



Co-funded by
the European Union



AGDISTIS



Belirtiler ve sonuçlar

Tükenmişlik sendromu



Istituto d'Istruzione Superiore
Margherita Hack

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Co-funded by
the European Union

Avrupa Birliđi tarafından finanse edilmiştir. Ancak ifade edilen görüşler ve fikirler yalnızca yazar(lar)a aittir ve Avrupa Birliđi veya Avrupa Eğitim ve Kültür Yürütme Ajansı'nın (EACEA) görüşlerini yansıtmaz. Ne Avrupa Birliđi ne de EACEA bunlardan sorumlu tutulamaz.

Editör

Maria Chiara Di Francesco, Beceri Geliştirme

Yazarlar

Elizabeth Papaduli, IIS Margherita Hack

Bu yayın, Erasmus + Projesi “AGDISTIS – Duygusal Zeka ve Normatif Olmayan Davranış ve Cinsiyete Dayalı Zorbalığa Müdahale” kapsamında Avrupa Komisyonu'nun mali desteğiyle gerçekleştirilmiştir, No. 2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432 © Haziran 2023 – INDEPCIE, Mehmet Sinan Dereli Ortaokulu, Skill Up Srl, VAEV Ar-Ge, Colegio Séneca S.C.A, Istituto d'Istruzione Superiore "Margherita Hack".

Atıf, aynı koşulda paylaşım



(CC BY-SA): Malzemeyi herhangi bir ortamda veya formatta Paylaşma, kopyalama ve yeniden dağıtma ve Uyarlama, yeniden düzenleme, dönüştürme ve herhangi bir amaç için, hatta ticari amaçlar için bile üzerine inşa etme özgürlüğüne sahipsiniz. Lisans veren, aşağıdaki şartlar altında lisans şartlarına uyduğunuz sürece bu özgürlükleri geri alamaz:

Atıf – uygun krediyi vermeli, lisansa bir bağlantı sağlamalı ve değişiklik yapıp yapılmadığını belirtmelisiniz. Bunu makul bir şekilde yapabilirsiniz, ancak lisans verenin sizi veya kullanımınızı onayladığını ima eden hiçbir şekilde yapamazsınız. ShareAlike- Malzemeyi yeniden düzenler, dönüştürür veya üzerine inşa ederseniz, katkınızı orijinalle aynı lisans altında dağıtmalısınız. Ek kısıtlama yok – yasal şartları uygulayamazsınız.

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Co-funded by
the European Union

Tükenmişlik

Tükenmişlik terimi ilk olarak 1970'lerde yardım meslekleri arasında 'şiddetli stres ve yüksek ideallerin' sonuçlarını tanımlamak için ortaya atıldı. Bunlar, birçok kişinin yüksek düzeyde ahlaki amaç, fark yaratmaya adanmışlık ve ötesine geçme isteği hissettiği alanlardır. Dünya Sağlık Örgütü yakın zamanda tükenmişliği 'başarıyla yönetilmemiş kronik iş stresiyle bağlantılı bir sendrom' olarak yeniden tanımladı. Hızlı tempolu dünyamızda çok daha yaygın bir risk haline geldi.





Co-funded by
the European Union

yorgunluk ve uyku
düzeninde deęişiklikler

çarpıntı ve baş
dönmesi

ilişkilerde
zorluklar

konsantre olma
zorluğu

okulda zayıf
performans



BELİRTİLERİ

TÜKENMİŞLİK

ruh hali
deęişimleri

hayal kırıklığı

mide ve
bağırsak
sorunları

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Co-funded by
the European Union

Tükenmişlik

Bu sendrom, eğitimin kalitesini önemli ölçüde etkileyerek sınıftaki çalışmayı etkiler ve bu etki, çok az veya hiç olumlu pekiştirme olmamasından, tatsız ders öğrenmelerine, olumsuz öğrenci-öğretmen ilişkilerine kadar uzanabilir.

Öğretmenin öğretme motivasyonunun düşük olması nedeniyle öğrencilerin öğrenmesi üzerinde ve öğretmenin zihinsel ve duygusal sağlık düzeylerini düşürerek sınıftaki etkinliğini tehlikeye atması nedeniyle öğretmen üzerinde de etkileri olabilir.





Co-funded by
the European Union

Tükenmişlik

Öğretmenler çoğunlukla aşırı çalıştırılıyor ve düşük ücret alıyorlar ve bunun sonucu olarak bazı yeni öğretmenler mesleklerine başladıktan sonraki ilk beş yıl içinde işlerinden ayrılıyor.

Öğretmenlerin duygularını düzenlemelerine yardımcı olacak başa çıkma mekanizmalarını öğrenmeleri, işlerinden aldıkları zevki yeniden kazanmaları ve öğrencilere yeni ve başarılı bir öğrenme süreci için gerekli araçları sağlamaları için psikolojik destek almaları gerekmektedir.





Co-funded by
the European Union

Avrupa Birliđi tarafından finanse edilmiştir. Ancak ifade edilen görüşler ve fikirler yalnızca yazar(lar)a aittir ve Avrupa Birliđi veya Avrupa Birliđi Eğitim ve Kültür Yürütme Ajansı'nın (EACEA) görüşlerini yansıtmaz. Ne Avrupa Birliđi ne de EACEA bunlardan sorumlu tutulamaz.



AGDISTIS

**TEŐEKKÜR
EDERİZ!**



Istituto d'Istruzione Superiore

Margherita Hack

2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432