

SZAKDOLGOZATI TÉMAVÁZLAT és ÖSSZEFOGLALÁS

(Szövegszerkesztővel töltendő ki! Benyújtandó pdf formátumban 1 példányban)

Hallgató neve:	Goda Domonkos Zsolt
Neptun kódja	URMCBQ
Munkarend	Nappali
Szak/specializáció	Gazdasági és menedzsment szak / Vállalkozásszervező szakirány
Értesítési címe:	9982 Orfalu Fő út 15.
Telefon (mobil)	+3630582-2286
e-mail címe:	godadomonkos@gmail.com

A szakdolgozat címe: A burnout vizsgálata egy közigazgatási szervezetben

A szakdolgozat készítésének helye:

Vállalat neve:	Agrárminisztérium
Vállalat címe:	1055 Budapest Kossuth Lajos tér 11.
Külső konzulens	
Neve, beosztása:	Ricsóyné Virág Zsófia
E-mail cím,	zsofia.virag.ricsoyne@am.gov.hu
telefonszám:	+36(1) 896-4186

A szakdolgozat részletes vázlata:

1. Bevezetés

1.1. A szakdolgozat témája, a témaválasztás aktualitása és a szakdolgozat célkitűzése

1.1.1. A szakdolgozat témájának személyes vonatkozása

1.1.2. Burnout és érzelmi terhelés vizsgálata egy konkrét szervezetben

1.1.3. A szakdolgozat keletkezésének speciális körülményei

1.2. A szakdolgozat témája és választott közigazgatási munkahely bemutatása: Az Agrár-minisztérium

2. A burnout

2.1. A stressz – krízis elméletei alapja

2.2. A burnout forrása - a tartós negatív stressz: a stressz ciklus és a stressz keltő tényezők

2.3. A burnout terheltség négy vizsgálati faktora

2.4. Burnout fázisai

2.5. Burnout tünetek

2.6. Burnout mérése az Agrárminisztériumban

3. Az érzelmi terhelés és összefüggései

3.1. Az érzelmek szerepe és jelentősége a munkavégzés során

3.2. Az érzelmi intelligencia

3.3. A burnout és az érzelmi terhelés

4. A kutatás

4.1. Kutatási terv - a teszt felépítése és használata

4.2. A mérés körülményei, módja

4.3. Teszt eredményei és elemzése

4.3.1. Eredmények

4.3.2. Elemzés

4.4. Következtetések, javaslatok

4.4.1. Következtetések

4.4.2. Javaslatok

5. Összefoglalás

Irodalomjegyzék

Melléklet

ÖSSZEFOGLALÁS

(benyújtandó pdf formátumban 1 példányban)

A burnout vizsgálata egy közigazgatási

szervezetben

szakdolgozat címe

Goda Domonkos Zsolt

Nappali/ /Gazdálkodási és menedzsment szak/Vállalkozásszervező szakirány

Hallgató neve

munkarend/ /szak/specializáció

Szakdolgozatomban a burnout jelenség elméleti hátterének bemutatására, valamint egy konkrét, közigazgatási szervezetenél végzett burnout kutatásra és annak elemzésére vállalkozom.

A téma, a burnout-tal való munka fontossága véleményem szerint egyetemes, általános érvényű. Az ébren töltött életünk jelentős része munka, egzisztenciális létünknek is és kompetencia érzéseinknek, önértékelésünknek is alapja és terepe, összességében életminőségünk meghatározó része. Az egyes munkafolyamatokra, különösen az utóbbi időben egyre jelentősebb és egyre több emberi interakciót követelő munkákra hangsúlyozottan jellemző tartós negatív stressz óhatatlan következménye a megjelenő stressz betegségek, köztük a legsúlyosabb a burnout. Eredményeképpen a munka világának együttműködésre készített, érdekeik szempontjából a munkáltató és munkavállaló egyaránt veszít. A munkavállaló a munkáját, munkahelyét veszíti, az ott nyert tapasztalatokkal és kapcsolati hálójával együtt a munkáltató pedig a sok pénzért betanított, kiképzett, és már profi módon is működő emberi erőforrást veszíti el. A burnout detektálása és kezelése tehát mind a munkavállaló, mind a munkáltató szempontjából fontos és közös érdek – kutatása a jövő munkahelyeinek gazdasági és emberi szempontból is kulcsfontosságú érdeke, ezért úgy vélem, érdemes és aktuális témája lehet egy szakdolgozatnak.

Dolgozatom két nagyobb részből áll. Első fele a kiegészítő elméleti megközelítést tartalmazza, a stresszelméleti háttérrel együtt, mivel a burnout, mint stresszbetegség, nem más, mint a tartós negatív stressz következtében beállt krízis helyzet. Kitérek a munka során

jelentkező érzelmi terhelés ismertetésére és annak a burnouttal való kapcsolatára, lehetséges összefüggéseinek feltárására. Dolgozatom fókuszában, a második részben a választott szervezet burnout vizsgálata áll, mely kutatás hipotézise a kiégés és az érzelmi terhelés közötti összefüggés állítása. A kutatás alanya az Agrárminisztérium, mely választást az intézményben végzett jelenlegi munkám motivált.

Az elméleti ismertetésben sorra veszem a stressz elméleteket, kezdve az alapvetőnek tartott Yerkes és Dodson elmélettel, amely az *arousal* – pszichés és szomatikus készenlét, lényegében a későbbi stressz fogalom – szint és a teljesítmény korrelációjára mutat rá (fordított U-görbe), s utána végig veszem az azóta mértékadónak számító stresszel foglalkozó elméleteket és irodalmat, a fogalmat megalapozó Sellye Jánostól napjainkig. Részletesen ismertetem a burnout, mint stresszbetegség fogalmát és megközelítési módjait, és a számos elméletből vizsgálatom számára kulcsfontosságú ötlépcsős fázismodellt (Edelwich-Brodsky, Becker). A burnout fogalmának körüljárása után az érzelmi terhelést és összefüggéseit vizsgáltam, érintve, de nem kibontva az érzelmi munkával és az érzelmi intelligenciával való kapcsolatát.

Az elméleti kutatás után az Agrárminisztériumban végzett burnout vizsgálatom eredményeit és annak elemzését mutatom be. A vizsgálathoz egy vezetési tanácsadó cég burnout-kérdőívét használtam fel bizonyos mértékű - az adott közigazgatási szervezet jellemzőihez igazított – átalakítással. A dolgozatban ismertetem a kérdőív felépítését és logikáját, a mellékletekben részleteket mutatok be a kérdőívből, és teljes egészében bemutatom a felmérés eredményét. A vizsgálat a burnout és az érzelmi terhelés mérése mellett kitér a kiégés és az adott munkakörben eltöltött idő, illetve a beosztás közötti összefüggések elemzésére is. Ismertetem a kutatásban részt vevő szervezetet és a kitöltőkre vonatkozó szükséges adatokat. A dolgozat kutatási részében ábrákat és táblázatokat is bemutatok, az összefüggések és elemzések könnyebb átláthatósága érdekében. A kiegészítő háttéranyagok, és kutatás alapvető eredményét mutató táblázat a mellékletben található. Elemzésem lényeges része az összefüggések bemutatása, kísérletet teszek ezeknek magyarázatára is, az esetek egy részében összehasonlító vizsgálatok és nem hozzáférhető adatok hiányában hipotetikus módon.

Vizsgálatom alapvető eredménye, hogy az elméleti anyagban levezetettek és feltételezettek szerint, a burnout a kutatás eredményeképpen kapott mérések szerint is szoros és szignifikáns összefüggést mutat az érzelmi terheléssel, és – mellesleg - jelen kutatás eredményei szerint nem volt kimutatható közvetlen összefüggése a munkakörben töltött idővel és a beosztással.

Szakdolgozatom közvetlen eredményének tartom a kezdeti hipotézis elméleti vizsgálatát és a kutatással, méréssel való igazolását. Ezt meghaladó nem feltétlenül hasznosításra kerülő, de érdekes eredmény véleményem szerint a Minisztérium 210 munkatársa (25%) általi kitöltésből adódó közvetlenül a szervezetre vonatkozó burnout információ, amely mentén véleményem szerint további elemzések és kutatások hasznos és praktikus gyakorlati következményekkel is járhatnának.

2020. május 17.

Goda Domonkos Zsolt