*«Το εργασιακό στρες, η επαγγελματική εξουθένωση και η επαγγελματική ικανοποίηση των εκπαιδευτικών ειδικής αγωγής»*

**ΠΕΡΙΛΗΨΗ**

Το εργασιακό στρες αποτελεί μια παράμετρο ιδιαίτερα καθοριστική για την αποτελεσματικότητα στην εκπαιδευτική διαδικασία. Πρόκειται για ένα καθολικό στοιχείο, που ξεπερνά το φύλο, την ηλικία, το επίπεδο μόρφωσης ή την ιεραρχική θέση του εκπαιδευτικού και αγγίζει ποικίλες διαστάσεις του ατόμου.

Σκοπός της παρούσης έρευνας, είναι να διερευνήσει το εργασιακό στρες, την κατάθλιψη και το άγχος των εκπαιδευτικών ειδικής αγωγής πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης, καθώς και τα επίπεδα της επαγγελματικής τους ικανοποίησης. Στην παρούσα μελέτη έλαβαν μέρος εκατό (100) εκπαιδευτικοί ειδικής αγωγής της περιφερειακής διεύθυνσης εκπαίδευσης Αττικής. Η διεξαγωγή των ευρημάτων της μελέτης, έγινε με το ερωτηματολόγιο που περιλάμβανε την Κλίμακα Αντιλαμβανόμενου Στρες-14 (Perceived Stress Scale-14, PSS-14), την κλίμακα Κατάθλιψης, Άγχους και Στρες-21 (Depression Anxiety Stress Scale-21, DASS-21), την κλίμακα Καταγραφής Επαγγελματικής Ικανοποίησης (Employee Satisfaction Inventory-ESI), καθώς και την Κλίμακα Επαγγελματικής Ικανοποίησης (Job Satisfaction Scale – JSS).

Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της παρούσης μελέτης οι συμμετέχοντες παρουσιάζουν κατά μέσο όρο μέτρια επίπεδα αντιλαμβανόμενου στρες, άγχους και κατάθλιψης, καθώς και μέτρια επαγγελματική ικανοποίηση. Η αύξηση των επιπέδων του αντιλαμβανόμενου στρες των εκπαιδευτικών σχετίζεται με μείωση της επαγγελματικής τους ικανοποίησης. Τα αυξημένα επίπεδα κατάθλιψης των εκπαιδευτικών ειδικής αγωγής σχετίζονται με τη μειωμένη επαγγελματική ικανοποίηση. Όσον αφορά στη σχέση στρες και την κατάσταση της υγείας τους, όσο αυξάνεται το στρες, σύμφωνα με τους εκπαιδευτικούς, τόσο η υγεία τους επιδεινώνεται. Επομένως, το εργασιακό στρες, η κατάθλιψη και το άγχος μπορούν να θεωρηθούν ως προγνωστικοί δείκτες της κατάσταση της υγείας των εκπαιδευτικών ειδικής αγωγής, καθώς τα υψηλά επίπεδα εργασιακού στρες και άγχους σχετίζονται ισχυρά με τα χαμηλά επίπεδα αυτό-αναφερόμενης υγείας-ευεξίας, αλλά και επαγγελματικής ικανοποίησης.

Η παρούσα έρευνα θα μπορέσει να λειτουργήσει ως θρυαλλίδα σηματοδότησης για νέες έρευνες και για την ανίχνευση παραγόντων που σχετίζονται με συγκεκριμένα νοσήματα, καθώς και την κατάρτιση στρατηγικών διαχείρισης και αντιμετώπισης του στρες, του άγχους και της κατάθλιψης σε εκπαιδευτικούς. Τα αποτελέσματα της μελέτης αναδεικνύουν την ανάγκη λήψης μέτρων, όσον αφορά τη μείωση του εργασιακού στρες και την αύξηση της επαγγελματικής ικανοποίησης των εκπαιδευτικών, με απώτερο σκοπό τη βελτίωση συνολικά της ποιότητας της εκπαίδευσης.

**Λέξεις κλειδιά:** εργασιακό στρες, κατάθλιψη, άγχος, επαγγελματική εξουθένωση, επαγγελματική ικανοποίηση, εκπαιδευτικοί ειδικής αγωγής

**ABSTRACT**

The occupational stress stress is a key factor in efficiency in the educational process. It is a universal element that transcends the gender, age, level of education, or the hierarchical position of the teacher and touches the various dimensions of the individual.

The purpose of this research is to investigate occupational stress, depression and anxiety of primary education special education teachers, as well as levels of professional satisfaction. One hundred (100) special education teachers from the Regional Directorate of Attica training took part in this study. The findings of the study were conducted with a questionnaire including the Perceived Stress Scale-14, PSS-14, Depression Anxiety Stress-21, DASS- 21), the Employee Satisfaction Inventory (ESI) scale, and the Job Satisfaction Scale (JSS).

According to the results of this study participants have on average moderate levels of perceived stress, anxiety and depression, as well as moderate professional satisfaction. The increase in levels of perceived stress among teachers is associated with a decrease in their professional satisfaction. Increased levels of depression of special education teachers are associated with reduced professional satisfaction. Regarding stress and health status, as stress increases, according to teachers, their health is getting worse. Therefore, occupational stress, depression and anxiety can be considered as predictors of the health status of special education teachers, as high levels of occupational stress and anxiety are strongly related to low levels of self-reported health-well-being, satisfaction.

This research will be able to act as a signaling fuse for new research and for the detection of factors associated with specific illnesses as well as for the development of strategies for dealing with stress, anxiety and depression in teachers. The results of the study highlight the need for measures to reduce occupational stress and increase the professional satisfaction of teachers with the ultimate aim of improving the quality of education overall.

**Key words:** occupational stress, depression, anxiety, burnout, job satisfaction, special education teachers