

STRES KOD UČITELJA KOJI RADE S DJECOM KOJA IMAJU MENTALNI HENDIKEP

Walter Strasmeier

Izvorni znanstveni članak

Berufsbelastungen von Mitarbeitern an Schulen für geistig Behinderte speziell durch den Umgang mit schwerstbehinderten Schülern. München

UDK: 376.4

Sažetak:

Ovaj istraživački projekt usmjeren je na modele podučavanja teže mentalno retardiranih učenika. Učitelji, terapeuti i medicinske sestre pitane su o svojim specifičnim problemima u radu s ovom populacijom.

Na osnovu odgovora 716 profesionalaca dobivenih pomoću upitnika od 52 stranice dobili smo niz tvrdnji koje dobro diskriminiraju. Regresijska analiza nad faktoriziranim česticama rezultirala je modelom burnout-a, koji nosi 57% varijance. Značajne razlike nađene su između podgrupa. Diskutira se i proširenost burnout-a među profesionalcima koji rade u školama za mentalno retardirane. Izvučeni su i neki zaključci.

Profesionalci (osoblje) koji rade u klinikama, terapijskim ili obrazovnim ustanovama vrlo se često osjećaju obeshabreni. Oni rade pod velikim stresom, osjećaju nemogućnost relaksacije i doživljavaju osjećaj emocionalne i tjelesne iscrpljenosti. Freudenberg je 1974 opisao ovaj osjećaj terminom "burnout". Od tada objavljen je veliki broj rezultata istraživanja: Cherniss 1979, Maslach/Jackson, 1981, McConnell 1982, Farber 1983, Weiskopf 1980, Beck/Garqiuolo 1983, Cherniss 1988, Crane/Iwanicki 1983, Fimian 1986, Friesen/Sarros 1989 i Kyriacou 1987, a sva su ona izvještavala o stresu i burnout-u kod učitelja koji su radili s djecom koja imaju različite oblike poremećaja u razvoju. U SR Njemačkoj bili su to Hahn 1985 i Anstötz 1987. Među tim istraživanjima međutim nema istraživanja specifičnih problema učitelja i terapeuta koji rade s teže i teško mentalno retardiranom djecom. 1986 započeli smo rad na projektu pod nazivom LOGESCH (učenje, organizacija kod djece s težom i teškom mentalnom retardacijom). Dio ovog sveobuhvatnog istraživanja odnosio se na pitanje da li učitelji

(defektolozi) koji rade u školama za mentalno retardiranu djecu ako rade s djecom koja imaju težu mentalnu retardaciju doživljavaju veći stupanj stresa nego ostali defektolozi. Koje okolnosti dovode do burnout-a, te kako se on može preventirati.

METODA

U istraživanju je primjenjen upitnik o stresu među profesionalcima (defektolozima) koji rade s mentalno retardiranom djecom. Neka su pitanja preuzeta iz inventara koje su sačinili Maslach 1981 i Crane/Iwanicki 1986, ostala su pitanja bila u vezi sa specifičnim problemima učitelja koji rade s teže mentalno retardiranom djecom.

Da bismo mogli usporediti stupanj stresa i napetosti među različitim grupama profesionalaca koji rade u takvim ustanovama, pitali smo učitelje, terapeute, specijalne učitelje (defektologe), medicinske sestre o stupnju njihovog slaganja sa slijedećim tvrdnjama. Specifične čestice (pitanja) za svaku su grupu formirale

stavove prema radu na ovom području. Upitnik je proširen pitanjima koja su se odnosila na dijagnostičke postupke, suradnju s roditeljima, stupanj komunikacije u timovima, interni trening, strategije savladavanja, te socijalne mreže.

UZORAK:

Voditelji škola	50/45%
Specijalni učitelji (defektolozi)	185/43%
Pomoćnici specijalnih učitelja	203/26%
Terapeuti	43/14%
Medicinske sestre	84/12%

Sveukupno smo sakupili podatke od 716 profesionalaca koji rade u školama za mentalno retardiranu djecu.

Faktorizacijom odgovora dobili smo slijedeće utjecajne faktore:

- Problemi s organizacionom strukturom škole
- Pomanjkanje osoblja i vremena
- Ograničena suradnja

- Pomanjkanje prostora
- Jasnoća zadataka
- Orijentacija u postignuću
- Osjećaj svrsishodnosti posla
- Niska plaća
- Pomanjkanje komunikacije u odnosu na ciljeve i metode među članovima tima
- Prevelika napetost u radu s djecom koja imaju teži stupanj oštećenja

Željeli smo saznati da li takvi stresni uvjeti dovode do javljanja burnouta, te koje bi strategije socijalnih veza pomogle učiteljima u boljem izlaženju na kraj s vlastitom situacijom.

U početku smo definirali koncept "burnout sindroma". Sedam faktora izgledali su važni: 1) osjećaj stresa, 2) iscrpljenost u radu s djecom s mentalnom retardacijom, 3) pritisak zbog očekivane uspješnosti, 4) nezadovoljstvo vlastitim radom, 5) negativni osjećaji, 6) depersonalizacija i 7) depresija.

REZULTATI

Regresijska analiza pokazala je neke zanimljive rezultate:

1) Sociodemografski podaci	r	R ²
Broj razreda u školi	.04	.007 nije z.
Starost učitelja	-.06	
Spol učitelja	-.05	
Godine školske prakse	-.10	

2) Podaci koji su povezani s ličnošću

Povećana napetost u radu s teže mentalno retardiranom djecom.	.54 +++	.341 +++
Orijentacija u postignuću	.21 +++	
Nedirektivni stil u obrazovanju	.24 +++	
Čistoća zadataka	-.23 +++	
Jasnoća	.	
Osjećaj svrsishodnosti posla	-.14	

3) Faktori koji se odnose na interakciju i organizaciju	r	R ²
Niska plaća	.09	
Ograničena suradnja	.42 +++	
Manjak osoblja	.36 +++	
Pomanjkanje suradnje u odnosu na ciljeve	.39 +++	.285 +++
Problemi s organizacijskom strukturom	.37 +++	
		+++ ZNAČAJNO IZNAD .01
4) Strategije savladavanja		
Traženja odobranja u drugim područjima	.22 +++	
Traženje savjeta	.01	
Osjećaj ljutnje	.33 +++	
Izbjegavanje stresne situacije	.06	.189 +++
Perseveracija	.09	
Samozadovoljstvo	.15	
Traženja informacija ili druge aktivnosti	-.11	
5) Socijalna podrška		
partnera	-.36 +++	
kolega	-.28 +++	
djece	-.19 +++	.178 +++
rođaka	-.12	
ravnatelja	-.31 +++	
prijatelja	-.13	

U prvom bloku nismo našli niti jedan značajan izvor burnouta. Niti starost niti spol nisu pokazali korelacije. Iz toga razloga vjerovanje da vrlo mladi učitelji ili učitelji koji rade nekoliko godina s djecom koja imaju teža oštećenja imaju više burnout koeficijente nije se potvrdilo.

Regresijska analiza pokazala je primat faktora ličnosti. 34% varijance objašnjeno je ovim varijablama. Nalazi Kremer-Hayon-a 1983 pokazali su međutim potpuno suprotno: burnout se može predvidjeti sa sigurnošću kroz organizacijsku klimu, odnose, autonomiju, vodstvo ravnatelja (p. 247) Najznačajniji prediktor burnouta u našem slučaju je osjećaj preopterećenosti u radu s osobama s težom mentalnom retardacijom.

No i ovdje nalazimo razlike među grupama profesionalaca koji rade s takvim osobama. Tako osobe koje rade više od 50% vremena s hendikepiranom djecom pate od tjelesnog stresa. Oni koji rade manje od 50% vremena ne osjećaju se dovoljno kompetentni. Specijalni učitelji (defektolozi) posebno intenzivno doživljavaju ovaj osjećaj. Stoga mislimo da bismo trebali miješati razrede: djeca s različitim nivoima kompetencije mnogo bolje uče i rade zajedno, dok učitelji i terapeuti pružaju jedni drugima podršku.

Blok 3 je vrlo homogen. Tri izvora burnout-a djeluju jedan za drugoga:

- ograničena suradnja među učiteljima
- pomanjkanje razgovora o sadržajima i metodama podučavanja

— problemi s hijerarhijskom strukturom u instituciji.

Sve ovo potkrijepljuje važnost timskog rada i neophodnost učestvovanja u odlučivanju o tome što treba biti učinjeno. Visoke korelacije ističu faktor "pomanjkanje osoblja i nedostatak vremena za efektivan pristup djetetu" ($r = .36$).

Blok 4 odnosi se na strategije savladavanja.

Neefikasni postupci i nekvalificirana organizacija nađeni su u "osjećaju ljutnje" i "traženju potvrđivanja u drugim područjima". Ovi stilovi međutim nisu pokazali nikakvo rješenje tako da problemi i dalje proizvode stres. Socijalna podrška pomaže u reduciranju osjećaja stresa. Najefikasnija podrška bi trebala poteći od partnera, kolega i ravnatelja.

Detaljnija analiza pokazala je "tipičan burnout tip":

1) viši nivo obrazovanja, 2) rad s djecom s težim mentalnim hendikepima, 3) osjećaj nekompetentnosti, 4) nezadovoljstvo na svim područjima života, 5) negativni stavovi, 6) neslaganje s kolegama, 7) patnja zbog stresa, 8) zahtijevanje velikih napora, 9) udaljavanje od djece, 10) pitanja smisla rada s teže hendikepiranom djecom, 11) često oboljevanje.

Ovi faktori međusobno nisu nezavisni. Nismo mogli pronaći pojedinačne izvore burnout-a, niti pojedinačne specifične efekte. Interakcija može biti na sistematski način prikazana kao na slici na strani 105.

DISKUSIJA

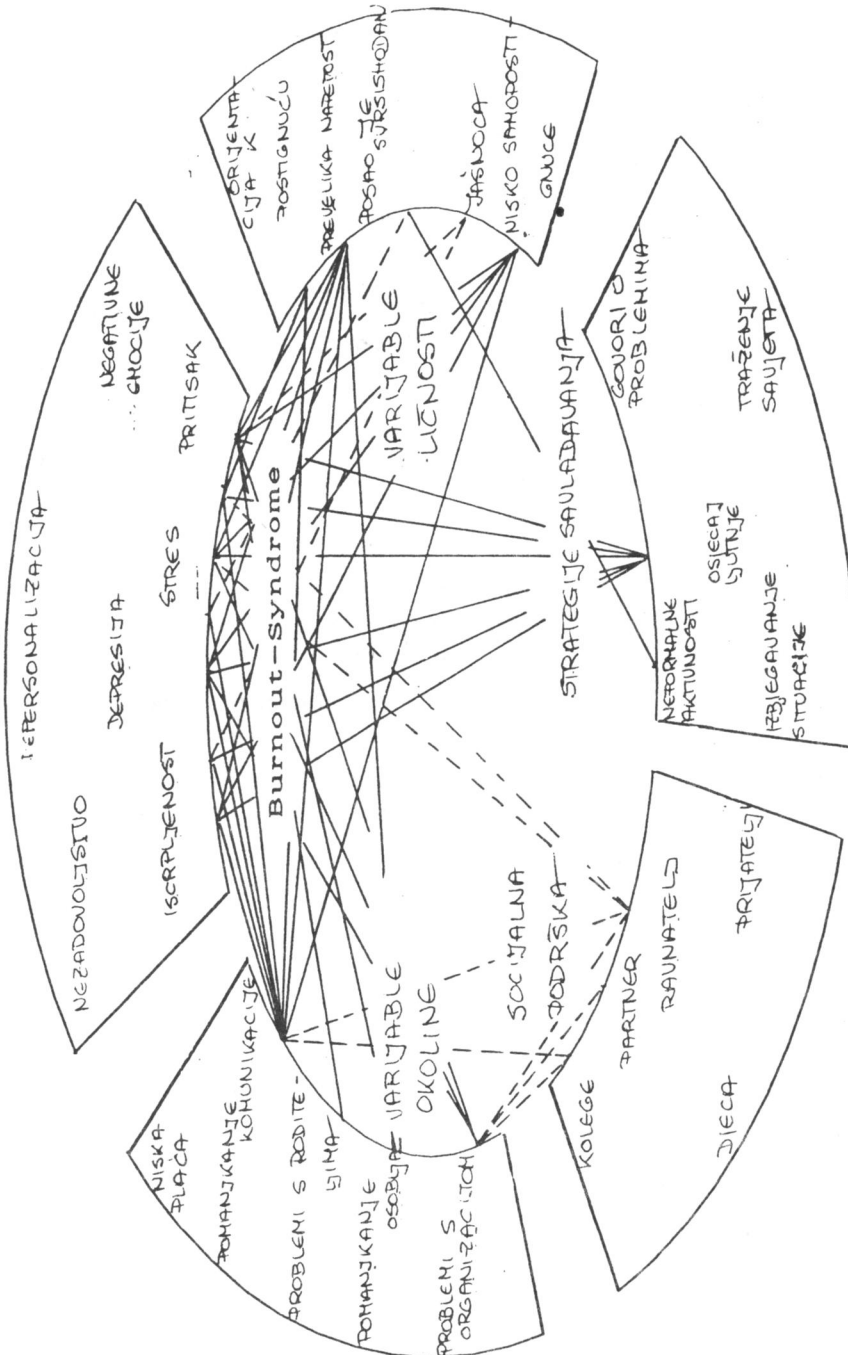
Na skali intenziteta burnout-a koja se sastoji od četiri stupnja registrirali smo 12% učitelja

koji su postigli vrijednost iznad 2.5, 4% učitelja imalo je vrijednost iznad 3.0. Ovaj nalaz nije međutim alarmantan. Specijalni učitelji (defektolozi) pokazali su kao i ranije veliki idealizam u radu s osobama s mentalnim hendikepom. No nešto treba mijenjati. Velike institucije su organizirane po hijerarhijskom principu, te se u njima javlja tendencija razvijanja hijerarhijskih struktura. Ove strukture nužno ograničavaju sposobnost osobe za odlučivanje u donošenju odluka o tome što treba biti učinjeno. Zbog toga se javljaju osjećaji bespomoćnosti. Ove okolnosti negativno utječu na užitak u radu i predanost radu. Stoga su manji timovi u velikim školama dobro rješenje jer dozvoljavaju više suradnje.

U budućnosti će sve više djece s teškim mentalnim hendikepima biti uključeno u škole. Učenje u heterogenim grupama postat će više zadovoljavajuće nego što je u specifičnim grupama teško hendikepirane djece. Neka djeca mogu trčati, govoriti, pjevati, kontaktirati s teže hendikepiranim učenicima, mogu crtati, ljutiti se, biti grubi ili sretni. Na taj način učitelji dobivaju feedback za svoje postupke, a burnout se javlja rjeđe.

Da bi poboljšali svoje napore učitelji, medicinske sestre i terapeuti trebaju pomoć. Što će više treninga unutar institucije dobivati, to će bolje i uspješnije savladavati svoj stres.

Učitelji moraju razviti bolje sposobnosti suradnje u timovima. Nije dovoljno naučiti biti dobar učitelj. Mislimo da je neophodno elaborirati kvalifikacije kao što su sposobnost kreativnog savladavanja, sposobnost kooperacije, sposobnost kontrole nečijih emocija i akcija, sposobnost toleriranja frustracija i interakcije s članovima grupa koji su različitih profesija.



> 20

Da bi spriječili burnout učitelji moraju razviti realistična očekivanja o sposobnostima djece s teškim mentalnim hendikepom. Previše je frustrativno očekivati širok raspon napretka, a pri tom ne doživljavati nikakav uspjeh. Djeca s višestrukim hendikepima ne samo da trebaju biti podučavana u vještinama dnevnog života, govora ili motoričkih aktivnosti, (naravno i to je vrlo važno), međutim, važno je i komunicirati, živjeti zajedno, zabavljati se s drugom djecom i odraslima i uživati slobodnom vremenu.

Učitelji bi trebali razviti tehnike self-managementa (samousmjerenja). Neke važne točke je istakao McConnell (1982):

- Povećati samosvijest
- Kontaktirati s drugima
- Učiti nova znanja i vještine
- Pomoći bez spašavanja
- Dovršiti nedovršeni posao
- Relaksirati se
- Razvijati nove interese
- Redovno vježbati
- Dobra ishrana
- Razvijati sposobnosti raspoređivanja vremena
- Biti kreativan u bijesu
- Osigurati vrijeme za sebe
- Promjena efekta
- Razvijati vještine savladavanja
- Razvijati vještine rješavanja problema
- Ponovno procijeniti vlastite ciljeve
- Razviti i kultivirati vlastiti osjećaj za humor
- Razviti "Kodeks altruističnog egoizma"

Odvojiti posao od kuće (str. 4)

ZNAKOVI BURNOUTA

1. Nedavno sam bila napeta.
2. Bojim se da ću nešto krivo napraviti.
3. Nisam dovoljno kompetentna za uspješno podučavanje mojih učenika.
4. U posljednjih nekoliko mjeseci imam osjećaj nesigurnosti na svom poslu.
5. Moj me posao fizički i psihički umara.
6. Doživljam stres u radu s djecom s težim mentalnim hendikepom.
7. Osjećam da nemam više ništa zajedničko s mentalno hendikepiranom djecom.
8. Odskora ne mogu smiriti svoje misli.
9. Teško mi je pronaći bilo kakvu nadu u budućnosti za djecu s težim mentalnim hendikepom.
10. Neposredan rad s ljudima postaje preveliki izvor napetosti za mene.
11. Imam odbojnost prema njegovanju i brizi za osobe s teškim hendikepima.
12. Treba mi više vremena za rješavanje problema mojih studenata.
13. U posljednjih nekoliko mjeseci moj me posao naročito deprimira.
14. Kada imam probleme u svom radu, sve mi je teže isključiti se.
15. Od mene se uvijek traži da učim nešto novo.
16. Nisam zadovoljna sa svojim trudom.
17. Problemi i brige su stalno prisutni u mojim mislima.
18. Osjećam da se od mene očekuje više od onoga što sam u stanju dati.

19. U posljednjih nekoliko mjeseci osjećam se nervozno u svojem zanimanju.
20. Fizički zahtjevi u radu s djecom koja imaju mentalni hendikep iscrpljuju moju energiju.
21. Potišten sam kad imam probleme u svom radu.
22. Nisam sigurna što nije dobro u mojim postupcima s teško hendikepiranom djecom.
23. Osjećam se iscrpljeno i burned out (sagorjelo) na kraju mog radnog dana.
24. Ne mogu razumjeti djecu s mentalnim hendikepom.
25. Kada imam probleme u svom radu pitam se koje sam to pogreške ponovo učinila.
26. Prisiljena sam tjerati samu sebe da bih bila uspješna.
27. U posljednjih nekoliko mjeseci nešto me muči.
28. Osjećam da sam na izmaku svojih snaga.
29. Kada imam probleme u svom poslu nezadovoljna sam sama sa sobom.
30. U posljednje vrijeme osjećam kako gubim svoju emocionalnu stabilnost brže nego prije.
31. Imam problema u ostvarivanju tjelesnog kontakta s djecom s teškim mentalnim hendikepom.
32. Postala sam indiferentnija prema ljudima od kako radim ovaj posao.
33. Postala sam nepažljiva i ne uživljam se u svoj rad.
34. Prošle mi je godine često bilo loše.
35. Kroz rad s djecom izgubila sam dosta svog senzibiliteta.

LITERATURA

1. Anstotz C. (1987.): Wie "ausgebrannt" sind Geistigbehindertenpadagogen wirklich? Eine empirische Studie zum Thema "Burn Out" In: Behindertenpädagogik, 1, S. 19-58.
2. Anstotz C. (1987.): Burnout bei Lehrern für Geistigbehinderte? - Eine Ergänzungsstudie zum Beitrag in BHP 26. In: Behindertenpädagogik, Januar, S. 286-289.
3. Beck, C.L.: Garqiulo, R.M. (1983.): Burnout in Teachers of Retarded and Nonretarded Children. In: Journal of Educational Research, Jan. Feb. vol 76 (3), p. 169-173.
4. Cherniss, C. (1988.): Observed Supervisory Behavior and Teacher Burnout in Special Education. In: Exceptional Children, Feb. vol. 54 (5), p. 449-454.
5. Cherniss, C. (1979.): Professional Burnout in Human Service Organizations. New York.
6. Crane, S.: Iwanicki, E. (1983.): The Effect of Role Conflict and Role Ambiguity on Perceived Levels of Burnout Among Special Education Teachers. Montreal, Quebec, Canada.
7. Farber, B.A. (ed.) (1983.): Stress and Burnout in the Human Service Professions. New York (Pergamon).
8. Fimian, M.J.: (1986.) Social Support and Occupational Stress in Special Education. In: Exceptional Children, vol. 52, no. 5, p. 436-442.

9. Friesen, D.; Sarros, J.C. (1989.): Sources of Burnout among Teachers In: Journal of Occupational Socialization, vol. 10, p. 179-188.
10. Hahn, M. (1985.): Zum Ausbrennen (Burn-out-Syndrom) in Zusammenhang mit schwerbehinderten Menschen In: Vierteljahresschrift für Heilpädagogik und ihre Nachbargebiete, 2, S. 142-159.
11. Kremer-Hayon, L. (1985.): Kurtz, II: The relation of personal and Enviromental Variables to Teacher Burnout In: Teaching and Teacher Education, vol. 1 (3), p. 243-249.
12. Kyriacou, C. (1987.): Teacher Stress and Burnout: An International Rewiew In: Educational Research, Jun vol 29 (2), p. 146-152.
13. Maslach, C.; Jackson, S. (1981.): Maslach Burnout Inventory Manual Palo Alto, CA (Consulting Psychologists Press).
14. Mc Connell, E.A. (1982.): How closare You to Burnout? In: Mc Connell, E.A. (edrs.): Burnout in the Nursing Profession, p. 98-103.
15. Weiskopf, P.E. (1980.): Burnout Among Teachers of Exceptional Children In: Exceptional Children, 1.

More detailed information see:

Strasmeier, W. (1990.):Berufsbelastungen von Mitarbeitern an Schulen für geistig Behinderte speziell druch den Umgang mit schwerstbehinderten Schülern. München (Selbstverlag: Dr. W. Strassmeier, Zugspitzweg 8, D-8910 Landsberg

**STRESS AMONG TEACHERS OF CHILDREN WITH MENTAL HANDICAPS
vorgesehen in: Hongkong Association for Scientific Study of Mental Handicap (ed.):
Proceedings of the International Conference on Mental Retardation. Hongkong 1991**

Summary

The research project focused on models of learning with profoundly mentally retarded pupils. Teachers, therapists, and nurses were asked about their specific problems in working with this population.

Based on the answers of 716 professionals in a questionnaire of 52 pages we obtained a well discriminating pool of statements. Regression analysis over factorized items resulted in a model of burnout declaring 57 percent of the variance.

Significant differences exist between subgroups. The extent of burnout among professionals working in the schools of mentally retarded is discussed. Some conclusions are drawn.