

UDK 373.211.24:159.942(047.31)

Izvorni znanstveni članak

Primljeno: 17.1.2010.

Prihvaćeno: 20.2.2010

## PREDVIĐANJE DOŽIVLJAJA STRESA ODGOJITELJA NA OSNOVI NJIHOVE EMOCIONALNE KOMPETENCIJE, EMPATIJE I MAŠTOVITOSTI

dr. sc. Joško SINDIK

Dječji vrtić „Trnoružica“, Zagreb

E-mail: josko.sindik@zg.t-com.hr

Tatjana RADULOVIĆ, prof. psihologije

Dječji vrtić „Zvončić“, Zagreb

---

**Sažetak:** *Pretpostavili smo da odgojiteljice koje su emocionalno kompetentnije, empatičnije i maštovitije vjerojatno i doživljavaju manje stresa na poslu. Za provjeru ove temeljne hipoteze, ispitali smo mogućnost predviđanja doživljavanja stresa odgojitelja na osnovi dimenzija empatije i mašte, te dimenzija emocionalne kompetencije. Ispitali smo sve odgojiteljice Dječjeg vrtića „Zvončić“ i Dječjeg vrtića „Radost“ u Zagrebu te Dječjeg vrtića „Sisak Novi“ u Sisku (N = 102), primijenivši mjerne instrumente za mjerenje stresa odgojiteljica, upitnik empatije i mašte, te emocionalne kompetencije. Utvrdili smo da postoji statistički značajna mogućnost predviđanja ukupnog stresa odgojitelja na osnovi dimenzija empatije i mašte. Rezultat na skali empatije dobar je prediktor stresa. Međutim, nije pronađena i značajna mogućnost prognoze specifične varijable općeg stresa na temelju empatije i mašte, kao ni mogućnost predviđanja ukupnog stresa odgojitelja na osnovi dimenzija emocionalne kompetencije. Dane su i smjernice za buduća istraživanja.*

**Ključne riječi:** *predškolski, povezanost, predikcija, stres, emocionalna kompetencija*

---

### 1. UVOD

Nakon prve objave Golemanove knjige Emocionalna inteligencija godine 1995. sve se više pozornosti posvećuje emocionalnom razvoju svakog pojedinca. Današnji životni tempo donosi mnoštvo korisnih informacija i mogućnosti djetetu i odraslom čovjeku o kojima se prije svega dvadesetak godina moglo samo sanjati. Istovremeno, taj isti tempo donosi to da veliki broj ljudi pati od stresa,

depresije, zdravstvenih problema, stopa se rastavâ povećava, dok klinici odrastaju prepušteni sebi samima, uz televiziju i računala. Rješenje navedenih problema može se naći u još boljem i kvalitetnijem razvoju emocionalne inteligencije, empatije i načina rješavanja stresa kod djece, roditelja te svih ostalih odraslih osoba koji se bave odgojem.

**Nastanak emocija.** Riječ emocija dolazi od latinske riječi *emovere*, koja znači kretati se, pokrenuti. Emocije nastaju djelovanjem amigdale („emocionalan dio mozga“) i utjecajem neokorteksa („racionalan dio mozga“). Impulsi koji se primaju mogu putovati do amigdale na dva načina: ili od talamusa do neokorteksa pa potom do amigdale (pri čemu će se informacije preraditi uz detaljnije promišljanje) ili direktnim putem od talamusa do amigdale (Goleman, 1997.). To znači da emocionalni sustav može djelovati neovisno o neokorteksu, to jest da racionalna prerada informacija može slijediti tek nakon emocionalne reakcije. To se događa u hitnim slučajevima kada reagiramo bez razmišljanja, a poslije reakcije pitamo se „kako smo mogli učiniti takvo što“. Zapamćene situacije i činjenice koje su pohranjene u hipokampusu amigdala emocionalno oboji, zbog čega je pamćenje također pod utjecajem emocija.

Brojna snažna emocionalna sjećanja potječu iz prvih nekoliko godina života (Goleman, 1997.). Primjerice, osjećaj napuštenosti u ranom djetinjstvu kad je dijete bilo predugo ostavljeno samo ostaje zapamćen bez utjecaja riječi ili svijesti. Premda se dijete toga neće sjećati, znatno će utjecati na ono što će kao odrasli čovjek osjećati i činiti. Upravo zbog toga što mozak nije dovoljno spoznajno zreo da bi donosio racionalne odluke u toj dobi, izrazito je važno voditi računa o djetetovim osjećajima, a kad dovoljno sazrije, osvješćivati mu vlastite i tuđe emocije. Da bi to odrasla osoba mogla činiti, ona sama mora imati razvijenu svijest o svojim emocijama i treba ih znati kontrolirati. Premda se ne može odrediti kada i koju će se emociju doživjeti, može se upravljati dužinom njezina trajanja i načinom na koji će se izraziti. To se naziva samoregulacijom, koja omogućuje razvoj emocionalne inteligencije.

## EMOCIONALNA KOMPETENCIJA

**Samoregulacija.** Saarni (1999., iz Salovey i Sluyter, 1999.) definira samoregulaciju kao sposobnost upravljanja vlastitim postupcima, mislima i osjećajima na prilagodbene i fleksibilne načine u raznim društvenim ili fizičkim situacijama. Optimalna samoregulacija donosi osjećaj boljitka, samodjelotvornosti, samopouzdanja osobi, no ne i sretan život bez sukoba. Smatra se da optimalno samoregulirajuća osoba posjeduje mnoštvo djelotvornih strategija koje joj omogućuju raznovrstan emocionalan život i adekvatno suočavanje s nedaćama u životu. Takvi pojedinci imaju viši prag tolerancije na vlastite i tuđe negativne emocije. Svjesni svojih emocija te ovisno o situaciji u kojoj se nalaze, donose odluku

hoće li iskreno ili modificirano izraziti svoju emociju. Stoga se može reći da se regulacija emocija sastoji od vanjskih i unutarnjih procesa odgovornih za praćenje, ocjenu i modifikaciju emocionalnih reakcija, osobito njihovih intenzivnih i privremenih obilježja, kako bi se postigao određeni cilj (Thompson, 1994., iz Salovey i Sluyter, 1999.).

Mlađoj djeci, čiji se kapacitet samoregulacije još razvija usporedo s razvojem spoznaje, u stresnim situacijama treba pomoć odraslih.

**Inteligencija.** Inteligencija je druga glavna sastavnica emocionalne inteligencije. Ona se često veže uz kognitivne sfere (pamćenje, logičko mišljenje, prosuđivanje, apstraktno mišljenje), odnosno uz sposobnosti poput objedinjavanja i odvajanja pojmova, prosuđivanja i logičkog zaključivanja te apstraktnog mišljenja (Salovey i Sluyter, 1999.). Međutim, budući da emocije djeluju kao signali promjena u pojedincu i njegovoj okolini, kako pojedinac sazrijeva, emocije počinju oblikovati i poboljšavati mišljenje usmjeravanjem pozornosti prema važnim promjenama. Mnoga su istraživanja potvrdila da iznimno snažne emocije često pojačavaju inteligenciju jer usmjeravaju pozornost na ono što bi u određenoj situaciji moglo biti od iznimne važnosti (Salovey i Sluyter, 1999.).

**Teorijski okvir emocionalne inteligencije.** Prvu definiciju emocionalne inteligencije pružili su Salovey i Mayer (1990., iz Takšić, Mohorić i Munjas, 2006.), koji su je opisali kao „sposobnost praćenja svojih i tuđih osjećanja i emocija te upotreba tih informacija u razmišljanju i ponašanju“. Budući da je primijećeno da se u ovoj definiciji naglašava samo opažanje i regulacija emocija, isti su autori definiciju revidirali i ona glasi: „Emocionalna inteligencija uključuje sposobnost brzog zapažanja procjene i izražavanja emocija; sposobnost uviđanja i generiranja osjećaja koji olakšavaju mišljenje; sposobnosti razumijevanja emocija i znanje o emocijama; i sposobnost reguliranja emocija u svrhu promocije emocionalnog i intelektualnog razvoja.“ U ranom djetinjstvu djeca počinju razlikovati emocionalne izraze lica i reagiraju na njih. S vremenom se nauče prepoznati vlastite osjete i emocije, precizno ih izražavaju kao i potrebe koje ih slijede, te su osjetljivi na izražavanje i očitovanje pravih i lažnih emocija. Kao što je prije navedeno, emocionalni događaji pomažu intelektualnim procesima. Emocije upućuju na važne promjene u okolini i tako utječu na misaone procese. Osim toga, kada se emocije prizivaju uživljavanjem u tuđe emocije, zamišljanjem „kako se netko drugi osjeća“, to omogućuje neposrednu inspekciju osjećaja i razvija se sposobnost njihova predviđanja. Raspoloženja također utječu na odabir aktivnosti, planiranja budućnosti i poduzimanje svih mjera da se postigne željeni cilj (Ciarrochi i Scott, 2006.). Sposobnost razumijevanja emocija i uporaba emocionalnog znanja očituje se kada se počinju davati nazivi emocijama i primjećivati odnosi među njima (Salovey i Sluyter, 1999.). Razumijevanje značenja koje se pripisuje emociji počinje se stjecati u ranom djetinjstvu, a dopunjuje se cijeli život te ono

utječe na reakcije osobe. S druge strane, izrazito je važno da se obogati emocionalni vokabular, tj. da djeca nauče imenovati emocije i razgovarati o njima. Na taj način omogućuje im se verbalno izražavanje osjećaja te potencijalno učenje o novim strategijama nošenja s njima. Da bi pojedinac mogao svjesno regulirati emocije, i ugodne i neugodne, čime potiče svoj emocionalni i intelektualni rast, treba naučiti obraćati pozornost na njih. Sazrijevanjem se javlja refleksivno, tj. meta-iskustvo raspoloženja i emocija (Salovey i Sluyter, 1999.). Meta-iskustvo odnosi se na refleksivnu misao ili osjećaj o nekoj emociji ili raspoloženju, a može se podijeliti u dvije kategorije: meta-evaluaciju i meta-regulaciju. Evaluacija se odnosi na to koliko se pozornosti obraća svom raspoloženju i koliko je nečije raspoloženje prihvatljivo, jasno, tipično i utjecajno, dok se regulacija odnosi na to pokušava li se raspoloženje zatomiti ili ne, nastoji li se loše raspoloženje popraviti itd. Meta-iskustva raspoloženja pokazala su se izrazito važnima kada je riječ o značajnim pojavama poput toga koliko je dugo neka osoba sklona razmišljati o traumatičnim iskustvima (Salovey i Sluyter, 1999.). Ljudi s visokom emocionalnom inteligencijom znaju pročitati svoje i tuđe emocije, znaju adekvatno reagirati u nekoj situaciji, donose bolje odluke, sigurniji su u sebe i svoje postupke.

Postoje razlike između žena i muškaraca s visokom emocionalnom inteligencijom (Goleman, 1997.). Emocionalno inteligentne žene otvorene su, društvene, osjećaje izražavaju na prikladan način, dobro reagiraju u stresnim situacijama, samopouzdana su, energične i izravno izražavaju osjećaje. Muškarci koji imaju visoki kvocijent emocionalne inteligencije društveno su uravnoteženi, otvoreni i vedri, rijetko strahuju ili zabrinuto razmišljaju, sposobni su vezati se za osobe ili ciljeve, te su puni suosjećanja i brižnosti u vezama, zadovoljni su sobom, drugima i društvenim svijetom u kojem žive.

**Emocionalna kompetencija.** Emocionalna inteligencija određuje potencijal za učenje djelatnih vještina koje se temelje na pet elemenata: samosvijest, motivacija, samokontrola, empatija i prilagodljivost u odnosima. Emocionalna kompetencija upućuje na to koliko je nečiji potencijal iskorišten u djelatnim vještinama. McClelland je (1973., iz Takšić, Mohorić i Munjas, 2006.) 1970-ih preporučio da bi se trebala testirati kompetentnost osobe, a ne samo razina njezine inteligencije. Zbog te preporuke i čestih prigovora drugih istraživača da je emocionalna inteligencija osobina ličnosti te je se može mjeriti testovima sposobnosti, u ovom istraživanju upotrijebljen je Upitnik emocionalne kompetentnosti, koji je skraćena verzija Upitnika emocionalne inteligencije.

## EMPATIJA I MAŠTA

**Empatija.** Često se zaboravlja kolika je snaga međusobnog utjecaja u interakciji dvoje ili više ljudi. Naime, pokazivanje emocija izravno utječe na osobu koja ga prima (Goleman, 1997.) premda ona to nužno ne mora pokazati. Emocije

su zarazne, no njihova se razmjena odvija na vrlo profinjenoj i gotovo neprijetnoj razini. Stoga, ljudi koji nisu svjesni svojih i tuđih emocija često negiraju ovaj međusoban utjecaj. Suosjećanje, uživljavanje u tuđe emocije i razumijevanje položaja drugih mogu osjećati ljudi koji su empatični. Empatija je jedna od sposobnosti koja se temelji na emocionalnoj svijesti o vlastitoj ličnosti, a definira se kao vještina za ophođenje s ljudima (Goleman, 1997.). Dakle, da bismo bili empatični, trebamo biti svjesni sebe samih i drugih oko nas. Ako osobi nedostaje samosvijest i svijest da postoje drugi, tada se ona ne može uživjeti u ulogu druge osobe. No, osim toga, te dvije svijesti trebaju biti povezane. Mogućnost takva povezivanja u određenoj situaciji omogućuju imitativna ponašanja. Štoviše, istraživanja su pokazala da je tendencija osobe da imitira drugu povezana s visinom empatije (Chartrand & Bargh, 1999., prema Iacoboni, 2008.). Drugim riječima, da bismo druge razumjeli, trebamo aktivirati iste neuronske sustave koji su aktivirani kod druge osobe. Iacoboni (2008.) je otkrio da suštinu tih neuronskih sustava čine tzv. zrcalni neuroni. Zrcalni se neuroni aktiviraju kada osoba promatra ponašanje ili akciju (Rothschild, 2004.). Automatsko osmijehivanje ili zijevanje kao odgovori na osmijeh i zijevanje druge osobe najčešći su primjeri kada se zrcalni neuroni aktiviraju.

Zanimanje za osjećaje drugih ljudi započinje u vrlo ranoj dobi. Istraživanja su pokazala da dijete u dobi od šest mjeseci to čini dodirujući dijete koje pokazuje uznemirenost i nagnjući se prema njemu (Eisenberg, 1992., iz Oatley i Jenkins, 2003.) te reagira vlastitim plačem na plač drugog djeteta. Osim toga, vjerojatno će se ponašati drukčije kada je roditelj ljutit i kada je sretan. To je prvi korak u razumijevanju unutarnjeg svijeta drugih ljudi. Zahn-Waxler i sur. (1979., iz Oatley i Jenkins, 2003.) utvrdili su da su roditeljska objašnjenja i zaključivanja (izgovorena kada je razina emocionalnog uzbuđenja bila visoka) povezana s djetetovim većim pokazivanjem empatije. Štoviše, što su objašnjenja o unutarnjim stanjima drugih bolja, djeca su sposobnija pokazivati brigu i razumijevanje za druge. Empatija postaje emocionalna osnova djetetova osjećanja morala prema drugoj djeci i ljudima općenito. Empatični su ljudi vještiji u čitanju i prilagođivanju suptilnih društvenih signala koji pokazuju što drugi trebaju ili žele te su dobri u profesijama poput njegovanja djece i bolesnika, u nastavi, trgovini i na vodećim mjestima.

**Mašta.** Kao što je već navedeno, empatija je povezana s određenim imaginativnim sposobnostima, to jest s maštom. Postoje dva pravca koja objašnjavaju maštu koje navodi Supek (1979.). Tradicionalni pravac odnosi se na senzualistički empirizam, koji objašnjava maštu kao sposobnost stvaranja slike. Takvo objašnjenje podupire korijen riječi mašta, koji dolazi iz latinske riječi *imago*, što znači slika. Paralelno, govori se o sposobnosti oživljavanja prošlih događaja, to jest o „imaginativnom pamćenju“. Drugi se pravac temelji na psihologiji ponašanja te maštu definira kao sposobnost kombiniranja slika u vizije koje imitiraju prirodne činjenice, ali nisu stvarne (Supek, 1979.). To je tzv. stvaralačka imaginacija.

U suvremenoj literaturi, mašta se definira kao proces obnavljanja ranijih doživljaja, tj. sadržaja koji su pohranjeni u pamćenju (reproduktivna mašta), te njihova preoblikovanja u neke nove cjeline, tj. kreativna mašta ili imaginacija (Petz, 2005.). Zahvaljujući mašti, osoba može zamišljati stvari koje ili uopće ne postoje ili ih nije bila u prilici vidjeti. A budući da će maštovitija osoba moći lakše zamisliti stvarnu ili zamišljenu situaciju, što je predispozicija da se razumije i uživi u emocionalno stanje druge osobe, vjerojatnije je da će biti empatičnija od drugih.

**Stres.** Pretpostavka da emocionalno inteligentni ljudi točnije percipiraju svoje emocije, reguliraju ih na prikladan način, dovodi do zaključka da je emocionalna inteligencija preduvjet psihološke i tjelesne dobrobiti. Ovisno o načinu regulacije, odnosno kontroli emocija, mogu se odrediti fiziološki efekti stresa. Potiskivanje negativnih misli, potiskivanje otvorenog izražavanja emocija, tendencija kontroliranja vlastite impulzivnosti te nemogućnost izražavanja agresivnosti utječu na povećanje fiziološkog uzbuđenja i povezani su s većom percepcijom stresa (Dankić, 2004.).

Kyriacou (2001., iz Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, 2005.) definira stres kao neugodno iskustvo koje karakteriziraju negativni emocionalni doživljaji poput ljutnje, anksioznosti, napetosti, frustracije ili depresije, koji su rezultat nekih aspekata posla odgojitelja. Doživljaj stresa treba razumjeti u okvirima pojedinačne procjene situacije koja može uzrokovati negativno emocionalno iskustvo (Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, 2005.). Procjena situacija može biti definirana subjektivnim ili objektivnim definiranim stresnim događajima. Objektivno definirani stresni događaji odnose se na radne uvjete kao što je radno vrijeme, promjene vezane uz radno mjesto i sl. S druge strane, subjektivno definirani stres proizlazi iz specifične radne uloge i međuljudskih odnosa (Holt, 1982., iz Lacković-Grgin i sur., 2002.). Neovisno o subjektivnosti ili objektivnosti, stres može biti trenutni ili dugotrajan. Akutni ili trenutni stres može biti izazvan jednokratnim događajem, brzo dolazi i jednako tako brzo prolazi. Njegov utjecaj može trajati od nekoliko minuta i sati pa do nekoliko dana ili tjedana, a može biti izazvan neposredno nakon izbjegnute opasne situacije, poput prometne nesreće ili sukoba s nekom osobom. Kronični se stres javlja kao reakcija na učestale stresne događaje poput teškoga poslovnog okruženja, brige za osobe s kroničnom bolesti i sl., te su posljedice takva stresa dugotrajnije. Suptilnije reakcije na svoje ili tuđe emocije, o kojima osoba ne vodi računa, također mogu biti izvor stresa.

Posao odgojitelja specifičan je zbog toga što su oni svakodnevno uključeni u višestruke interakcije s odraslima (roditelji, kolege, stručni suradnici, tehnička služba) te s djecom različite dobi. Od njih se očekuje integracija važnih ciljeva, odnosno poticanje razvoja djeteta, zadovoljavanje dječjih potreba, pružanje ljubavi, nježnosti, ali oni moraju i brinuti se o djeci i disciplinirati ih (Clarke-Stewart, 1993., iz Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, 2005.). Budući da se odgojitelji trebaju stalno prilagođavati individualnim potrebama djece, kao i promjenama u radu, očekivano je da će izjaviti da svoj posao u nekoj mjeri doživljaju kao stresan.

Zbog roditeljskih obveza na poslu, djeca sve češće ostaju u desetosatnom vrtićnom programu, a odgojitelj ima sve veću važnost u njihovu odgoju. Sarkastične i negativne rečenice usmjerene k djeci mogu utjecati na razvoj osjećaja bezvrijednosti kod njih. Također, negativne reakcije na dječje negativno izražavanje emocija najvjerojatnije će izazvati neželjene učinke na razvoj dječjih emocija. Djeca mogu imitirati odgojiteljski način izražavanja emocija, a odnos između odgojitelja i djeteta može biti uvjetovan i time kako se odgojitelj odnosio prema dječjim negativnim emocijama (Ahn, 2005.). Stoga on, uz obvezno stručno znanje, treba posjedovati određene karakteristike ličnosti zbog kojih će odgoj djece u njegovoj skupini biti kvalitetniji. Jedna od tih karakteristika ličnosti svakako je emocionalna kompetentnost, koja će mu omogućivati da bolje prepozna i razumije potrebe djece. Budući da je emocionalno navođenje sama bit ostvarivanja utjecaja na druge osobe, vrlo je važno da je odgojitelj toga svjestan. Ako je odgojitelj sklon izražavanju emocija, bile one prihvatljive ili neprihvatljive, djeca će kopirati njegove osjećaje na suptilnoj razini i ponašati se slično. Mašta i empatija sastavnice su emocionalne inteligencije, zbog čega se očekuje da će osobe koje će postići više rezultate na tim skalama istovremeno biti emocionalno kompetentnije. U situacijama stresa naša emocionalna kompetencija najviše dolazi do izražaja (Ramos i sur., 2007.). Budući da je konstatirano kako je odgojiteljski posao objektivno stresan, očekuje se da će ga dobro prognozirati sastavnice emocionalne kompetencije, mašta i empatija.

S obzirom na to da su emocionalna kompetencija kao i empatija i mašta aspekti emocionalne inteligencije, može se pretpostaviti da odgojitelji koji su emocionalno kompetentniji, empatičniji i maštovitiji doživljuju manje stresa na poslu.

## 2. PROBLEMI I HIPOTEZE

1. Utvrditi mogućnost predviđanja doživljavanja stresa odgojitelja na osnovi dimenzija empatije i mašte.

H1: Prema vrijednostima rezultata na dimenzijama empatije i mašte, moguće je predvidjeti razinu doživljenog stresa kod odgojitelja.

2. Utvrditi mogućnost predviđanja doživljavanja stresa odgojitelja na osnovi dimenzija emocionalne kompetencije.

H2: Prema vrijednostima rezultata na dimenzijama emocionalne kompetencije, moguće je predvidjeti razinu doživljenog stresa kod odgojitelja.

## 3. METODE

### ISPITANICI

Ispitanici su bile sve odgojiteljice Dječjeg vrtića „Zvončić“, Dječjeg vrtića „Radost“ u Zagrebu te Dječjeg vrtića „Sisak Novi“ u Sisku (prigodni uzorak od ukupno 102 odgojiteljice).

## **OPISI I METRIJSKE KARAKTERISTIKE MJERNIH INSTRUMENATA**

Za upotrebu svih upitnika tražili smo dopuštenje njihovih autora.

### **4.1. E - upitnik: skala emocionalne empatije i mašte**

Za procjenu emocionalne empatije i mašte odgojiteljica koristili smo se upitnikom Skala emocionalne empatije (1993.) i Skala mašte (1993.) iz Zbirke psiholoških skala i upitnika (Lacković-Grgin i sur., 2002.), koji je autorica Raboteg-Šarić primijenila na uzorku predadolescenata.

Skala emocionalne empatije mjeri globalnu afektivnu empatiju izazvanu emocionalnim stanjem drugih ljudi. Sadrži 19 tvrdnji koje opisuju emocionalne doživljaje sukladne čuvstvenom stanju drugih i osjećaje simpatije prema osobama koje su u nevolji. Apsolutni je raspon rezultata 0-76 bodova, a veći rezultat na skali znači veću tendenciju doživljavanja emocionalne empatije.

Skala mašte mjeri tendenciju uživljanja u maštu, osjećaje i aktivnosti zamišljenih likova iz priča, romana i filmova i sl. Sadrži šest tvrdnji koje su adaptirane iz Davisova (1983., iz Lacković-Grgin i sur., 2002.) Indeksa interpersonalnog reagiranja. Najveći je rezultat na ovoj skali 24 boda, pri čemu veći rezultat znači i veću tendenciju maštanja. Apsolutni raspon kreće se od 0 do 24 boda. Dakle, upitnik se sastoji od ukupno 25 čestica, od kojih šest čestica pripada skali mašte a 19 skali emocionalne empatije. Procjene su davane na skali Likertova tipa s rasponom od 0 do 4 (0 = uopće se ne odnosi na mene, 1 = uglavnom se ne odnosi na mene, 2 = niti se odnosi niti se ne odnosi na mene, 3 = uglavnom se odnosi na mene, 4 = u potpunosti se odnosi na mene). U istraživanju autorice pouzdanost definirana koeficijentom Cronbach alpha iznosila je 0,83.

Pouzdanost skale u našem istraživanju iznosi Cronbach alpha = 0,92, što je zadovoljavajuće visoka vrijednost. Pouzdanost podskale Empatija iznosi Cronbach alpha = 0,91, a pouzdanost podskale Mašta iznosi Cronbach alpha = 0,87. Pouzdanost podskala također je vrlo visoka i pritom vrlo zadovoljavajuća.

Kako bismo provjerili podudarnost faktorske strukture podataka dobivenih u ovom istraživanju s onom iz prethodnih istraživanja, izvršili smo kvazikonfirmatornu faktorsku analizu (s zadanim brojem od dva faktora). Naime, pretpostavili smo da bi se korelacije varijabli s faktorima trebale u većoj mjeri podudarati s

Utvdili smo da se prvi faktor podudara s 18 čestica iz skale empatije. Preostalih sedam čestica visoko korelira sa skalom mašte. Samo je jedna čestica gotovo podjednako saturirana s oba faktora. Međutim, procijenili smo da faktorska struktura u principu odgovara očekivanoj, te smo daljnje analize radili prema izvornim dimnezijama.

### **4.2. UEK 15 - Upitnik emocionalne inteligencije (kompetencije).**

Upitnik emocionalne inteligencije i kompetencije, UEK (Takšić, 2000, iz Takšić, Mohorić i Munjas, 2006.), sadrži 45 čestica te ima tri subskale:



a) Sposobnost percepcije i razumijevanja emocija. Skala sadrži 15 čestica; u različitim istraživanjima koeficijent pouzdanosti kretao se između  $\alpha = 0,85$  do  $\alpha = 0,88$ .

b) Sposobnost izražavanja i prepoznavanja emocija. Skala sadrži 14 čestica; raspon je pouzdanosti između  $\alpha = 0,79$  i  $\alpha = 0,80$ .

c) Sposobnost upravljanja i reguliranja emocija. Sadrži 16 čestica, a raspon je pouzdanosti od  $\alpha = 0,71$  do  $\alpha = 0,74$ .

Utvrđena je pozitivna povezanost između subskala (0,35 – 0,49), što je dopustilo formiranje ukupnoga bruto-rezultata u upitniku koji je definiran kao linearna kombinacija ukupne emocionalne kompetencije, s koeficijentima pouzdanosti između  $\alpha = 0,88$  i  $\alpha = 0,92$  (Takšić, 2000, iz Takšić, Mohorić i Munjas, 2006.). Utvrđene su značajne povezanosti s različitim aspektima empatije, pri čemu je najviše značajnih veza s faktorom preuzimanje perspektive drugoga.

U našem istraživanju korištena je kraća forma upitnika, od 15 čestica, koja posjeduje praktički iste psihometrijske karakteristike kao i dulja verzija (Takšić, Mohorić i Munjas, 2006.). Procjene su davane na skali Likertova tipa od 1 do 5, pri čemu je 1 (uopće se ne odnosi na mene) predstavljalo najmanju, a 5 (u potpunosti se odnosi na mene) najveću jedinicu procjene. Najveći mogući rezultat u ovom upitniku iznosi 75, pri čemu veći rezultat znači i veću emocionalnu kompetenciju. Apsolutni je raspon rezultata 15-75. U kraćoj formi Skala percepcije i razumijevanja emocija sadrži pet čestica (3., 5., 6., 13. i 15.), Skala sposobnosti izražavanja i prepoznavanja emocija pet čestica (4., 8., 9., 10. i 14.) te Skala sposobnosti upravljanja i reguliranja emocija također pet čestica (1., 2., 7., 11. i 12.).

Najviša prediktivna valjanost za UEK pronađena je za rukovođenje, što je bilo poduprto i brojnim teorijskim hipotezama koje naglašavaju važnost emocionalnih vještina i kompetencije u procesu rukovođenja (Ryback, 1998., Takšić, 2000, iz Takšić, Mohorić i Munjas, 2006.). UEK su skale u visokoj pozitivnoj povezanosti i s podržavajućim dobrim raspoloženjem te fleksibilnim egom.

Skale emocionalne kompetencije pokazale su povezanost s relevantnim konstruktima. Pri tome, Skala percepcije i razumijevanja emocija i Skala sposobnost izražavanja i prepoznavanja emocija značajnije su povezane sa skalama sličnog predmeta mjerenja. Skala sposobnosti upravljanja i reguliranja emocija više je povezana s varijablama samopoimanja budući da mjeri složenije sposobnosti emocionalne inteligencije.

U našem istraživanju, pouzdanost je cjelokupnog upitnika  $\alpha = 0,86$ . Pouzdanost podskale Percepcija i razumijevanje emocija iznosi  $\alpha = 0,86$ , podskale Sposobnost izražavanja i prepoznavanja emocija  $\alpha = 0,88$  te podskale Sposobnost upravljanja i reguliranja emocija iznosi  $\alpha = 0,58$ . Pouzdanost ukupne skale, kao i prvih dviju skala, izrazito je zadovoljavajuća. Pouzdanost treće podskale nešto je niža, ali u granicama zadovoljavajućeg.

Dobiveni rezultati pokazuju minimalno odstupanje od prije navedene strukture upitnika, što je vrlo zadovoljavajuće. Prvi faktor sastoji se od četiri čestice iz Skale izražavanje emocija te po jedne česticu iz Skale percepcije emocija i Skale upravljanja emocijama. Drugi je faktor definiran s četiri čestice iz Skale percepcije emocija te jednom česticom iz Skale izražavanja emocija. I naposljetku, treći faktor definiran je s četiri čestice iz Skale upravljanja emocijama.

### 4.3. Skala izvora stresa na poslu odgojitelja

Skalu izvora stresa na poslu odgojitelja konstruirali su Živčić-Bećirević i Smojver-Ažić (2005.). Skala sadrži 35 čestica, te ima četiri subskale:

a) Međuljudski odnosi. Skala sadrži 10 čestica. U istraživanju autorica skale koeficijent pouzdanosti subskale iznosi  $\alpha = 0,80$  te objašnjava 25 posto varijance.

b) Odnosi među roditeljima. Skala sadrži osam čestica. Koeficijent pouzdanosti iznosi  $\alpha = 0,80$  te objašnjava pet posto varijance.

c) Problematična ponašanja djece. Skala sadrži pet čestica. Koeficijent pouzdanosti iznosi  $\alpha = 0,82$  te objašnjava pet posto varijance.

d) Radni uvjeti. Skala sadrži pet čestica. Koeficijent pouzdanosti iznosi  $\alpha = 0,72$  te objašnjava tri posto varijance.

Uočeno je da postoje korelacije između pojedinih dimenzija izvora stresa kod odgojitelja koje se kreću od 0,38 do 0,57, što opravdava računanje ukupnog rezultata na skali koja uključuje svih 35 čestica. Koeficijent pouzdanosti cijelog upitnika iznosi  $\alpha = 0,92$  (Živčić-Bećirević i Smojver-Ažić, 2005.). Procjene su davane na skali od četiri stupnja, odnosno od 0-3, pri čemu je 0 (uopće ne) predstavljalo najmanju, a 3 (jako) najveću jedinicu procjene. Najveći mogući rezultat na ovoj skali iznosi 90, pri čemu veći rezultat znači i veću stresnost na poslu. Apsolutni je raspon rezultata 11-90. Odgojitelji su dali i opću procjenu stresnosti svoga posla na jednoj tvrdnji, „Procijenite u kojoj je mjeri za vas posao odgojitelja općenito stresan“. Odgovori su na skali od četiri stupnja, kao i na Skali izvora stresa na poslu.

U našem istraživanju, pouzdanost cjelokupnog upitnika je  $\alpha = 0,93$ . Budući da je za potrebe ovog istraživanja važna samo pouzdanost cjelokupnog upitnika, pouzdanost subskala nije provjeravana. Rezultati kvazikonfirmatorne faktorske analize (sa zadanim brojem faktora – četiri), uspoređeni su s onim iz literature

Dobiveni rezultati pokazuju određeno odstupanje od prije navedene strukture upitnika, što je očekivano s obzirom na specifičan uzorak ispitanika. Uzrok ovakvim rezultatima može ležati u specifičnosti uzorka ispitanika. Premda su uzorci odgojitelja po mnogim karakteristikama slični, nije svejedno koji uzorak odgojitelja ispituje. Primjerice, u specifičnim predškolskim ustanovama specifičan je i stil vodstva ravnatelja te posljedična organizacijska klima. Specifičan je i dobni sastav te obrazovna razina odgojitelja. Konačno, i sastav djece te njihovih

roditelja u odnosu na socioekonomski status i druge karakteristike može biti bitno drukčiji. Sve se to moglo odraziti na specifičnost faktorske strukture.

### **METODA OBRADJE PODATAKA**

Sve obrade rezultata provedene su primjenom statističkog paketa SPSS 10. Za sve mjerne instrumente provjerene su metrijske karakteristike: pouzdanost i konstruktna valjanost. Kvazikonfirmatorna faktorska analiza provedena je zadanjem fiksnog broja latentnih dimenzija koje se poklapaju s brojem dimenzija pojedinih upitnika. Potom je izračunat koeficijent pouzdanosti (Cronbachov alpha) za sva tri mjerna instrumenta te njihovih dimenzija (skala). Odredili smo osnovni statistički parametri distribucija primijenjenih varijabli. Odnosno, izračunati su centralni i disperzivni parametri: aritmetička sredina (M), standardna devijacija (SD), minimum (Min) i maksimum (Max), a provedeno je i testiranje normaliteta dobivenih distribucija rezultata (K-S test).

Da bi se moglo odgovoriti na temeljne probleme istraživanja, provedena je kompletna multipla regresijska analiza. Kao dodatni izvor informacija, izračunati su i  $\beta$ -ponderi koji su jednaki pojedinačnim korelacijama između prediktora i kriterija. Također, kao dodatni izvor informacija poslužile su i univarijatne Pearsonove korelacije između svih dimenzija upotrijebljenih instrumenata.

### **4. REZULTATI I RASPRAVA**

U tablici 1 prikazane su deskriptivne karakteristike za pojedine varijable, odnosno prikazane su prosječne vrijednosti te standardne devijacije i raspon rezultata dobivenih na upitnicima: mašta i empatija, emocionalna kompetencija te na skali zvor stresa na poslu odgojitelja.

Tablica 1. Opisne statističke vrijednosti i testiranje normaliteta raspodjela

|                          | Min. | Max. | M    | SD   | M/br. čestica u skali | Komogorov-Smirnovljev test |         |
|--------------------------|------|------|------|------|-----------------------|----------------------------|---------|
|                          |      |      |      |      |                       | Max-D                      | P       |
| Mašta                    | 1    | 24   | 12,8 | 5,25 | 2,1                   | ,16                        | p > ,20 |
| Empatija                 | 21   | 75   | 61,4 | 8,80 | 3,2                   | ,11                        | p > ,20 |
| Emocionalna kompetencija | 29   | 73   | 58,7 | 6,51 | 3,9                   | ,14                        | p > ,10 |
| Percepcija emocija       | 10   | 25   | 20,6 | 2,51 | 4,1                   | ,15                        | p > ,20 |
| Upravljanje emocijama    | 11   | 25   | 18,3 | 2,39 | 3,7                   | ,12                        | p > ,20 |

|  |    |    |      |       |     |     |         |
|--|----|----|------|-------|-----|-----|---------|
| Izražavanje emocija                        | 8  | 25 | 19,8 | 2,85  | 4,0 | ,15 | p < ,01 |
| Stres ukupno                               | 25 | 93 | 67,0 | 15,73 | 2,0 | ,08 | p > ,20 |
| Opća procjena stresnosti posla odgojitelja | 1  | 3  | 2,5  | ,58   | 0,8 | ,38 | p < ,01 |

## Legenda:

Min.-Max. – najmanja i najveća vrijednost

M – aritmetička sredina procjena

SD – standardna devijacija

Max D-Komogorov-Smirnovljev test (normalitet distribucija)

Mp – prosječna aritmetička sredina; M podijeljeno brojem čestica koje definiraju određenu skalu

Podaci o testiranom normalitetu distribucije upućuju na značajno odstupanje samo kod varijabli Izražavanje emocija i Opća procjena stresnosti posla odgojitelja (tablica 1). Odstupanja kod prve varijable mogu se objasniti specifičnim uzorkom ispitanika, a kod druge relativno lošom definiranošću skale.

Prema deskriptivnim podacima u istoj tablici može se vidjeti da je na skalama empatija i mašta veći rezultat postignut na skali mašta; odgojitelji su prosječno maštoviti (M = 12,8) i visoko empatični (M = 61,4). Dijeljenjem aritmetičke sredine pojedine skale s brojem čestice iste skale, skale se mogu međusobno usporediti (Mp). Pokazalo se da su odgojitelji više empatični (Mp = 3,2) nego što su maštoviti (Mp = 2,1).

Na osnovi dobivenih aritmetičkih sredina triju subskala emocionalne inteligencije može se vidjeti da je najveći prosječni rezultat postignut na skali izražavanja i imenovanja emocija (M = 19,80 uz SD = 2,85) i skali sposobnosti upravljanja emocijama (M = 18,3 uz SD = 2,39), dok je sposobnost uočavanja i razumijevanja emocija nešto manje izražena (M = 20,6 uz SD = 2,50). Također, možemo uočiti da su za sve tri subskale, kao i za generalnu emocionalnu kompetenciju, aritmetičke sredine poprilično visoke u odnosu na minimalne i maksimalne vrijednosti. Prosječne aritmetičke sredine pokazuju da odgojitelji najbolje percipiraju emocije (Mp = 4,1), dok najslabije upravljaju njima (Mp = 3,7). U odnosu na skalu procjene od 1 do 3, odgojitelji procjenjuju svoj posao općenito vrlo stresnim (M = 2,5 uz SD = 0,58).

### **Predviđanje varijable „ukupni stres“ na temelju dimenzija empatije i mašte**

Regresijska analiza prediktorskog skupa varijabli (mašta i empatija) pokazala je da postoji statistička značajnost linearne kombinacije tih varijabli u predikciji

kriterija (stres odgojitelja), što se može vidjeti u tablici 2 ( $F = 7,75$ ,  $p < 0,01$ ). To pokazuje da formiranje ovakve linearne kombinacije prediktora u prognozi važnosti stresa kod odgojitelja iz ispitane populacije daje bolju prognozu nego slučajan odabir varijabli iz upitnika. Povezanost empatije i mašte sa stresom iznosi  $R = 0,39$  (tablica 3), a skup predikcijskih varijabli objašnjava samo mali dio varijance stresa odgojitelja, oko 15 posto. Iz tablice 3 vidljivo je da je varijabla empatija statistički značajno povezana s kriterijem čiji  $\beta$ -ponder 0,43 ( $p < 0,01$ ).

Za dodatno objašnjavanje koje su varijable povezane međusobno i jesu li uopće povezane, provjeren je Pearsonov koeficijent korelacije. U tablici 4 može se vidjeti da postoji statistički značajna povezanost između empatije i kriterija „stres ukupno“ ( $r = 0,41$ ,  $p < 0,01$ ), dok je povezanost mašte i „stresa ukupno“ statistički neznajna ( $r = -0,01$ ,  $p > 0,05$ ). Dakle, odgojitelj koji je empatičniji doživljavat će više stresa u poslu. Potencijalno, takvi odgojitelji nedovoljno dobro obavljaju svoj posao jer njihovo osobno gledište na situaciju i doživljaj utječe na odnos prema poslu. Glede maštovitosti, rezultati su pokazali da maštovitija osoba ima razrađenije načine imaginacije zbog kojih bi se, ako se promatra s pozitivnog aspekta, odgojitelj lakše mogao uživjeti u tuđe stajalište i razumjeti drugog te posljedično doživljavati manje stresa. No, s druge strane, maštovitost se može dvojako shvatiti, u smislu da maštovitiji odgojitelj ne promatra stvari kao većina drugih nego na svoj specifičan, kreativniji način.

Tablica 2. Prikaz prognoze kriterija (ukupni stres) na temelju varijabli empatije i mašte

| Koeficijent multiple korelacije (R) | Koeficijent determinacije ( $R^2$ ) | Prilagođeni koeficijent determinacije (R) | F-omjer | Značajnost |
|-------------------------------------|-------------------------------------|---|---------|------------|
| ,39                                 | ,15                                 | ,13                                       | 7,75    | $p < 0,01$ |

Tablica 3. Prikaz doprinosa  $\beta$ -pondera pojedinih predikcijskih varijabli (varijable skale empatija i mašta) prognozi kriterija (ukupnog stresa)

| Prediktori  | $\beta$ -ponder | t-omjer | Značajnost |
|-------------|-----------------|---------|------------|
| Konstanta   |                 | 1,93    | $> ,05$    |
| Maštovitost | -,07            | -,59    | $> ,20$    |
| Empatija    | ,43             | 3,57    | $< ,01$    |

Tablica 4. Povezanost između mašte, empatije, stresa ukupno i opće procjene stresnosti posla odgojitelja

| Varijable                            | Mašta | Empatija | Stres ukupno | Opća procjena stresnosti odgojitelja |
|--------------------------------------|-------|----------|--------------|--------------------------------------|
| Mašta                                | 1     | ,56**    | ,16          | -0,01                                |
| Empatija                             |       | 1        | ,41**        | ,21                                  |
| Stres ukupno                         |       |          | 1            | ,60**                                |
| Opća procjena stresnosti odgojitelja |       |          |              | 1                                    |

\*\* Korelacija značajna na razini od  $p < ,01$

#### Predviđanje varijable „opća procjena stresnosti posla odgojitelja“ na temelju dimenzija empatije i mašte

Tablica 5 pokazuje da prediktori empatija i mašta ne predviđaju statistički značajno kriterij „opća procjena stresnosti posla odgojitelja“ ( $F = 2,45$ ,  $p > 0,05$ ). Dakle, formiranje ovakve linearne kombinacije prediktora ne prognozira dobro rezultate u kriteriju. Koeficijent multiple korelacije, odnosno povezanost kriterija sa setom prediktora, relativno je niska ( $R = 0,25$ ) te ovi prediktori objašnjavaju svega šest posto varijance kriterija ( $R^2 = 0,06$ ), vidljivo u tablici 5. Ako bi postojala mogućnost da neki od prediktora objašnjava kriterij, to bi onda bio prediktor empatija, čiji je  $\beta$ -ponder 0,29 statistički značajan. Pearsonov koeficijent korelacije (u tablici 4) također upućuje na statistički neznačajnu povezanost između empatije i „opće procjene stresnosti posla odgojitelja“ ( $r = 0,21$ ,  $p > 0,05$ ), dok bi drugi prediktor, maštovitost, bio u negativnoj povezanosti s kriterijem ( $\beta = -0,16$ ), što potvrđuje i Pearsonov koeficijent korelacije ( $r = -0,01$ ,  $p > 0,05$ ).

Pretpostavljalo se da će „opću procjenu stresnosti posla odgojitelja“ biti moguće predvidjeti pomoću empatije i mašte. Međutim, provedena statistička analiza pokazala je da to nije slučaj u ovom istraživanju. Maštovitost i empatija kao sastavnice emocionalne inteligencije; ako bi predviđale kriterij, tada bi korelacija između njih trebala biti negativna zbog očekivanja da ako je osoba maštovitija i empatičnija, svoj će posao doživjeti općenito manje stresnim. Međutim, iz dobivenih podataka vidi se da empatija pokazuje tendenciju k pozitivnoj povezanosti s kriterijem, što bi značilo da empatičnija osoba doživljuje svoj posao općenito stresnijim nego što to doživljuje osoba koja je manje empatična. S druge strane, maštovitost, kada bi bilo statistički značajno, bila bi u negativnoj povezanosti s općom procjenom stresnosti posla odgojitelja. Drugim riječima, osoba koja je

maštovitija, koja je sposobnija zamišljati kako se druga osoba osjeća i što doživljuje, smatrala bi da je njezin posao općenito manje stresan.

Tablica 5. Prikaz prognoze kriterija (opća procjena stresnosti posla odgojitelja) na temelju varijabli skala empatije i mašte

| Koeficijent multiple korelacije (R) | Koeficijent determinacije (R <sup>2</sup> ) | Prilagođeni koeficijent determinacije (R) | F-omjer | Značajnost |
|-------------------------------------|---|---|---------|------------|
| ,25                                 | ,06   | ,04                                       | 2,45    | p > 0,05   |

Tablica 6. Prikaz doprinosa  $\beta$ -pondera pojedinih predikcijskih varijabli (varijable empatije i mašte) prognozi kriterija (opća procjena stresnosti posla odgojitelja)

| Prediktori  | $\beta$ -ponder | t-omjer | Značajnost |
|-------------|-----------------|---------|------------|
| Konstanta   |                 | 3,30    | < ,01      |
| Maštovitost | -,16            | -1,19   | > ,20      |
| Empatija    | ,29             | 2,22    | < ,05      |

## PREDVIĐANJE STRESA ODGOJITELJA NA TEMELJU EMOCIONALNE KOMPETENCIJE

### Predviđanje varijable „ukupni stres“ na temelju dimenzija emocionalne kompetencije

Provedena regresijska analiza pokazuje da prediktorski set varijabli skale emocionalna kompetencija (percepcija emocija, izražavanje emocija, upravljanje emocijama) ne prognozira statistički značajno postavljeni kriterij (ukupni stres odgojitelja); vidljivo u tablici 16 ( $F = 0,38$ ,  $p > 0,05$ ). Set prediktora objašnjava svega 12 posto varijance kriterija ( $R^2 = 0,01$ ,  $SD = 16,01$ , tablica 7). To pokazuje da formiranje ovakve linearne kombinacije prediktora u prognoziranju važnosti stresa kod odgojitelja iz ispitane populacije ne daje dobru prognozu. Povezanost kriterija sa stresom iznosi  $R = 0,11$  (tablica 7). Iz iste je tablice vidljivo da koeficijent determinacije iznosi 0,01, odnosno da ovi prediktori objašnjavaju svega 12 posto varijance kriterija. U tablici 9 vidljivo je da nijedna Pearsonova korelacija nije značajna, dakle nijedna varijabla nije statistički značajno povezana s varijablom „ukupni stres“.

Dobiveni podaci nisu u skladu s dosad provedenim istraživanjima. Ramos i sur. (2007.) istraživanjem su došli do toga da će osobe koje bolje izražavaju emo-

cije i upravljaju njima imati manje negativne misli nakon stresa, što će im omogućiti bržu prilagodbu u danoj situaciji. Osobe koje su sklone boljem upravljanju emocijama bolje će se nositi sa stresnom situacijom jer će moći bolje razumjeti situaciju u kojoj se nalazi druga osoba, čineći to na način da će odvojiti svoje emocionalno stanje od stanja u kojem se nalazi ta druga osoba. S druge strane, osoba koja dobro percipira emocije sklona je uživljavanju u osjećaje druge osobe te doživljuje veći nemir zbog nedaće druge osobe (Ramos i sur., 2007.).

Zbog čega smo pronašli nepovezanost emocionalne kompetencije i doživljenog stresa? Jedan od razloga svakako može biti situacijska specifičnost emocionalne kompetencije (kao uostalom i cijelog konstrukta emocionalne inteligencije). Čovjek može biti emocionalno kompetentan, ali ne i u toj (u ovoj slučaju odgojiteljskoj) situaciji. S druge strane, moguće je da ispitanice nisu davale iskrene odgovore na pitanja, usprkos zajamčenoj anonimnosti. Socijalno je poželjno biti emocionalno kompetentan, a nepoželjno biti pod stresom (osobito uzrokovanim vlastitim postupcima, a ne eksternim).

Tablica 7. Prikaz prognoze kriterija (ukupan stres) na temelju varijabli skala emocionalne kompetencije

| Koeficijent multiple korelacije (R) | Koeficijent determinacije (R <sup>2</sup> ) | Prilagođeni koeficijent determinacije (R) | F-omjer | Značajnost |
|-------------------------------------|---|---|---------|------------|
| ,11                                 | ,01   | -,02                                      | ,38     | > ,20      |

Tablica 8. Prikaz doprinosa  $\beta$ -pondera pojedinih predikcijskih varijabli (varijable emocionalne kompetencije) prognozi kriterija (ukupan stres)

| Prediktori            | $\beta$ -ponder | t-omjer | Značajnost |
|-----------------------|-----------------|---------|------------|
| Konstanta             |                 | 4,44    | < ,01      |
| Percepcija emocija    | -,14            | -1,00   | > ,20      |
| Izražavanje emocija   | ,07             | ,50     | > ,20      |
| Upravljanje emocijama | ,07             | ,57     | > ,20      |



Tablica 9. Korelacija između percepcije emocija, izražavanja emocija, upravljanja emocijama, stresa ukupno i opće procjene stresnosti posla odgojitelja

| Varijable                | Percepcija emocija | Izražavanje emocija | Upravljanje emocijama | Emocionalna kompetencija | Stres ukupno | Opća procjena stresnosti |
|--------------------------|--------------------|---------------------|-----------------------|--------------------------|--------------|--------------------------|
| Percepcija emocija       | 1                  | ,67**               | ,45**                 | ,85**                    | -,04         | -,01                     |
| Izražavanje emocija      |                    | 1                   | ,48**                 | ,88**                    | ,04          | ,01                      |
| Upravljanje emocijama    |                    |                     | 1                     | ,76**                    | ,07          | -,04                     |
| Emocionalna kompetencija |                    |                     |                       | 1                        | ,03          | -,01                     |
| Stres ukupno             |                    |                     |                       |                          | 1            | ,60**                    |
| Opća procjena stresnosti |                    |                     |                       |                          |              | 1                        |

\*\* Korelacija značajna na razini od  $p < ,01$

Predviđanje varijable „opća procjena stresnosti posla odgojitelja“ na temelju dimenzija emocionalne kompetencije

Prediktori percepcija emocija, izražavanje emocija i upravljanje emocijama, tj. dimenzije emocionalne kompetencije, ne predviđaju statistički značajno kriterij „opća procjena stresnosti posla odgojitelja“ ( $F = 0,09$ ,  $p > 0,05$ ), što je vidljivo u tablici 10. Koeficijent regresije iznosi 0,06, što označuje vrlo nisku povezanost prediktora i kriterija. Usto, koeficijent determinacije vrlo je nizak ( $R^2 = 0,03$ ), pa ovaj set prediktora objašnjava svega tri posto varijance kriterija, zbog čega je očito da to ne može biti statistički značajno. Niti jedan od pojedinačnih prediktora nije statistički značajan. Isti podatak o drugim varijablama emocionalne kompetencije pružaju i drugi izračunati Pearsonovi koeficijenti korelacije, tj. nijedna varijabla nije statistički značajno povezana s „općom procjenom stresnosti posla odgojitelja“ (tablica 9).

Očekivanja glede rezultata nisu potvrđena, jer se pokazalo da se opći doživljaj stresa ne može predvidjeti pomoću dimenzija emocionalne kompetencije.

Tablica 10. Prikaz prognoze kriterija (opća procjena stresnosti posla odgojitelja) na temelju varijabli dimenzija emocionalne kompetencije

| Koeficijent multiple korelacije (R) | Koeficijent determinacije (R <sup>2</sup> ) | Prilagođeni koeficijent determinacije (R) | F-omjer | Značajnost |
|-------------------------------------|---|---|---------|------------|
| ,06                                 | ,00   | -,03                                      | ,09     | > ,20      |

Tablica 11. Prikaz doprinosa  $\beta$ -pondera pojedinih predikcijskih varijabli (varijable emocionalne kompetencije) prognozi kriterija (opća procjena stresnosti posla odgojitelja)

| Prediktori            | $\beta$ -ponder | t-omjer | Značajnost |
|-----------------------|-----------------|---------|------------|
| Konstanta             |                 | 4,46    | < ,01      |
| Percepcija emocija    | ,00             | ,00     | > ,20      |
| Izražavanje emocija   | ,05             | ,30     | > ,20      |
| Upravljanje emocijama | -,06            | -,49    | > ,20      |

## ZNAČAJ ISTRAŽIVANJA I SMJERNICE ZA BUDUĆA

Neki aspekti emocionalne inteligencije u ovom istraživanju pokazali su se kao bolji prediktori stresa nego drugi. Empatija se pokazala kao dobar prediktor u objašnjavanju stresa kod odgojitelja. Odnosno, pokazalo se da su empatičniji ljudi više pod stresom. S druge strane, iako se maštovitost smatra uskom poveznicom s empatijom, maštovitiji ljudi, zbog svojih sposobnosti vizualnog uživanja u tuđu situaciju, manje su pod stresom. Sastavnice emocionalne kompetencije, percipiranje, izražavanje emocija i upravljanje njima općenito su se pokazale kao loš prediktor kriteriju stres kod odgojitelja. Drugim riječima, odgojitelji koji bolje percipiraju i, izražavaju emocije te upravljaju njima manje će doživljavati stres. I, naposljetku, sastavnica emocionalna kompetencija ukupno se pokazala također kao loš prediktor ukupnom stresu odgojitelja. Tako će emocionalno kompetentniji odgojitelji doživljavati manje stresa jer imaju razvijene sposobnosti percipiranja svojih i tuđih emocija, njihova izražavanja i upravljanja njima.

Kriterij „opća procjena stresnosti posla odgojitelja“ nije statistički značajno prognozirao nijedan prediktor primijenjen u ovom istraživanju. To znači da su

empatičniji, maštovitiji ljudi i oni koji su skloni percipiranju i izražavanju emocija te upravljanju njima, kao i emocionalno kompetentniji skloniji vjerovanju da njihov posao nije općenito stresan.

Ahn je (2005.) u svom kvalitativnom istraživanju utvrdila da je čak 75 posto odgojitelja u jednom vrtiću bilo netolerantno na dječji plač i frustraciju. Stanje u vrtićima Republike Hrvatske po tom pitanju nije dovoljno ispitano te je zbog toga važno provjeriti koliko su odgojitelji tolerantni na djetetove emocije i hoće li poduzeti one mjere koje će omogućiti da se djeca razvijaju u toploj okolini koja prihvaća njih i njihove emocije. Svi ti nalazi upućuju na to da treba osmisliti više programa koji će poboljšavati praksu odgojitelja kojom uče o emocijama djece.

U budućim bi istraživanjima bilo korisno precizno definirati uzorak odgojitelja (koji može reprezentirati specifičnu urbanu ili ruralnu sredinu, ili pak specifični dio grada). Tada bi se mogli donijeti operativni i praktično upotrebljivi zaključci, kao smjernice za organizaciju stručnog usavršavanja odgojitelja, bolju pripremu djece i roditelja, itd.

Utvrđivanje pod kojim bi okolnostima trebalo inhibirati emocionalno izražavanje i emocije za naše i dobrobiti drugih ljudi (psihičke i fizičke) pomoglo bi u smanjivanju stupnja doživljenog stresa. Da bi se moglo adekvatno educirati odgojitelje, trebalo bi istražiti učestalost izloženosti stresu, kao i njegovo trajanje. Naposljetku, za kvalitetniji razvoj emocionalne inteligencije djeteta, odgojitelji bi se trebali educirati kako se nositi sa stresom.

Ovi podaci navode na zaključak da razumijevanje važnosti i korisnosti znanja o emocionalnom stanju samih odgojitelja, razvijanje vještina emocionalne kompetencije za odgoj djece uz cjeloživotno učenje o emocionalnoj inteligenciji može pomoći odgojiteljima da zadrže svoje zdravlje i da ne podlegnu stresu.

U bliskoj budućnosti može se očekivati da će djeca još dulje ostajati u vrtićima i provoditi dosta vremena sa svojim odgojiteljima, čime će se još povećati njihova uloga u razvijanju dječje emocionalne inteligencije. Zbog toga je nužno da se odgojitelji stalno educiraju po pitanju emocionalne kompetencije, razvijaju svoju empatiju i maštu.

## 5. ZAKLJUČAK

U principu parcijalno podržavamo prvu hipotezu, po kojoj je moguće predvidjeti razinu doživljavanja stresa kod odgojitelja (ukupni stres, koji je linearna kombinacija svih varijabli upitnika) na osnovi dimenzija empatije i mašte. Rezultat na skali empatije dobar je prediktor ukupnog stresa odgajatelja. Međutim, prognoza varijable opća procjena stresnosti posla odgojitelja nije moguća na temelju prediktora empatije i mašte (premda se i u ovom slučaju empatija pokazala kao statistički značajni pojedinačni prediktor).

Međutim, prema vrijednostima rezultata na tri dimenzije emocionalne kompetencije, nije moguće predvidjeti razinu doživljenog stresa kod odgojitelja, ni kao linearne kombinacije svih varijabli upitnika (ukupni stres), niti varijable opća procjena stresnosti posla odgojitelja. Dakle, druga hipoteza istraživanja se odbacuje.

## LITERATURA

1. Ahn, H. J. (2005.). Child care teachers' strategies in children's socialization of emotion. *Early Child Development and Care*, 175(1), 49-61.
2. Ciarrochi, J. i Scott, G. (2006.). The link between emotional competence and well-being: a longitudinal study. *British Journal of Guidance and Counselling*, 34, 2, 231-243.
3. Dankić, K. (2004.). Emocionalna kontrola i zdravlje. *Psihologijske teme*, 13, 19-32.
4. Goleman, D. (1997.). Emocionalna inteligencija. Zagreb: Mozaik knjiga.
5. Iacoboni, M. (2008.). Existential empathy: The intimacy of self and other. U: *Empathy and Mental Illness*, Cambridge, UK: Cambridge University Press (u tisku).
6. Lacković-Grgin, K., Proroković, A., Čubela, V. i Penezić, Z. (2002.). Zbirka psihologijskih skala i upitnika. Zadar: Filozofski fakultet.
7. Oatley, K. i Jenkins, J. M. (2003). *Razumijevanje emocija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
8. Petz, B. (1992.). *Psihologijski rječnik*. Zagreb: Prosvjeta.
9. Ramos, N. S., Fernandez-Berrocal, P. i Extremera, N. (2007.). Perceived emotional intelligence facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor. *Cognition and emotion*, 21 (4), 758-772.
10. Rothschild, B. (2004.). The physiology of empathy. *Counselling & Psychotherapy Journal*, 15, 11-15.
11. Ryback, D. (1998.). *Putting emotional intelligence to work*. Woburn, MA: Butterworth - Heinemann.
12. Salovey, P. i Sluyter, D. J. (1999.). *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija. Pedagoške implikacije*. Zagreb: Educa.
13. Supek, R. (1979.). Mašta. Zagreb: Sveučilišna naklada Liber.
14. Takšić, V., Mohorić, T. i Munjas, R. (2006.). Emocionalna inteligencija: teorija, operacionalizacija, primjena i povezanost s pozitivnom psihologijom. *Društvena istraživanja*, 4-5, (84-85), 729-746.
15. Živčić-Bećirević, I. i Smojver-Ažić, S. (2005.). Izvori stresa na poslu odgojitelja u dječjim vrtićima. *Psihologijske teme* 2, (14), 3-13.

UDK 373.211.24:159.942(047.31)

Original scientific article

Accepted: 17.1.2010.

Confirmend: 20.2.2010

## STRESS EXPERIENCE ANTICIPATION OF PRE-SCHOOL TEACHERS ACCORDING TO THEIR EMOTIONAL COMPETENCE, EMPATHY AND IMAGINATIVENESS

**dr. sc. Joško SINDIK**

The "Trnoružica" Kindergarten, Zagreb

E-mail: josko.sindik@zg.t-com.hr

**Tatjana RADULOVIĆ**, psychologist

The "Zvončić" Kindergarten, Zagreb

---

**Summary:** We have assumed that pre-school teachers, who are emotionally more competent, empathic and imaginative, probably experience less stress at work. To check this basic hypothesis, we tested the possible stress anticipation of pre-school teachers in terms of dimensions of empathy, imagination, and emotional competence. We questioned all the kindergarten teachers in Kindergarten "Zvončić" and Kindergarten "Radost" in Zagreb, and Kindergarten "Sisak Novi" in Sisak (N = 102), applying stress measuring instruments in order to test stress in pre-school teachers, a questionnaire of empathy and imagination, and emotional competence. We found that there was a statistically significant ability of teachers to predict the overall stress based on empathy and imagination. The result on the scale of empathy is a good predictor of stress. However, no significant opportunity to predict specific variables of general stress on the basis of empathy and imagination has been found, neither the ability to predict the overall stress of pre-school teachers based on dimensions of emotional competence. The guidelines for future research have been given.

**Keywords:** pre-school, association, prediction, stress, emotional more competent

---

