

Borbáth Katalin:

Pedagógusnők mentálhigiénés állapotfelmérése különös tekintettel a szakmai és női identitás kimunkáltságára

Tézisfüzet

Problémafelvetés

Magyarországon a pedagógiai szakirodalomban axiómaként szerepel a pedagóguspálya elnöiesedése kifejezés, amely gyakorta negatív konnotációban jelenik meg. A jelenség problémaként interpretálása alapvető pedagógiai szakmai, szakirodalmi közhely napjainkban is, bár már 1989 óta számos tanulmányban fogalmazódott meg, hogy e jelenségnek lehetnek, lehetnének pozitív hatásai, értelmezhetősége (Buda, 1989, Thun, 2005, Rédei és Sáfrány 2019). Elsősorban Thun írásai (Thun, 1996, 2012) azok, amelyek inspirációt adnak a pedagógusnők identitása témakörének tovább gondolására, a tudatosság fontosságának felismerésére.

Buda (1996) részletes, társadalmi, pszichológiai és neveléstudományi szempontú elemzése áttekinti a pedagóguspálya elnöiesedésének negatív konnotációs elemeit, majd arra a következtetésre jut, hogy nem, vagy csekély mértékű a veszély, amit a pedagóguspálya nőiesedése okoz. Ugyanakkor azt fejtegeti, hogy a nők alkatilag érzékenyebbek és az empátiára képesebbek. A megfigyelt jelenségnek a magyarázata - meglátásunk szerint - nem az *alkatban* keresendő, hiszen a tapasztalat azt mutatja, hogy a döntően nők által uralt pedagóguspályán ugyanúgy látható empatikus megnyilvánulás, mint annak a hiánya.

Felmerül a kérdés, hogy: önmagában a (társadalmi) nem hajlamosít bizonyos viselkedésmintázat működtetésére, vagy inkább a mentálhigiénés állapot, esetleg a személyiség diszpozíciója okozza a különbséget? Ez utóbbi szempont F. Lassú Zsuzsa egyes vizsgálódásaiban is felmerül (F. Lassú, 2001, 2004). További kérdésként adódik, hogy: vajon a női személyiség sokfélesége is szerepet játszhat a különbségben? Ez a személyiség, a női minőség mennyire felismert, autentikusan megélt, vagy inkább a nemi és szakmai szerepek mentén a társadalmi elvárásokhoz igazodik (Kovács E., 2012)? Mennyire tudatosak általában a szakmaiságukat érintő egyéb kérdésekben a pályán működő pedagógusnők? Vajon a

tudatosság mértéke okoz-e különbséget a mentálhigiénés állapotban, a kiégés mértékében? Milyen körülmények között tud egészséges maradni a személyiség? Nem elhanyagolható kérdés az sem, hogy a társadalmi nemek konvencionális iskolai kezelése, a téma szinte teljes láthatatlansága a mindennapi működésben, hogyan befolyásolja a pedagógusok állapotát.

A tudatosság a szakmai személyiség milyensége miatt is kérdéses. Vajon aki tudatos saját helyét és a pályát illetően, építi szakmai identitását, az kevésbé kiszolgáltatott a pályán lévő nőket érintő, egymásnak többször ellent is mondó kettős elvárásoknak (mint tanár és mint nő)? Aki tudatos, az szabadabban választja meg reakcióit, működésmódját, ami feltehetően nagyobb önazonosságot és mentálhigiénés védelmet nyújt? Világossá vált, hogy a tudatosság, a női és szakmai identitás kialakításában alapvető szempontok a vizsgálatban.

További fontos szempontunk, hogy a pedagógusnők mentálhigiénés állapotát ne pusztán a kiégés felől vizsgáljuk, ne csak a hiányállapot felmérése történjen meg, hanem tekintsük át az erőforrásokat is, amivel rendelkeznek. Ezért kapott helyet a pozitív pszichológia szemléletmódja is a kutatásban és az értelmezésben. Ebből az aspektusból közelítve a kutatási kérdést nem a hiányállapokra fókuszálunk, hanem a pszichológiai jóllét meglétével, illetve annak elemeivel foglalkozunk.

Így adódik össze a négy szempont, amelyek mindegyike megjelenik a vizsgálat során: a mentálhigiéné, a pszichés jóllét, a szakmai és a női identitás milyensége.

Kutatási cél

Abból a tényből kiindulva, hogy a ma iskoláiban a pedagógusok többsége nő, a kutatás a mai magyar gyakorló pedagógusnők általános mentálhigiénés állapotának felmérését, és az állapottal kapcsolatos összefüggések felderítését tűzte ki célul. A kutatás távlati célja, hogy az eredményeivel hozzájáruljon a jóllét állapotának megteremtéséhez a pedagógusaink mentálhigiénéjében, és az ő mentális jóllétükön keresztül az iskolai klíma javításához, így közvetve a gyermekek számára stressz-mentesebb, ezáltal egészségesen élhető(bb) iskolai légkör kialakításához. Bízunk abban, hogy az eredmények alapján célirányosabb, pontosabb, a probléma gyökeréhez eljutó fejlesztési csomagot lehet majd tervezni.

Kutatásunk célja továbbá azoknak az elméleti teóriáknak és gyakorlati tévhiteknek az eloszlatása, amelyek a pedagóguspálya elnőiesedése mint fogalom körül alakultak ki. A kutatás

konkrétan a pedagógusnők mentálhigiénés állapotára fókuszált, összefüggésben a szakmai személyiségük és a női identitásuk mélyreható formálásával, hogy a téma többoldalú árnyalását tegye lehetővé.

Az értekezés témája

Az aktív pedagógusnők mentálhigiénés állapotfelmérésére fókuszálva vizsgálja az egyéni és a szakmai identitást, keresi az összefüggést a szakmai és a női identitás megléte, kimunkáltsága és a mentálhigiénés állapot stádiuma között. Fontos kiemelni, hogy a mentálhigiénés állapot felmérése két irányból történt: mind a kiégés felől, mind a pszichés jóllét, az életszemlélet milyensége felől.

A dolgozat a személyiség dinamikus felfogását képviseli a folyamatos fejlődés lehetőségében, miközben tudatos alakításának meglétét keresi a pedagógusnők mentálhigiénés állapotának komplex felmérésével.

A dinamikus felfogásnak leginkább megfelelő személyiség definíció McAdams (1995) integratív három szintű személyiség modellje, amiben a pszichológia különböző irányzatainak személyiség elméletei összegzésére tett kísérletet. A modellben igyekezett összegezni a személyiségről alkotott fogalmakat, miszerint a személyiség egyik szintjén találhatóak a személyiségvonások, amelyek időben, térben függetlenek. Másik szintjén fogalmi konstrukciók (attitűdök, hiedelmek, motívumok, szerepek stb.) vannak, amelyek már erős kapcsolatban vannak a szociális környezettel és a harmadik szintet már komplex egységek, narratív én-történetek alkotják, amik össze szerveződve narratív identitássá válnak (McAdams, 1995).

A téma aktualitása, relevanciája

A kutatási téma aktualitását mutatja, hogy az oktatás-nevelés mindig időszerű világával foglalkozik és azon belül a folyamat minőségét meghatározó szereplőkre, a pedagógusokra fókuszál, így becsatlakozik a pedagógus személyiség kutatások folyamatába, amely a reneszánszát éli (Göncz, 2014, 2017). Mivel a kutatás – abból a tényből kiindulva, hogy a

pedagóguspályán döntő többségben nőket találni – a pedagógusnőkre koncentrált ezáltal kapcsolatot talál a társadalmi nemek szempontjából folyó vizsgálódásokkal, amelyeknek tárgya a pedagógus működése, tanításának módszertana és hatása is (Kovács, E., 2019). A kutatás újszerű kiindulópontja, amit a pedagógusnők mentálhigiénés állapotának több szempontú felmérése jelent, beemeli a vizsgálat tárgyába a szakmai identitás alakulását és a pszichés well-being kérdését is. Itt érdemes felhívni a figyelmet arra, hogy a szakmai identitás kialakításának fontosságára nagy hangsúlyt fektet az egyik legkurrensebb oktatási modellt felmutató Finnország pedagógusképzése. A rendszer jellemzőit vizsgálva nem nehéz összefüggést találnunk az iskolában uralkodó általános – beleértve a pszichés *well-being* – állapot és a képzési modell között.

A finn pedagógusképzés egész rendszerének bemutatása nem célja a dolgozatnak, csak ki szeretnénk ragadni azokat az összefüggéseket, amelyek a tanárképzésben a pedagógus személyére, szakmai személyiségére, identitására vonatkoznak. Első helyen említendő, hogy központi szerepet tölt be a tanári identitás fejlődésének támogatása. Ezt erősíti a tanítás és a kutatás összekapcsolása, amivel már az egyetemi évek alatt a szakmai tudatosságot, szakmai ént fejlesztik. Kálmán Orsolya szerint nincsenek különleges módszertanok, *mivel a lényeg inkább a nevelő hatásrendszerek harmonikus együttesén van* (Kálmán, 2008, 3.).

A finn pedagógusképzés kiemelt figyelmet fordít a pedagógus saját identitás formálására, hiszen “saját tanárkép” kialakítását ösztönzi (Kálmán, 2008). A finn kutatásalapú pedagógusképzés fontos eleme a tanárok, tanárjelöltek felkészítése a folyamatos önreflexióra és a kritikai gondolkodás fejlesztésére, amely elemek a szakmai identitás kialakításában is szerepet játszanak (Csapó, 2015). A finn modell hatására megindult több európai ország pedagógusképzésének átalakítása, a kutatásalapú oktatástásra felkészítés előtérbe helyezése. Magyarországon is megindult a kutatásalapú oktatás elterjesztése, ennek egyik bizonyítéka, hogy a pedagóguséletpályamodellel a legmagasabb szintű pedagógus minősítést a kutató tanároknak szánja (Csapó, 2015).

A finn pedagógusképzés elősegíti a pedagógus jelöltek saját pedagógiai, módszertani elméleti és gondolkodási keretének megformálását (Kálmán, 2008). A pedagógusképzések és -továbbképzések esetében is a pedagógusok/pedagógusjelöltek szakmai fejlődése elválaszthatatlan a személyes és a tudományos fejlődési útjuktól. A pedagógusképzési tartalmak integrációját a finn képzési modellben a kutatásalapú pedagógusképzés és a narratív biográfiai alapú, önreflektív szakdolgozatok és portfóliók készítése biztosítja (Kálmán, 2011).

Azok az ismérvek, amelyek a finn iskola érzelmi, hangulati életét, a mindennapokat jellemzik (a természetes életstílus, nyugodt és kiegyensúlyozott pedagógusok és diákok, jól

szervezettség az iskolában, a gyerekek önállósága és a nekik adott bizalom, illetve a működő rendszer és a tanulási környezet nyitottsága), mind-mind feltételezik a pszichés *well-being* meglétét és folyamatos ápolását a pedagógusok részéről (Kálmán, 2008). A pedagógus hallgatók pszichés jól-létét, szorongás-szintjének csökkenését valószínűleg azzal is segíti a rendszer, hogy nem ad érdemjegyeket. Nyilván támogatja a megújulást és a pszichés jól-létet az is, hogy az adminisztratív terhek sem túl nagyok a finn oktatási rendszerben a tanárok vállán, miközben a pedagógusok elismertek és a tanítás a jól kereső professziók közé tartozik.

Releváns jellemzője a finn tanárképzésnek, hogy a folyamat során a hallgatók nem csak a tanári hivatást, mint funkciót ismerik meg, hanem személyiségük is jelentősen átalakul, hiszen az önismeretre, aktív tanulásra és kutatásra épül a képzési folyamat (Hercz, 2008). Vagyis azt mondhatjuk, hogy a sikeresen működő pedagógusképzési modell jellemzői a kutatóközpontú szemlélet és az önismereti tudás, valamint az ezekre alapozott saját pedagógus identitás kialakításának és az önreflexiónak a készsége. Mindezekkel a pedagógusok nagyfokú tudatosságát alakítják ki, amely lényegi tényezője az általunk vizsgált pedagógus hivatás-személyiség kiegyensúlyozottságának.

A disszertáció szerkezete

A dolgozat két nagy egységből áll: az egyik a szakirodalmi háttér, a másik a kutatás bemutatása. A kutatás háttéréül szolgáló szerteágazó tudományterületet képviselő szakirodalmat tematikus csomópontok mentén mutatjuk be, amelyek spirális szerkezetet alkotnak. Ez az áttekintés széleskörűen igyekszik az összes lehetséges interdiszciplináris háttérterület vonatkozó elemének bemutatására, fogalmi tisztázásra, azonban a széles merítés bizonyos tematikai szűkítést is szükségessé tesz, ezért részletesebben csak a leglényegesebbnek ítélt elemekre térünk ki.

Az első egység első fejezete a problémafelvetést tárgyalja, amelyben a pedagóguspálya elnöiesedése, mint valódi probléma kérdőjeleződik meg, és helyette differenciáló szempontokat vetünk fel, amelyek elvezettek a négy szempontú kutatás tervezéséhez.

A második fejezetben történik meg a disszertációban használt az alapvető fogalmakat tisztázása: a személyiség, identitás, szakmai személyiség és a pedagógus személyiség témaköröket körül járva.

A harmadik fejezet a pedagógus kutatásokat tárgyalja, az előzmények áttekintése után elsősorban a kurrens, személyiség pszichológiai gyökerű kutatásokkal foglalkozik.

A negyedik fejezetben a jungiánus elméleteken és a jungiánus pszichoanalízis női lélekelemzés fejlődéstörténetét bemutató vonulaton keresztül jutunk el a dolgozat egyik központi elméletét tárgyaló dinamikus felfogású női személyiség tipológia elméletehez.

Az ötödik fejezet új szempontot vesz fel, tágítva a horizontot a szociológia felé. A szociológia és pszichológia határterületén egyensúlyozó társadalmi nemek tudománya témaköréből a pedagógusokra vonatkozó, a kutatás szempontjából releváns elméleteket és szempontokat mutatjuk itt be.

Az első egység hatodik fejezete az iskola világában maradva vizsgálja a mentálhigiéné kérdését a stressz, kiégés és a mentálhigiéné prevenció gondolkörét felölelve.

Majd a hetedik fejezet a mentálhigiéné- és kiégés-kutatás hiányállapot szemlélete felől átlép az erősségek számbavételét célzó pozitív pszichológiai megközelítések felé.

Ezután következik a második egység, a kutatás bemutatása.

A második egység első fejezete a kutatás tervezését és módszertanát, a kutatás célját és kereteit vázolja fel, majd a négy szempontú vizsgálat eszközeiként használt négy féle kérdőív bemutatása következik a limitációk jelzésével együtt. A második fejezetben a vizsgálati koncepció bemutatása történik, majd a hipotézisek ismertetése és a választott statisztikai elemzési módszerek leírása.

A második egység harmadik fejezete a vizsgálati eredmények tényszerű, statisztikai bemutatására vállalkozik. A leíró és statisztikai és az összehasonlító eredmény-adatokat összefoglaló táblázatok tartalmazzák, illetve hisztogramok és oszlopdigrammok szemléltetik. Az eredmények bemutatása a hipotézisek mentén, azok belső logikáját követve történik a felhasznált kérdőívek faktorai és tesztek sorrendiségét követve.

A második egység negyedik fejezetében történik az eredmények értelmezése a hipotézisek mentén a szakirodalommal való összevetésben. Az egyes tesztek saját eredményeinek analízisét és a négy vizsgálati eszköz – lényegében – páronként történő összehasonlító elemzését végezzük el.

Az ötödik fejezet röviden összegzi az előző fejezet elemzéseit. A második egység hatodik fejezete tartalmazza a vizsgálat konklúzióira alapozott javaslatokat.

Végül a hetedik fejezet a hivatkozott irodalmat taglalja, míg a legutolsó részben a mellékleteket találjuk, mind a négy felhasznált kérdőív bemutatásával.

Az interdiszciplináris szakirodalmi háttér fő elemei

A vizsgálat elméleti háttérét számos tudományterület együttese adja. A neveléstudomány, a pszichológia, a mentálhigiéné és a szociológia területei és határterületei jelentik az érintett diszciplínákat.

A disszertációban a pedagóguskutatások fő területei (az eredményes pedagógusra jellemző tulajdonságok, pedagógiai képességek feltárása; az alapvető személyiségvonások; az alapképességek meghatározása; az eredményességet befolyásoló tudás meghatározása; a gyakorlati készségek meghatározása; a pedagógiai gondolkodás; a pedagógiai döntések jellemzőinek; sajátosságainak feltárása; a pedagógus hiteinek; gyakorlati filozófiájának feltárása és a reflektív tanítás definiálása; Falus, 1998) közül – az alapképességek, készségek meghatározásán túl- félig-meddig mindet érintjük. Az eredményes, /a mi értelmezésünkben ezt elsősorban a pszichés jólléttel rendelkező pedagógusra jellemző tulajdonságokkal (Szebedy, 2005), az alapvető pedagógusi személyiségvonásokkal (Göncz, 2017), a pedagógiai gondolkodással, döntéssel, a pedagógus hiteinek, gyakorlati filozófiájának, reflexiós készségeinek feltárásával foglalkozunk. A McKinsley jelentés (2007) azzal, hogy megállapította, hogy a pedagógiai munka legfontosabb összetevője a pedagógus személye új lendületet adott a pedagógus-személyiségre irányuló kutatásoknak.

Hangsúlyt kap a dolgozatban a kognitív pedagógia, elsősorban a reflektív tanítással foglalkozó gondolkörök is, elsősorban Szivák (2010) a témában felvázolt elgondolásaiból kiindulva.

A személyiség pszichológia területét érintő pedagógus személyiség kutatások bemutatása előtt a személyiség fogalom sokrétű bemutatására is sort kerítettünk (McCrae és Costa, 1987, McAddams, 1995).

A személyiségpszichológia és szociálpszichológia közös témaként megjelenik az identitás (Erikson, 1963) témaköre. Ebbe a sorba (is) illik az újabb keletű narratív pszichológia narratív identitás fogalma (László, 2008) és a pedagógus szakmai személyiség (Korthagen, 2004) fogalomköre is. A pedagógus szakmai személyiség újszerű vizsgálati témaköre a munkamagánélet, magánélet-munka egyensúlyának kérdései, melyekből szintén merítettünk a disszertációhoz.

A pszichológiai oldalon elsősorban a jungiánus személyiségelméletekkel (Jung, 1934/1954), foglalkozunk. Ezen belül is a lélektani típusokban megfogalmazott extravertió-introvertió elmélettel (Eysenck, 1978, Hull, 2011) továbbá a jungiánus női psziché vizsgálódásával foglalkozó irodalommal. Kiemelt figyelmet kap a dolgozatban Jean Shinoda Bolen (Bolen, 1984/2009) pszichoanalitikus archetípus karakterológiája és ennek történeti előzményei.

Felvillantunk gondolatokat a pedagógusnők vizsgálatára fókuszáló feminista pedagógia, a (női) lélek mélyét kutató (feminista) pszichoanalízis irányzataiból is. A feminista pszichoanalízis, mint irányzat, benne Bolen istennő archetípus elméletének kritikai értelmezése (Enns, 1993/1994) is bemutatásra kerül. Továbbá a nő lélekelemzés helyének megtalálása a tanácsadás, mint alkalmazott pszichológiai tudományágban szintén Enns (1993,1994) áttekintő tanulmányában fogalmazódik meg, amiről röviden ejtünk szót.

A pedagógia elméletét és gyakorlatát is megtermékenyítő pozitív pszichológiai alapvetések és a már említett iskolapszichológia egyes megközelítései mind-mind elméleti alapját képezik a dolgozatnak. A pszichés állapotot az egészség felől közelítő pozitív pszichológia alapvetései (Peterson és mtasai, 2000, Csíkszentmihályi, 1997/2001, Oláh 2005) ellensúlyt képeznek a hiányállapotok felőli közelítéssel szemben.

Pikó (2010) gondolatai is megtermékenyítették a kutatás tervezését, hiszen a nem hagyományos mentálhigiénés védőfaktorok elmélete és kutatása fontos eleme kutatásunk elméleti hátterének. A pozitív pszichológia elméletén nyugvó legfontosabb, a pedagógia világát, a pedagógusok temperamentum jellemzőit érintő alkalmazott pszichológiai kutatások is említésre kerülnek (Holecz és Molnár, 2014, Kun-Szabó, 2017).

A vizsgálat mögötti elméleti tematika a gender diskurzusból is merít, amelyet elsősorban az oktatás és nevelésszociológiai aspektusból közelítünk meg, hiszen fontos elméleti alapját adják a dolgozatnak a magyar pedagógusnői identitás vizsgálatban úttörő írások (Thun, 1996, F. Lassú, 2001, Kereszthy, 2005).

Ezekon felül a kutatás és disszertáció által jelentősen érintett tudományterület a mentálhigiéné, mint határterület, aminek fő tematikus eleme a kiegészítés mérésének fejlődése. A kiegészítést Maslach és munkatársai vizsgálatai alapján követhetjük nyomon (Maslach 1981, Leiter és Maslach, 2016). A pedagógusok mentálhigiénéjére irányuló alkalmazott pszichológiai kutatások is szerves részei a dolgozatnak, a hazai vizsgálatokból elsősorban Petróczy és munkatársai (1999), Ónody (2001) Paksi és munkatársai (2006, 2015), nemzetközi áttekintésben többek között Seibt, Spitzer, Druschke, Scheuch és Hinz, (2013), Antalka (2015) vizsgálatait érdemes kiemelnünk.

Mindezen elméleti vonulatok mellett, előzménynek tekinthetők a pedagógiai pszichológia határterületein az iskolapszichológiai szempontú attitűdkutatások (Borbáth, 2010), illetve az intézményi mentálhigiéné témaköre is (Szabó-Jagodics, 2016).

Hipotézisek

A sérülékeny mentálhigiéné – feltevésünk szerint – a pedagógusnőknek csak egy sajátos csoportjára jellemző, ami arra utal, hogy ez a jelenség nem a pálya elnöiesedésének a következménye. Ezt a feltevést hivatottak ellenőrizni a részletes hipotézisek, ahol arra keresünk bizonyítékot, hogy a mentálhigiéné állapot differenciáltan mutatkozik meg a pedagógusnők egyes csoportjai között. Jelen vizsgálatban a mentálhigiéné állapotot a kiégés szintje és az életszemlélet attitűdje alapján értelmezzük.

Az egyes jellemzők differenciáltabb elemzését a négy szempontú vizsgálat tette lehetővé.

A probléma vizsgálata kapcsán egy alapvető (**H 0.**) és öt fő hipotézist állítottunk fel, amelyekhez még további alhipotéziseket is megfogalmaztunk. Meggyőződésünk, hogy az alább bemutatandó hipotézisek bizonyításával vagy cáfolatával komplex kép rajzolható meg a pedagógusnők szakmai személyiség állapotáról, szakmai identitásuk kimunkáltságáról és a női identitásuk milyenségéről. Abból indultunk ki, hogy

H 0. Alapvetően feltételezzük, hogy a pedagógusnők szakmai személyiség állapota, szakmai identitásuk kimunkáltsága és a női identitás milyensége is összefüggésben van mentálhigiéné állapotukkal.

Kiindulópontunk vizsgálatához további hipotéziseket állítottunk fel:

H 1. A pedagógusnők mentálhigiéné állapot és életszemlélete egymással összefüggésben van. Az optimistább életszemlélet egészségesebb mentálhigiéné állapottal jár együtt.

H 2. A különböző lakóhelyen / beosztásban / pályán eltöltött időben / szakterületen lévő / végzettségű pedagógusnők mentálhigiéné állapot és életszemlélete eltér egymástól.

H 2. 1 A vidéki és a budapesti pedagógusnők – mint független változó csoport – mentálhigiéné állapot eltérő.

H 2. 2 A pedagóguspályán töltött évek és a mentálhigiéné állapot összefüggést mutat.

H 2. 3 A különböző szakterületen dolgozó pedagógusnők – mint független változó csoport – mentálhigiéné állapot eltérést jelez.

H 2. 4 Az eltérő legmagasabb iskolai végzettségű pedagógusok – mint független változó csoport – mentálhigiéné állapot különbözik egymástól.

H 2. 5 A különböző beosztású pedagógusnők mentálhigiéné állapot eltér egymástól.

H 3. A különböző női archetípusokat képviselő pedagógusnőkhöz különböző mentálhigiéné állapot, életszemlélet és szakmai személyiség jellemzők köthetők.

H 3. 1. A különböző lakóhelyen / beosztásban / a pályán eltöltött időben / szakterületen lévő / végzettségű pedagógusnők archetípusa eltér egymástól.

H 4. A különböző lakóhelyen / beosztásban / a pályán eltöltött időben / szakterületen lévő / végzettségű pedagógusnők szakmai személyiség-jellemzői eltérnek egymástól.

H.5. A pedagógusnők mentálhigiénés jólléte, életszemlélete a szakmai személyiség állapotának milyenségével összefüggést mutat.

H 5. 1 A nyitottság formái (aktív vagy passzív módon kifejeződő) fordítottnan, a zártság egyenesen arányos összefüggést mutat a kiégés jeleivel.

H 5. 2 A reflektív gondolkodásmód (önismeretre, reflexióra és önreflexióra, önmonitorozásra, önkorrekcióna, önkongruenciára, reflektív tanulásra való hajlam) fordítottnan korrelál a kiégés jeleivel.

H 5. 3 A mindennapi pedagógiai gyakorlatban megélt flow / alkotás élmény korrelál a pszichés jólléttel, és fordítottnan arányos a kiégés jeleivel, miközben a flow tanórai nem megélése, a teljesítmény központú attitűd erősebb kiégés és alacsonyabb jól-lét szinthez köthető.

H.5. 4 A pedagógus attitűdök és szemlélet s *szemléletbeli* attitűd (teljesítménnyel, a gyermekközpontú szemlélettel, spiritualitással kapcsolatos) kiégés és a jóllét mintázatát befolyásolják.

H.5. 5 A mentálhigiéné keretei között kiégés megelőzésként általánosan ismert legfontosabb tényezők, *védőfaktorok* (spirituális attitűd, hobbi sport, relaxációs és kreatív tevékenységek) értelemszerűen összefüggenek mintánkban az alacsonyabb kiégés, és a magasabb jól-lét szinttel.

H.5. 6 Feltételeztük, hogy az elsősorban szakmai, emberi kapcsolatok a kiégés és a jóllét mintázatát árnyalják.

A kutatás módszertana

A kutatási paradigma, stratégia és kutatási keretek

A választott kutatási paradigma természettudományos, amelynek alapja a megfigyelés, mérés, a bizonyító eljárások. A kutatási paradigmánkhoz az összefüggéseket feltáró, részben leíró stratégiát alkalmaztuk, amelynek során a vizsgált kérdés jelenségegyüttesének bemutatásán túl a jelenségek kapcsolódásának, kölcsönhatásának elemzésére is mód nyílt. Más szóval a kutatási stratégia kvantitatív, amely lehetővé teszi, hogy a megismerés folyamatában széles körben lefolytatott mennyiségi adatgyűjtésre támaszkodva, szisztematikus mérés és számszerűsíthető

adatok alapján adjunk választ a kutatási kérdéseinkre. A kutatás maga induktív, a pedagógiai valóságából kiinduló, elsősorban összefüggés-feltáró, részben leíró stratégián alapul. Ennek megfelelően módszerként kérdőíves vizsgálatot választottunk empirikus feltáró formában (Kontra, 2011). Kutatási módszerként a kérdőíves vizsgálat mutatkozott olyan adekvát eljárásnak, amely egyúttal lehetőséget kínált egy integratív megközelítés számára is. A pedagóguskutatás két alapkérdését összekapcsoljuk azáltal, hogy a ki a jó pedagógus kérdést integráljuk a pedagógussá válás folyamatának kérdéskörébe. Ezt az irányt szélesítjük a mentálhigiénés szempontrendszer beemelésével annak a ténynek a figyelembevételével, hogy a pedagóguspályán döntő többségben nők dolgoznak, így a nőiségük állapotának a szerepét is vizsgáljuk.

Jelen vizsgálat négy oldalról tervezte áttekinteni a pedagógusnők mentálhigiénés állapotának és identitás alakulásának milyenségét, ezt pedig többek között két validált és két saját kialakítású kérdőívvel látszott a legcélszerűbbnek összehasonlító vizsgálatként megtervezni. A vizsgálatához azon négy kérdőív felvételét és elemzését végeztük, amelyek komplex egészet, szinergiát alkotnak, hiszen mindegyik a személyiségnek, a pszichés állapotnak egy-egy releváns aspektusát ragadja meg: a mentálhigiénés állapotot, az életszemléletet, a szakmai személyiség jellemzőit és a női identitás archetípusát mérik fel.

A *mentálhigiénés állapot* feltérképezésére a kiegészítés mérésére validált és széles körben használt Maslach Burnout Inventory Educators Survey pedagógusokra kifejlesztett (Schwab, Maslach, Jackson, 1986) tesztjét alkalmaztuk.

Az *életszemlélet* vizsgálatára a pozitív pszichológiai irányzat által kifejlesztett, validált LOT-R eszköz szolgált (Scheier, Carver és Bridges, 1994).

A *szakmai személyiség jellemzőiről* egy saját fejlesztésű, az ún. Szakmai személyiségem (SzSzK) kérdőív adott képet.

A *női identitás archetípusainak* vizsgálatára szintén saját fejlesztésű eszköz készült, a Pedagógus mesternők és bennük élő görög istennők (BÉIK) című kérdőív.

Az adatok statisztikai elemzését az SPSS statisztikai programmal hajtottuk végre. Először a leíró statisztikai elemzéseket, majd ezt követően az összehasonlító vizsgálatokhoz szükséges normalitás vizsgálat történt meg. Ennek alapján csoportos analízisként a nem parametrikus /Kruskal-Wallis teszt/ csoportos statisztikai elemző módszert használtuk, illetve a varianciaanalízis eredményeként mutató tendenciák kifejtése részben a post hoc tesztek páros összehasonlításaival, illetve khi-négyzet próba alapú keresztábra elemzésekkel történt. Továbbá különféle korreláció számításokat végeztünk el.

A statisztikai elemzés lehetőségeit limitáló tényezők is bemutatásra kerültek.

Eredmények és következtetések összefoglalása

Vizsgálatunk statisztikai elemzése után kijelenthető, hogy kiinduló feltevésünk igazolódott, miszerint a pedagógusnők mentálhigiénés állapota, (értelmezésünkben a kiégés és pszichológiai jóllét szintjének együttese) összefüggést mutat szakmai személyiségük és női identitásuk kimunkáltságának mértékével. Vizsgálatunk kiinduló feltételezése- ha problémát jelent a pedagóguspálya elnőiesedése, akkor annak az oka a hiteles, szabadon megélt, kidolgozott szakmai és női identitás hiánya- megerősítést nyert. Megállapíthatjuk, hogy a pedagógusnők lelki egészségéhez szükségük van arra, hogy fejlesszék szakmai személyiségüket, és ezáltal identitásuk megszilárduljon, továbbá minél jobban kibontakoztassák jellegzetes női karakterüket, illetve karakter kombinációjukat.

Kutatásunk alapján, amely jóval árnyaltabbá teszi a vizsgált összefüggésben a képet, kijelenthető, hogy nem állja meg a helyét az a pedagógiai diskurzusokban (Buda, 1996) elterjedt feltételezés, hogy az elnőiesedett iskolai közegben ab ovo sérülnek (elsősorban a fiú) diákok a pszichoszociális fejlődésükben a pedagógus szerepből hiányzó férfi minta miatt.

Kijelenthetjük, hogy kiégésre és életszemléletre vonatkozó eredményeink kurrens hazai és nemzetközi vizsgálati eredményekkel összhangba hozhatóak.

A vizsgálat során egyértelművé vált a statisztikai elemzés után, hogy részletes feltevéseink egy-egy kivételtől eltekintve igazolódtak.

Maradéktalanul igazolódott, hogy az optimizmusra / pozitív életszemléletre való hajlam fordítottan arányos a kiégés jeleivel.

Együttjárást találtunk a pályán töltött idővel és a választott szakterülettel, de nem találtunk összefüggést a végzettség és a beosztás szerint a mentálhigiénés állapottal.

Közvetett megerősítést kaptunk arra, hogy az istennő választások alapján a vidéki és a budapesti pedagógusnők mentálhigiénés állapotában eltérés mutatkozik. Jelentőségteli különbségeket kaptunk a pályán töltött évek csoportjainak mentálhigiénés állapotában. Kimutattuk, hogy *kezdő* pedagógusnők vannak a legoptimálisabb, a *haladók* a leggyengébb mentálhigiénés állapotban.

Szaktárgyak szerinti különbségek is jellemzőek: az *óvónők* a legjobb, a *szaktárgyat nem jelölő* kategóriájúak a legrosszabb lelki egészségűek. Ezt az eredményt erősíti, hogy az *óvónők* körében sokan választották a kielégítő mentálhigiénés állapotú Aphrodité típust a *szaktárgyat nem jelölő* pedagógusok között pedig sok a gyenge lelki egészségű Perszephoné típus. Az

utóbbi csoport esetében identitás-problémákat sejtethünk a háttérben, amely összhangban áll a Perszephoné típus jellemzésével, miszerint nehéz identitásépítő feladattal küszködik. A névtelen lányból a bölcs, tapasztalt nővé tudnának érni, ha az utat végig járnák. Vizsgálati mintánkból láthatóan ez csak keveseknek sikerül.

A pályán töltött évek szerinti csoportok közül a *kezdők* a többi csoportnál kielégítőbb mentálhigiénés állapotát állapítottuk meg, melynek háttérében attitűdök és jellemző viselkedések csokrát találtuk. A kezdők erőssége, hogy többük rendszeresen sportol, nyitottak a tapasztaltabb generációtól való tanulásra, fontos számukra az önreflexió valamilyen formája. Érdekes összefüggésként jelentkezik az a kezdők mentális egészségét védő tényező, hogy a realitásokra kevésbé fogékonyak, mint a többi csoport. További énhatékonyságot növelő tényezőként sejtjük a *kezdő* csoport digitális készségeiben való relatíve nagyobb jártasságát (Gyarmathy, 2012), amely a többi csoporthoz képest a magabiztosságukat fokozhatja, és a tapasztalatlanságból eredő szorongást ellensúlyozza, amelyről szintén tudományos diskurzus folyik (Szivák, 1999).

A *flow* – mint komplex központi faktor – szerepét a jó mentálhigiéné megőrzésében és a szakmai személyiség építésében az az eredményünk is aláhúzza, hogy a pályán töltött évek előrehaladtával a pedagógusnők körében fokozatosan erősödik a *flow* megélésére való képesség, ami párhuzamot mutat a növekvő kompetenciával és így az erősödő szakmai identitással. Ellentmondásnak tűnhet, hogy a *kezdők* tanórai *flow* megélése a legritkább, mégis ők mutatkoznak a legerősebb mentálhigiénés állapotúnak. Ám azt gondoljuk, hogy bár a *kezdők* fent említett mentálhigiénét védő szokásai és kompetenciái összességében erősebbek, mint sok *régóta tanító* és *veterán* pedagógus mentálhigiénéjét támogató *flow* megélési képesség és kidolgozottabb szakmai személyiség, mégis a kép ennél árnyaltabb.

Hiszen a szakmai személyiség kidolgozottsága és ennek részeként megjelenő elemek, pl. a *flow* tanórai megéléseinek képessége ugyanakkor mégis jó előre jelzője az erősebb pszichés jóllétnek, hiszen a *régóta tanító* és *veterán* csoport mentálhigiénés állapota egyértelműen jobb, mint a náluk kevésbé régen pályán lévő *haladó* csoporté.

A kutatás feltárta azt is, hogy a *haladó* csoport a legrosszabb mentálhigiénés állapotú a pályán töltött évek szerinti összehasonlításban. Valószínűsíthető, hogy a magánélet-munka egyensúlyi krízis hatásai ennél a csoportnál a legerőteljesebbek, emiatt a belsővé tett külső időnyomás, a „belső hajcsár” hatás itt a legerősebb (Kast, 2012). Továbbá itt már nem véd a *kezdők* optimizmusa, ez a csoport már felismerte az oktatás világának anomáliáit. Mindemellett a leterheltség miatt nekik van legkevesbé lehetőségük rekreációs tevékenységekre, például a sportolók mennyisége is drasztikusan csökken az előző csoporthoz képest.

További jellegzetesség, hogy a *kezdők* nem jelentek meg sem a kiégettek, sem az erősen kiégés veszélyeztett csoportban. Ezzel párhuzamosan a többi csoporthoz képest a *tanulásban akadályozottakkal* foglalkozó pedagógusok mentálhigiénés állapota is egészségesebb, hasonlóan az *óvodapedagógusokéhoz*, akik közül szintén nem találtunk sem a kiégettek, sem az erősen kiégés veszélyeztett csoportban senkit, ami összhangban áll Szabó, Litke és Jagodics (2018) eredményével.

Az *óvodapedagógusokra* és *tanulásban akadályozottakkal* foglalkozókra vonatkozó, a vizsgált mintában legkiegyensúlyozottabb mentálhigiénés értékek részben a realitástól való elvonatkoztatási képességre/ lehetőségre is visszavezethetők, részben a kevésbé kötött pedagógiai feladatokra. Mindez persze visszafelé is igaz lehet, vagyis a kisebb kötöttséggel, relatív nagyon szabadsággal és kreatív lehetőségekkel bíró, ezáltal mentálhigiénésen védettebb munkakört biztosító szakterület vonzza a diszpozicionálisan előnyösebb lelki egészség feltételekkel bíró karaktereket, elsősorban az Aphrodité típust.

A szakmai személyiség és a lelki egészség kapcsolatát vizsgáló feltevéseink nagy része is igazolást nyert az SzSzK kérdőív, MBI-ES és a LOT-R tesztek eredményeinek statisztikai elemzése során. Ez az eredmény többek között a Szakmai Személyiség Kérdőív validitását is közvetve alátámasztotta.

Igazolódott, hogy nyitottság formái (pedagógiai és pszichológiai, aktív vagy passzív módon kifejeződő), különösen a pszichológiai témák iránti nyitottság együtt jár a pszichés jólléttel és/vagy fordítottan arányos a kiégés jeleivel. Feltevésünk az SzSzK nyitottság faktorának elemzése során megerősítést kapott.

Maximálisan igazolódott, hogy a pedagógus */ön/reflektív gondolkodásmódja* fordítottan korrelál a kiégés, és együtt jár a pszichés jól-lét jeleivel.

Kimutattuk, hogy a mindennapi pedagógiai gyakorlatban megélt flow / alkotás-élmény korrelál a pszichés jól-léttel, és fordítottan arányos a kiégés jeleivel, miközben a flow tanórai nem megélése, a teljesítmény központú attitűd erősebb kiégés és alacsonyabb jól-lét szinthez köthető.

Részben igazolódott, hogy a nem hagyományos mentálhigiénés védőfaktorok alacsonyabb kiégés és a magasabb jól-lét szinttel járnak együtt. Tendenciákat kaptunk arra nézve, hogy a szabadidős kreatív és relaxációs tevékenységek is mentálhigiénésen védő hatással járnak. A spirituális attitűd mentálhigiénés védőfaktor szerepére nem kaptunk megerősítést.

Egyértelművé vált, hogy a diákokkal és szülőkkel ápolt harmonikus kapcsolatok jobb lelki egészség állapottal járnak együtt, a realitás központú attitűd esetében pedig a pesszimizmus erősebben van jelen.

Kijelenthető, hogy a diszpozicionális elemeket és komplex készségeket, képességeket ötvöző flow képesség (vizsgálatunkban a **tanórai flow élmény** megélésére való törekvés) a szakmai személyiség kimunkáltságának legerősebb fokmérője és egyben mentálhigiénés védő jegye. Ezt követi az állandó képződésre, fejlődésre való **nyitottság** (ideértve a szakterületre, a nevelési módszertanra és a pszichológiára való nyitottságot); továbbá a **harmonikus munkakapcsolatok** fenntartása és ápolása; valamint a **tudatos reflektív** munkamód minél többféle elemének működtetése. A gyermekközpontú nézetrendszer, a **kevésbé realitás közeli szemlélet** és a **szabadidő tudatos felhasználása a mentálhigiéné védelmére** az ismert kiégést megelőző védőfaktorok alkalmazásával (sport, kreatív elfoglaltság, relaxáció) mind-mind **mentálhigiénés védelemként jelentkeznek** és egyben a szakmai identitás érettségének mutatói. Viszont a pedagógusok szemléletbeli háttereként jelzett tényezők nem, vagy nagyon lazán kapcsolódnak a mentálhigiénés állapotukhoz, kivéve a realitáshoz való viszonyulást.

Azt is kijelenthetjük, hogy a pedagógus szakmai személyiség kimunkáltsága erős összefüggésben van a tudatos lelki egészség védelmével és pszichés jóllétével. Erre vonatkozóan a női archetípusok és a független változók mentén kaptunk megerősítő adatokat a vizsgálatban.

A karakterológia alapján valószínűsíthető az Aphrodité archetípusú pedagógusnők erős flow képessége. Az egyértelműen kiderült, hogy ezt a típust preferálók rendelkeznek a legegészségesebb pszichével. A másik legegészségesebb a tudatos önismerettel és ösztönös meditatív képességekkel rendelkező Hesztia típus. A karakterológiai jellemzésüknek megfelelően ambivalens mentális egészséget mutattak a Héra típusok: az énhatékonyság elérésében az élen járnak a vizsgált pedagógusnők között, miközben a pszichés jólétet gyengítő pesszimizmus is körükben a legerősebb.

Azt is megállapíthatjuk, hogy a boleni kategória rendszer által sérülékenynek tekintett istennő archetípust (Héra, Déméter, Perszephoné típusok) képviselők kevésbé egészséges állapotúak, sőt a Perszephoné típusát találtuk a legsérülékenyebb mentálhigiénés állapotban. A szintén nem túl erős mentálhigiénés állapotot mutató Déméter típusról kevés valódi, jelentőségteljes adatot nyertünk. Démétért hagyományosan anyáskodó, támogató szerepben tudjuk elképzelni a karakterológia alapján, aminek megfelelően a tanító szerep, ugyanakkor ezzel a szerepkörrel Déméter nagyvonalú, mindenek fölötti támogató természete valószínűleg kevésbé fér össze. Ezért a pedagógus pálya helyett inkább a segítő foglalkozásúak között jelennek meg, ahogyan azt F. Lassú és Szarvas (2010) kutatásukban találták. Illetve az összefüggések hiányának oka lehet még a sok rész csoporttal való statisztikai munka, és ezzel párhuzamosan a relatív nem túl magas elemszám is. Mindemellett azt megtudtuk, hogy a Déméter típus állapota -

feltehetően az kevésbé introvertált jellemzői miatt- nem olyan gyenge a lelki egészségét illetően, mint a Perszeponé típusé.

A bolni értelemben „szűz”, vagyis önállóságot mutató karakterek a jobb mentálhigiénés állapotúak közé tartoznak (Athéné, Artemisz, Hesztia), a vizsgálat ebben is megerősítette a karakterológia rendszer jellemzéseit. Ahogy abban is, hogy az elvártan megfelelően a Pallasz Athéné típusa a leggyakoribb a pedagógusnők között, minden szakterületen megtaláltuk képviselőiket. Bár nem kiemelkedő mentális egészségük, de láthatóan egészen jól tudnak alkalmazkodni az iskola világához. Karakterükből adódóan számukra nem okoz nehézséget – a fő elemeiben máig patriarchális viszonyokat rejtő – pedagógiai világhoz igazodni. Az Artemisz típusról viszonylag kevés adatunk van, hiszen korlátozott elemszámmal szerepelnek a mintánkban, és kevesebb markáns összefüggésben jelentek meg. Az mindenesetre kiderült a típusról, hogy nem érzi igazán jól magát a bőrében pedagógusként, ami a karakter jellemzőiből érthető, mint ahogy az is következtethető a karakter jellemzőkből, hogy nem nagy számban jelennek meg a pedagógusok között.

Következtettünk az extravertió és introvertió, mint mediáló háttér tényező mentálhigiénés állapotokhoz való kapcsolódásáról: egyrészt a távmunka preferenciája feltehetően introvertált karakterű és már kiégés veszélyeztetett, vagy gyengébb pszichés jólléttel élő kollégát jelent. Másrészt minél kevésbé kedveli egy pedagógus a távmunkát, annál valószínűbb, hogy kielégítő a mentálhigiénés állapota és vagy extravertált típusú. Vélelmezzük, hogy a tanári pályán belül az extravertált diszpozíció mentálhigiénésen védő hatású, miközben az introvertió – ha nem társul tudatos önfejlesztéssel – akkor mentálhigiénét gyengítő hatású.

Izgalmas hozadéka a vizsgálatnak a *lehetőségem* válaszok esetében tapasztalt jelenség. Ez inkább jár együtt deficités mentálhigiénés állapottal, aminek háttérében halogató magatartás feltételezünk. Eredményeinket elemezve arra következtethetünk, hogy a halogató, mint attitűd, illetve bizonytalanság, mint diszpozíció kiégéssel és alacsonyabb optimizmussal, magasabb pesszimizmus szinttel jár együtt. Ezen összefüggések további elemzése várhat magára.

Összességében elmondható, hogy kiinduló feltevésünk igazolódott, a pedagógusnők mentálhigiénés állapota, vagyis értelmezésünkben kiégés szintje és pszichológiai jóllét állapota összefüggést mutat szakmai személyiségük és női identitásuk kimunkáltságának mikéntjével. Vagyis a pedagógusnők lelki egészségéhez szükségük van arra, hogy fejlesszék szakmai személyiségüket, és ezáltal identitásuk megszilárduljon, továbbá minél jobban kibontakoztassák jellegzetes női karakterüket, illetve karakter kombinációjukat.

Közvetett bizonyítást nyert az is, hogy mindkét saját fejlesztésű mérőeszköz, a BÉIK és az SzSzK is érvényes válaszokat eredményez.

A kutatás további lehetséges irányai

Számos alternatíva képzelhető el a kutatás folytatásának irányaként. Ilyen lehet a vizsgálat folytatása mélyinterjúk fókuszcsoporthoz formában, de felvetődhet megismétlése nagyobb mintán a jelenlegi oktatási környezetben. Izgalmas és akár újszerű eredményeket hozó személyiségvizsgáló kutatás tervezhető a pedagógusnők körében Szebedy Tas pedagógus tipológiájának és Bolen női archetípus kategóriáinak összedolgozásával, illetve az egyesített eszköz validálására. A kutatás alapja lehet olyan felméréseknek, amelyek specifikusan a kiégés veszélyeztetett és kiégéstől védett személyiségtípusokra irányulnak, szempontul választva ehhez a női identitás típusokat is. Jelen vizsgálat alapjául szolgálhat a személyiség oldaláról közelítő pedagógus-pályaalkalmassági vizsgálatoknak is.

A dolgozat felveti a reflektív pedagógiai elméletei ismeretének szerepét a pályán töltött idő és a mentálhigiénés állapot kapcsolatában, amelynek további feltárása előre vivő lehetne mélyebb összefüggések megértéséhez. Érdemes lenne felvenni és tovább kutatni azt a szálát is, amely a pedagógusnők női pedagógus ideáljaival kapcsolatos eredmény. Az derült ki, hogy a megkérdezettek egy jelentős része nem is ismeri a megjelölt neves pedagógusnő személyiségeket. Felmerül a kérdés, hogy kinek az életútját, munkásságát ismerik a neves magyar vagy akár nemzetközi női pedagógus elődök közül, és közülük kit tekintenek példaképüknek.

A további témákban javasolhatók még kutatások: a halogatózás, mint depressziós jegy és a kiégés kapcsolatában; a bizonytalanság, mint jellemző és a kiégés veszélye vagy ténye vonatkozásában; az extravertió-introvertió témakör vizsgálatában, ami lehetséges tanácsadási szempontként értelmezhető a pedagógus szakterület választásában. Nyilván felvethető a két általam szerkesztett eszköz, a Szakmai Személyiségem Kérdőív és a BÉIK további fejlesztése, validálása is.

Végezetül még egy gondolat: a dolgozat keletkezésének idején szándékom volt a vizsgálat tapasztalataiból táplálkozó, a pedagógusnők számára írt specifikus mentálhigiénés kézikönyv, segédlet elkészítése, ez a feladat még várat magára.

Válogatás a felhasznált irodalomból

- Antalka, Á. (2015): A tanári kiegészítő feltérképezése Kovászna megye középiskolai tanárainak körében, doktori disszertáció, ELTE PPK Neveléstudományi Doktori iskola
- Bolen, S. (1984/2009): *Goddesses in Everywoman: A New Psychology of Women*. Harper and Collins
- Borbáth K. és Horváth H., A. (2019): Érzelmek az oktatás világában. *Neveléstudomány*. befogadva, 2019.dec.
- Buda, B. (1996): A pedagóguspálya nőiesedésének pszichoszociális problémái. *Educatio*, 5, 431–440.
- Csíkszentmihályi, M.(2018/1997): *Flow-Az áramlat*, Akadémiai Kiadó,
- Darling-Hammond, L., Amrein-Beardsley, A., Haertel, E., & Rothstein, J. (2012): Evaluating teacher evaluation. *Phi Delta Kappa*, 93(6), 11.
- Enns, C.Z. (1993): Twenty Years of Feminist Counseling and Therapy. *The Counseling Psychologist* ·21(1)3-87
- Enns, C.Z. (1994): Archetypes and Gender: Goddesses, Warriors, and Psychological Health. *Journal of Counseling & Development*, 73(2) 127-133
- Falus, I. (2002): A tanuló tanár, *Iskolakultúra* 2002. 6(7):76-80
- F. Lassú Zsuzsa (2001): Hagyományos és modern női szerepek az iskolában, In: Szerk.: László Zsuzsa *Nevelés és társadalom*. Székesfehérvár: Kodolányi János Főiskola (KJF), webhely: <https://www.kodolanyi.hu/szabadpart/szam9/lassu.html>
- Goddard, R., O'Brien, P. & Goddard, M. (2006): Work Environment Predictors of Beginning Teacher Burnout. *British Educational Research Journal*. 32 (6):857-874
- Göncz, A., Göncz, L., & Pekić, J. (2014): The influence of students' personality traits on their perception of a good teacher within the five-factor model of personality. *Acta Polytechnica Hungarica*, 11, 65–86.,
- Göncz, L. (2017): Teachers' personality: a review of psychological research and guidelines for a more comprehensive theory in educational psychology, *Open Review of Educational Research*, 4(1): 75-95,
- Gyarmathy, É. (2019): *Pszichomeditáció*, Móra Kiadó, Budapest

Hamvai Cs. és Pikó B. (2008): Pozitív pszichológiai szempontok az iskola világában: a pozitív pedagógia kihívásai. *Magyar Pedagógia*. 108(1): 71–92.

Hercz, M. (2008): Professzionális tanárképzés az Európai Unióban 1.: Finnország, Hollandia, Németország és az Egyesült Királyság példája. *Iskolakultúra*, 2008 3(4): 96-123

Holecz, A. és Molnár, Sz. (2014): Pedagógusok pozitív pszichológiai tükrében: a jóllétet erősítő tényezők jellemzői a pályán *Iskolakultúra*, 14 (10):3-14.

Hunyady, M. Nádasi, M. (2008): Fekete pedagógia – a szociális életképesség megalapozásának iskolai akadályai. In: Bábosik, I. és Koncz, I. (szerk.): A szociális életképesség megalapozása az iskolában. PEM, Budapest. 31–45.

Korthagen, F. A. J. (2004). In Search of the Essence of a Good Teacher: Towards a More Holistic Approach in Teacher Education. *Teaching & Teacher Education*, 1, 77-97.

Kun, Á., Szabó, A. (2017): Boldogság tényezők a pedagógusok munkájában. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 72 (3):281-310.

László, J. (2008): Narratív pszichológia. *Pszichológia*. 28 (4):301-317.

Leiter, M. P., & Maslach, C. (2016). Latent burnout profiles: A new approach to understanding the burnout experience. *Burnout Research*, 3(4), 89-100.

Maslach, C. Leiter, M.P. (2008): Early predictors of job burnout and engagement *Journal of Applied Psychology*, 93. 498-512

McAdams, D.P. (1995): "What Do We Know When We Know a Person?" (PDF). *Journal of Personality*,

McCrae, R.R., Costa, P.T. (1987): "Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers". *Journal of Personality and Social Psychology*. 52 (1): 81–90.

McKinsey & Company (2007). Mi áll a világ legsikeresebb iskolai rendszerei teljesítményének háttérében? Retrieved from: http://docplayer.hu/2653810-Mi-all-a-vilag-legsikeresebb-iskolai-rendszerei-teljesitmenyenek-hattereben-2007-szeptember.html#show_full_text (2019. 10. 28.)

Mihály, I. (2003): Világraszóló oktatási sikerek, és ami mögöttük van- A PISA vizsgálat eredményeiről, *Új Pedagógiai Szemle*, 53 (12):92-94

Nagy H., Gyurkovics M. (2016): A pszichológiai jóllét szociodemográfiai korrelátumai, kapcsolata a big five vonásokkal és az optimizmussal. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 17 (3): 195-214.

- Oláh, A (2005): *Érzelmek, megküzdés és optimális élmény. Belső világunk megismerésének módszerei.* Budapest: Trefort.
- Ónody, S. (2001): Kiegészítő tünetek (burnout szindróma) keletkezése és megoldási lehetőségei. *Új Pedagógiai Szemle*, 51 (5) :81-85.
- Paksi, B. és Smidt, A. (2006): Pedagógusok mentálhigiénés állapota. *Új pedagógiai szemle*.56(6):48.64
- Paksi, B., Veroszta, Zs., Schmidt, A., Magi, A., Vörös, A., Endrődi-Kovács, V., Felvinczi, K. (2015): Pedagógus-pálya-motiváció. Egy kutatás eredményei. Oktatási Hivatal, Budapest,
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44–55.
- Petróczi E., Fazekas, M., Tombácz Zs., Zimányi M. (1999): A kiegészítő jelensége pedagógusoknál, *Magyar Pszichológiai Szemle* 54 (3)
- Pikó, B. (2010): Védőfaktoroktól az egészségtudatosságig: A kognitív szempontú egészségfejlesztés és addiktológiai jelentősége in: Védőfaktorok nyomában. A káros szenvedélyek megelőzése és egészségfejlesztés serdülőkorban Pikó Bettina (szerk.) L'Harmattan kiadó, Budapest
- Pikó, B. (szerk.) L'Harmattan kiadó, Budapest
- Rushton, S., Morgan, J., & Richard, M.: Teacher's Myers-Briggs personality profiles (2007): Identifying effective teacher personality traits. *Teaching and Teacher Education*, 23, 432–441.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A re-evaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 1063-1078.
- Schwab, RL., Maslach C, Jackson SE. (1986) Burnout in education in: Maslach Burnout Inventory Manual 20, 18-22,
- Seibt, Spitzer, S. – Druschke, D. – Scheuch, K. – Hinz, A. (2013): Predictors of mental health in female teachers. *International Journal of Occupational Medical and Environmental Health*, 26/6 (Dec.) 856–869.
- Szabó, É.-Jagodics B. (2016): Erőforrások és követelmények A tanári kiegészítő munkahelyi tényezőinek komplex vizsgálata. *Iskolakultúra*, 26 (11)3-15
- Szabó, É., Litke, M. és Jagodics, B. (2018): Az óvodapedagógusok kiegészítésének vizsgálata a munkaértékek tükrében. *Iskolakultúra*, 28 (7):51-65
- Szebedy, T. (2005): A pedagóguspálya sajátosságai és a foglalkozási ártalmak; *Új pedagógiai szemle*,
- Szivák, J. (2010): A reflektív gondolkodás fejlesztése. Bp. : Magyar Tehetségsegítő Szervezetek Szövetség

Szokolszky; www.statokos.com; letöltve 2021.06.06.

Thun, É. (1996) Hagyományos pedagógia, feminista pedagógia. *Educatio* (é.n.)

Thun, É. (2005): Pedagógus-nők indentitás konstrukciójának nyelvi megjelenítése a tanárképzés szakmai szövegeiben. Nyelv, ideológia, média konferencia előadás, Szeged.

Borbáth Katalin MTMT Publikációs lista

1.

Borbáth, Katalin: Pedagógusnők tükrében: komplex fókuszú mentálhigiénés állapotfelmérés in: KATOLIKUS PEDAGÓGIA: KATOLIKUS PEDAGÓGIAI TANSZÉKI FOLYÓIRAT / NEMZETKÖZI NEVELÉSTUDOMÁNYI SZAKFOLYÓIRAT VIII. ÉVFOLYAM, 2019/1–2. SZÁM pp. 24.-49.(2021) (Szakcikk) Tudományos

2.

Borbáth, Katalin: Circle Dance and Dance Therapy for Talented Children with Disadvantages and Special Needs in: TÁNC ÉS NEVELÉS / DANCE AND EDUCATION 2: 1 pp. 135-147., 13 p. (2021)Folyóiratcikk (Utánközlés) Tudományos

3.

Borbáth, Katalin: Körtáncsal és táncterápiával a hátrányokkal küzdő tehetségekért in: TÁNC ÉS NEVELÉS / DANCE AND EDUCATION 2: 1 pp. 122-134. 13 p. (2021) Folyóiratcikk (Szakcikk) Tudományos

4.

Borbáth, Katalin: Pedagógusnők mentálhigiénés állapotfelmérése szakmai és személyes identitásjellemzőikkel összefüggésben In: Endrődy, Orsolya; Svraka, Bernadett; F., Lassú Zsuzsa (szerk.)Sokszínű Pedagógia: Inkluzív és multikulturális szemléletmód a pedagógiai gyakorlatban ,Budapest, Magyarország: ELTE Eötvös Kiadó (2020) pp. 69-88. ,20 p. Könyvrészlet (Szaktanulmány) Tudományos

5.

Borbáth, Katalin:Az erőszakmentes kommunikáció lehetőségei az intézményes nevelés-oktatásban in:ÓVODAI NEVELÉS: SZAKMAI-MÓDSZERTANI FOLYÓIRAT 73: 7 pp. 26-28. 3 p. (2020) Folyóiratcikk (Szakcikk) Tudományos

6.

Borbáth, Katalin: Gondolatok a tanár mentális jóllétének aspektusairól és azok hatásairól GYERMEKNEVELÉS: ONLINE TUDOMÁNYOS FOLYÓIRAT 8 2 pp. 299-317., 19 p. (2020) (Szakcikk)Tudományos

7.

Borbáth, Katalin; Horváth, H Attila: Pedagógusnők – női szerepválságban? in:

ÚJ PEDAGÓGIAI SZEMLE 62: 11-12 pp. 3-8. 6 p. (2012) Folyóiratcikk (Szakcikk) Idézett közlemények száma: 3

8.

Borbáth, Katalin: Háttértényezők vizsgálata a pedagógusnők mentálhigiénés állapotjellemzőiben in: FEJLESZTŐ PEDAGÓGIA: PEDAGÓGIAI SZAKFOLYÓIRAT 21: 6 pp. 46-54. 9 p. (2010) Folyóiratcikk (Szakcikk) Idézett közlemények száma: 1

9.

Borbáth, Katalin; Mátrainé, Borbély Lívia: Gyermek-pszichodráma és kreatív tánc in: FEJLESZTŐ PEDAGÓGIA: PEDAGÓGIAI SZAKFOLYÓIRAT 18: 1 pp. 31-35. 5 p. (2007)

10.

Borbáth, Katalin: Pedagógusok iskolapszichológus iránti attitűdje in: FEJLESZTŐ PEDAGÓGIA: PEDAGÓGIAI SZAKFOLYÓIRAT 21: 6 pp. 38-45. 8 p. (2010)

11.

Borbáth, Katalin: Élet a szigeten: Winnicott módszere az iskolapszichológiai munkában
In: [s.n.] (szerk.) II. Országos Gyermekpszichoterápiás Konferencia: Szorongás és agresszió (2006) pp. 22-22. 1 p. (Absztrakt / Kivonat)

12.

Borbáth, Katalin: Gyakorló pedagógusnők offline mentálhigiénés állapotfelmérése különös tekintettel a női identitástípus megélésének a szakmai személyiségre kifejtett hatására
In: Bárdos, Jenő; Sebestyén, József (szerk.) Neveléstudomány – Integritás és integrálhatóság: Inter- és multidiszciplináris szemlélet, többnyelvűség, multikulturalitás az oktatás és nevelés elméletében és gyakorlatában: IX. Országos Neveléstudományi Konferencia: Program, tartalmi összefoglalók

Veszprém, Magyarország: Pannon Egyetem (2009) 269 p. pp. 219-219.1 p. konferenciaközlemény (Absztrakt / Kivonat) Tudományos

13.

Borbáth, Katalin: Összefüggések keresése a szakmai személyiség kimunkáltsága és a női identitás megélése között (2010) Pécs, Pszichológiai Nagygyűlés 2010. 05.24-26.,

14.

Borbáth, Katalin; Mátrainé, Borbély Lívia

Gyermek-pszichodráma és kreatív tánc kísérleti csoport egy kőbányai általános iskolában
In: M, Tamás Márta (szerk.) Integráció és inklúzió: Fejlesztő módszerek a közoktatásban
Budapest, Magyarország: Trefort Kiadó, (2006) pp. 256-267. 11 p. Könyvrészlet (Szaktanulmány)

15.

Borbáth, Katalin: A női példaképek élettörténetének feldolgozása
SCIENTIA PANNONICA 4: 2 (2010)Folyóiratcikk (Jelentés)

16.

Borbáth, Katalin: Tudatos kommunikáció e-learning pedagógus továbbképző tananyag
(2010)Educatio Kht, (Segédlet) | Oktatási

17.

Borbáth, Katalin; Sikos, Tamás (szerk.); Hoffmann, Istvánné (szerk.; Balatoni, Károly (szerk.);
Póór, József (szerk.) ; Bencsik, Andrea (szerk.) :Gyakorló pedagógusnők mentálhigiénés
online állapotfelmérése: különös tekintettel a női identitástípus megélésének a szakmai
személyiségre kifejtett hatásaira (2010)

18.

Borbáth, Katalin: A playstationnemzedék és a médiafogyasztás minősége

In: Az eltűnő gyermekkor nyomában. Magyar Pszichológusok Egyesülete tudományos
konferenciája absztraktkötet: Budapest, Magyarország (2009) pp. 2-2. 1 p.Egyéb
konferenciaközlemény (Absztrakt / Kivonat)

19.

Borbáth, Katalin: Formálódó iskolapszichológiai protokoll In: Martonné, Tamás Márta
(szerk.)Nevelési Tanácsadók Egyesülete Jubileumi Konferencia Előadásai,2008
(2008) (Konferenciaközlemény)

20.

Borbáth, Katalin: Inter-disciplined search on the backbround factors of feamle teachers' mental
hygenie condition

In: Harsányi, János Szakkollégium (Komárno); Lifelong, Learning Magyarország Alapítvány
(Budapest); Selye János Egyetem, Gazdaságtudományi Kar (Komárno) (szerk.)

Szellemi tőke, mint versenyelőny, avagy A tudásmenedzsment szerepe a versenyképességben
Budapest, Magyarország: Lifelong Learning Magyarország Alapítvány, (2010)

Forrás Könyvrészlet (Absztrakt / Kivonat)