

Képzés és Gyakorlat

Training & Practice

19. évfolyam, 2021/3-4. szám

Képzés és Gyakorlat

A Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem Kaposvár Campus Neveléstudományi Intézetének
és a Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Karának
neveléstudományi folyóirata

19. évfolyam 2021/3–4. szám

Szerkesztőbizottság

Kissné Zsámboki Réka főszerkesztő

Szerkesztők:

Pásztor Enikő, Molnár Csilla

Kloiber Alexandra, Frang Gizella, Patyi Gábor;

Kitzinger Arianna angol nyelvi lektor

Szerkesztőbizottsági tagok:

Podráczky Judit, Varga László, Belovári Anita,

Kövérné Nagyházi Bernadette, Szombathelyiné Nyitrai Ágnes, Sántha Kálmán

Nemzetközi Tanácsadó Testület

Ambrusné Kéri Katalin, Pécsi Tudományegyetem Bölcsészettudományi Kar, Pécs, HU

Andrea M. Noel, State University of New York at New Paltz, USA

Bábosik István, Kodolányi János Főiskola, Székesfehérvár, HU

Horák Rita, Újvidéki Egyetem, Magyar Tannyelvű Tanítóképző Kar, Szabadka (Szerbia),

Tünde Szécsi, Florida Gulf Coast University, College of Education, Fort Myers, Florida, USA

Jaroslaw Charchula, Jesuit University Ignatianum In Krakow, Faculty of Pedagogy Krakow, PO

Suzy Rosemond, KinderCare Learning Center, Stoneham, USA

Krzysztof Biel, Jesuit University Ignatianum in Krakow, Faculty of Education, Krakow, PO

Jolanta Karbowniczek, Jesuit University Ignatianum in Krakow, Faculty of Education, Krakow, PO

Maria Franciszka Szymańska, Jesuit University Ignatianum in Krakow, Faculty of Education, Krakow, PO

Abdülkadir Kabadayı, Necmettin Erbakan University, A.K. Faculty of Education, Konya, TR

Szerkesztőség

Kissné Zsámboki Réka főszerkesztő

Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar

Képzés és Gyakorlat Szerkesztősége

E-mail: kissne.zsamboki.reka@uni-sopron.hu

9400, Sopron, Ferenczy János u. 5.

Telefon: +36-99-518-930

Web: <http://trainingandpractice.hu>

Web-mester: Horváth Csaba

Felelős kiadó: Varga László dékán

A közlési feltételeket

a <http://trainingandpractice.hu> honlapon olvashatják szerzőink

Képzés és Gyakorlat

Training and Practice

19. évfolyam, 2021/3-4. szám

Volume 19, 2021 Issue 3-4.

Jelen kiadvány az „*EFOP-3.6.1-16-2016-00018 – A felsőoktatási rendszer K+F+I szerepvállalásának növelése intelligens szakosodás által Sopronban és Szombathelyen*” című projekt támogatásával valósult meg.

TARTALOM

Table of Contents

TANULMÁNYOK

BENCÉNÉ FEKETE, ANDREA: <i>Intercultural Education in Early Childhood</i>	5
IZSAK, HAJNALKA: <i>Public awareness of correctional education carried out in juvenile correctional facilities</i>	15
KÁNTOR ZSUZSANNA: <i>Mi jár a gyermekek fejében? – A koragyermekkorai tanulás szülői és óvodapedagógusi szemmel</i>	28
LANTOS TÜNDE: <i>A munkahelyi informális tanulás meghatározó szerepe a pedagógusok folyamatos szakmai fejlődésében</i>	41
MENDELOVÁ, ELEONÓRA – ZELENÁ, HANA: <i>The current parental role in the reflection of changes in family life</i>	54
MRÁZIK JULIANNA: <i>Az e-tanulás segítése. A tanulás-szervezés átkeretezése hagyományos és nem hagyományos környezetben</i>	64
TÓTH-MERZA KATALIN – BONTÓ PETRA – ALMÁSSY ZSUZSANNA: <i>Az óvodapedagógusok általános jóllétének és munkahelyi jellemzőinek vizsgálata</i>	73
TUDLIK CSILLA: <i>A pályaeérdeklődés három konstruktuma, amely segíti a gimnáziumi tanulók megismerését</i>	85
UNGER VIVIEN ÉVA: <i>A pedagógiai intézményekhez fűződő kapcsolatban szerepet játszó bipoláris élmények összehasonlító vizsgálata</i>	96
VIDA GERGŐ: <i>A tanulási zavar elmélete és diagnosztikája – tanulási zavarral küzdő tanulók kompenzálásának segítése</i>	110

KÉPZÉS ÉS GYAKORLAT

CSIHA TÜNDE NOÉMI:

A szülői jelenlét hatása a motivációra a kora gyermekkori nyelvvelsajátításnál 120

JUHÁSZ VALÉRIA:

A nyelvi tudatosság fejlesztése óvodásoknak és alsó tagozatos tanulóknak dobókockás játékokkal 136

KISSNÉ ZSÁMBOKI RÉKA:

Az óvodapedagógus hivatásra felkészítő képzési tartalmak vizsgálata a hallgatók szakmai gyakorlatainak tükrében 149

KOÓS ILDIKÓ:

Út a nyelvi kompetencia teljessége felé 6–10 évesek anyanyelvi nevelésében: a szintagmák központi szerepe Zsolnai József NYIK-programjában 162

KOVÁCS ELVIRA:

A kooperatív tanulás során előforduló nehézségek a tanítói vélemények tükrében 170

PÁSZTOR ENIKŐ:

Az „egy személy egy nyelv” idegennyelvi módszer bemutatása az Ágfalvi Napsugár Óvodában egy empirikus kutatás tükrében 180

TARY BLANKA:

Tanárok és tanárjelöltek olvasási stratégia használata és olvasási szokásai anya,- illetve idegen nyelven 189

IVÁNCSIK RÉKA – PETŐNÉ CSIMA MELINDA – MOLNÁR MARCELL:

A 7-14 éves sérült, fogyatékos gyerekek és a terápiában velük dolgozó lovak stressz-szintváltozása lovasterápiás fejlesztések hatására 198

RECENZIO

KÉRI KATALIN:

„Testi fordulat” a neveléstörténetben: testnevelés, egészségnevelés Európában a 20. század első felében 212

DÓRA LÁSZLÓ:

Szülők kézikönyve az okoseszközök intelligens használatához 218

TÓTH-MERZA KATALIN¹ – BONTÓ PETRA² – ALMÁSSY ZSUZSANNA³**Az óvodapedagógusok általános jóllétének és munkahelyi jellemzőinek vizsgálata⁴**

Kutatásunk célja az óvodapedagógusok általános jóllétének felmérése, valamint a jólléttel összefüggésben álló munkahelyi tényezők feltárása volt. Eredményeink rávilágítanak arra, hogy a kedvezőtlenebb lelkiállapotban lévő óvodapedagógusok kedvezőtlenebb fizikai egészségi állapotban vannak, régebben dolgoznak a pedagóguspályán, nagyobb létszámú csoportban dolgoznak, kevésbé elégedettek a munkahelyük tárgyi feltételeivel, több a munkacsalád összeegyeztetésének nehézségéből adódó konfliktusuk, illetve nagyobb munkahelyi stresszt élnek át, amelyet a jutalmak alacsony foka, a fokozott erőfeszítések és a túlvállalás jellemeznek.

1. Bevezetés

A pedagógusok mentálhigiénés állapotával kapcsolatos hazai és nemzetközi kutatások arra hívják fel a figyelmet, hogy a pedagóguspályán dolgozó szakemberek életében fokozottan jelen vannak azok a rizikófaktorok, amelyek mentális és emocionális kimerüléshez, kiégéshez vezethetnek. A pedagógusok lelki egészségének jellemzőit vizsgáló tanulmányok többsége azonban a tanárookra fókuszál, az óvodapedagógusokat kevesen kérdezik a munkahelyükkel való elégedettségükről, az őket érő stresszhatásokról, a lelkiállapotukról. A témában hiánypótló Csima Melinda és Fináncz Judit (2019) kora gyermekkori nevelésben dolgozók egészségmagatartását felmérő kutatása. Eredményeik szerint a nevelők nagy arányban küzdenek krónikus mozgásszervi betegségekkel, valamint enyhe depressziós tünetekkel, amely rávilágít a prevenció és intervenció sürgető fontosságára.

¹ PhD, adjunktus, Soproni Egyetem Benedek Elek Pedagógiai Kar Neveléstudományi és Pszichológiai Intézet; email: merza.katalin@uni-sopron.hu

² Óvodapedagógus, Bánfalvi Óvoda-Kindergarten Wandorf, Brennbergbányai Tagóvoda; email: bontopetra@gmail.com

³ PhD, főiskolai docens, Debreceni Egyetem Bölcsészettudományi Kar Pszichológia Intézet; email: almassy.zsuzsanna@arts.unideb.hu

⁴ Jelen publikáció az „EFOP-3.6.1-16-2016-00018 – A felsőoktatási rendszer K+F+I szerepvállalásának növelése intelligens szakosodás által Sopronban és Szombathelyen” című projekt támogatásával valósult meg.

Az alábbiakban a kutatásunk szempontjából lényeges elméleteket és fogalmakat tekintjük át röviden.

1.1. Általános jóllét

A jóllét az egészséggel szorosan összefüggő fogalom, amelyet az Egészségügyi Világszervezet (World Health Organization, WHO) egészség-definíciója is tükröz. A WHO az egészséget a teljes fizikai, mentális és társas jóllét állapotaként írja le (Urbán, 2017). A mentális egészség alatt pedig a jóllét azon állapotát érti, amelyben az egyén meg tudja valósítani képességeit, meg tud birkózni a normál élet stresszhelyzeteivel, produktívan képes dolgozni, és hozzá tud járulni a közösségének életéhez (WHO, 1998, idézi Szántó et al., 2016). Kutatások igazolják, hogy a magasabb szintű jólléttel jellemezhető személyek produktívabbak, kiteljesedettebb és szorosabb emberi kapcsolatokkal rendelkeznek, valamint kisebb eséllyel mutathatók ki esetükben a mentális betegségek tünetei (Seeman, 2000, idézi Szántó et al., 2016).

1.2. Munkahelyi stressz

Az elmúlt évek munkahelyi stressz kutatásának középpontjában Siegrist (2004) erőfeszítés-jutalom-egyensúlytalanság modellje állt. A modell az erőfeszítés a jutalom és a túlvállalás komponenseit foglalja magába, és a krónikus munkahelyi stressz kialakulásáért a munkahelyen kifejtett erőfeszítés és az ezért kapott jutalmak nem megfelelő arányát teszi felelőssé. Az erőfeszítésen a vállalt feladatok terhét, az idő nyomását, a túlórákat, a fokozódó felelősséget, összességében a fizikai és mentális megpróbáltatásokat értjük. A munkahelyhez köthető jutalomnak a modell szerint három forrása van: az anyagi juttatások, az elismerések és a karrier támogatása. A modell harmadik dimenziója a túlvállalás, ami a munkahelyi követelményekkel való megküzdés maladaptív módjára vonatkozik. Az erőfeszítés-jutalom egyensúlytalansága szoros összefüggést mutat a kedvezőtlenebb lelki egészség mutatók (Stansfeld et al., 1999) és a depresszió kialakulásával (Pikhart et al., 2004), valamint a szubjektív jóllét hanyatlásával (Siegrist, 2004). Vizsgálatok bizonyították az erőfeszítés-jutalom-egyensúlytalanság modell érvényességét a pedagógusok esetében is. Önbevallásuk alapján túlterheltség, társadalmi és vezetői elismerés hiánya, szegényes bérezés, fölösleges értekezletek, sok adminisztráció és pluszmunka, gyermekért vállalt felelősség és állásvesztéstől való félelem jellemzi munkájukat (Petróczi et al., 1999; Holecz 2006).

1.3. A munka és a magánélet összeegyeztetése

A munka és a család két olyan komponense az életnek, amely a legfontosabb szerepet tölti be a mindennapjainkban. Amennyiben a munka és a család szerep akadályozza egymást, vagy interferál, munka-család konfliktusról (Netemeyer et al., 1996, idézi Farkas et al., 2012) beszélhetünk. A munka-család konfliktus pszichés és fizikai megterhelést jelent az egyén számára, legsúlyosabb következményei a stressz, a kiégés, a szomatikus problémák, a munkával való elégedetlenség, az alacsony munkateljesítmény, a gyakori hiányzások, valamint a kedvezőtlenebb testi-lelki jóllét és az alacsonyabb étellel való elégedettség (Aryee et al., 1999, idézi Farkas et al., 2012). A munka-család konfliktusnak két formája van, a munkából származó család-konfliktus és a családból származó munka-konfliktus. A munkából származó család-konfliktust (Byron, 2005) befolyásolja a munkába való bevonódás, a munkaórák száma, a munkahelyi támogatás, a rugalmas munkaidő, a munkából származó feszültség. A családból származó munka-konfliktust (Byron, 2005) elsősorban az otthon eltöltött órák száma, a családi feszültségek, a gyermekek száma és a családi állapot határozzák meg. Kutatási eredmények szerint a magyar emberek 22,3%-a érez konfliktust a munkahelye és a családja között (Szlávicz, 2010).

2. Kutatási cél

Kutatásunk célja az óvodapedagógusok általános jóllétének felmérése, valamint a jólléttel összefüggésben álló olyan munkahelyi tényezők feltárása volt, mint a munkahely jellemzői, a foglalkoztatási mutatók, a munkahely tárgyi feltételeivel való elégedettség, az erőfeszítések és jutalmak egyensúlytalansága, a munka-család összeegyeztetéséből adódó konfliktusok, illetve az önbecsült egészségi állapot.

3. Módszer

3.1. Vizsgált személyek

Az interneten elérhető és a papíralapú kérdőíveket összesen 129 válaszadó töltötte ki. A mintába csak óvodapedagógusi végzettséggel rendelkező személyek kerülhettek. A 129 főből 3 személyt zártunk ki a vizsgálatból, mert hiányosan töltötték ki a kérdőíveket. A végleges vizsgálati mintát összesen 126 óvodapedagógus alkotta.

3.2. Vizsgálati eszközök

Az óvodapedagógusok általános jóllétét a WHO Általános Jól-lét Skála öt tételes rövidített verziójával (Susánszky et al., 2006) mértük fel.

A kérdőívesomagba bekerültek általunk megfogalmazott kérdések, amelyek a válaszadók munkahelyi jellemzőire (óvodai csoport összetétele életkor és nemek szerint, csoportlétszám), foglalkoztatási mutatóira (munkaidő, munkatapasztalat, az óvoda fenntartója és a település) és a munkahelyük tárgyi feltételeivel (csoportszoba mérete, annak felszereltsége, a kinti időtöltésre alkalmas adottságok) való elégedettségére vonatkoztak.

A kutatásunkban használt Erőfeszítés-Jutalom Egyensúlytalanság Kérdőív (Salavecz et al., 2006) a munkahelyi stressz mérésére szolgál. A kérdőív három dimenziója felméri a munkában tett erőfeszítések (időzavar, zavaró tényezők, megszakítások), a munkáért kapott jutalmakat (megbecsültség, státusz kontroll, anyagi elismerés) és a túlvállalás mértékét.

A munka és a család összeegyeztetéséből adódó lehetséges konfliktusokat, a munkába és a családba való bevonódást, illetve a munkával és a családdal való elégedettséget a 28 állítást tartalmazó Munka-család kérdőívvel (Makra et al., 2012) vizsgáltuk.

Az egészségi állapot szubjektív megítélésére vonatkozóan a következő kérdést tettük fel: „Összességében hogyan minősíti saját egészségi állapotát?”. A kitöltőnek a kérdésre egy ötfokú skála alapján kellett válaszolnia.

4. Eredmények

Vizsgálatunkban a WHO Jól-lét Kérdőív skálaértékeit dichotomizáltuk annak érdekében, hogy két csoportot tudjunk képezni az vizsgált személyekből a szubjektív jóllét alacsonyabb és magasabb szintje alapján. A vizsgálatba bevont 126 óvodapedagógusból 36 személyt (29%) soroltunk az alacsonyabb szintű jóllét érzettel, 90 személyt (71%) a magas jóllét érzettel jellemezhető csoportba. A csoportok a demográfiai jellemzők szempontjából nem különböztek egymástól szignifikáns mértékben (1. táblázat).

Demográfiai jellemzők	Alacsonyabb jóllét	Magasabb jóllét	Statisztikai próba	<i>p</i>
Életkor (<i>Mdn, SD</i>)	42±12,12 év	38±11,76 év	<i>U</i> =1240,5	0,11
Nem				
Nő	2,9% (1 fő)	0,0% (0 fő)		
Férfi	97,1% (34 fő)	100% (90 fő)		
Családi állapot			$\chi^2 = 5,778$ (<i>df</i> =4)	0,216
Házass	48,5% (17 fő)	63,3% (57 fő)		
Egyedülálló	14,3% (5 fő)	13,3% (12 fő)		
Elvált	14,3% (5 fő)	3,3% (3 fő)		
Özvegy	2,9% (1 fő)	2,2% (2 fő)		
Élettársi kapcsolatban él	20,0% (7 fő)	17,8% (16 fő)		
Gyermek			$\chi^2 = 0,227$ (<i>df</i> =1)	0,634
Van	68,6% (24 fő)	36,0% (57 fő)		
Nincs	31,4% (11 fő)	64,0% (32 fő)		
Gyermekek száma (<i>M, SD</i>)	1±1 fő	1,5±1,14 fő	<i>U</i> =1516,0	0,742
Legmagasabb iskolai végzettség			$\chi^2 = 1,495$ (<i>df</i> =2)	0,473
Szakközépiskola	2,8% (1 fő)	1,1% (1 fő)		
Főiskola	83,3% (30 fő)	76,7% (69 fő)		
Egyetem	13,9% (5 fő)	22,2% (80 fő)		

1. táblázat: A csoportok demográfiai jellemzői

A továbbiakban a két csoportot hasonlítjuk össze a következő változók alapján: foglalkoztatási mutatók, munkahelyi jellemzők, tárgyi feltételekkel való elégedettség, erőfeszítés-jutalom egyensúlytalanság, munka-család konfliktus, valamint az egészségi állapot önbecslése.

A foglalkoztatási mutatókat megvizsgálva a két csoport között csak a munkatapasztalatban mutatkozott tendenciaszerű eltérés ($p=0,089$), az alacsonyabb szintű jólléttel jellemezhető személyek régebben dolgoznak óvodapedagógusként (2. táblázat).

Foglalkoztatási mutatók	Alacsonyabb jóllét	Magasabb jóllét	Statisztikai próba	<i>p</i>
Munkahely típusa			$\chi^2=1,589$ (<i>df</i> =2)	0,452
Gyakorló óvoda	5,6% (2 fő)	12,2% (11 fő)		
Állami /önkormányzati óvoda	86,1% (31 fő)	76,7% (69 fő)		
Egyéb	8,3% (3 fő)	11,1% (10 fő)		
Település			$\chi^2=0,434$ (<i>df</i> =2)	0,842
Város	69,4% (25 fő)	71,1% (64 fő)		
Község	19,4% (7 fő)	15,6% (14 fő)		
Falu	11,1% (4 fő)	13,3% (12 fő)		
Foglalkoztatottság				
Teljes állás	100% (36 fő)	100% (90 fő)		
Részmunkaidő	-			
GYES	-			
Munkanélküli	-			
Munkatapasztalat (<i>Mdn,SD</i>)	24±13,56 év	10±13,88 év	<i>U</i> =1173,5	0,089

2. táblázat: A csoportok összehasonlítása a foglalkoztatási mutatók tekintetében

A munkahelyi jellemzők közül az óvodai csoport létszámának tekintetében adódott statisztikailag jelentős különbség ($p=0,014$) a csoportok között (3. táblázat). Azok a pedagógusok, akik kedvezőtlenebb általános jóllétről számoltak be, átlagosan 25±4,97 fő csoportokban dolgoznak, míg a kedvezőbb állapotúak csoportjába kevesebb, átlagosan 23±3,71 gyermek jár.

Munkahelyi jellemzők	Alacsonyabb jóllét	Magasabb jóllét	Statisztikai próba	<i>p</i>
Beosztás			$\chi^2=1,765$ (<i>df</i> =2)	0,414
Délelőttös	19,4% (7 fő)	11,1% (10 fő)		
Délutános	5,6% (2 fő)	8,9% (8 fő)		
Mindkettő	75,0% (27 fő)	80,0% (72 fő)		
Beosztás változása			$\chi^2=1,071$ (<i>df</i> =4)	0,899
Hetente	48,6% (17 fő)	73,0% (46 fő)		
Kéthetente	14,3% (5 fő)	17,8% (16 fő)		
Havonta	5,7% (2 fő)	5,6% (5 fő)		
Félévente	0,0% (0 fő)	1,1% (1 fő)		
Évente	31,4 % (11 fő)	24,4% (22 fő)		
Csoportlétszám (<i>Mdn, SD</i>)	25±4,97 fő	23±3,71 fő	<i>U</i> =1102,5	0,014
Csoport életkori összetétele			$\chi^2=0,443$ (<i>df</i> =1)	0,506
Heterogén	63,9% (23 fő)	70,0% (63 fő)		
Homogén	36,1% (13 fő)	30,0% (27 fő)		

3. táblázat: A csoportok összehasonlítása a munkahelyi jellemzők tekintetében

A tárgyi feltételekkel való elégedettséget megvizsgálva azt találtuk, hogy a kedvezőtlenebb általános jóllétről beszámoló személyek szignifikánsan kevésbé vannak megelégedve a

munkahelyükön a csoportszoba méretével ($p=0,007$), a csoportszoba felszereltségével ($p=0,017$) és a kinti időtöltésre alkalmas lehetőségekkel ($p=0,004$) (4. táblázat).

Tárgyi feltételekkel való elégedettség	Alacsonyabb jóllét		Magasabb jóllét		Statisztikai eljárás	
	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Csoportszoba mérete	1	0,76	2	0,73	1152,5	0,007
Csoportszoba felszereltsége	2	0,65	2	0,67	1219,5	0,017
Kinti lehetőségek	2	0,73	2	0,77	1121,5	0,004

4. táblázat: A csoportok összehasonlítása a munkahely tárgyi feltételeivel való elégedettsége alapján

A munka-család összeegyeztetésének nehézségeit vizsgáló kérdőív hat skálájából ötben szignifikánsan különböztek a vizsgált óvodapedagógus csoportok (5. táblázat). A munka-család konfliktus két típusában, a munkából származó család-konfliktusban ($p=0,001$) és a családból származó munkakonfliktusban ($p=0,027$) is jobban érintettek az alacsonyabb általános jóllét állapotban lévő személyek. A kedvezőtlenebb állapotban lévők jelentősen alacsonyabb pontszámokat értek el a mérőeszköz munkával ($p<0,001$) és élettél ($p=0,024$) való elégedettséget mérő skáláin is. Eredményeink szerint a két csoport egyenlő mértékben vonódik be a munkába ($p=0,541$), azonban az alacsonyabb jólléttel jellemezhető személyek kevésbé vonódnak be a családba ($p=0,057$).

Munka-család összeegyeztetése	Alacsonyabb jóllét		Magasabb jóllét		Statisztikai eljárás	
	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>U/F*</i>	<i>p</i>
Munka-család konfliktus						
Család-konfliktus (<i>M</i>)	12,78	0,61	9,2	0,30	*2,108	<0,001
Munka-konfliktus	10	3,35	8	2,93	1091,5	0,004
Elégedettség						
Munkával	6	2,31	9	1,74	490,5	<0,001
Élettél	11,5	3,08	15	2,51	504,5	<0,001
Bevonódás						
Munkába	13,5	3,22	14	2,28	1508,5	0,541
Családba	16	4,05	17	2,42	1270,0	0,057

5. táblázat: A munka-család összeegyeztetése a vizsgált csoportokban

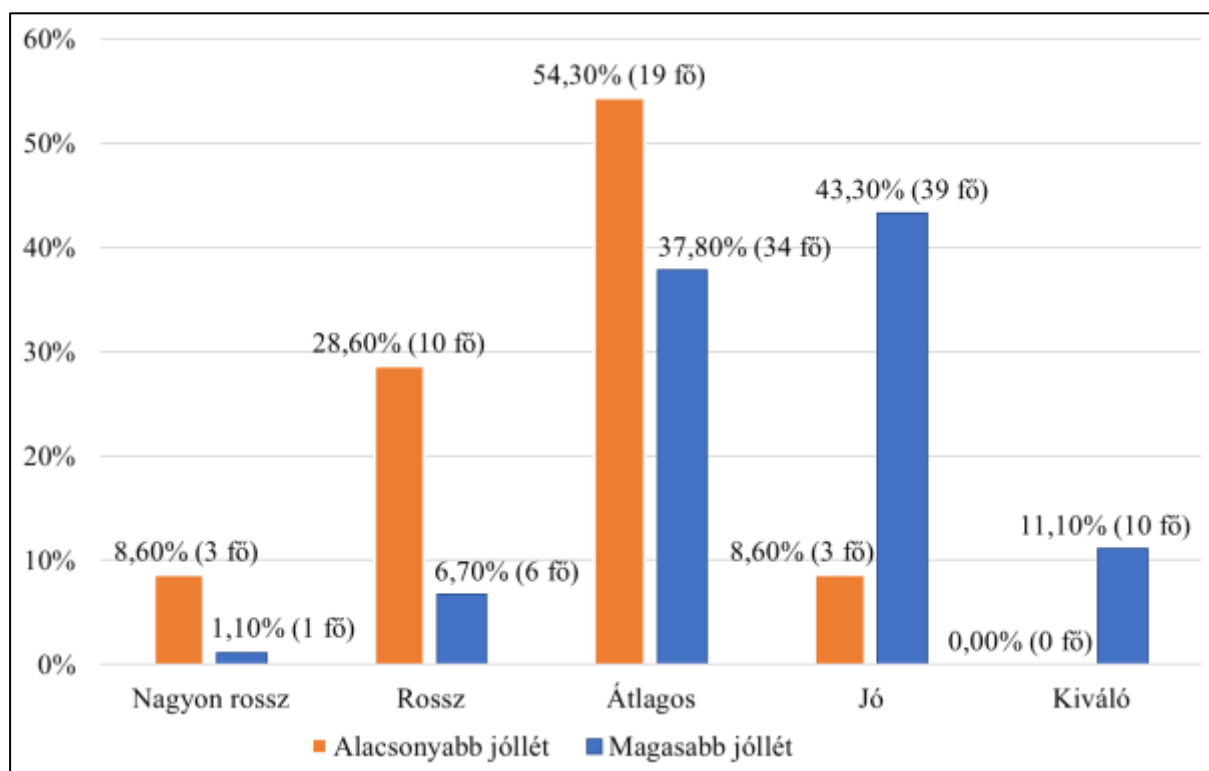
A 6. táblázat szemlélteti a magasabb és az alacsonyabb általános jóllét állapotában lévő óvodapedagógusok összehasonlítását az Erőfeszítés-Jutalom Kérdőív három dimenziója mentén. A két csoport között statisztikailag jelentős különbségek mutatkoztak a munkahelyi

erőfeszítés ($p<0,001$), a munkáért kapott jutalmak ($p<0,001$) és a túlvállalás ($p<0,001$) dimenzióban is. Eredményeink szerint az alacsonyabb jóllét érzéssel jellemezhető pedagógusok több erőfeszítést tesznek, kevesebb a munkájuk során észlelt jutalom, és hajlamosabbak a túlvállalásra.

	Alacsonyabb jóllét		Magasabb jóllét		Statisztikai eljárás	
	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>Mdn</i>	<i>SD</i>	<i>U</i>	<i>p</i>
Erőfeszítés	10,5	3,56	7	2,82	814,0	<0,001
Jutalom	18	4,66	24,5	5,07	573,0	<0,001
Túlvállalás	19	5,59	15	3,39	722,5	<0,001

6. táblázat. A csoportok összehasonlítása az Erőfeszítés-Jutalom Kérdőív három dimenziója mentén

Az óvodapedagógusok egészségi állapotát egyetlen kérdéssel, a vizsgált személyek önbecslése alapján mértük fel. A vizsgált csoportok között szignifikáns különbségek mutatkoztak ($\chi^2=28,401$; $df=4$; $p<0,001$), az alacsonyabb általános jóllét állapotában lévő óvodapedagógusok nagyobb hányada minősítette egészségi állapotát nagyon rossznak, rossznak vagy átlagosnak, míg a kedvezőbb jóllét érzéssel jellemezhető személyek között többen ítélték egészségüket jónak vagy kiválónak (1. ábra).



1. ábra: Az egészségi állapot önbecslése a csoportokban

5. Összegzés

Kutatásunkban az általános jóllét szintje alapján elkülönített óvodapedagógusok két csoportját hasonlítottuk össze a jólléttel összefüggésben álló munkahelyi tényezők tekintetében. Az alacsonyabb jóllét-érzettel rendelkező személyek átlagosan négy évvel idősebbek, mint a magasabb jóllét állapotában lévők, azaz igazolódni látszik az összefüggés, hogy a magasabb életkor és az alacsonyabb jóllét együttjárnak (Urbán, 2017). Az alacsonyabb jóllét állapotában lévő óvodapedagógusok régebben dolgoznak a pályán és nagyobb létszámú csoportot vezetnek, ami feltételezésünk szerint a fokozottabb munkaterhelésen keresztül ronthatja az általános jóllét érzetüket. Az alacsonyabb jóllét állapotában lévők kevésbé vannak megelégedve a munkahelyük tárgyi feltételeivel, vagyis megítélésük szerint rosszabb körülmények között dolgoznak. Ebben az esetben nem világos az összefüggés iránya, a kedvezőtlenebb lelkiállapot észlelést torzító hatása miatt ítélik rosszabbnak a körülményeket, ugyanakkor a ténylegesen szegényesebb feltételek is hathatnak az állapotukra. A munkahelyen tett erőfeszítések és a kapott jutalmak esetleges egyensúlytalanságát megvizsgálva azt az eredményt kaptuk, hogy a két csoport között jelentős különbségek mutatkoztak a munkahelyi erőfeszítés, a munkáért kapott jutalmak és a túlvállalás dimenzióban is. Eredményeink rámutatnak arra, hogy a kedvezőtlenebb állapotban lévő óvodapedagógusok munkahelyükön jelentősen több erőfeszítést tesznek, mint a magasabb jóllétnek örvendő, emellett pedig kevesebb anyagi és erkölcsi elismerést kapnak, kevésbé számíthatnak előléptetésre, illetve bizonytalanabbnak érzik a munkahelyüket. Továbbá az alacsonyabb általános jóllét érzettel jellemezhető személyek kevésbé képesek a munkájukból kivonódni a munkaidő lejárta után és túlterheltebbnek érzik magukat. Vizsgálatunk összhangban áll a korábbi tanulmányok (összegzi Salavec, 2011; Urbán, 2017) eredményeivel, miszerint az önbecsült egészségi állapot, az alacsony jóllét és a munkában tett jelentős erőfeszítések és csökkent jutalmak összefüggésben állnak, továbbá a magas túlvállalással jellemezhető munkavállalóknál valószínűbb, hogy valamilyen pszichoszomatikus tünet kimutatható.

A munka és a család összeegyeztetéséből adódó nehézségeket tekintve a csoportok összehasonlításából származó adatok rámutatnak arra, hogy az alacsonyabb jólléttel rendelkezők feltehetően nehezebben választják szét a munkát és a magánéletet, körükben több a munka-család összeegyeztetéséből adódó konfliktus. Az alacsonyabb általános jóllét állapotában lévő személyek a családi életben kevésbé vesznek részt, kevésbé elégedettek az életükkel és a munkájukkal. Ahogy már az előzőekben ismertettük, az alacsonyabb jóllét állapotában lévő óvodapedagógusok az erőfeszítés-jutalom egyensúlytalanságot mérő kérdőív

erőfeszítés és túlvállalás dimenzióiban is jobban érintettek, ami részben magyarázhatja, hogy miért lehet több munka-család konfliktusuk, és miért vonódhatnak be inkább a munkába, mint a családba.

Vizsgálatunkban az óvodapedagógusok önbecsült egészségi állapotát felmérve megállapíthatjuk, hogy az alacsonyabb szintű jólléttel jellemezhető személyek 28,6%-a rossznak, 8,6%-a nagyon rossznak értékeli egészségét. Az általunk kapott eredmények jóval kedvezőtlenebbek, mint a magyar aktív munkavállalók egészségi állapotával kapcsolatos adatok. Salavecz (2011) vizsgálatában, amelyben a rossznak, illetve nagyon rossznak értékelt egészségi állapotot tekintették rossz egészségi állapotnak, a felsőfokú végzettséggel rendelkezők 2,4%-a, a 49 éven aluliak 3,9%-a becsülte egészségét rossznak. Adataink rávilágítanak arra, hogy az óvodapedagógusok testi egészségének megőrzésére is érdemes nagyobb hangsúlyt fektetni, amelyet megerősít, hogy számos vizsgálat bizonyította az egészségi állapot önbecslésének különböző betegségekkel és a halálozással való szoros összefüggését (Idler és Benyamini, 1997, idézi Urbán, 2017). Az önbecsült egészségi állapot egy egyszerűen kikérdezhető indikátora lehet a személy aktuális állapotának és az egészségében bekövetkező apróbb, még nem diagnosztizált változásoknak is.

6. Konklúzió

Vizsgálati eredményeink is rávilágítanak arra, hogy az óvodapedagógusi munkából fakadó speciális testi-lelki megterhelések, a magas csoportlétszám, a kedvezőtlen munkakörülmények, az adminisztratív feladatok, a túlórák, a vezetők és kollégák felől érkező csekély erkölcsi és anyagi elismerés nemcsak a pszichés jóllétet, de a testi egészséget is próbára tehetik. Az óvodapedagógusnak nemcsak a munkahelyükön, 20-30 gyermek és szülei körében, hanem szülőként és háztársi szerepben is helyt kell állniuk, ami jelentős nehézségeket szülhet a munka és magánélet összehangolásában, ronthatja a jóllétet. Az óvodapedagógusok egészségének védelme szempontjából elengedhetetlen, hogy képzésük során jelentős hangsúlyt kapjon a pályaszocializáció, munkába állásuk után pedig tréningekkel, szupervízióval, esetmegbeszélő csoportok szervezésével segítsék őket.

BIBLIOGRÁFIA

- Byron, K. (2005). A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *Journal of vocational behavior*, Vol. 67. No. 2. pp. 169–198. DOI: [10.1016/j.jvb.2004.08.009](https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.08.009)
- Farkas, D., Orosz, G. & Makra, E. (2012). A munka-család konfliktus kérdőív magyar validálása és a munka-család egyensúlyra ható tényezők. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67. évf. 3. sz. pp. 491–518. DOI: [10.1556/mpszle.67.2012.3.5](https://doi.org/10.1556/mpszle.67.2012.3.5)
- Finác, J. & Csima, M. (2019). A kora gyermekkori nevelésben dolgozók egészségi állapotának és egészségmagatartásának mutatói. *Képzés és Gyakorlat*, 17. évf. 1. sz. pp. 25–40. DOI: [10.17165/TP.2019.1.3](https://doi.org/10.17165/TP.2019.1.3)
- Petróczi, E., Fazekas, M., Tombácz, Zs., & Zimányi, M. (1999). A kiégés jelensége pedagógusoknál. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 54. évf. 3. sz. pp. 127–139.
- Pikhart, H., Bobak, M. & Marmot, M. (2004): Psychosocial factors at work and depression in three countries of Central and Eastern Europe. *Social Science and Medicine*, Vol. 58. No. 8. pp. 1475–1482. DOI: [10.1016/S0277-9536\(03\)00350-2](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(03)00350-2)
- Salavecz, Gy. (2011). *A munkahelyi stressz és az egészség összefüggései hazai és nemzetközi viszonylatban*. [Doktori disszertáció]. Semmelweis Egyetem, Budapest.
- Salavecz, Gy., Neculai, K., Rózsa, S. & Kopp, M. (2006). Az erőfeszítés-jutalom-egyensúlytalanság kérdőív magyar változatának megbízhatósága és érvényessége. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7. évf. 3. sz. pp. 231–246. DOI: [10.1556/Mental.7.2006.3.7](https://doi.org/10.1556/Mental.7.2006.3.7)
- Siegrist, J., Starke, D., Chandola, T., Godin, I., Marmot, M., Niedhammer, I., Peter, R. (2004): The measurement of Effort-Reward Imbalance at work: European comparisons. *Social Science & Medicine*, Vol. 58. No. 8. pp. 1483–1499. DOI: [10.1016/S0277-9536\(03\)00351-4](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(03)00351-4)
- Stansfeld, S. A., Fuhrer, R., Shipley, M. J. & Marmot, M. G. (1999). Work characteristics predict psychiatric disorder: Prospective results from the Whitehall II study. *Occupational and Environmental Medicine*, Vol. 56. No. 5. pp. 302–307. DOI: [10.1136/oem.56.5.302](https://doi.org/10.1136/oem.56.5.302)
- Susánszky, É., Konkol, T. B., Stauder, A. & Kopp, M. (2006). A WHO Jól-lét kérdőív rövidített (WBI-5) magyar változatának validálása a Hungarostudy 2002 Országos Lakossági Egészségfelmérés alapján. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 7. évf. 3. sz. pp. 247–255. DOI: [10.1556/Mental.7.2006.3.8](https://doi.org/10.1556/Mental.7.2006.3.8)
- Szántó Zs., Susánszky É., Berényi Z., Sipos F. & Murányi I. (2016). A jól-lét fogalmának értelmezése az európai szakirodalomban (2009–2014). *METSZETEK Társadalomtudományi folyóirat*, 1. évf. 5. sz. pp. 16–47. DOI: [10.18392/metsz/2016/1/6](https://doi.org/10.18392/metsz/2016/1/6)

Szlávicz, Á. (2010). *A „Dolgozó magyarok 2006” dolgozói elégedettség felmérés módszertani elemzése* [Doktori disszertáció]. Szent István Egyetem, Gödöllő.

Urbán, R. (2017). *Az egészségpszichológia alapjai*. ELTE Eötvös Könyvkiadó

TÓTH-MERZA, KATALIN – BONTÓ, PETRA – ALMÁSSY, ZSUZSANNA
THE RELATIONSHIP BETWEEN OVERALL WELL-BEING AND CHARACTERISTICS OF WORK
AMONG KINDERGARTEN TEACHERS

The aim of the study was to examine the overall well-being of kindergarten teachers, and its relation to the employment characteristics, parameters of workplace, satisfaction with work environment, effort-reward imbalance, work-family conflict, and self-rated health. Our results revealed that kindergarten teachers with lower rates of overall well-being 1) reported impaired physical health, 2) work with groups including more children, 3) are less satisfied with their work environment, 4) showed more work related stress characterized by the imbalance of efforts, rewards, and overcommitment, and 4) have more work-family conflict.