

Τα τελευταία χρόνια αυξάνεται το ενδιαφέρον για την αυτοαποτελεσματικότητα των εκπαιδευτικών, καθώς αναγνωρίζεται ως μια παράμετρος που σχετίζεται με την επαγγελματική εξουθένωση και την εργασιακή δέσμευση των εκπαιδευτικών (Bentea, 2017; Skaalvik & Skaalvik, 2017; 2023). Οι εκπαιδευτικοί εργάζονται σε ένα συνεχές μεταβαλλόμενο περιβάλλον επηρεασμένο από κοινωνικές και οικονομικές προκλήσεις. Αυτό δημιουργεί διάφορες προκλήσεις για τους εκπαιδευτικούς, με επιπτώσεις στην εργασιακή τους εξουθένωση και αποδοτικότητα (Anastasiou, 2020; Collie, 2023).

Στόχος της παρούσας έρευνας αποτέλεσε η διερεύνηση του επιπέδου επαγγελματικής εξουθένωσης και ο βαθμός του αισθήματος της αυτοαποτελεσματικότητας εκπαιδευτικών καθώς και η πιθανή συσχέτιση τους.

## ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ

Στην έρευνα συμμετείχαν 83 εκπαιδευτικοί (n=83) που υπηρετούσαν σε σχολικές μονάδες της Διεύθυνσης Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Θεσπρωτίας.

Η συλλογή του ερευνητικού δείγματος έγινε χρησιμοποιώντας τη δειγματοληψία ευκολίας και της χιονοστιβάδας.

- Για την εκτίμηση των παραμέτρων *επαγγελματικής εξουθένωσης* αξιοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο *Maslach Burnout Inventory - Educators Survey* (MBI – ES) των Maslach et al. (1996).
- Για την μέτρηση της αυτοαποτελεσματικότητας αξιοποιήθηκε το ερωτηματολόγιο των Tschannen-Moran & Hoy (2007), *The Teacher's Sense of Efficacy Scale*.
- Το δείγμα, αποτελούνταν από 50 άνδρες (60.2%) και 33 (39.8%) γυναίκες.
- Το μεγαλύτερο ποσοστό των συμμετεχόντων (53%) ήταν ηλικίας 41 έως 50 ετών και το μεγαλύτερο ποσοστό (62.7%) των εκπαιδευτικών είχε προϋπηρεσία από 11 έως 20 έτη.
- Τα δεδομένα αναλύθηκαν μέσω του στατιστικού λογισμικού SPSS και πραγματοποιήθηκε ανάλυση συσχέτισης Pearson ανάμεσα στις διαστάσεις επαγγελματικής εξουθένωσης και αυτοαποτελεσματικότητας.

Πίνακας 1. Μέση τιμή των διαστάσεων της Επαγγελματικής Εξουθένωσης των εκπαιδευτικών που συμμετείχαν στην έρευνα (n=83)

	Μέση τιμή (± τ.α.)
Συναισθηματική Εξάντληση	22,42 (14,32)
Αποπροσωποποίηση	6,31(6,47)
Προσωπικά Επιτεύγματα	35,48 (8,04)

Πίνακας 2. Ποσοστό των εκπαιδευτικών που κατατάσσονται σε χαμηλό, μέτριο και υψηλό επίπεδο σε σχέση με τις διαστάσεις της Επαγγελματικής Εξουθένωσης

	Χαμηλό	Μέτριο	Υψηλό
Συναισθηματική Εξάντληση	52,38%(n=44)	20,24%(n=17)	26,19%(n=22)
Προσωπικά Επιτεύγματα	25%(n=21)	27,38%(n=23)	46,43%(n=39)
Αποπροσωποποίηση	54,76%(n=46)	19,05%(n=16)	25%(n=21)

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

- Αναφορικά με την εκτίμηση του επιπέδου της *επαγγελματικής εξουθένωσης*, η ανάλυση των απαντήσεων (Πίνακας 1) έδειξε ότι η μέση τιμή για την κλίμακα των *προσωπικών επιτευγμάτων* ήταν 35.48, η μέση τιμή για την κλίμακα της *αποπροσωποποίησης* ήταν 6.31 και η μέση τιμή για την κλίμακα της *συναισθηματικής εξάντλησης* ήταν 22.42.
- Η ανάλυση της κατανομής των εκπαιδευτικών ανάλογα με τις τιμές των διαστάσεων της *συναισθηματικής εξάντλησης*, του επιπέδου *προσωπικών επιτευγμάτων* και του *επιπέδου αποπροσωποποίησης* (Πίνακας 2), έδειξε ότι η πλειοψηφία των συμμετεχόντων εμφάνισε χαμηλού επιπέδου *συναισθηματική εξάντληση* (52,38%), το 46,43% εμφάνισε υψηλού επιπέδου *προσωπικά επιτεύγματα* και χαμηλού επιπέδου *αποπροσωποποίησης* το 54,76% των εκπαιδευτικών της έρευνας.
- Όσον αφορά την εκτιμώμενη *αυτοαποτελεσματικότητα*, από την ανάλυση των δεδομένων προέκυψε ότι οι εκπαιδευτικοί ανέδειξαν σχετικά υψηλή αποτελεσματικότητα στη χρήση διδακτικών στρατηγικών (μ.τ 4.04), μέτρια προς υψηλή αποτελεσματικότητα τόσο στη διαχείριση της σχολικής τάξης (μ.τ 3.67) όσο και στην εμπλοκή των μαθητών/τριών στην εκπαιδευτική διαδικασία (μ.τ 3.64).
- Σχετικά με τη συσχέτιση μεταξύ των διαστάσεων της *επαγγελματικής εξουθένωσης* και της *αυτοαποτελεσματικότητας* διαπιστώθηκε αρνητική συσχέτιση μεταξύ της *συναισθηματικής εξάντλησης* των εκπαιδευτικών και της *αποτελεσματικότητας* τους στη διαχείρισης της σχολικής τάξης ( $r=-0.401$ ,  $n=83$ ,  $p<0.01$ ).
- Επιπρόσθετα, παρατηρήθηκε αρνητική συσχέτιση μεταξύ της *αποπροσωποποίησης* και της *αποτελεσματικότητας* των εκπαιδευτικών στη *διαχείριση της σχολικής τάξης* ( $r=-0.398$ ,  $n=83$ ,  $p<0.01$ ) και μεταξύ της *αποπροσωποποίησης* και της *αποτελεσματικότητας* των εκπαιδευτικών στην *εμπλοκή των μαθητών/τριών* ( $r=-0.266$ ,  $n=83$ ,  $p<0.01$ ).
- Τα αποτελέσματα επιβεβαιώνουν τη συσχέτιση μεταξύ των διερευνημένων παραμέτρων της επαγγελματικής εξουθένωσης και παραμέτρων της αυτοαποτελεσματικότητας, όπως έχει αναφερθεί σε προηγούμενες ερευνητικές εργασίες (Khezerlou, 2013; Bentea, 2017; Νιθαυριανάκη & Παπαδούρης 2020; Μωραΐτη, 2021).
- Επιπρόσθετως, διαπιστώθηκε συσχέτιση μεταξύ της *συναισθηματικής εξάντλησης* και της αποτελεσματικότητας στη διαχείριση της σχολικής τάξης, ενώ αρνητική συσχέτιση εντοπίστηκε μεταξύ της *αποπροσωποποίησης* και της αποτελεσματικότητας στη διαχείριση της σχολικής τάξης και την εμπλοκή των μαθητών/τριών.
- Τα ευρήματα αυτά συμβάλουν στη κατανόηση της σχέσης μεταξύ της επαγγελματικής εξουθένωσης και της αυτοαποτελεσματικότητας στον εκπαιδευτικό χώρο.

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η *αυτοαποτελεσματικότητα* των εκπαιδευτικών συνδέεται με το κατά πόσο οι ίδιοι αναγνωρίζουν την ικανότητα τους να σχεδιάζουν, οργανώνουν, υλοποιούν έργα - δράσεις απαραίτητα στην επίτευξη εκπαιδευτικών στόχων που τίθενται (Skaalvik & Skaalvik, 2007) και αναφέρεται στην εκτίμηση της δυνατότητας του για την αποτελεσματική αντιμετώπιση μιας συγκεκριμένης κατάστασης (Bandura, 1997). Εμπεριέχει παραμέτρους όπως την ενασχόληση και τη διαχείριση της συμπεριφοράς των μαθητών/τριων, μαθησιακές στρατηγικές, τη συνεργασία με τους συναδέλφους και τους γονείς, την αντιμετώπιση αλλαγών και προκλήσεων (Tschannen-Moran & Hoy, 2007; Skaalvik & Skaalvik, 2017) και αποτελεί σημαντική παράμετρο που συνδέεται θετικά με τα επιτεύγματα, τις επιδόσεις, τη συμπεριφορά των μαθητών (Zee & Koomen, 2016). Στην Ελλάδα σχετικές έρευνες έχουν καταγράψει υψηλά επίπεδα αυτοαποτελεσματικότητας των εκπαιδευτικών (Μωραΐτη, 2021; Νιθαυριανάκη & Παπαδούρης 2020; Φλάμπουρας-Νιέτος, 2017).

Τα αποτελέσματα της παρούσας έρευνας επιβεβαιώνουν ευρήματα παλαιότερων μελετών στην Ελλάδα και σε διεθνές επίπεδο, (Colie 2023; Khezerlou, 2013; Klassen & Chiu, 2010; Skaalvik & Skaalvik, 2017, Νιθαυριανάκη & Παπαδούρης 2020) που αναφέρουν ότι ο/η εκπαιδευτικός που αισθάνεται αποτελεσματικός/ή κατά την επιτέλεση του έργου του παρουσιάζει χαμηλά επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης. Συνολικά, τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι οι εκπαιδευτικοί που συμμετείχαν στην παρούσα έρευνα, διακρίνονται από μέτρια επίπεδα συναισθηματικής εξάντλησης και αυξημένα προσωπικά επιτεύγματα, ενώ η αυτοαποτελεσματικότητα τους σχετίζεται με τη διαχείριση της σχολικής τάξης.

Η επαγγελματική εξουθένωση και η αυτοαποτελεσματικότητα των εκπαιδευτικών είναι πιθανόν να διαφοροποιηθεί με παραμέτρους που αφορούν για παράδειγμα την εμπειρία, τις δεξιότητες των εκπαιδευτικών και τη σχολική ηγεσία (Anastasiou & Belios, 2020; Tkachenko et al, 2023).