

## Επιστημονική Επετηρίδα Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων

Τόμ. 7 (2014)



**Το επαγγελματικό άγχος και η επαγγελματική εξουθένωση των εκπαιδευτικών στην εποχή της οικονομικής κρίσης**

Δήμητρα Στάγια, Γιώργος Ιορδανίδης

doi: [10.12681/jret.855](https://doi.org/10.12681/jret.855)

Copyright © 2014, Δήμητρα Στάγια, Γιώργος Ιορδανίδης



Άδεια χρήσης [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

### Βιβλιογραφική αναφορά:

Στάγια Δ., & Ιορδανίδης Γ. (2014). Το επαγγελματικό άγχος και η επαγγελματική εξουθένωση των εκπαιδευτικών στην εποχή της οικονομικής κρίσης. *Επιστημονική Επετηρίδα Παιδαγωγικού Τμήματος Νηπιαγωγών Πανεπιστημίου Ιωαννίνων*, 7, 56–82. <https://doi.org/10.12681/jret.855>

# Το επαγγελματικό άγχος και η επαγγελματική εξουθένωση των εκπαιδευτικών στην εποχή της οικονομικής κρίσης

Δήμητρα Στάγια & Γιώργος Ιορδανίδης

## ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σε έρευνα που διεξήχθη σε δείγμα 93 εκπαιδευτικών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης κατά το σχολικό έτος 2013-2014 διερευνήθηκαν τα επίπεδα και οι πηγές του επαγγελματικού άγχους, της επαγγελματικής εξουθένωσης και της οικονομικής δυσκολίας και αναζητήθηκαν συσχετίσεις μεταξύ των παραπάνω μεταβλητών σε ζεύγη αλλά και στο σύνολό τους, με τη χρήση πρότυπου μοντέλου δομικών εξισώσεων. Ως ερευνητικά εργαλεία χρησιμοποιήθηκαν το Ερωτηματολόγιο Πηγών Επαγγελματικής Έντασης, η Κλίμακα Επαγγελματικής Εξουθένωσης των Εκπαιδευτικών της Maslach και η Κλίμακα Μέτρησης Αίσθησης της Οικονομικής Δυσκολίας του Barrera. Η έρευνα έδειξε μεταξύ άλλων ότι τα οικονομικά προβλήματα συμβάλλουν στο επαγγελματικό άγχος των εκπαιδευτικών, ειδικότερα στους νεότερους από αυτούς και στις γυναίκες.

**ΛΕΞΕΙΣ-ΚΛΕΙΔΙΑ:** επαγγελματικό άγχος εκπαιδευτικών, δευτεροβάθμια εκπαίδευση, επαγγελματική εξουθένωση εκπαιδευτικών, οικονομική κρίση, Ερωτηματολόγιο Πηγών Επαγγελματικής Έντασης, Κλίμακα Επαγγελματικής Εξουθένωσης των Εκπαιδευτικών Maslach, Κλίμακα Μέτρησης Αίσθησης της Οικονομικής Δυσκολίας Barrera, πρότυπο μοντέλο δομικών εξισώσεων.

## **Occupational stress and professional burnout among Greek teachers in secondary schools under conditions of economic crisis**

**Δήμητρα Στάγια & Γιώργος Ιορδανίδης**

### **ABSTRACT**

This study examined the levels and sources of teacher stress and burnout, regarding the economic crisis and defined certain correlations between them. Participants were 93 secondary education teachers. The data was collected using the Sources of Occupational Stress Questionnaire, the Maslach Burnout Inventory and Barrera's Perceived Economic Hardship Questionnaire. The research have been held during the school year 2013-2014. The results indicated that the economic crisis has affected the professional stress in many ways, especially for younger teachers and female teachers. The structural equation model revealed that occupational stress, teachers' burnout and economic hardship are interconnected.

**KEY-WORDS:** *Occupational stress of teachers, secondary school teachers, teachers' burnout, economic crisis, Sources of Occupational Stress Questionnaire, Maslach Burnout Inventory, Barrera's Perceived Economic Hardship Questionnaire, structural equation model*

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Στον σύγχρονο κόσμο, το επαγγελματικό περιβάλλον αποτελεί μια από τις σημαντικότερες πηγές άγχους. Οι σχέσεις που αναπτύσσει το άτομο μέσα σε αυτό, η φύση της εργασίας και τα ενδεχόμενα προβλήματα που αντιμετωπίζει σε αυτή, επηρεάζουν σε μεγάλο βαθμό την καθημερινότητα και την ποιότητα της ζωής του. Το επαγγελματικό άγχος αποτελεί ένα ιδιαίτερα επίκαιρο αντικείμενο μελέτης κι έρευνας, καθώς η οικονομική κρίση που αντιμετωπίζουν αρκετά κράτη σε παγκόσμιο επίπεδο από το 2008 και εξής έχει επιφέρει σημαντικές αλλαγές στον χώρο της εργασίας, με κύρια χαρακτηριστικά την ανασφάλεια, τη μείωση των αποδοχών και των παροχών, τα υψηλά ποσοστά ανεργίας κλπ., καταστάσεις που επιτείνουν την εμφάνισή του. Επιπλέον, έχει αποδειχθεί ότι οι συνέπειες του επαγγελματικού άγχους στο εργατικό δυναμικό επιφέρουν υψηλό οικονομικό κόστος στα εθνικά συστήματα υγείας και τις επιχειρήσεις σε παγκόσμιο επίπεδο, καθώς συνδέονται με ψυχοσωματικές ασθένειες και κατά συνέπεια με αυξημένες δαπάνες ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης, χαμηλή παραγωγικότητα και ποιότητα έργου, πρόωρη συνταξιοδότηση κ.ά. (Ganster & Rosen, 2013). Ενδεικτικά, υπολογίζεται ότι οι συνέπειές του κοστίζουν στην αμερικανική οικονομία περισσότερο από 300 δις. δολάρια τον χρόνο λόγω απουσιών, αδειών και παραιτήσεων των εργαζομένων, λόγω μειωμένης παραγωγικότητας και ιατρικών, νομικών και ασφαλιστικών δαπανών (American Psychological Association Practice Organization, 2010). Στη Μ. Βρετανία υπολογίζεται ότι το 40% των επαγγελματικών ασθενειών και το 50-60% των απουσιών από την εργασία οφείλονται στο εργασιακό άγχος, ενώ οι ανάλογες δαπάνες το 2006 ξεπέρασαν τα 530 εκατ. στερλίνες (Health & Safety Executive,

2013). Η Ελλάδα καταλαμβάνει την πρώτη θέση στην Ευρώπη στο εργασιακό άγχος, με ποσοστό 55% (European Agency for Safety and Health at Work, 2009).

#### *Το επαγγελματικό άγχος και η εξουθένωση του εκπαιδευτικού*

Αν και η κοινή γνώμη θεωρεί το επάγγελμα του εκπαιδευτικού από τα πλέον προνομιούχα λόγω των εκτεταμένων διακοπών και του περιορισμένου διδακτικού ωραρίου, τα ερευνητικά δεδομένα το κατατάσσουν στα τρία πιο στρεσογόνα επαγγέλματα παγκοσμίως (Johnson et al., 2005· O.E.C.D., 2013a· Travers & Cooper, 1993).

Ως επαγγελματικό άγχος των εκπαιδευτικών, κατά τους Kyriacou και Sutcliffe (1977), ορίζεται ένα σύνολο δυσάρεστων και αρνητικών συναισθημάτων (λ.χ. θυμός, στενοχώρια, κατάθλιψη) που ενδέχεται να βιώνει ο εκπαιδευτικός εξαιτίας διαφόρων πτυχών του επαγγέλματός του και το αισθάνεται ως απειλή απέναντι στην αυτοεκτίμηση και την ευτυχία του. Έρευνες έδειξαν ότι περίπου το 1/3 των εκπαιδευτικών θεωρεί το επάγγελμά του εξαιρετικά στρεσογόνο (Jepson & Forrest, 2006), ενώ σε σύγκριση με άλλους επαγγελματίες, οι εκπαιδευτικοί παρουσιάζουν υψηλότερα επίπεδα άγχους (Borg & Riding, 1991). Ειδικότερα στην Ελλάδα, οι εκπαιδευτικοί παρουσιάζουν στρες σε ποσοστό 54% (E.A.S.H.W., 2009).

Η επαγγελματική εξουθένωση αποτελεί συνέπεια του παρατεταμένου εργασιακού άγχους (Maslach & Jackson, 1981) και έχει καθιερωθεί ως όρος της ιατρικής της εργασίας. Πλήττει κυρίως τα άτομα που απασχολούνται σε επαγγέλματα παροχής υπηρεσιών και συνδέεται με σωματικά, συναισθηματικά και συμπεριφορικά συμπτώματα (Kyriacou, 1979· Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Το σύνδρομο αυτό συνδέεται με το επάγγελμα του εκπαιδευτικού λόγω της σύνθετης και ιδιόμορφης φύσης του επαγγέλματος αυτού. Όταν ο εκπαιδευτικός νιώθει ότι υπερβαίνει τις δυνάμεις του, απομακρύνεται συναισθηματικά και γνωστικά από το αντικείμενό του

σε μια προσπάθεια να διαχειριστεί την κόπωση που νιώθει και να διαφυλάξει τα εναπομείναντα ενεργειακά του αποθέματα (Steinhardt, Smith-Jaggars, Faulk & Gloria, 2011).

Σύμφωνα με έρευνα της Ευρωπαϊκής Συνομοσπονδίας Συνδικάτων Εκπαίδευσης (E.T.U.C.E., 2008), οι βασικοί στρεσογόνοι παράγοντες για τους εκπαιδευτικούς είναι ο εργασιακός φόρτος, ο αυξημένος αριθμός ευθυνών, ο μεγάλος αριθμός μαθητών ανά τάξη, η κακή συμπεριφορά των μαθητών, η κακή σχέση με τη διεύθυνση, η έλλειψη οικονομικών πόρων κλπ. (Κυγιάκου, 2001· Λεονταρή, Κυρίδης & Γιαλαμάς, 1997). Σε αντίστοιχη έρευνα του Ευρωπαϊκού Οργανισμού για την Ασφάλεια και την Υγεία στην Εργασία (E.A.S.H.W., 2008), καταγράφηκαν επιπλέον οι αλλαγές στο εκπαιδευτικό υλικό, η έλλειψη κινήτρων, η αδιαφορία των μαθητών, η κακή σχέση με τους γονείς, οι χαμηλές αμοιβές κ.ά. Επιπρόσθετοι στρεσογόνοι παράγοντες για τους έλληνες εκπαιδευτικούς είναι η μη έγκαιρη τοποθέτηση σε σχολεία, η διδασκαλία των μαθημάτων β' ανάθεσης, η ανεπαρκής γνώση για τη διαχείριση κρίσεων, η διδασκαλία μαθημάτων εκτός ειδικότητας, οι περιορισμένες δυνατότητες υπηρεσιακής εξέλιξης, η αξιολόγηση των μαθητών κ.ά. (Μούζουρα, 2005).

#### *Οικονομική κρίση, παιδεία και εκπαιδευτικοί*

Παράλληλα με την ένταση και την εξουθένωση που μπορεί να βιώνει στην εργασία του, ο εκπαιδευτικός, όπως και όλοι οι πολίτες, καλείται να διαχειριστεί μια σειρά από άλλες δύσκολες καταστάσεις στην ιδιωτική του ζωή, απότοκες της οικονομικής κρίσης που αντιμετωπίζει η Ελλάδα τα τελευταία χρόνια: οι δραστικές περικοπές των μισθών και των επιδομάτων, η ανεργία, η υπέρογκη αύξηση της φορολογίας, το αυξημένο κόστος διαβίωσης, οι μειωμένες παροχές υγείας και πρόνοιας είναι μόνον λίγα από τα μέτρα που ανέτρεψαν τον οικογενειακό προγραμματισμό και οδήγησαν στην πτώση του βιοτικού επιπέδου των πολιτών (Kondilis et al., 2013). Επομένως, το

άγχος και τα συμπτώματα της εξουθένωσης που ενδεχομένως πλήττουν τον εκπαιδευτικό στην εργασία του, δεν αποσυμπιέζονται στην ιδιωτική του ζωή, αλλά, αντίθετα, διογκώνονται.

Σύμφωνα με συγκριτικές μελέτες, η εκπαίδευση αποτελεί τον τομέα που υπέστη τις βαρύτερες συνέπειες της οικονομικής κρίσης στη χώρα μας αλλά και μεταξύ άλλων ευρωπαϊκών χωρών (O.E.C.D., 2013a), καθώς οι αλλαγές στις εκπαιδευτικές δομές και οι ανατροπές που σημειώθηκαν στο εργασιακό καθεστώς των εκπαιδευτικών υπήρξαν –και εξακολουθούν να είναι- ραγδαίες και αιφνιδιαστικές. Σύμφωνα με έρευνα της E.T.U.C.E. (2013), από το 2008 έως το 2012 οι κρατικές δαπάνες για την παιδεία περικόπηκαν κατά 20% και οι έλληνες εκπαιδευτικοί είναι εκείνοι που υπέστησαν τις μεγαλύτερες περικοπές αποδοχών από όλους τους δημοσίου υπαλλήλους στην Ελλάδα αλλά και στην Ευρώπη, καθώς αυτές έφτασαν σε ποσοστό 40%. Επιπλέον, συγχωνεύτηκαν και καταργήθηκαν 1.933 και 1.053 σχολικές μονάδες αντίστοιχα και οι προσλήψεις των εκπαιδευτικών μειώθηκαν κατά 88%. Σε παρόμοια συμπεράσματα κατέληξε και η πρόσφατη έρευνα που εκπόνησε για λογαριασμό της Ευρωπαϊκής Επιτροπής το δίκτυο «Ευρυδίκη» (European Commission/Eurydice, 2013): στην Ελλάδα, από το 2008 έως το 2011, οι κρατικές δαπάνες για την παιδεία μειώθηκαν κατά 19%, ενώ το 2013 σημειώθηκε επιπλέον μείωση κατά 10%, με αποτέλεσμα οι δαπάνες για την παιδεία να αποτελούν πλέον το 2,6% επί του συνολικού Α.Ε.Π. της χώρας.

Ως προς τις οικονομικές απολαβές των εκπαιδευτικών, είναι γνωστό ότι σε διεθνές επίπεδο είναι αντιστρόφως ανάλογες της βαρύτητας και του μεγέθους της ευθύνης που φέρει το λειτούργημα αυτό: σύμφωνα με στοιχεία του Οικονομικού Οργανισμού για τη Συνεργασία και την Ανάπτυξη (O.E.C.D., 2013b), οι εκπαιδευτικοί στις περισσότερες προηγμένες χώρες αμείβονται χαμηλότερα από

οποιονδήποτε άλλον κάτοχο πανεπιστημιακού τίτλου. Ειδικότερα, για τους έλληνες εκπαιδευτικούς, οι περικοπές στη μισθοδοσία τους ήταν εντυπωσιακές: με μια σειρά νομοθετημάτων (Ν.3833/2010, Ν.3845/2010), διάφορα επιδόματα μειώθηκαν ως και 20% και πολλά άλλα, όπως τα επιδόματα αδείας και εορτών, καταργήθηκαν. Ο Νόμος 4024/2011, με τον οποίο καθιερώθηκε το Ενιαίο Μισθολόγιο δημοσίων υπαλλήλων, ήταν αυτός που επέφερε σαρωτικές αλλαγές στην βαθμολογική και μισθολογική εξέλιξη των εκπαιδευτικών, με μεγαλύτερες οικονομικές απώλειες για τους εκπαιδευτικούς με λιγότερα από δέκα χρόνια προϋπηρεσίας. Ειδικά για τους νεοδιόριστους εκπαιδευτικούς, ο βασικός μισθός συρρικνώθηκε από το 2009 έως το 2013 κατά 40%, ποσοστό πρωτοφανές για τα ευρωπαϊκά δεδομένα (European Commission/Eurydice, 2013).

Πέρα από τη μείωση των οικονομικών απολαβών, στο πλαίσιο της δημοσιονομικής προσαρμογής, οι ήδη νομοθετημένες και οι φημολογούμενες εκπαιδευτικές αλλαγές μεταβάλλουν σε μεγάλο βαθμό το εργασιακό πλαίσιο των εκπαιδευτικών και δημιουργούν ένα αίσθημα ανασφάλειας και νευρικότητας.

## **ΜΕΘΟΔΟΣ**

Στόχος της παρούσας έρευνας είναι να διερευνήσει: α) τις πηγές και τα επίπεδα του επαγγελματικού άγχους, της εξουθένωσης, αλλά και της οικονομικής δυσχέρειας των ελλήνων εκπαιδευτικών, β) να συσχετίσει τις τρεις αυτές παραμέτρους ανά ζεύγη και συνολικά, προκειμένου να εντοπίσει εάν και με ποιον τρόπο διασυνδέονται, και γ) να εντοπίσει τους παράγοντες πρόβλεψης της επαγγελματικής εξουθένωσης.

### ***Δείγμα***

Για τη διεξαγωγή της παρούσας έρευνας, χρησιμοποιήθηκαν ως δείγμα αποκλειστικά μόνιμοι εκπαιδευτικοί δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Ως δειγματοληπτικός πληθυσμός επελέγησαν οι σχολικές μονάδες που υπάγονται στη Διεύθυνση Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης Δυτικής Θεσσαλονίκης. Η δειγματοληπτική μέθοδος που εφαρμόστηκε είναι η απλή-τυχαία δειγματοληψία και η έρευνα διεξήχθη κατά το σχολικό έτος 2013-2014.

Το δείγμα της παρούσας έρευνας αποτελείται από 93 καθηγητές μέσης εκπαίδευσης. Εξ αυτών 35 είναι άνδρες (37,6%) και 58 γυναίκες (62,4%). Ο μ.ο ηλικίας των ανδρών είναι 47,97 έτη και των γυναικών 48,14 έτη. Επιπλέον, το 82,8% του δείγματος είναι έγγαμοι. Ως προς την εργασιακή εμπειρία, ο μέσος όρος υπηρεσίας του δείγματος στη δημόσια δευτεροβάθμια εκπαίδευση υπολογίστηκε στα 18,85 έτη.

### ***Ερευνητικά Εργαλεία***

Για τη διεξαγωγή της έρευνας οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να συμπληρώσουν τα εξής ερωτηματολόγια:

A) *Ερωτηματολόγιο Πηγών Επαγγελματικής Έντασης*. Η κατασκευή του εργαλείου αυτού στηρίχθηκε σε διεθνώς αναγνωρισμένα σχετικά εργαλεία (Κυγιάκου & Sutcliffe, 1978 κ.ά.) και προσαρμόστηκε στα ελληνικά δεδομένα της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης από τη Μούζουρα (2005) και τη Χαραλάμπους (2012). Το εργαλείο περιλαμβάνει 37 στοιχεία-δηλώσεις, με απαντήσεις σε πεντάβαθμη κλίμακα τύπου Likert. Τα στοιχεία αυτά μετρούν πέντε παράγοντες στρες: α) σχέσεις, φόρτος εργασίας και πίεση χρόνου, β) εργασιακά θέματα, γ) μαθησιακή διαδικασία- συμπεριφορά μαθητών, δ) υποστήριξη και κύρος του επαγγέλματος του εκπαιδευτικού και ε) συνθήκες σχολικής μονάδας.

B) *Κλίμακα Επαγγελματικής Εξουθένωσης των Εκπαιδευτικών* (Maslach Burnout Inventory – MBI Ed, Maslach, Jackson & Schwab, 1996). Το εργαλείο αυτό αποτελεί το πλέον διαδεδομένο εργαλείο μέτρησης της επαγγελματικής εξουθένωσης, αφού έχει χρησιμοποιηθεί τουλάχιστον στο 90% των σχετικών ερευνών στη διεθνή βιβλιογραφία (Hastings, Horne & Mitchell, 2004). Περιλαμβάνει 22 στοιχεία-δηλώσεις αυτοαξιολόγησης, που υποδιαιρούνται σε τρεις υποκλίμακες, μια για κάθε διάσταση της επαγγελματικής εξουθένωσης (συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση, χαμηλή αίσθηση προσωπικής επίτευξης).

Γ) *Κλίμακα Μέτρησης Αίσθησης της Οικονομικής Δυσκολίας* (Psychological sense of economic hardship- Barrera, Caples & Tein, 2001). Το εργαλείο αυτό μετρά την αίσθηση των συμμετεχόντων για την οικονομική δυσκολία που νιώθουν τη στιγμή της μέτρησης και την εκτίμησή τους για τη μελλοντική οικονομική τους κατάσταση και ειδικότερα την οικονομική δυσκολία όπως προκύπτει από: α) την αδυναμία κάλυψης συγκεκριμένων βασικών αναγκών, β) τη γενική αίσθηση ότι οι οικονομικές υποχρεώσεις ξεπερνούν τη δυνατότητα του ατόμου να τις καλύψει, γ) τις απόπειρες

περιορισμού των δαπανών και παράλληλη αναζήτηση εξεύρεσης νέων πόρων και δ) την εκτίμηση για τη μελλοντική οικονομική κατάσταση.

Η εξέταση εσωτερικής αξιοπιστίας των ερευνητικών εργαλείων που χρησιμοποιήθηκαν στην παρούσα έρευνα, διενεργήθηκε με τον υπολογισμό του συντελεστή alpha του Cronbach. Και τα τρία εργαλεία έδωσαν κατά υποκλίμακα τιμές βιβλιογραφικά αποδεκτές, κυμαινόμενες από 0,6 έως 0,93.

## ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Ως προς την οικονομική δυσκολία, οι εκπαιδευτικοί του δείγματος την αισθάνονται σε μέτριο βαθμό και την εντοπίζουν, κυρίως, στην κάλυψη των οικονομικών υποχρεώσεων, με αποτέλεσμα την περικοπή των δαπανών για τη διασκέδαση, τις διακοπές και την αγορά οικιακού εξοπλισμού, την αλλαγή καταναλωτικών και διατροφικών συνηθειών και τον περιορισμό της θέρμανσης και του κλιματισμού.

Επιπλέον, από τα στοιχεία της έρευνας προκύπτει στατιστικά σημαντική σχέση μεταξύ της ηλικίας των ερωτηθέντων εκπαιδευτικών και του μεγέθους της οικονομικής δυσκολίας. Ειδικότερα, όσο πιο νέοι είναι οι εκπαιδευτικοί, τόσο μεγαλύτερη οικονομική πίεση αντιμετωπίζουν και αναγκάζονται να περιορίσουν τις δαπάνες τους (οικονομική πίεση:  $r_s=-0,225$ ,  $p=0,05$ , δυσκολία ανταπόκρισης σε οικονομικές υποχρεώσεις:  $r_s=-0,246$ ,  $p=0,05$ , έλλειψη οικονομικών πόρων:  $r_s=-0,219$ ,  $p=0,05$ , περικοπές δαπανών:  $r_s=-0,320$ ,  $p=0,05$ ).

Ως προς το επαγγελματικό άγχος των εκπαιδευτικών, η έρευνα έδειξε αίσθηση άγχους μέτριου βαθμού [διάμεσος απάντηση=3 (αρκετά)] που πηγάζει κυρίως από: α) την ανεπαρκή αμοιβή (Μ.Ο.=3,89, διάμεσος=4 σε κλίμακα από 1=καθόλου έως 5=υπερβολικά,  $t.a.=0,972$ ), β) τις αλλαγές στην εκπαιδευτική πολιτική (Μ.Ο.=3,84, διάμεσος=4,  $t.a.=1,003$ ), και γ) την εργασιακή ανασφάλεια (Μ.Ο.=3,6, διάμεσος=4,  $t.a.=1,336$ ).

Σχετικά με την επαγγελματική εξουθένωση των εκπαιδευτικών του δείγματος, η έρευνα έδειξε χαμηλά επίπεδα (συναισθηματική εξάντληση:  $N=58$  ή 62,4%, αποπροσωποποίηση:  $N=61$  ή 65,5%, μειωμένη προσωπική επίτευξη:  $N=49$  ή 52,6%).

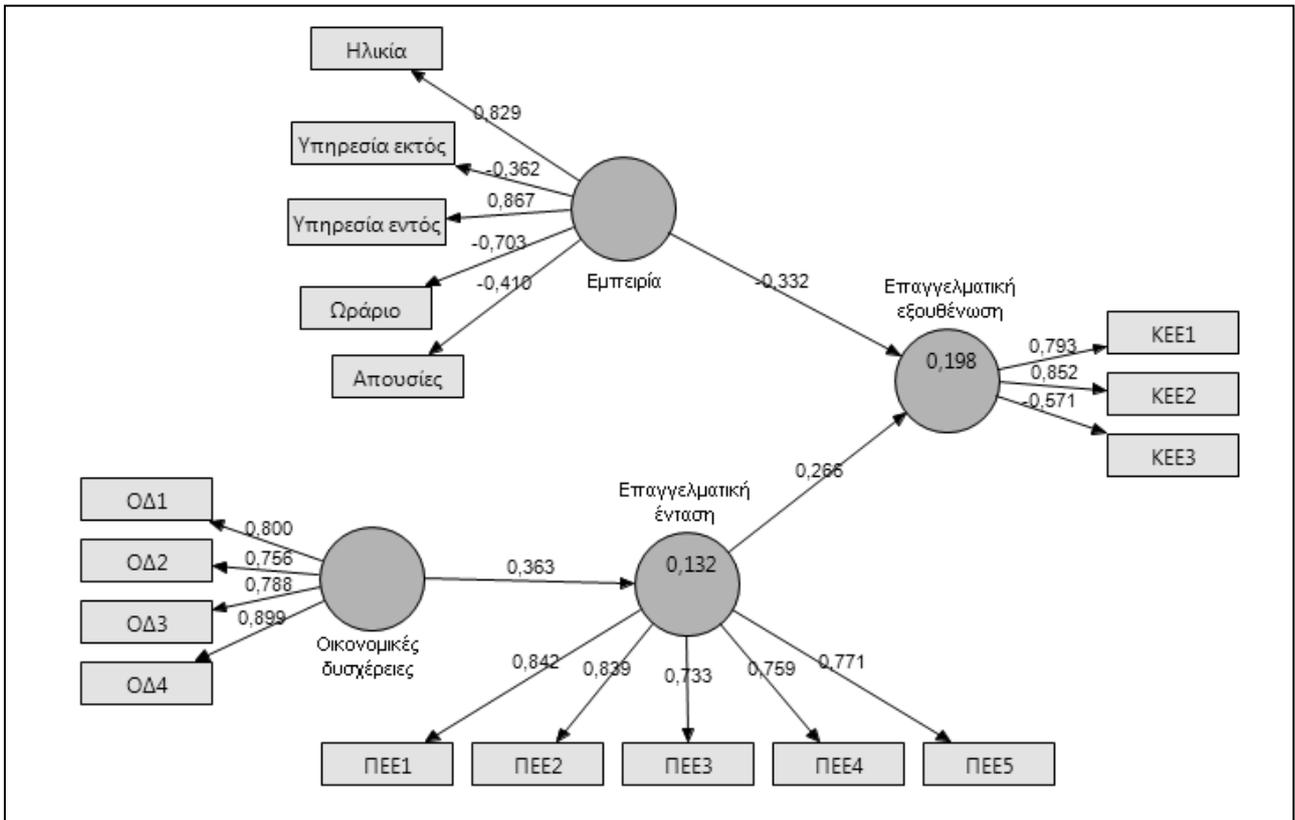
Προκειμένου να διερευνηθεί πιθανή σχέση του επαγγελματικού άγχους με την εξουθένωση των εκπαιδευτικών, διεξήχθησαν αναλύσεις διασποράς (ANOVA)

μεταξύ των βαθμίδων επαγγελματικής εξουθένωσης, ούτως ώστε να διακριβωθούν τυχόν διαφορές ως προς τις μεταβλητές εργασιακού άγχους. Ως προς τη συναισθηματική εξάντληση, αυτή φαίνεται να επηρεάζεται από εργασιακά ζητήματα ( $r_s=0,335$ ), από προβλήματα στη μαθησιακή διαδικασία και τη συμπεριφορά των μαθητών ( $r_s=0,297$ ), και από την έλλειψη υποστήριξης και κύρους του εκπαιδευτικού ( $r_s=0,239$ ). Η αποπροσωπιοποίηση συνδέεται στατιστικά σημαντικά με την έλλειψη υποστήριξης και κύρους του εκπαιδευτικού ( $r_s=0,288$ ), με τη μαθησιακή διαδικασία και τη συμπεριφορά των μαθητών ( $r_s=0,280$ ) και θέματα σχετικά με τις σχέσεις, τον φόρτο εργασίας και την πίεση χρόνου ( $r_s=0,261$ ).

Για τον προσδιορισμό των σχέσεων μεταξύ του φύλου των εκπαιδευτικών με τις τρεις εξεταζόμενες μεταβλητές, διενεργήθηκε ο έλεγχος ισότητας μέσων τιμών για ανεξάρτητα δείγματα (independent samples t-test). Στατιστικά σημαντικές διαφορές μεταξύ των φύλων ( $p<0,05$ ,  $p<0,01$ ) καταγράφηκαν ως προς το επαγγελματικό άγχος των εκπαιδευτικών και την αίσθηση οικονομικής δυσκολίας, στην υποκλίμακα της έλλειψης πόρων για την κάλυψη βασικών αναγκών, με τις γυναίκες να συγκεντρώνουν τις υψηλότερες τιμές.

Για τον εντοπισμό των παραγόντων που προβλέπουν την επαγγελματική εξουθένωση, χρησιμοποιήθηκε πρότυπο μοντέλο δομικών εξισώσεων (Σχήμα 1). Η μέθοδος που επιλέχθηκε (Partial Least Squares-PLS) προσφέρεται ως βέλτιστη σε περιπτώσεις διερευνητικής στατιστικής, και όχι επιβεβαίωσης ενός ήδη υπάρχοντος μοντέλου σχέσεων. Στο Σχήμα 1 παρουσιάζεται το δομικό πρότυπο που περιγράφει τη σχέση εργασιακής εμπειρίας, οικονομικής δυσκολίας, επαγγελματικής έντασης και επαγγελματικής εξουθένωσης. Οι παράγοντες αυτοί αναπαριστώνται με τις αντίστοιχες υποθετικές μεταβλητές δεύτερου επιπέδου (latent variables) που είναι η εργασιακή εμπειρία, η οικονομική δυσκολία, η επαγγελματική ένταση και η

επαγγελματική εξουθένωση. Η μελέτη του προτύπου έγινε με το πρόγραμμα SmartPLS 2.0.



Σχήμα 1

*Δομικό πρότυπο σχέσης εργασιακής εμπειρίας, οικονομικής δυσκολίας, επαγγελματικού άγχους και εξουθένωσης*

Η έρευνα κατέδειξε συντελεστή  $r^2=0,198$ , που αντιστοιχεί σε συνολικό ποσοστό μεταβλητότητας της επαγγελματικής εξουθένωσης που εξηγείται από το πρότυπο είναι ίσο με 19,8%. Διακρίνουμε τα ακόλουθα: η οικονομική δυσκολία συμβάλλει στην επαγγελματική εξουθένωση, μόνο όμως μέσω της επίδρασής της στην επαγγελματική ένταση, την οποία και αυξάνουν, με μια χαμηλής προς μέσης ισχύος ένταση ( $r^2=0,132$ ). Ο υποθετικός παράγοντας της εργασιακής εμπειρίας μειώνει την

επαγγελματική εξουθένωση. Το τελικό ποσοστό της επαγγελματικής εξουθένωσης, το οποίο εξηγείται από το τελικό πρότυπο, είναι έντασης μέσης ισχύος ( $r^2=0,198$ ).

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ-ΕΡΜΗΝΕΙΑ ΕΥΡΗΜΑΤΩΝ

Ως προς την εκτίμηση της οικονομικής δυσκολίας, το δείγμα της έρευνας παρουσιάζει στη γενική εικόνα του χαμηλά ως μέτρια επίπεδα οικονομικής δυσκολίας. Το αποτέλεσμα αυτό μπορεί να επηρεάστηκε είτε από ελλείψεις του ερευνητικού εργαλείου, είτε από το περιορισμένο δείγμα.

Ωστόσο, από τη μελέτη των απαντήσεων ανά μεταβλητή προκύπτει έντονη οικονομική δυσκολία σε συγκεκριμένα στοιχεία, όπως η έλλειψη ρευστότητας στο τέλος του μήνα, ο περιορισμός των ελαστικών δαπανών (διασκέδαση και διακοπές, αγορά οικιακού εξοπλισμού), αλλά και των ανελαστικών, όπως αυτές της διατροφής και της θέρμανσης. Ειδικά, η τελευταία λόγω του υψηλού ενεργειακού κόστους στην Ευρώπη είναι η δαπάνη που υφίσταται τη μεγαλύτερη περικοπή στα νοικοκυριά, όπως προκύπτει και από έρευνα που διεξάχθηκε στη Βόρεια Ιρλανδία το 2007, στην οποία το 34% των ερωτηθέντων δήλωσε αδυναμία κάλυψης των εξόδων θέρμανσης (Hossain et al., 2011).

Τα αποτελέσματα αυτά συνάδουν με την εικόνα του μέσου ελληνικού νοικοκυριού, όπως αυτή απεικονίζεται στα αποτελέσματα έρευνας που διεξήγαγε το Ινστιτούτο Μικρών Επιχειρήσεων της Γ.Σ.Ε.Β.Ε.Ε. (2013). Σύμφωνα με την έρευνα αυτή, το 34,8% καθυστερεί την έγκαιρη τακτοποίηση των οφειλών, ενώ το 41,7% αδυνατεί να αντεπεξέλθει σε αυτές. Το 63% δήλωσε ότι περιέκοψε τις δαπάνες σε είδη διατροφής, το 90% σε ένδυση και υπόδηση, το 90% σε διασκέδαση και το 75% στα έξοδα θέρμανσης. Επιπλέον, σε τακτική έκθεση της Τράπεζας της Ελλάδος (Mitrakos, 2014), το 52,6% των Ελλήνων δήλωσε ότι αδυνατεί να καλύψει τα έξοδα θέρμανσης.

Το μέγεθος της οικονομικής δυσκολίας των Ελλήνων φαίνεται εντονότερο όταν

συγκρίνεται με τα ανάλογα μεγέθη των υπολοίπων κρατών-μελών της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Ειδικότερα, σε έρευνα που διεξήγαγε η ευρωπαϊκή επιτροπή Eurofound (2014), στην οποία συμμετείχε και δείγμα 1.000 Ελλήνων ηλικίας άνω των 18 ετών, προέκυψαν τα εξής αποτελέσματα: οι Έλληνες πολίτες αντιμετωπίζουν τη μεγαλύτερη έλλειψη χρημάτων μεταξύ των υπόλοιπων ευρωπαίων σε ποσοστό 22%, ενώ το 86% των ερωτηθέντων Ελλήνων δήλωσε αδυναμία έγκαιρης εξόφλησης των λογαριασμών. Επιπλέον, το 63% των Ελλήνων δήλωσε ότι αδυνατεί να καλύψει τα έξοδα διακοπών μιας εβδομάδας τον χρόνο σε ξενοδοχείο, το 28% αδυνατεί να θερμάνει ικανοποιητικά την κατοικία του και το 21% περιόρισε την εβδομαδιαία κατανάλωση κρέατος και ψαριών.

Ως προς το επαγγελματικό άγχος, το δείγμα της έρευνας παρουσιάζει μέτρια επίπεδα άγχους (διάμεση απάντηση=3 σε πεντάβαθμη κλίμακα). Στο ίδιο συμπέρασμα κατέληξαν και άλλες έρευνες που διενεργήθηκαν σε έλληνες εκπαιδευτικούς (Kalyva, 2013· Λεοντάρη, Κυρίδης & Γιαλαμάς, 1996· Χαραλάμπους, 2012). Ωστόσο, η διαβάθμιση των πηγών επαγγελματικού στρες των ερωτηθέντων εκπαιδευτικών σε φθίνουσα σειρά ως προς τις διάμεσες τιμές, παράγει μια ενδιαφέρουσα εικόνα, διαφορετική από αντίστοιχες έρευνες που έλαβαν χώρα στην Ελλάδα και το εξωτερικό, καθώς ως κύριες πηγές εργασιακού άγχους καταγράφονται: α) η ανεπαρκής αμοιβή, β) οι αλλαγές στην εκπαιδευτική πολιτική, και γ) η εργασιακή ανασφάλεια. Οι έλληνες εκπαιδευτικοί ανέκαθεν βρίσκονταν στις παρυφές της μισθολογικής πυραμίδας του δημόσιου τομέα. Παρόλα αυτά, ο κλάδος αυτός υπέστη και τις μεγαλύτερες απώλειες εισοδήματος μετά την επιβολή των αλλαγών που επέφεραν τα Μνημόνια δημοσιονομικής προσαρμογής, με μειώσεις μισθών μέχρι και 40% για τους νεοεισερχόμενους στο επάγγελμα εκπαιδευτικούς. Είναι προφανές ότι η αναπάντεχη αυτή μείωση αποδοχών και η αναπόφευκτη υποβάθμιση του

βιοτικού τους επιπέδου τούς προκαλεί άγχος και άλλα δυσάρεστα συναισθήματα.

Παράλληλα, οι αλλαγές στην εκπαιδευτική πολιτική, φυσιολογική εξέλιξη των οργανισμών αλλά στην τρέχουσα ελληνική πραγματικότητα απότοκες των μνημονιακών υποχρεώσεων, επηρεάζουν μοιραία το επαγγελματικό στρες των εκπαιδευτικών (Calderhead, 2001· Zembylas & Barker, 2007). Εξαιτίας αυτών, οι εκπαιδευτικοί νιώθουν πλέον αβεβαιότητα και ανασφάλεια, καθώς θα πρέπει να επαναπροσδιορίσουν τον εργασιακό ρόλο και τις διδακτικές πρακτικές τους μέσα στο νέο τοπίο που διαμορφώνεται (Chang, 2009). Στην περίπτωση της Ελλάδας, η συντελούμενη εκπαιδευτική αλλαγή, μεταξύ πολλών άλλων, θίγει κεκτημένα και συνταγματικά κατοχυρωμένα δικαιώματα, όπως η μονιμότητα, προκαλώντας ακόμα και στους προνομιούχους μόνιμους εκπαιδευτικούς, δείγμα των οποίων συμμετείχε στην έρευνα, έντονο το αίσθημα της εργασιακής ανασφάλειας, μέχρι άλλοτε «προνόμιο» των εργαζομένων στον ιδιωτικό τομέα. Σύμφωνα με στοιχεία της έρευνας του Eurofound, η εργασιακή ανασφάλεια πλήττει το 88% των Ελλήνων (μ.ο.=2,6) σε ποσοστό υπερδιπλάσιο από το αντίστοιχο των υπόλοιπων Ευρωπαίων (μ.ο.=1,2).

Αντιπαραβάλλοντας τα αποτελέσματα των παραπάνω ερευνών με τα παρόντα, αβίαστα προκύπτει το συμπέρασμα ότι η εστία του άγχους των εκπαιδευτικών δεν εντοπίζεται πλέον μέσα στη σχολική αίθουσα ή σε παράγοντες που σχετίζονται άμεσα με την εκπαιδευτική πρακτική και το σχολικό περιβάλλον, αλλά επικεντρώνεται στις εργασιακές-υπαλληλικές συνθήκες που βιώνει ο εκπαιδευτικός ως επαγγελματίας. Ουσιαστικά, το άγχος που πλήττει τον εκπαιδευτικό είναι το άγχος της επιβίωσης. Το γεγονός αυτό ελλοχεύει κινδύνους για την ποιότητα του εκπαιδευτικού έργου και την αποδοτικότητα του εκπαιδευτικού.

Ως προς την επαγγελματική εξουθένωση, οι εκπαιδευτικοί του δείγματος παρουσιάζουν χαμηλά επίπεδα. Σε παρόμοια αποτελέσματα κατέληξαν έρευνες που

διενεργήθηκαν στην Ελλάδα (Platsidou & Agaliotis, 2008). Το αποτέλεσμα αυτό πιθανώς να ερμηνεύεται από την ιδιαίτερη κουλτούρα που χαρακτηρίζει την ελληνική κοινωνία, στην οποία οι οικογενειακοί και κοινωνικοί δεσμοί θωρακίζουν και ενδυναμώνουν τον εργαζόμενο στην αντιμετώπιση των προβλημάτων που προκύπτουν από την εργασία, λειτουργώντας κατ' αυτόν τον τρόπο αντισταθμιστικά στην αίσθηση της επαγγελματικής εξουθένωσης (Kantas, 1996). Επιπρόσθετα, τα εναπομείναντα πλεονεκτήματα του συγκεκριμένου επαγγέλματος στη χώρα μας (ολιγόωρη καθημερινή απασχόληση, πολυήμερες και συχνές διακοπές) αμβλύνουν σε μεγάλο βαθμό οποιαδήποτε πίεση ή δυσάρεστη κατάσταση απορρέει από το εργασιακό περιβάλλον.

Ως προς τη συσχέτιση των επιπέδων εργασιακού στρες με τα επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης, η έρευνα έδειξε ότι οι δύο αυτές μεταβλητές συνδέονται στατιστικά σημαντικά. Αναλυτικότερα, η συναισθηματική εξάντληση αυξάνεται όσο αυξάνεται το εργασιακό στρες που απορρέει από τις εργασιακές συνθήκες, τα προβλήματα στη μαθησιακή διαδικασία και τη συμπεριφορά των μαθητών και από την έλλειψη κοινωνικής αναγνώρισης του επαγγέλματος του εκπαιδευτικού. Η αποπροσωποίηση επηρεάζεται από το άγχος που πηγάζει από την έλλειψη υποστήριξης και κύρους του εκπαιδευτικού, από τη μαθησιακή διαδικασία και τη συμπεριφορά των μαθητών και από τις σχέσεις, το φόρτο εργασίας και την πίεση χρόνου.

Διαπιστώνουμε ότι ο καταλύτης στη σχέση του επαγγελματικού άγχους με την εξουθένωση είναι η διαπροσωπική επαφή. Με άλλα λόγια, ο πυρήνας της εξουθένωσης του εκπαιδευτικού εντοπίζεται στη σχέση του με τους ανθρώπους που συναντά στην εργασία του, δηλαδή με τη σχολική κοινότητα (διεύθυνση και συναδέλφοι, γονείς, μαθητές), η οποία, ανάλογα με την ποιότητα, το κλίμα υπό το

οποίο γίνεται και τα αποτελέσματά της, επηρεάζει σε σημαντικό βαθμό τη συναισθηματική κατάσταση του εκπαιδευτικού.

Ως προς τη σχέση του φύλου με τις εξεταζόμενες μεταβλητές, η παρούσα έρευνα έδειξε στατιστικά σημαντική διαφορά μεταξύ των φύλων ως προς το επαγγελματικό άγχος, με τις γυναίκες να σημειώνουν υψηλότερα επίπεδα στρες από τους άντρες συναδέλφους τους. Στη γενική διαπίστωση συμφωνούν αρκετές έρευνες στην Ελλάδα και το εξωτερικό (Antoniou, Ploumpi & Ntalla, 2013· Galanakis, Stalikas, Kallia, Karagianni & Karela, 2009· Μούζουρα, 2005· Yang, Ge, Hu, Chi & Wang, 2009). Επιπλέον, οι γυναίκες φαίνεται να επηρεάζονται εντονότερα από την οικονομική κρίση. Με το αποτέλεσμα αυτό συνάδει σχετική έρευνα της Αμερικανικής Ψυχιατρικής Ένωσης (A.P.A.P.O., 2013), κατά την οποία το 79% των γυναικών δείχνει ως βασικές πηγές άγχους τα χρήματα και την οικονομία. Το αποτέλεσμα αυτό εξηγείται από τον παραδοσιακό ρόλο της γυναίκας ως διαχειρίστριας του οικογενειακού εισοδήματος, καθώς γνωρίζει καλύτερα τις καθημερινές ανάγκες και συνήθως είναι αυτή που ρυθμίζει τα βασικά έξοδα της οικογένειας.

Σχετικά με τους παράγοντες πρόβλεψης της επαγγελματικής εξουθένωσης, το πρότυπο δομικών εξισώσεων έδειξε ότι οι τρεις μεταβλητές που εξετάζονται στην παρούσα έρευνα (εργασιακό άγχος-επαγγελματική εξουθένωση-οικονομική δυσκολία) επικοινωνούν μεταξύ τους, μόνο όμως εφόσον εξεταστούν και οι τρεις συνολικά, και όχι ανά ζεύγη. Για παράδειγμα, η οικονομική δυσκολία που βιώνουν οι εκπαιδευτικοί συμβάλλει στην αίσθηση της επαγγελματικής εξουθένωσης, μόνον όμως μέσω της αυξημένης έντασης που εισπράττουν από το εργασιακό τους περιβάλλον. Αυτή η δυσκολία είναι ο κύριος αρνητικός παράγοντας που συντελεί στην εμφάνιση επαγγελματικής εξουθένωσης. Ωστόσο, επισημαίνεται ότι η ύπαρξη της οικονομικής δυσκολίας δεν είναι ούτε ικανή, ούτε αναγκαία συνθήκη εμφάνισης

επαγγελματικής εξουθένωσης.

Το εύρημα αυτό της έρευνας επαληθεύεται από τη θεωρία του οικονομικού στρες, που αποτελεί τη σύγχρονη απειλή της εργασιακής και προσωπικής ευημερίας των ανθρώπων. Ως οικονομικό στρες ορίζεται το σύνολο των στρεσογόνων παραγόντων που απορρέουν από την εργασία και από το εισόδημα (Shoss & Probst, 2012). Σύμφωνα με αυτή την θεωρία, η στάση, η συμπεριφορά και η απόδοση του εργαζόμενου στην εργασία του επηρεάζεται όχι μόνο από παράγοντες που σχετίζονται με τα ατομικά χαρακτηριστικά του και από τις συνθήκες εργασίας, αλλά και από εξωτερικούς μακροοικονομικούς παράγοντες. Στην περίπτωση των εκπαιδευτικών του δείγματός μας, μπορεί η μονιμότητα της εργασίας να απαλύνει ως ένα βαθμό την αίσθηση του οικονομικού στρες, ωστόσο οι περικοπές μισθών, επιδομάτων και άλλων παροχών, η υπερφορολόγηση, η αύξηση του κρατικού ελέγχου μέσω της αξιολόγησης και άλλων μηχανισμών και η πίεση που τους ασκείται να γίνουν περισσότερο παραγωγικοί, έχοντας όμως στη διάθεσή τους ελάχιστα μέσα και πόρους, αυξάνουν την έκθεσή τους σε αυτό.

Τέλος, το μοντέλο εξισώσεων έδειξε ότι η εμπειρία, που συνεπάγεται ηλικιακή και επαγγελματική ωρίμανση, λειτουργεί προστατευτικά απέναντι στην αίσθηση της εξουθένωσης. Όπως δείχτηκε και παραπάνω, οι νέοι εκπαιδευτικοί είναι κυρίως αυτοί που πλήττονται από το σύνδρομο αυτό και βιώνουν σε μεγαλύτερο βαθμό τις συνέπειές του.

## ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΙ ΤΗΣ ΠΑΡΟΥΣΑΣ ΕΡΕΥΝΑΣ –ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΕΡΑΙΤΕΡΩ ΔΙΕΡΕΥΝΗΣΗ

Όπως όλες οι έρευνες επιτολασμού (cross-sectional), η παρούσα έρευνα αποτύπωσε τις στάσεις των εκπαιδευτικών μια συγκεκριμένη στιγμή και διαμόρφωσε ένα πλέγμα συσχετίσεων καθαρά συγχρονικών, οπότε τα αποτελέσματά της δεν δείχνουν αιτιάσεις μεταξύ των συνεξεταζομένων μεταβλητών. Επιπλέον, το δείγμα της έρευνας ήταν περιορισμένο και η μέθοδος δειγματοληψίας που εφαρμόστηκε δεν επιτρέπει τη δημιουργία αντιπροσωπευτικών δειγμάτων, οπότε τα αποτελέσματά της αφορούν μόνον την παρούσα έρευνα, τη δεδομένη στιγμή με το συγκεκριμένο δείγμα και κατά συνέπεια δεν μπορούν να εφαρμοστούν στον γενικό πληθυσμό. Επίσης, το ερωτηματολόγιο αυτοαναφοράς ως μέσο συλλογής πληροφοριών παρουσιάζει διάφορα προβλήματα αντικειμενικότητας και αξιοπιστίας, ωστόσο λόγω της ευκολίας και του περιορισμένου κόστους, θεωρείται το πλέον δημοφιλές. Τέλος, το εργαλείο μέτρησης της οικονομικής δυσκολίας χρησιμοποιήθηκε αυτούσιο, χωρίς να γίνει προσαρμογή του στη σύγχρονη ελληνική πραγματικότητα. Θα ήταν χρήσιμο, επομένως, στο μέλλον να σχεδιαστεί ένα τέτοιο εργαλείο.

Τα ευρήματα της έρευνας σε σχέση με την αίσθηση που προκαλεί συγχρονικά στους εκπαιδευτικούς η εργασία τους, θα μπορούσε να αποτελέσει πρόσφορο έδαφος για περαιτέρω διερεύνηση. Μπορεί η γενική εικόνα που προκύπτει από τα αποτελέσματα της έρευνας να δείχνει χαμηλά έως μέτρια επίπεδα άγχους, εξουθένωσης και οικονομικής δυσκολίας, ωστόσο, αν εξετάσει κανείς προσεκτικά τις πηγές του άγχους των εκπαιδευτικών, δηλαδή το χαμηλό μισθό, την ανασφάλεια και τις αλλαγές, αντιλαμβάνεται ότι πλέον οι στρεσογόνες πηγές φαίνεται ότι μετατοπίζονται από το μαθητή, τη μεγάλη ύλη και τις μεθόδους διδασκαλίας, σε αλλά

«υπαλληλικά», εργασιακά και γραφειοκρατικά ζητήματα. Με άλλα λόγια, το ενδιαφέρον και η αγωνία του δεν επικεντρώνεται πλέον στο πώς θα επιτελέσει το εκπαιδευτικό και παιδαγωγικό του έργο καλύτερα, αλλά στη ζωή του έξω από το σχολείο. Η διαπίστωση αυτή θεωρείται ιδιαίτερα ανησυχητική για το μέλλον της δημόσιας παιδείας στη χώρα μας, καθώς δύναται να εξελιχθεί σε απειλή για την αποτελεσματικότητα του εκπαιδευτικού και κατά συνέπεια για την ποιότητα της παρεχόμενης εκπαίδευσης. Θα ήταν ιδιαίτερα χρήσιμο, επομένως, να χρηματοδοτηθούν και να υλοποιηθούν ευρείας κλίμακας αντίστοιχες έρευνες, σε εκπαιδευτικούς όλων των βαθμίδων, προκειμένου αρχικά να αποτυπωθεί η πραγματική κατάσταση που βιώνουν σήμερα οι εκπαιδευτικοί και κατόπιν να σχεδιαστεί ένα πρόγραμμα διάδοσης τεχνικών διαχείρισης και πρόληψης του άγχους.

## **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

- American Psychological Association Practice Organization (2013). *APA Survey Finds US Employers Unresponsive to Employee Needs* ([www.apa.org](http://www.apa.org)).
- Antoniou, A.S., Ploumpi, A. & Ntalla, M. (2013). Occupational stress and professional burnout in teachers of primary and secondary education: the role of coping strategies. *Psychology*, 4 (3A), 349-355.
- Barrera, M., Caples, H. & Tein J-Y. (2001). The psychological sense of economic hardship: measurement models, validity and cross-ethnic equivalence for urban families. *American journal of community psychology*, 29(3), 493-517.
- Borg, M. & Riding, R. (1991). Occupational stress and satisfaction in teaching. *British educational research journal*, 17(3), 263-281.
- Bullough, R. V., & Draper, R. J. (2004). Mentoring and the emotions. *Journal of education for teaching*, 30, 271–288.
- Calderhead, J. (2001). Handbook of research on teaching. In V. Richardson (Ed.), *International experiences of teaching reform* (4th ed.). Washington: American Educational Research Association.
- Chang, M.-L. (2009). An appraisal perspective of teacher burnout: examining the emotional work of teachers. *Educational psychology review*, 21, 193-218.
- Eurofound (2014), *Third European Quality of Life Survey – Quality of life in Europe: Families in the economic crisis*. Publications Office of the European Union, Luxembourg.
- European Agency for Safety and Health at Work (2008). *E-fact 31: Prevention of work-related stress in the education sector* (<https://osha.europa.eu>).
- European Agency for Safety and Health at Work (2009). *OSH in figures: stress at work-facts and figures* (<https://osha.europa.eu>).

European Trade Union Committee for Education (E.T.U.C.E.) (2008). *Report on the E.T.U.C.E. survey on teacher's work-related stress* (<http://etuce.homestead.com>).

European Trade Union Committee for Education (E.T.U.C.E.), (2013). *Survey - the continued impact of the crisis on teachers in Europe*. Brussels. (<http://etuce.homestead.com>).

Galanakis, M., Stalikas, A., Kallia, H., Karagianni, C. & Karela, C. (2009). Gender differences in experiencing occupational stress: the role of age, education and marital status. *Stress and health*, 25, 397-404.

Ganster, D. & Rosen, C. (2013). Work stress and employee health: a multidisciplinary review. *Journal of management*, 39(5), 1085-1122.

Hargreaves, A. (2005). Educational change takes ages: Life, career and generational factors in teachers' emotional responses to educational change. *Teaching and Teacher Education*, 21(8), 967-983.

Hastings, R.P., Horne, S. & Mitchell, G. (2004). Burnout in direct care staff in intellectual disability services: A factor analytic study of the Maslach Burnout Inventory. *Journal of intellectual disability research*, 48, 268-273.

Health and Safety Executive (2007). *HSC Chair highlights real health and safety issues affecting Britain's workforce* (<http://www.hse.gov.uk>).

Health and Safety Executive (2013). *Stress-related and psychological disorders in Great Britain* ([www.hse.gov.uk](http://www.hse.gov.uk)).

Hossain, N., Byrne, B., Campbell, A., Harrison, E., McKinley, B. & Shah, P. (2011). *The impact of the global economic downturn on communities and poverty in the UK*. Joseph Rowntree Foundation.

Ινστιτούτο Μικρών Επιχειρήσεων της Γενικής Συνομοσπονδίας Επαγγελματιών Βιοτεχνών Εμπόρων Ελλάδας (2013). *Εισόδημα-δαπάνες νοικοκυριών*. (<http://www.imegsevee.gr>)

Jepson, E., & Forrest, S. (2006). Individual contributory factors in teacher stress: The role of achievement striving and occupational commitment. *The British journal of educational psychology*, 76, 183-197.

Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P.J. & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of managerial psychology*, 20(2), 178-187.

Kalyva, E. (2013). Stress in Greek primary school teachers working under conditions of financial crisis. *Europe's journal of psychology*, 9(1), 104-112 (doi:10.5964/ejop.v9i1.488).

Kondilis, E., Giannakopoulos, S., Gavana, M., Ierodiakonou, I., Waitzkin, E., & Benos, A. (2013). Economic crisis, restrictive policies and the population's health and health care: the Greek case. *American journal of public health*, 103(6), 973-979.

Kyriacou, C. (2001). Teacher stress: Directions of future research. *Educational review*, 53, 27-35.

Kyriacou, C. & Sutcliffe, J. (1977). Teacher stress: a review. *Educational review*, 29(4), 299-306.

Λεονταρή, Α., Κυρίδης, Α. & Γιαλαμάς, Β. (1997). Το στρες των εκπαιδευτικών. *Ψυχολογικά Θέματα*, 7 (2-3), 139-152.

Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of occupational behavior*, 2, 99-113.

Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *The Maslach Burnout Inventory*

(3rd ed.). Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

Maslach, C., Jackson, S.E. & Schwab, R.L. (1996). MBI-Educators Survey (MBI-ES). In C.Maslach, S.E. Jackson & R.L. Schwab (Ed.). *MBI Manual*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.

Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. In S.T. Fiske, D.L. Schacter, & C. Zahn-Waxler (Ed.), *Annual review of psychology*, 52 (pp. 397-422).

Mitrakos, T. (2014). *Inequality, poverty and social welfare in Greece: distributional effects of austerity* (working paper). Διαθέσιμο:  
<http://www.bankofgreece.gr/BogEkdoseis/Paper2014174.pdf>

Μούζουρα, Ε. (2005). *Πηγές και αντιμετώπιση επαγγελματικού-συναισθηματικού φόρτου εκπαιδευτικών: σύνδεση ατομικών και κοινωνικών συνθηκών έντασης* (Διδακτορική Διατριβή, Α.Π.Θ.).

O.E.C.D. (Organisation for Economic Co-operation and Development), (2013a). *Education at a Glance 2013: Highlights*. Διαθέσιμο στο:  
[http://dx.doi.org/10.1787/eag\\_highlights-2013-en](http://dx.doi.org/10.1787/eag_highlights-2013-en). Ανασύρθηκε στις 19/1/2014.

O.E.C.D. (Organisation for Economic Co-operation and Development), (2013b). “Teachers’ salaries”, in *Government at a glance 2013*. Διαθέσιμο στο:  
[http://dx.doi.org/10.1787/gov\\_glance-2013-39-en](http://dx.doi.org/10.1787/gov_glance-2013-39-en).

Platsidou, M. & Agaliotis, I. (2008). Burnout, job satisfaction and instructional assignment-related sources of stress in Greek special education teachers. *International journal of disability, development and education*, 55(1), 61-76.

Shoss, M.K. & Probst, T.M. (2012). Multilevel outcomes of economic stress: an agenda for future research. In P.L. Perrewé, J.R.B. Halbesleben, C.C. Rosen (Ed.) *The role of the economic crisis on occupational stress and well-being*, 10.

Emerald Group Publishing Ltd.

Steinhardt, M., Smith-Jaggars, S., Faulk, K. & Gloria, C. (2011). Chronic work stress and depressive symptoms: assessing the mediating role of teacher burnout. *Stress and health*, 27, 420-429.

Travers, C.J. & Cooper, C.L. (1993). Mental health, job satisfaction and occupational stress among UK teachers. *Work and stress*, 7, 203-219.

Χαραλάμπους, Ε. (2012). *Επαγγελματικές πηγές στρες και επαγγελματική εξουθένωση εκπαιδευτικών δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης στον Ν. Αττικής*. Διπλωματική Μελέτη. Χαροκόπειο Πανεπιστήμιο: Αθήνα.

Yang, X., Ge, C., Hu, B., Chi, T. & Wang, L. (2009). Relationship between quality of life and occupational stress among teachers. *Public health*, 123, 750-755.

Zembylas, M., & Barker, H. (2007). Teachers' spaces for coping with change in the context of a reform effort. *Journal of educational change*, 8(3), 235–256.