

TESTIRANJE RECIPROČNOSTI ODNOSA IZMEĐU STRATEGIJA EMOCIONALNE REGULACIJE I EMOCIJA NASTAVNIKA NAKON KONTROLE DISPOZICIJSKE AFEKTIVNOSTI

**Irena Burić, Ivana Macuka, Zvezdan
Penezić, Ana Slišković & Izabela Sorić**

Odjel za psihologiju
Sveučilište u Zadru

*Istraživanje je provedeno u sklopu projekta financiranog
od strane Hrvatske zaklade za znanost (broj projekta: 5035)

UVOD

- U svom svakodnevnom radu, a naročito u učionici i u odnosu prema učenicima, nastavnici doživljavaju širok raspon intenzivnih emocionalnih iskustava.
- Međutim, nastavničku profesiju karakteriziraju određena emocionalna pravila koja se odnose na primjerenost doživljavanja i iskazivanja pojedinih emocija.
- Upravo zbog toga, strategije koje nastavnici koriste kako bi regulirali svoje emocije, te njihova povezanost s kvalitativno različitim emocionalnim iskustvima predstavljaju važan predmet proučavanja.

UVOD

- Emocije = sastavni dio učenja, ali i poučavanja
- Izvori emocija nastavnika su raznoliki:
 - učenici i sam nastavni proces
 - roditelji
 - kolektiv i vodstvo škole
 - obilježja obrazovnog sustava i uvjeta rada
- S obzirom da je rad s učenicima od središnje važnosti u nastavničkoj profesiji, u ovom radu fokus će biti upravo na emocijama doživljenim u odnosu s učenicima: RADOST, PONOS, LJUBAV, LJUTNJA, BEZNAĐE i ISCRPLJENOST.

UVOD

- Emocije učitelja i nastavnika su česte, intenzivne i raznolike s potencijalnim učinkom na niz relevantnih ishoda kao što su (Chang, 2009; Frenzel, 2014; Sutton i Wheatley, 2003):
 - radna motivacija i angažiranost
 - kvaliteta poučavanja
 - subjektivna dobrobit
 - napredak i postignuće učenika
 - kvaliteta obrazovanja u cjelini

UVOD

- Kao što je već spomenuto, nastavnički posao podrazumijeva pridržavanje nepisanih *pravila emocionalnog doživljavanja i iskazivanja*
- Ova pravila „propisuju“ koje su to emocije koje su prikladne u nastavničkoj profesiji kao i načine na koje se one mogu izražavati (npr. od nastavnika se očekuje da većinu doživljenih emocija drže na niskoj i umjerenoj razini).
- Upravo zbog ove karakteristike nastavnčkog posla, te posljedice koje emocije nastavnika mogu imati na niz relevantnih ishoda, važno je pitanje na koji način su povezana emocionalna iskustva nastavnika sa strategijama koje koriste kako bi ih regulirali.

UVOD

- **emocionalna regulacija** = heterogeni set fizioloških, pojašajnih i kognitivnih procesa koje pojedinci koriste kako bi modulirali doživljaj i ekspresiju pozitivnih i negativnih emocija (Gross & John, 2003)
- Emocionalna regulacija sastavni je dio emocije – emocionalni doživljaj aktivira procese emocionalne regulacije koji za uzvrat utječu na vrstu, intenzitet i trajanje samog emocionalnog iskustva.

UVOD

- Procesni model emocionalne regulacije (Gross, 1998):
 1. Odabir situacije
 2. Modifikacija situacije
 3. Preusmjeravanje pažnje
 4. Kognitivna promjena ili reprocjena
 5. Modulacija emocionalnog odgovora

UVOD

- Iako postoje brojne strategije emocionalne regulacije, REPROCJENA (usmjerena na antecedente emocionalnog doživljaja) i SUPRESIJA (usmjerena na modulaciju emocionalnog odgovora), najčešće su istraživane.
- Istraživanja općenito pokazuju da je REPROCJENA pozitivno povezana s povoljnijim ishodima kao što su pozitivne emocije i otvorenost, a negativno s manje povoljnim ishodima kao što su negativne emocije i neuroticizam (Gross, 1998; Gross & John, 2003; John & Gross, 2004).
- Suprotno tome, SUPRESIJA je pozitivno povezana s negativnim emocijama i maladaptivnim ishodima, a negativno s pozitivnim emocijama, otvorenošću i savjesnošću (Butler et al., 2003; Gross, 1998; Gross & John, 2003; John & Gross, 2004).
- Ipak, prikladnost i učinkovitost određene strategije ER treba promatrati kroz specifičnosti konteksta (Butler & Gross, 2004; Urry, 2009).

CILJ

- Cilj istraživanja bio je ispitati recipročnost odnosa između strategija emocionalne regulacije (reprocjena, supresija) te emocija koje nastavnici doživljavaju u odnosu prema svojim učenicima (radost, ponos, ljubav, ljutnja, beznađe i iscrpljenost), nakon kontrole dispozicijske afektivnosti (pozitivan i negativan afekt).
- S obzirom da su emocije i strategije ER u ovom radu operacionalizirane kao relativno stabilne *crte ličnosti* (tj. nastavnici su izvještavali o tome kako se tipično ili uobičajeno osjećaju u razredu i u odnosu prema učenicima, kao i koje strategije tipično koriste kako bi regulirali svoje emocije), odnosi među njima ispitani su nakon kontrole **dispozicijske afektivnosti** tj. dispozicijske (stabilne) sklonosti pozitivnom i negativnom afektu.

Ispitanici i postupak

- U istraživanju je sudjelovalo 1525 hrvatskih nastavnika (1308 ženskog spola) osnovnih (N=1098) i srednjih škola (N=456) prosječnog radnog staža od 15.35 godina (SD=10.66) koji su ispunili upitnik u **dvije vremenske točke** (jesen 2015. i proljeće 2016).
- Školama su poštanskim putem dostavljeni upitnici koje su učitelji ispunjavali u svoje slobodno vrijeme kroz period od dva tjedna.
- Istraživanje je bilo anonimno i dobrovoljno.
- Stručni suradnici ili ravnatelji škole imali su ulogu distribucije i prikupljanja upitnika.

Mjerni instrumenti: emocionalna regulacija

- **Upitnik strategija emocionalne regulacije kod učitelja** (Burić, Penezić i Sorić, 2016)
 - **Reprocjena:** $n=8$, $\alpha=.77$ (*Kad se uznemirim na poslu, podsjetim se na vlastite prioritete u životu*)
 - **Supresija:** $n=5$, $\alpha=.78$ (*Kad se osjećam nesretno zbog svog posla, nastojim to potisnuti*)
 - Skala samoprocjene od 5 stupnjeva

Mjerni instrumenti: Emocije

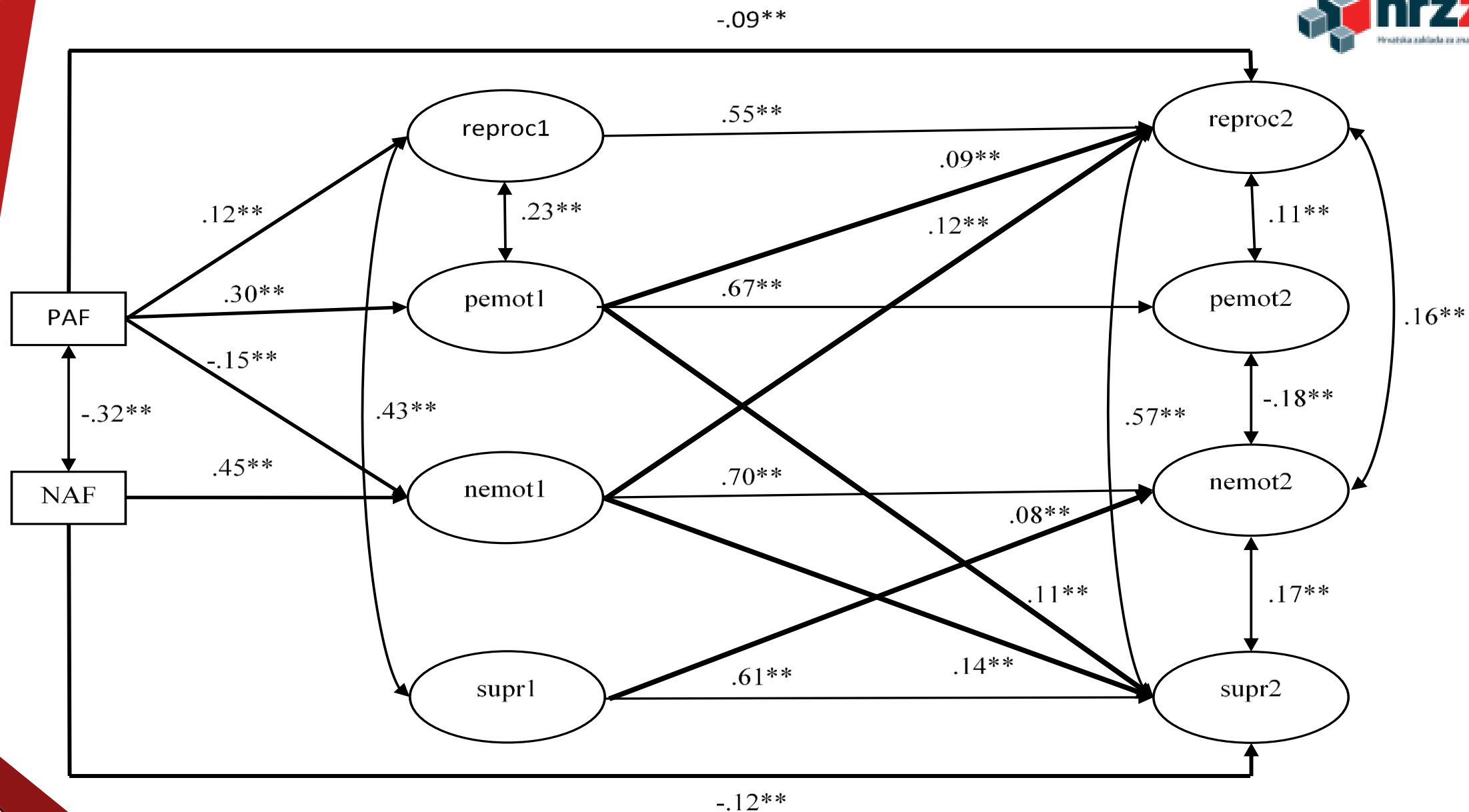
- **Upitnik učiteljskih emocija (Burić, Slišković i Macuka, 2017):**
 - **Radost:** $n=5$, $\alpha=.81$ (*Raduje me kad je atmosfera u razredu pozitivna.*)
 - **Ponos:** $n=6$, $\alpha=.84$ (*Osjećam se kao pobjednik/ca kad moji učenici uspiju.*)
 - **Ljubav:** $n=6$, $\alpha=.90$ (*Osjećam toplinu čim pomislim na svoje učenike*)
 - **Ljutnja:** $n=5$, $\alpha=.82$ (*Neki učenici me toliko razljute da se zacrvenim u licu.*)
 - **Beznade:** $n=6$, $\alpha=.86$ (*Zbog ponašanja pojedinih učenika osjećam se posve beznadno.*)
 - **Iscrpljenost:** $n=7$, $\alpha=.90$ (*Kad završim s nastavom osjećam se umrtvljeno*)
- Skala samoprocjene od 5 stupnjeva

Mjerni instrumenti: Dispozicijska afektivnost

- PANAS (Positive and Negative Affect Schedule)(Watson, Clark & Tellegen, 1998)
 - **Pozitivni afekt:** $n=10$, $\alpha=.91$ (*Pozorno, Snažno, Ponosno*)
 - **Negativni afekt:** $n=10$, $\alpha=.90$ (*Razdražljivo, Uplašeno, Neprijateljski raspoloženo*)
- Skala od 5 stupnjeva

REZULTATI: SEM (cross-lagged analysis)

Model	χ^2	df	CFI	TLI	SRMR	RMSEA (90% CI)
<i>Mjerni model</i>	794.60**	211	.968	.959	.045	.043 (.039, .046)
<i>Model stabilnosti</i>	867.92**	223	.965	.957	.053	.044 (.041, .047)
<i>Kauzalni model (ER→Emocije)</i>	855.76**	219	.965	.957	.052	.044 (.041, .047)
<i>Model obrnute kauzalnosti (Emocije→ER)</i>	816.405**	219	.968	.959	.047	.042 (.039, .045)
<i>Recipročni model</i>	805.193**	215	.968	.959	.046	.042 (.039, .046)
<i>Recipročni model + dispozicijska afektivnost</i>	984.260**	248	.961	.950	.049	.044 (.041, .047)



Slika 1: Odnosi između emocija i strategija emocionalne regulacije nakon kontrole dispozicijske afektivnosti

ZAKLJUČCI

- Nastavnici s višim razinama pozitivnog dispozicijskog afekta, ujedno više doživljavaju pozitivne emocije u odnosu s učenicima (ali samo ako su mjerene istodobno) te češće koriste reprocjenu (mjerenu u obje vremenske točke) kako bi regulirali svoje emocije. Također, ovi nastavnici rjeđe doživljavaju negativne emocije (također samo ako su mjerene u istoj vremenskoj točki).
- S druge strane, nastavnici s višim razinama negativne afektivnosti ujedno doživljavaju veću razinu negativnih emocija prema učenicima (mjenjenih u istoj vremenskoj točki) te češće koriste supresiju (ali samo ako je ona ispitivana u drugoj vremenskoj točki).

ZAKLJUČCI

- Nastavnici koji su izvještavali o većem intenzitetu i pozitivnih i negativnih emocija u prvom mjerenju, ujedno su više koristili obje ispitivane strategije emocionalne regulacije u drugom mjerenju.
- Nastavnici koji su više koristili supresiju kako bi regulirali svoje negativne emocije u prvom mjerenju, ujedno su doživljavali veći intenzitet negativnih emocija u drugom mjerenju, i obrnuto, što potvrđuje recipročnost odnosa između emocija i supresije.

ZAKLJUČCI

- Rezultati ovog istraživanja ne govore u prilog viđenju reprocjene i supresije kao adaptivne odnosno maladaptivne strategije emocionalne regulacije (jer se i za regulaciju pozitivnih i negativnih emocija koriste i reprocjena i supresija), već upućuju na zaključak da je nastavnicima općenito važno intenzitet doživljenih emocija držati na umjerenoj razini, bez obzira na njihovu valenciju i način na koji ih se regulira, što je u skladu s nepisanim emocionalnim pravilima nastavničke profesije. Drugim riječima, i pozitivne i negativne emocije potrebno je regulirati, odnosno smanjiti njihov doživljaj (npr. kroz reprocjenu) ili ih potisnuti (kroz supresiju).
- Ipak, redovita supresija vlastitih emocionalnih iskustava na poslu, dugoročno dovodi do većeg doživljenog intenziteta negativnih emocija prema učenicima što ukazuje na manje povoljan karakter ove strategije emocionalne regulacije u poslu nastavnika.