontana and Abouseirie, 1993, Solman and Fled, 1989) δεν διαπιστώθηκαν διαφορές ανάμεσα στα δύο φύλα. Στην παρούσα έρευνα οι γυναίκες εκπαιδευτικοί δήλωσαν μεγαλύτερο στρες σε σύγκριση με τους άνδρες συναδέλφους τους, τόσο ως προς το γενικό δείκτη στρες, όσο και ως προς τους παράγοντες «Συμπεριφορά Μαθητών», «Οργάνωση Χρόνου», «Συναδελφικό Κλίμα» και «Συνθήκες Εργασίας».

Σημαντικές διαφορές παρουσιάστηκαν επίσης ανάμεσα στους εκπαιδευτικούς με διαφορετική διδακτική εμπειρία, ως προς τον Παράγοντα 6. Οι εκπαιδευτικοί με τα λιγότερα χρόνια υπηρεσίας δήλωσαν μεγαλύτερο στρες, πράγμα αναμενόμενο ίσως, αφού ο παράγοντας αυτός περιλαμβάνει προτάσεις που αναφέρονται στις μεταθέσεις και στη μισθοδοσία.

Γενικά, θα μπορούσαμε να πούμε ότι οι εξωγενείς μεταβλητές δε φαίνεται να επηρεάζουν ιδιαίτερα το επίπεδο του στρες. Το συμπέρασμα αυτό ενισχύεται και από διεθνείς έρευνες, οι οποίες δείχνουν μικρή συσχέτιση ανάμεσα στα δημογραφικά χαρακτηριστικά και το επίπεδο του στρες (Pierce and Molloy, 1990), υποδηλώνον-

τας, όπως ισχυρίζονται μερικοί ερευνητές, ότι τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας μάλλον και όχι τα δημογραφικά στοιχεία είναι αυτά που παίζουν το σπουδαιότερο ρόλο στις ατομικές διαφορές που παρατηρούνται στο στρες το οποίο βιώνουν οι εκπαιδευτικοί (Gold and Michael, 1985, Kyriacou, 1989).

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ

Borg M. G. Occupational stress in British educational settings: a review. *Educational Psychology*, 1990, 10 (2), 103-126.

Borg M. G. and Riding R. J. Towards a Model for the determinants of occupational stress among schoolteachers. *European Journal of Psychology of Education*, 1991, 6 (4), 355-373.

Cooper C. L. and Marshall J. Occupational sources of stress: a review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. *Journal of Occupational Psychology*, 1976, 49, 11-28.

Cooper C. L. and Marshall J. (Eds.). *White Collar and Professional Stress*. Chichester, John Wiley and Sons, 1980.

Cooper C. I. and Mitchell S. Nursing and critically ill and dying. *Human Relations*, 1990, 43, 297-311.

Cox T. The nature and management of stress. *New Behaviour*, 25th Sept. 1975, 493-495.

Crump J., Cooper C. L. and Maxwell V. Stress among air traffic controllers. *Journal*

of *Organizational Behaviour*, 1981, 2, 293-303.

Dunham J. An exploratory study of staff stress in English and German comprehensive schools. *Educational Review*, 1980, 32 (1), 11-20.

Galloway D., Panckhurst F., Boswell C., and Green K. Sources of stress for class teachers in New Zealand Primary Schools. *Pastoral Care in Education*, 1987, 5, 28-36.

Gold Y. and Michael W. B. Academic self-concept correlates of potential burnout in a sample of first-semester elementary-school practice teachers: a concurrent validity study. *Educational and Psychological Measurement*, 1985, 45, 909-914.

Fisher M. Teacher burnout: some Australian findings. *Unicorn*, 1984, 10 (3), 226-232.

Fontana D. and Abouserie R. Stress levels, gender and personality factors in teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 1993, 63, 261-270.

Kaiser J. S. Motivation deprivation: no reason to stay. *Journal of Teacher Education*, 1981, 32, 41-43.

Kyriacou C. Teacher stress and burnout: an international review. *Educational Research*, 1987, 29(2), 146-152.

Kyriacou C. The nature and prevalence of teacher stress. In M. Cole & S. Walker (Eds), *Teaching and Stress*, pp. 27-35. Milton Keynes, Open Univ. Press, 1989.

Kyriacou C. and Sutcliffe J. Teacher stress: prevalence, sources, and symptoms. *British Journal of Educational Psychology*, 1978a, 48(2), 159-167.

Kyriacou C. and Sutcliffe J. A model of teacher stress. *Educational Studies*, 1978b, 4(1), 1-6.

Kyriacou C. and Sutcliffe J. Teacher stress and satisfaction. *Educational Review*, 1979a, 21 (2), 89-96.

Kyriacou C. and Sutcliffe J. A note on teacher stress and locus of control. *Journal of Occupational Psychology*, 1979b, 52, 227-228.

Levi L. (Ed.) *Stress and Distress in Response to Psychological Stimuli*. Oxford, Pergamon, 1972.

Mark C., Pierce B. and Molloy G. N. Psychological and biographical differences between secondary school teachers experiencing high and low levels of burnout. *British Journal of Educational Psychology*, 1990, 60, 37-51.

Otto R. *Teachers Under Stress*. Melbourne, Hill of Content, 1980.

Payne M. A. and Furnham A. Dimensions of occupational stress in West Indian secondary school teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 1987, 57, 141-150.

Pettegrew L. S. and Wolf G. E. Validating measures of teacher stress. *American Educational Research Journal*, 1982, 19, 373-396.

Pierce C. M. B. and Molloy G. N. Psychological and biographical differences between secondary school teachers experiencing high and low levels of burnout. *British Journal of Educational Psychology*, 1990, 60, 37-51.

Selye H. *The Stress of Life*. New York, McGraw-Hill, 1976.

Solman R. and Fled M. Occupational stress: perception of teachers in Catholic schools. *Journal of Educational Administration*, 1989, 27(3), 55-68.

Travers C. and Cooper C. Survey of occupational stress among teachers in the United Kingdom. Paper presented at the Second CRIT National Conference: *The Management of Education, Teaching and Stress*. Newman College, Birmingham (UK), 13-14 September 1990.

van der Ploeg H., Vis J., Cooper C. L. and Spielberger C. D. Executive stress in the Netherlands. *Stress Medicine*, 1986, 2, 349-356.