

συναισθηματικής νοημοσύνης που τους παρατέθηκαν, ερωτήσεις που διαμορφώθηκαν βασισμένες στις ικανότητες των πέντε συνιστωσών του Goleman.

Αντίστοιχη κλίμακα μέτρησης χρησιμοποιήθηκε για τη μέτρηση του εργασιακού άγχους και της επαγγελματικής εξουθένωσης, όπου αυτή τη φορά επέλεξαν την απάντηση που περιέγραφε καλύτερα αυτό που οι ίδιοι βιώνουν, αναφορικά πάντα σε συναισθήματα και καταστάσεις που σχετίζονται με το άγχος και την εξουθένωση στο χώρο εργασίας.

Για την επαγγελματική εξουθένωση, λοιπόν, βασιστήκαμε στις τρεις διαστάσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης, που περιγράφονται στον ορισμό της και σύμφωνα με τα συμπτώματα που περιγράφονται στην κάθε διάσταση δημιουργήσαμε τα αντίστοιχα ερωτήματα. Ομοίως, στον άξονα του εργασιακού άγχους, μελετώντας τη θεωρία, τα συμπτώματα και πληθώρα ερωτηματολογίων, που για διαφορετικούς λόγους το καθένα μελετούν τον εργασιακό άγχος, δημιουργήσαμε κάνοντας τις απαραίτητες αλλαγές και παρεμβάσεις τα ερωτήματα που ήταν καταλληλότερα για το δικό μας ερωτηματολόγιο, ώστε να επιτύχουμε τη συγκεκριμένη μέτρηση, που επιθυμούσαμε.

4. Αποτελέσματα

Συνολικά 80 εργαζόμενοι (89%) συμμετείχαν στην έρευνα. Ήταν κατά κύριο λόγο άνδρες το 60% και το υπόλοιπο 40% ήταν οι γυναίκες, η μέση ηλικία ήταν τα 29-39 έτη (77,5%). Εξ αυτών το 62,5% ήταν άγαμοι και το 36,3% έγγαμοι, με τους έχοντες παιδιά να αγγίζουν το 31,3%.

Όσον αφορά το μορφωτικό επίπεδο των συμμετεχόντων το 85,1% ήταν απόφοιτοι Ανώτερης Εκπαίδευσης και αξίζει να σημειώσουμε πως από αυτούς το 38,8% είναι κάτοχοι μεταπτυχιακού διπλώματος.

Οι περισσότεροι συμμετέχοντες θεωρούσαν πολύ σημαντικό ο προϊστάμενός τους να έχει αναπτυγμένες ικανότητες συναισθηματικής νοημοσύνης και κυρίως αυτές που αφορούν στην αυτοεπίγνωση και την ενσυναίσθηση (58,8%). Οι περισσότεροι προϊστάμενοι ωστόσο φαίνεται να μην κατέχουν αυτές τις ικανότητες κατά μέσο όρο σε ποσοστό 55,5%. Αντίστοιχα, οι εργαζόμενοι φάνηκε να βιώνουν υψηλά ποσοστά εργασιακού άγχους και επαγγελματικής εξουθένωσης (65,9%)(Πίνακας 1).

Στο πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου τους ζητήθηκε να επιλέξουν τρία χαρακτηριστικά από μια λίστα η οποία περιελάμβανε ικανότητες της συναισθηματικής νοημοσύνης, την εμπειρία καθώς και την ευφυΐα. Οι ικανότητες της συναισθηματικής νοημοσύνης συγκέντρωσαν τα υψηλότερα ποσοστά, με χαρακτηριστικό αυτό της ικανότητας επικοινωνίας με 65% και της ενσυναίσθησης με 58,8%, ενώ η εμπειρία ήταν πιο χαμηλά με 50% και η ευφυΐα με 26,3%(Πίνακας 2).

Όσον αφορά τη μέτρηση της συναισθηματικής νοημοσύνης των προϊσταμένων των συμμετεχόντων, διαπιστώθηκε ότι υπάρχει έλλειμμα στις ικανότητες που την απαρτίζουν, με τα χαμηλότερα ποσοστά να παρατηρούνται στις δεξιότητες του άξονα της αυτοεπίγνωσης (58,8%), της ενσυναίσθησης(62,7%) και των κοινωνικών δεξιοτήτων (54,7%) (Πίνακας 3).

Πίνακας 1: Δημογραφικά χαρακτηριστικά συμμετεχόντων

Κύρια χαρακτηριστικά συμμετεχόντων	Αριθμός	%
Άνδρας	48	60
Γυναίκα	32	40
Μ.Η.: 29-39	62	77,5
Άγαμος	50	62,5
Άτεκνος	55	68,8
Απόφοιτοι ΑΕΙ	68	85,1
Κάτοχοι Μεταπτυχιακού	31	38,8

Πίνακας 2: Επιθυμητά χαρακτηριστικά προϊσταμένου

Επιθυμητά χαρακτηριστικά προϊσταμένου	Αριθμός	%
Επικοινωνιακή ικανότητα	52	65
Ενσυναίσθηση	47	58,8
Κατανόηση	17	21,3
Αυτογνωσία	17	21,3
Αυτοέλεγχος	16	20
Εμπειρία	40	50
Ευφυΐα	21	26,3

Πίνακας 3: Μέτρηση συναισθηματικής νοημοσύνης προϊσταμένου

Ινότητες Συναισθηματικής Νοημοσύνης	Βαθμός	Αριθμός	%
Άξονας Αυτοεπίγνωσης:			
1. Διαθέτει επίγνωση των συναισθημάτων του;	Ελάχιστα-Καθόλου	48	60,1
2. Διαθέτει την ικανότητα ακριβούς αυτοαξιολόγησης;	Ελάχιστα-Καθόλου	46	57,5
3. Ο προϊστάμενός σας έχει αυτοπεποίθηση;	Αρκετά-Πάρα Πολύ	60	75
Άξονας Αυτορρύθμισης:			
1. Διαθέτει αυτοέλεγχο;	Ελάχιστα-Καθόλου	46	57,5
2. Διαθέτει αξιοπιστία;	Αρκετά-Πάρα Πολύ	35	43,8
3. Διαθέτει ευσυνειδησία;	Αρκετά-Πάρα Πολύ	31	38,8