

## **E-BOP: A kiégés megelőzésének képessége: a foglalkozási elégedettség növelése a szakmaiság erősítésével**

COMENIUS 2.1 akció

### **A projekt előzménye**

A Győr-Moson-Sopron Megyei Pedagógiai Intézet széleskörű kapcsolatai közel két évtizedes folyamatban alakultak ki, melyek több fázisra bonthatók. A kezdeti időszakban a keletorientáltság volt a jellemző. A 90-es évektől új tartalmak, hosszabb távú együttműködések jelentek meg: pedagógiai innováció, iskolafejlesztés, hátránykompenzálás, szociális érzelmi nevelés, európai dimenziók oktatásba építése, minőségfejlesztés, stb.

Partnereink között tartjuk számon egyrészt a határon túli magyar pedagógusokat: a Szlovákiai Magyar Pedagógusok Szövetségét, a romániai Karánsebes pedagógiai intézetet, a szlovákiai magyar Katedra Társaságot.

Másrészt a más nyelvű, más kultúrájú országok szakmai intézeteit: a moszkvai Puskin Intézetet, az orosz tanárok osztrák, szlovák szövetségét. Erős és intenzív a kapcsolat Burgeland, Alsó-Ausztria és Salzburg pedagógiai intézeteivel, a Bécs, a Pozsony és Brno várososok Iskolatanácsaival.

Ezen kapcsolatok nyomán keresett meg bennünket a salzburgi pedagógiai intézet egy nemzetközi tanár továbbképzési projektben való részvétel érdekében a „burn-out szindróma”, – kiégés – témakörben.

A témában kutakodva úgy láttuk, hogy időszerű probléma ez nálunk is. Elkészítettük a magyarországi helyzetképet. Közben több ország is jelentkezett, hogy szívesen részt venne ebben a témában, így Luxemburg, Olaszország, Spanyolország. Az előzetes e-mailes kapcsolattartás után került sor az előkészítő látogatásra, Salzburgban. A Tempus Közalapítvány intézetünk 2 munkatársának a kiutazását támogatta. A találkozón megállapítottuk az azonosságokat és különbségeket az egyes országok oktatási rendszerében, különös tekintettel a tanártovábbképzésre. Feltérképeztük azt is, hogy hogyan, mi módon jelentkezik

a kiégés probléma a pedagógusoknál az egyes országokban, majd megterveztük a kiégés megelőzésének modul rendszerű továbbképzési tematikáját. Ennek eredményeképpen nyújtotta be a salzburgi pedagógia intézet, mint koordinátor a pályázatot az Európai Bizottsághoz a COMENIUS 2.1. által meghirdetett tanárképzéssel kapcsolatos akcióra. A brüsszeli bizottság a pályázatot támogatásra méltónak ítélte a téma időszerűsége miatt.

### **A kiégés szindróma lehetséges okai Magyarországon**

A szociális szakmák egy régebben megfigyelt jelensége a kiégés, a „burn-out”. Ez a kifejezés azt a jelenséget takarja, amikor az ember elveszíti érzékenységét a rábízottak személyes problémái iránt, fásulttá, türelmetlenné válik. Munkáját egykedvűen végzi, nehezen motiválható, elveszíti kíváncsiságát, érdeklődését, munkáját megterhelőnek, saját megoldatlan problémáit nyugtalanítóknak érzi.

Ezek a lelki tünetek előbb-utóbb oda vezethetnek, hogy bizonyos pszichoszomatikus betegségek jelennek meg az érintetteknél.

A kiégéshez vezető okokat vizsgálva a következő tényezőket találtuk:

Az 1980-as évek elején kezdődött az a reformfolyamat a magyar iskolarendszerben, amely még a mai napig is tart. A hosszú változási folyamatot előrelépések, megtorpanások, új lendületek, nagy fordulatok jellemezték, melynek eredményeként jött létre a magyar közoktatás mai arculata. A tartalmi és szerkezeti átalakulás igényelte az innovatív, kreatív, alkotó pedagógusokat. A gyors változások a rugalmas, a változásokra érzékeny szakembereket tudta mozgósítani. A „kiégett”, nehezen motiválható pedagógusok ezekben az újjáépítési törekvésekben nem szívesen vettek részt, tanításuk csak a hagyományos módszerekre épült. Ellentét képződött az új iránt fogékony és a hagyományokon alapuló oktatást előnyben részesítők között. Egyrészt irigyelték újító szándékukat, másrészt megpróbálták visszahúzni őket.

A gyors változásokra a tanárképzés nem tudott azonnal reagálni, mivel természeténél fogva a rendszer nem elég rugalmas a folytonos átalakulás követésére.

Az egyik legfontosabb tényező, amely a „kiégéshez” vezet, az anyagi megbecsültség hiánya, és az ebből eredő pálya presztízsének csökkenése. A pedagógusok elmaradnak a gazdaság más ágazataiban dolgozók bérével. A pályán lévők energiáját az anyagi biztonság megteremtése köti le. Nagyon sok tehetséges pedagógus (főleg fiatal) kénytelen feladni hivatását anyagi okok miatt.

Problémaként jelentkezik a pálya elnőiesedése. Az alacsony kereset miatt férfi tanárok, tanítók alig maradnak a pályán. A férfi minta közvetítése is a nőkre hárul. Problémaként jelentkezik még a nagy számú elvált, gyermekét egyedül nevelő, pedagógus nő, mint tanár. Egyedülállóak, nem áll mögöttük férj, nehezen tudnak megbirkózni a saját gyermekük nevelésével is, és nekik kell foglalkozniuk a magatartási, tanulási nehézségekkel küzdő tanulókkal. A sok feszültség depresszióhoz, kiégéshez vezet.

Meg kell említeni még egy problémát, amely ma még csak kis mértékben jelentkezik hazánkban, de hamarosan ugrásszerűen nőni fog: ez a roma kérdés, illetve a másság kezelése. A hazai képzési rendszerünk nincs felkészülve ennek hatékony kezelésére. Ez a szakmai hiányosság a tehetetlenség érzéséhez, majd hamarosan a kiégés szindrómához vezet.

Természetesen az okok felsorolása nem teljes és főleg külső tényezők szerepelnek benne. Természetesen nem szabad elfeledkezni a közvetlen környezeti hatásokról sem, mint a munkahelyi klíma vagy a családi háttér, melyeknek ugyanolyan nagy szerepük van a kiégés szindróma kialakulásában.

A Győr-Moson-Sopron Megyei Pedagógiai Intézet szakmai lapjában, a „Hogyan Tovább?” számaiban a 90-es évektől kezdődően több cikk foglalkozott ezzel a témával. A pedagógusokkal való beszélgetések meggyőztek bennünket arról, hogy a téma aktuális és időszerű a megyénkben is. Fontos, hogy a pedagógiai

intézet segítse a pedagógusokat a prevenciós technikák elsajátításában, amihez ez a nemzetközi projekt lehetőséget kínált.

## **A projekt bemutatása**

**Projektkoordinátor:** Ausztria - Salzburgi Pedagógiai Intézet

**Partnerek:** Luxemburg ISERP

**Spanyolország, Madrid PI**

**Magyarország, Győr-Moson-Sopron Megyei Pedagógiai Intézet**

**Időtartam:** 2001. október 1. - 2004. október 1.

A társadalmi változások következtében megjelenő kihívásokat a pedagógusok a hagyományos technikákkal már nem mindig tudják hatékonyan kezelni.

Az új jelenségek, a pedagógusok szakmával szembeni elégedetlensége motiválatlansága következtében alakul ki a kiégés az ún. "Burn out", szindróma.

### **A projekt célja:**

A „Burn out” szindróma megelőzése a foglalkozási elégedettség növelésével szakmai kompetenciák erősítésével, négy modulból álló továbbképzés keretében.

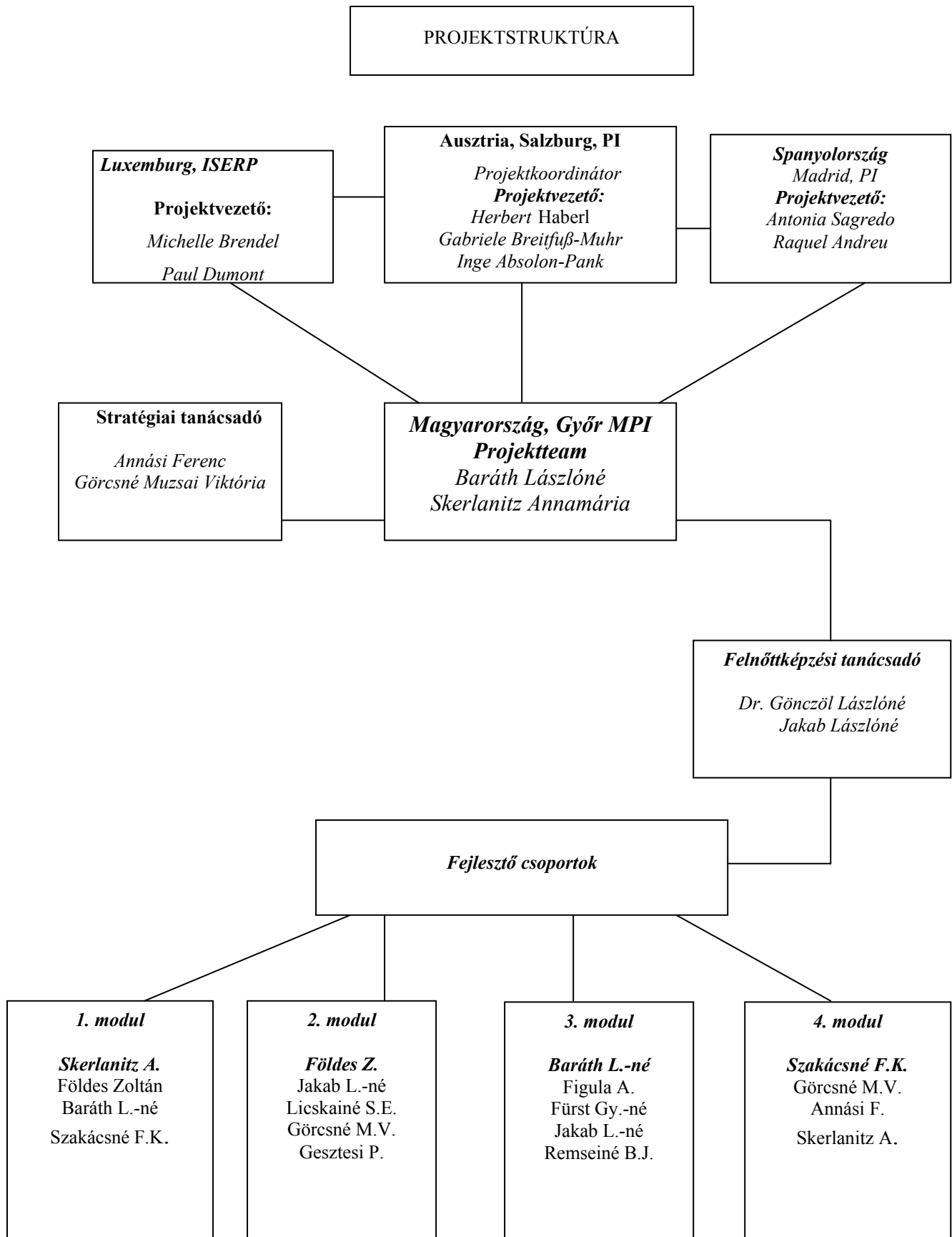
A résztvevő országok egyes modulok tartalmát kifejlesztik, kipróbálják saját országukban, majd a tapasztalatok birtokában egy közös, több modulból álló továbbképzési koncepciót hoznak létre.

A koncepciót az interneten keresztül publikálják, így hozzáférhetővé válik más továbbképzéssel foglalkozó szervezetek számára is.

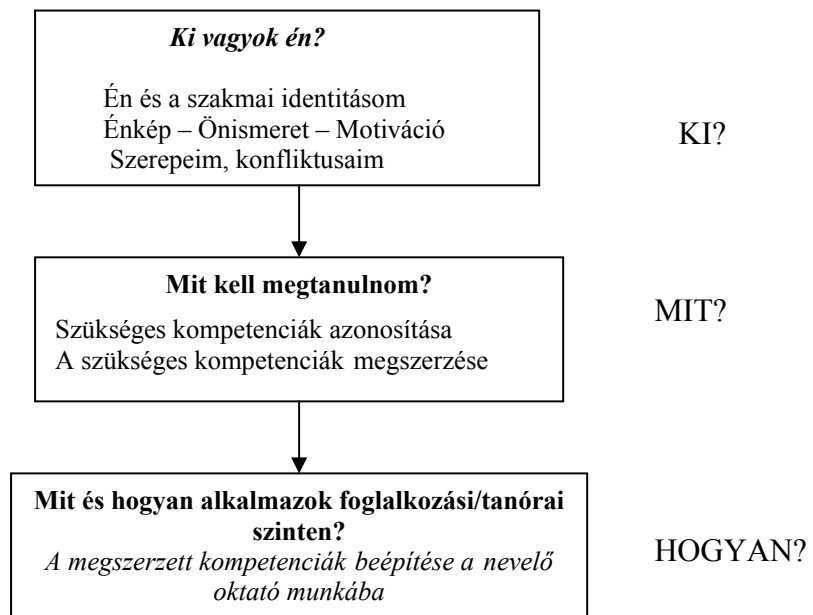
**Célcsoport:** 40-50 év közötti, 15-20 év szakmai tapasztalattal rendelkező pedagógusok.

**A továbbképzés formája:** 3-3 napos tréning modulonként (4\*26 óra)

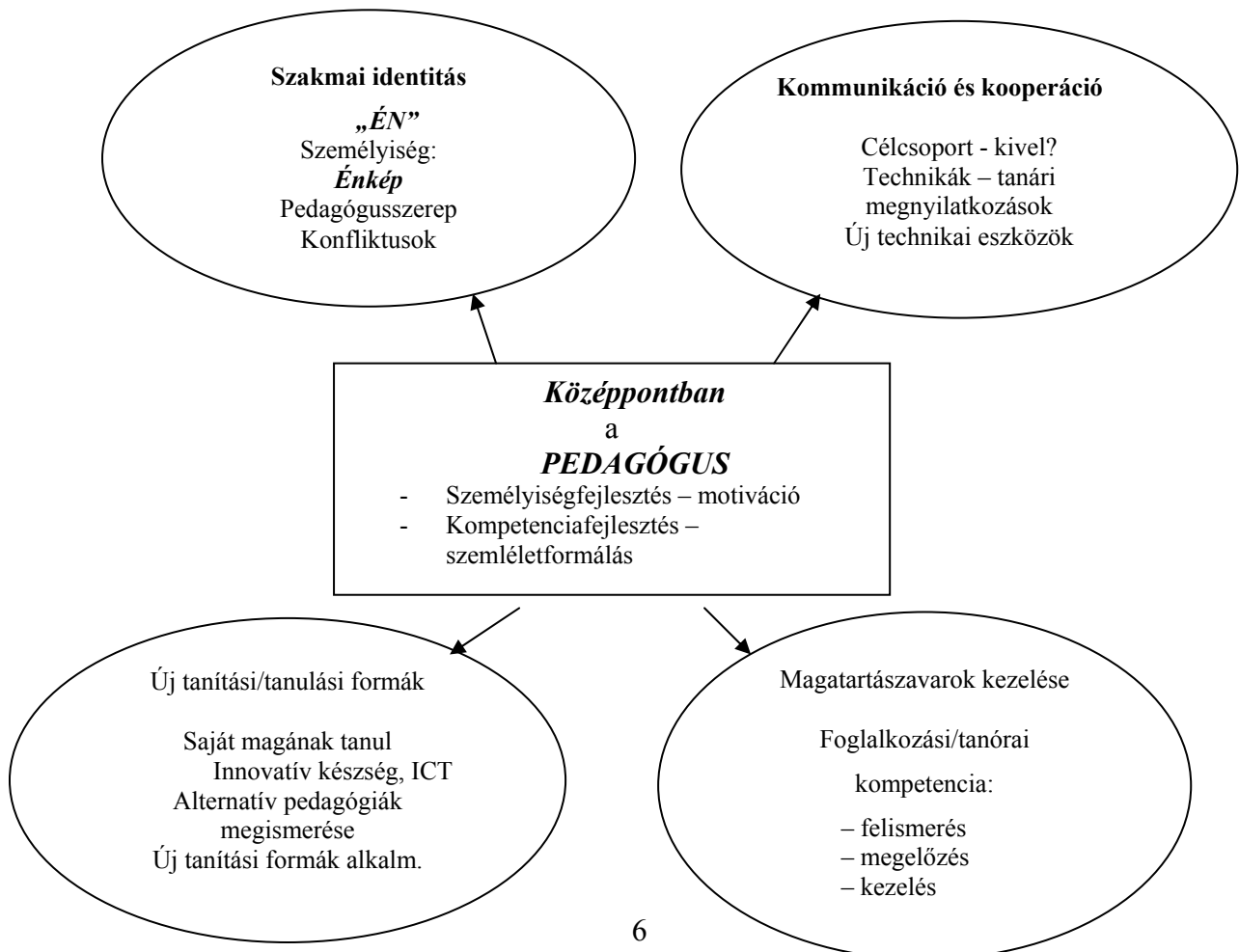
## A projekt a következő struktúra szerint épül fel:



**A projekt tartalmi koncepcióját a következő ábra mutatja:**



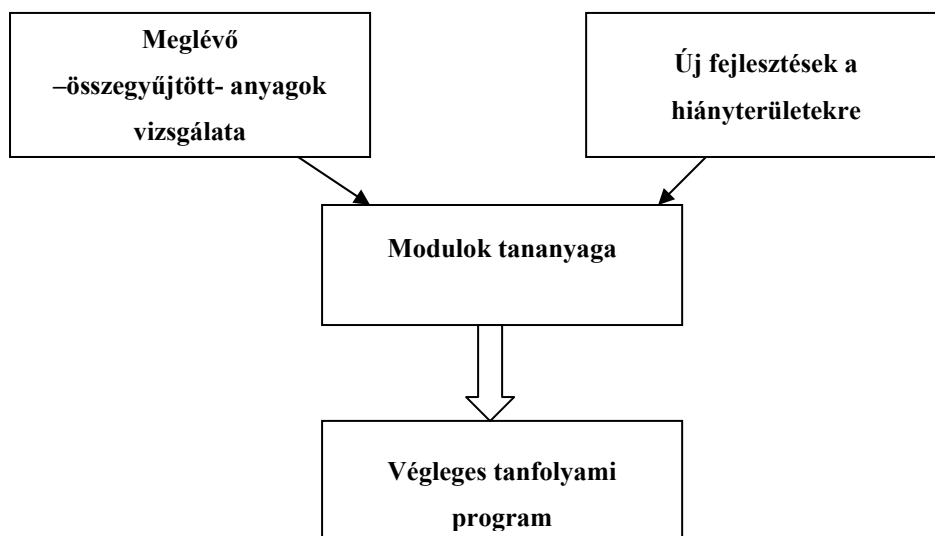
**A modulok tartalmi összefüggését és pedagógusokra gyakorolt hatását szemlélteti ez az ábra:**



**Intézetünk a fejlesztések során a következő elveket követi a projekttervezésben:**

- Saját gyakorlat/ meglévő jól működő továbbképzési anyagok feltérképezése
- Hiányterületek feltárása – tananyagfejlesztés
- A modulok tényleges anyagának összeállítása

*A tananyagfejlesztés folyamatát ezek alapján így végezzük:*



**A projekt megvalósítása az alábbi időterv alapján történik:**

*1. A MODULOK TANANYAGÁNAK KIFEJLESZTÉSE*

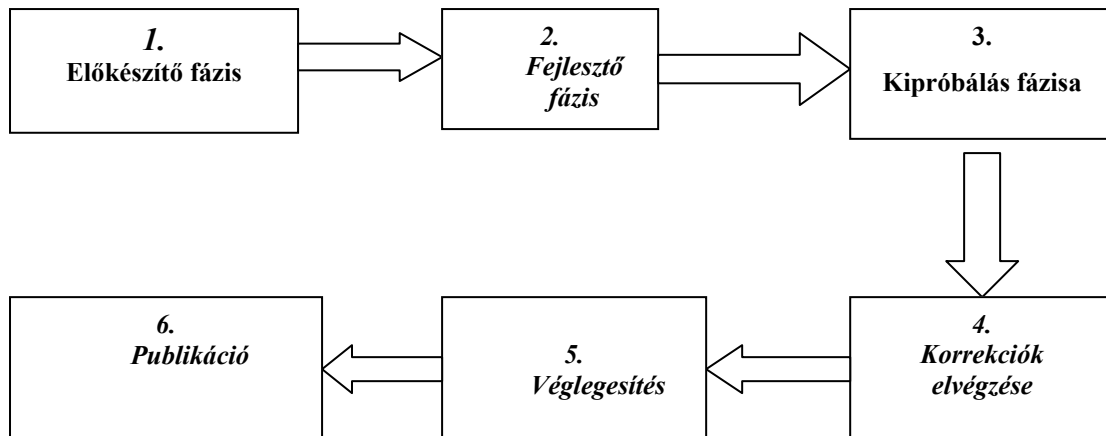
I. Modul	2002. március 5. – április 30.
II. Modul	2002. április 1. – május 15.
III. Modul	2002. május 1. – június 15.
IV. Modul	2002. május 15.– június 30.

*2. KÉPZÉS*

I. Modul	2002. május – június
II. Modul	2002. október – november
III. Modul	2003. március – április
IV. Modul	2003. október – november

*3. DOKUMENTÁCIÓ: VÉGLEGESÍTETT PROGRAM :2004. október 1.*

**A projekt folyamatát mutatja be az ábra:**



Jelenleg az első modul tananyagfejlesztése megtörtént, melynek kipróbálására május 27-29-én kerül sor. A tréninget meghirdettük az intézet információs lapjában, a Hírekben. A jelentkezők száma jelzi, hogy a téma időszerű megyénkben, a pedagógusok igénylik a továbbképzést a „burn-out” témában, szükségük van a prevenciós technikák elsajátítására.

Győr, 2002. május 9.

Baráth Lászlóné  
Skerlanitz Annamária