

Emocionalna iskustva nastavnika kao prediktori njihovog mentalnog zdravlja

Ivana Macuka, Irena Burić i Ana Slišković

Odjel za psihologiju
Sveučilište u Zadru



SVEUČILIŠTE U ZADRU

Universitas Studiorum Jadertina



UVOD CILJ METODA

Nastavnička profesija spada u izuzetno emocionalno zahtjevnu profesiju te nastavnici navode kako u svom poslu doživljavaju različite ugodne i neugodne emocije značajnog intenziteta. Različite emocije koje nastavnici mogu doživjeti u relaciji s profesionalnim aktivnostima mogu utjecati na njihov profesionalni, ali i osobni razvoj. Iako je za mnoge nastavnike njihova profesija izvor zadovoljstva, za neke može biti i izrazito emocionalno iscrpljujuća. Upravo učestalo doživljavanje negativnih emocija u svakodnevnom radu u relaciji s učenicima, roditeljima, kolegama i nadređenima, uz doživljaj emocionalne iscrpljenosti (kao važnog aspekta sagorijevanja na poslu) se može nepovoljno odraziti na psihološku dobrobit nastavnika, odnosno povećati zastupljenost anksioznih i depresivnih simptoma.

Cilj ovog istraživanja je bio ispitati ulogu različitih emocija koje nastavnici mogu doživjeti u relaciji s učenicima u razredu, roditeljima, kolegama na poslu i obrazovnim sustavom, kao i doživljaj emocionalne iscrpljenosti u objašnjenju zastupljenosti anksioznih i depresivnih simptoma nastavnika.

Istraživanje je provedeno na nastavnicima osnovnih i srednjih škola iz različitih regija Hrvatske (Dalmacije, Istre, središnje Hrvatske i Slavonije). Ukupno je sudjelovalo 2966 nastavnika (492 nastavnika i 2474 nastavnice) u dobi između 23 i 65 godina ($M=41.4$; $SD=10.4$).

Mjerni instrumenti:

Upitnik učiteljskih emocija (Burić, Slišković i Macuka, 2016)

Upitnik učiteljskih emocija omogućava ispitivanje različitih pozitivnih (radost, ljubav i ponos) i negativnih emocija (umor, ljutnja, beznade, anksioznost i razočaranost) koje učitelji/nastavnici mogu doživjeti u svom radu. Upitnik sadrži ukupno 88 tvrdnji kojima se obuhvaćaju emocije nastavnika doživljene u relaciji s (1) učenicima, (2) roditeljima, (3) osobljem škole i (4) obrazovnim sustavom. Nastavnici daju svoje procjene za svaku tvrdnju na skali od 5 stupnjeva (1- u potpunosti se ne slažem, do 5- u potpunosti se slažem). Primjeri tvrdnji za pojedine emocije su: *Sretna sam kad uspijem motivirati učenike* (RADOST), *Osjećam se kao pobjednik kad moji učenici uspiju* (PONOS), *Živcira me što pravilnike i zakone donose osobe koje nikad nisu radile u školi* (LJUTNJA), *Razočarana sam nejednakim statusom učitelja u zbornici* (RAZOČARANOST), *Posao me ponekad toliko umori da se samo želim isključiti* (ZASIĆENOST), *Zbog nekih roditelja se brinem hoće li roditeljski sastanak dobro proći* (ANKSIOZNOST). Ukupan rezultat za pojedine emocije formira se kao prosječan rezultat pripadajućih tvrdnji, a dobiveni veći rezultat upućuje na veću prisutnost mjerene emocije. Dobiveni koeficijenti pouzdanosti izraženi Cronbach alfa za pojedine emocije se kreću u rasponu od 0.77 do 0.91 te potvrđuju dobra psihometrijska obilježja korištenog upitnika.

Skala iscrpljenosti (Demerouti, Bakker, Vardakou i Kantas, 2003)

Skala iscrpljenosti je subskala *Oldenburg inventara sagorijevanja* (Oldenburg Burnout Inventory - *OLBI*) koja sadrži 8 tvrdnji koje mjere različite osjećaje emocionalne iscrpljenosti izazvane radom. Ispitanici imaju zadatak procijeniti koliko se pojedina tvrdnja odnosi na njih zaokruživanjem odgovarajućeg broja na skali procjene od četiri stupnja (od 1 – uopće se ne slažem do 4 – posve se slažem; primjer tvrdnje: *Obično se osjećam umorno i istrošeno nakon posla; Dok radim, često se osjećam emocionalno iscrpljeno*). Ukupni rezultat ispitanika se izračunava na osnovi prosjeka rezultata procjena na pojedinim tvrdnjama. Viši rezultat označava veće očitovanje nastavnika o emocionalnoj iscrpljenosti poslom u školi. Skala u ovom istraživanju ima zadovoljavajuću pouzdanost uz koeficijent unutrašnje konzistencije od 0.84.

Kratki inventar simptoma – BSI (Derogatis, 1993)

Kratki inventar simptoma - BSI je upitnik samoiskaza koji mjeri trenutačni stupanj psihičkih simptoma nelagode izazvane stresnim životnim situacijama. Upitnik BSI se sastoji od 53 čestice koje mogu ukazati na psihološke simptome psihijatrijskih pacijenata i zdravih osoba iz opće populacije. Procjena se vrši na ljestvici od 5 stupnjeva (0-4) u rasponu od 0 (nimalo) do 4 (vrlo mnogo). Dimenzija Anksioznost uključuje 6 čestica koje opisuju simptome napetosti, nivoze, zatim napadaje panike te osjećaje užasa i prestrašenosti. Također uključuje i kognitivnu komponentu, osjećaj straha i neke tjelesne korelate anksioznosti (*Nervozna ili unutarnja drhtavica; Osjećaj zastrašenosti*). Dimenzija Depresija uključuje 6 simptoma koji po opisu odgovaraju slici kliničke depresije (*Osjećaj tuge; Osjećaj beznade u odnosu na budućnost*), a simptomi poremećaja raspoloženja se mogu vidjeti i u nedostatku motivacije i gubitku interesa u životu. Utvrđeni koeficijent unutarne konzistencije izražen Cronbach alfa u ovom istraživanju iznosi 0.83 za anksioznost te 0.85 za depresivnost.

REZULTATI ZAKLJUČAK

Tablica 1. Tablica 2. Doprinosi spola nastavnika, duljine radnog staža, emocija koje nastavnici doživljavaju te emocionalne iscrpljenosti objašnjenju simptoma **anksioznosti i depresivnosti** na uzorku nastavnika (N=2966)

Prediktori	Anksioznost			Depresivnost		
	Beta	ΔR^2	R^2	Beta	ΔR^2	R^2
1. SPOL NASTAVNIKA						
Spol	-.009		.004	-.002		.001
2. RADNI STAŽ						
Radni staž	-.033	.000	.004	.012	.002	.003
3. EMOCIJE U RELACIJI S UČENICIMA						
Radost	-.031			-.003		
Ponos	.027			.022		
Ljubav	.017			.015		
Zasićenost	.020	.209**	.213	.022	.237**	.239
Ljutnja	.112**			.035		
Beznade	.010			.063*		
3. EMOCIJE U RELACIJI S RODITELJIMA						
Ljutnja	.018			.023		
Beznade	.073*	.032*	.245	-.000	.005*	.244
Anksioznost	.247**			.072*		
3. EMOCIJE U RELACIJI S KOLEGAMA						
Radost	.045*			.055*		
Ljutnja	.095*	.009	.254	.032	.011*	.255
Razočaranost	.036			.071*		
4. EMOCIJE U RELACIJI SA SUSTAVOM						
Ljutnja	-.008			-.069*		
Razočaranost	-.019	.000	.254	.166**	.013*	.268
5. EMOCIONALNA ISCRPLJENOST						
Emocionalna iscrpljenost	.272**	.031*	.285	.290**	.036*	.304

Napomena: * $p < .05$; ** $p < .01$; prikazani su rezultati zadnjeg koraka hijerarhijske regresijske analize; ΔR^2 = doprinos pojedine grupe prediktora objašnjenju varijanci; R^2 = ukupni doprinos prediktora objašnjenju varijanci

Provedbom dviju hijerarhijskih regresijskih analiza utvrđeno je da, uz kontrolu spola nastavnika i duljine radnog staža, određene negativne emocije (beznade, razočaranost, anksioznost i ljutnja) i doživljaj emocionalne iscrpljenosti ostvaruju značajne samostalne doprinose objašnjenju anksioznih i depresivnih simptoma nastavnika. Objašnjenju zastupljenosti anksioznih simptoma u najvećoj mjeri doprinosi anksioznost doživljena u relaciji s roditeljima i doživljaj emocionalne iscrpljenosti nastavnika, a objašnjenju depresivnih simptoma nastavnika doživljaj razočaranosti u obrazovni sustav te emocionalna iscrpljenost. Dobiveni rezultati ukazuju da objašnjenju anksioznih i depresivnih simptoma nastavnika u najvećoj mjeri doprinosi upravo doživljaj emocionalne iscrpljenosti koji se odnosi na nepostojanje emocionalnih zaliha i fizičku iscrpljenost kao posljedicu svakodnevnog pritiska na poslu. S obzirom da učiteljska profesija spada u emocionalnu zahtjevnu profesiju zbog koje su učitelji podložniji profesionalnom sagorijevanju, ovakva istraživanja doprinose boljem razumijevanju zahtjeva učiteljske profesije i potencijalnom razvoju mjera zaštite mentalnog zdravlja učitelja.



Doc.dr.sc. Ivana Macuka
ivana.moranduzzo@unizd.hr
Doc.dr.sc. Irena Burić
inekc@unizd.hr
Doc.dr.sc. Ana Slišković
aslavic@unizd.hr

Istraživanje je provedeno u sklopu uspostavnog istraživačkog projekta financiranog od strane Hrvatske zaklade za znanost:

Teachers' emotions and emotion regulation strategies: personal and contextual antecedents and effects on motivation, well-being and relationships with students (5035)

Voditeljica projekta: Doc. dr. sc. Irena Burić

