

Ž. Pavlović, J. Sindik*

SITUACIJSKO SUOČAVANJE SA STRESOM KOD ODGOJITELJA

UDK 159.944.4:373.21
PRIMLJENO: 26.6.2013.
PRIHVAĆENO: 19.5.2014.

SAŽETAK: Značajan čimbenik koji može nepovoljno utjecati na svakodnevno funkcioniranje odgojitelja i kvalitetu odnosa s djecom je stres koji odgojitelji doživljavaju na svojem poslu. Doživljaj stresa na poslu nije jednostavan produkt izloženosti negativnim faktorima okoline, iznimno bitna je interakcija karakteristika osobe i načina suočavanja sa stresom. Cilj istraživanja bio je utvrditi mogućnost prognoze situacijskih načina suočavanja sa stresom (kriterij) na temelju prediktora: različitih osobina ličnosti odgojitelja (optimizam/pesimizam, emocionalna kompetencija, samoefikasnost), njihove procjene izraženosti različitih izvora stresnosti odgojiteljskog posla, duljine radnog staža te dispozicijskih stilova suočavanja sa stresom. Sudionice su bile 336 odgojiteljica Splitsko-dalmatinske županije. Primijenjeno je više mjernih instrumenata: Skala procjene stresnosti posla odgojitelja, Skala optimizma-pesimizma, Skala opće samoefikasnosti, Skala socijalne poželjnosti, Upitnik emocionalne kompetencije EUK-15, Upitnik stilova suočavanja sa stresnim situacijama i Upitnik suočavanja sa stresnim situacijama. Rezultati su pokazali da dispozicijski način suočavanja sa stresom usmjeren na emocije te (u manjoj mjeri) osobine ličnosti (samoefikasnost) i duljina radnog staža statistički značajno pridonose situacijskom suočavanju sa stresom kod odgojiteljica. Jedini značajni prediktor zadovoljstva poslom pokazao se percipirani intenzitet stresa. Nalazi istraživanja pridonose boljem razumijevanju stresnih situacija na poslu odgojiteljica, što može pomoći osmišljavanju i unapređivanju programa kojima je za cilj prevencija stresa, prihvaćanje učinkovitih strategija suočavanja sa stresom te vještina socijalne interakcije.

Ključne riječi: osobine ličnosti, stres odgojiteljica, suočavanje sa stresom

UVOD

Tri su glavna modela stresa: podražajni modeli definiraju stres kao vanjski podražaj; reakcijski modeli stresa promatraju stres kao odgovor ili reakciju organizma na stresni događaj iz okoline; kognitivni modeli stresa su, pak, usmjereni na odnos ličnosti i okoline te procjenu stresne situacije (Lacković-Grgin, 2004.).

Suočavanje sa stresom predstavlja nastojanje organizma da odgovori fizičkim, socijalnim i psihološkim zahtjevima sa dvije glavne funkcije: usmjerenost na emocije i usmjerenost na problem. U većini stresnih situacija suočavanje usmjereno na problem praćeno je sa suočavanjem usmjerenim na emocije. Treći stil suočavanja sa stresom je suočavanje izbjegavanjem (Billings i Moos, 1981., Carver, Scheier i Weintraub, 1989., Ender i Parker, 1990., Hudek-Knežević i Kardum, 2006.). Za izbjegavanje kao stil suočavanja može se reći da je suprotnost čvrstoći, jednom od najčešće primjenjivanih konstrukata na području suočavanja sa stresom (Hudek-Knežević i Kardum,

* Mr. Žana Pavlović (pavlovic.zana@yahoo.com), Dječji vrtić Cvrčak, Kralja Zvonimira 71, 21210 Solin, dr. sc. Joško Sindik (josko.sindik@inantro.hr), Institut za antropologiju, Ljudevita Gaja 32, 10000 Zagreb.

1993.). Čvrstoća se definira kao opći osjećaj da je okolina zadovoljavajuća, što pojedinca vodi da situacijama pristupa s radoznavošću i entuzijazmom ili angažiranošću, a mnoga istraživanja pokazuju da čvrstoća visoko i negativno korelira s neuroticizmom (*Hudek-Knežević i Kardum, 2006.*). Neki autori strategije suočavanja sa stresom dijele na aktivne i pasivne (*Carver i Connor-Smith, 2010.*). Aktivne (strategije približavanja) odnose se na mijenjanje ponašanja s obzirom na izvor stresa i kognitivne pokušaje da se savladaju procjene prijetećih aspekata situacije, dok se strategije udaljavanja ili pasivne strategije oslanjaju na izbjegavanje problema.

Učinkovitost strategija suočavanja ovisi o prikladnosti strategije suočavanja za udovoljavanje vanjskim ili unutarnjim zahtjevima situacije. U nejasnoj ili novoj situaciji osobine pojedinca imaju veću ulogu u kognitivnoj procjeni i odabiru načina suočavanja od okolinskih faktora: primjerice, bitne osobine pojedinca mogu biti samoefikasnost, samopoštovanje, optimizam, osjećaj bespomoćnosti i neuroticizam (*Lazarus i Folkman, 2004.*). Spol je važna varijabla u odnosu na izbor načina suočavanja sa stresom. Najizrazitije i najdosljednije spolne razlike očituju se u načinima suočavanja usmjerenim na emocije kojima se žene svih dobnih skupina koriste češće od muškaraca (*Hudek-Knežević, Kardum i Vukmirović, 1993., Hudek-Knežević i Kardum, 2006.*). Muškarci se češće koriste suočavanjem usmjerenim na problem, ali samo za situacije vezane uz posao, i to onim koje zahtijevaju prikupljanje novih informacija (*Viney i Westbrook, 1982., Lazarus i Folkman, 2004., Hudek-Knežević i Kardum, 2006.*). Drugi autori nisu našli razlike u suočavanju sa stresom kod žena i muškaraca (*Ptacek, Smit i Dodge, 1994., Porter i Stone, 1995., Hudek-Knežević i Kardum, 2006.*). Žene češće primjenjuju suočavanje izbjegavanjem, dok muškarci češće primjenjuju specifične strategije izbjegavanja kao što su traženje distrakcije, alkohola i ugodnih aktivnosti. Žene s visokim stupnjem ekstraverzije češće se koriste izbjegavanjem i socijalnom podrškom dok se muškarci s visokim stupnjem neuroticizma češće koriste aktivnim načinima suočavanja (usmjerene na problem). Međutim, u ovakvim

istraživanjima uspoređivane su žene i muškarci u različitim kontekstima (*Arambašić, 1994.*). Lazarus i Folkman (*2004.*) ističu činjenicu da žene često na poslu zauzimaju položaje nižeg ranga, pa su spriječene u većoj mjeri koristiti se strategijama usmjerenim na problem: spolne razlike često se mogu pripisati razlikama u vrsti poslova koje muškarci i žene obavljaju. U manjem broju istraživanja koja uzimaju u obzir ekvivalentnost zanimanja muškaraca i žena pokazao se mali broj spolnih razlika u strategijama suočavanja sa stresom (*Hudek-Knežević i Kardum, 2006.*).

Osobine ličnosti i suočavanje sa stresom

Rezultati istraživanja podržavaju pretpostavku da neke osobine ličnosti disponiraju pojedinca za upotrebu pojedinih strategija suočavanja sa stresnim događajima i to u različitim kulturama (*Lacković-Grgin, 2004.*). Erera-Weatherley (*1996.*) u istraživanju nadzornika u centrima za socijalnu skrb pokazala je da priroda stresora utječe na izbor i učinkovitost strategija suočavanja, dok je suočavanje usmjereno na emocije dobrim dijelom određeno osobinama ličnosti (neuroticizam, ekstraverzija, samopoštovanje). Drugim riječima, na strategije suočavanja sa stresom moguće je utjecati te ih mijenjati u smjeru poboljšanja učinkovitosti u određenoj situaciji, primjenom primjerenih mehanizama suočavanja. Niz istraživanja jasno pokazuje da su osobine ličnosti značajno povezane s načinima suočavanja sa stresom (*Costa i McCrae, 1990., Watson, David i Suls, 1999., Hudek-Knežević, Kardum, 2006.*). Lazarus (*2004.*) ističe da su neke crte ličnosti zaštitni faktori stresnih događaja, kao npr. konstruktivno mišljenje, otpornost, samoefikasnost, osjećaj koherentnosti. Neuroticizam utječe na percepciju stresnih događaja, načine suočavanja, zadovoljstvo socijalnom podrškom, dobrobit i somatske tegobe (*Costa, Somerfield i McCrae, 1996., Hudek-Knežević, Kardum, 2006.*). Osobe visokog neuroticizma percipiraju više problema u svim područjima života. Atkinson i Vialto (*1994.*) navode rezultate prema kojima se osobe s visokim stupnjem neuroticizma češće služe izbjegavanjem i samookrivljavanjem od osoba s niskim stupnjem neuroticizma u iritantnim situacijama koje izazivaju ljutnju. Ekstra-

verzija kao dimenzija ličnosti je bolji prediktor kod aktivnog (upornost, racionalnost), a neuroticizam kod pasivnog (izbjegavanje, neprijateljstvo i pasivnost) načina suočavanja sa stresom (*Costa i McCrae, 1990.*). Lokus kontrole kao osobina ličnosti često se spominje kao značajna dimenzija u procesu stresa. Houston (*1972.*) je pokazao da su osobe internalnog lokusa kontrole općenito manje anksiozne od onih drugih, imaju višu razinu fiziološke aktivacije, kao i bolji učinak u situacijama u skladu s njihovim vjerovanjem o mogućnosti kontrole. Osobe s izraženijom osobnom čvrstinom otpornije su na stres, manje poboljšavaju i češće se koriste socijalnom podrškom (*Vizek-Vidović, 1990.*). U istraživanjima o odnosu samopoštovanja i stresa utvrđene su razlike u percepciji životnih događaja kod osoba niskog i visokog samopoštovanja. Samopoštovanje se pokazalo boljim prediktorom reakcija na negativne nego na pozitivne životne događaje. Negativni događaji izazivaju negativne posljedice za zdravlje te je važno poticati razvoj samopoštovanja, osobito kod djece i adolescenata (*Lacković-Grgin, 1994.*).

Optimizam/pesimizam shvaćeni su kao generalizirano očekivanje pozitivnih ili negativnih ishoda aktivnosti, pa se u tom određenju izražavaju relativno odvojene i stabilne dimenzije ličnosti (*Scheier i Carver, 1985.*). Chang i sur. (*1994.*) smatraju da optimizam i pesimizam treba promatrati kao dvije djelomično nezavisne dimenzije, između kojih postoji visoka negativna korelacija (*Scheier i Carver, 1992., Chang i sur., 1994., Chang, 1996.*). Druga istraživanja potvrdila su visoku povezanost optimizma i pesimizma sa subjektivnim procjenama zdravstvenog stanja i stresnosti (*Carver i Connor-Smith, 2010.*). Bandura (*1997.*) je razvio konstrukt percipirane samoefikasnosti, osobni sustav koji ljudima pomaže u ostvarivanju kontrole nad mislima, osjećajima, motivacijom i akcijama, koji podrazumijeva upotrebu mehanizama kojima će se opažati, regulirati i evaluirati ponašanje. Procesom osobne provjere, koji uključuje i percepcije samoefikasnosti, pojedinci procjenjuju vlastita iskustva i misaone procese. Dva su osnovna tipa očekivane efikasnosti: očekivanje ishoda (1), odnosno uvjerenje da će neko ponašanje dovesti do određenog ishoda ili cilja, i očekivanje osobne samoefikasnosti (2), tj.

uvjerenja pojedinca da je (nije) sposoban realizirati neko ponašanje (*Bandura, 1997.*). Negativni utjecaj stresa može biti ublažen djelovanjem osjećaja samoefikasnosti, percepcijom socijalne podrške, kao i primjenom odgovarajućih strategija suočavanja. U istraživanju Jerusalema i Schwarzera (*1989.*) pokazalo se da pozitivna slika o sebi (samopoštovanje i samoefikasnost) direktno djeluje na smanjenje percepcije stresnosti te je povezana s problemom usmjerenih načina suočavanja. Emocionalno kompetentni pojedinci uspješnije se suočavaju sa stresnim događajima s pomoću najučinkovitije strategije suočavanja (*Salovey i Sluyter, 1997.*). Pojedinci koji uspješno reguliraju negativne emocije u situacijama stresa rjeđe se koriste pasivnom strategijom suočavanja, a češće se suočavaju aktivno pristupajući problemu.

Profesionalni stres, stres nastavnika i odgojiteljski stres

Stres na poslu definira se kao niz za zaposlenika štetnih fizioloških, psiholoških i bihevioralnih reakcija na situacije u kojima zahtjevi posla nisu u skladu s njegovim mogućnostima i potrebama (*Sauter i sur., 1990.*). McGrath (*1976.*) predlaže model izvora stresa po kojem promatra organizaciju kao složeni sustav unutar kojeg razlikuje subsustave: ličnost pojedinca, socijalnu okolinu i fizičko-tehničku okolinu. Njihova međusobna interakcija dovodi do situacija koje zahtijevaju od članova organizacije određene načine ponašanja.

Posao prosvjetnih djelatnika predstavlja jedno od najstresnijih zanimanja, gdje jedna četvrtina nastavnika svoj posao smatra iznimno stresnim (*Kyriacou, 2001.*). Jarvis (*2002.*) navodi podatke prema kojima je 40 % nastavnika zatražilo liječničku pomoć, 20 % ih izjavljuje da povećano konzumira alkohol, 15 % njih se smatra alkoholičarima, a 25 % ima zdravstvene teškoće (nesanica, visoki tlak, teškoće psihičkog funkcioniranja i probavne smetnje). Uzole (*2002.*) je istraživala unutarne (osobne vrijednosti i stavove te sliku o sebi) i vanjske (zahtjeve okoline i posla) stresore na populaciji nastavnika u Latviji, gdje 60 % nastavnika svoj posao doživljava iznimno stresnim. Izgaranje (engl. *burnout*) u nastavničkom zani-

nju predmet je istraživanja mnogih autora (*Kyriacou, 2001., Woods, 2002.*): ono se manifestira u nizu simptoma koji uključuju anksioznost, frustraciju, smanjeno postignuće i poremećene međuljudske odnose na poslu i kod kuće. Kao izvori stresa nastavničkog posla najčešće se navode radno opterećenje, konflikt uloga, razredna atmosfera, loša socijalna podrška kolega i ravnatelja, nemogućnost napredovanja u poslu i slično. Istraživači ističu sljedeće aspekte nastavničkog stresa: neprilagođeno ponašanje učenika, vremenski pritisak, loši radni uvjeti, potreba za profesionalnim priznanjem te loši međuljudski odnosi (*Sorić i Mikulandra, 2004.*). U zadnja dva desetljeća istraživanja su pridonijela razumijevanju simptoma i izvora stresa nastavničkog zanimanja (*Kyriacou, 2001., Gold, Roth, 1993., Schwab i sur., 1986., Uzole, 2002.*). Pokazalo se da je doživljaj stresa multidimenzionalan, a u kojem važnu ulogu ima ne samo izloženost štetnim faktorima okoline nego i karakteristike osobe, način suočavanja i kvaliteta socijalne potpore. Grgin i sur. (1994.) pokazuju da su loša socijalna podrška i uvjeti rada značajni prediktori u doživljaju stresa. Camp i Helth-Camp (1990.; prema *Klarin i Nenadić-Bilan, 2004.*) navode da većinu izvora stresa nastavničkog zanimanja čine upravo unutarnji stresori: zadovoljstvo životom, pripremljenost za poziv, simptomi bolesti, lokus kontrole i samopoštovanje.

U Hrvatskoj je istraživanja izvora stresa odgojitelja vrlo malo. Iznimka su istraživanja u Rijeci (*Živčić-Bećirević i Smojver-Ažić, 2005.*), gdje najveći stres izazivaju međuljudski odnosi, dok je u zadarskoj populaciji suradnja s roditeljima najveći izvor stresa, a najmanji ponašanje djece (*Klarin i Nenadić-Bilan, 2004.*). Izgleda da glavni izvori stresa nisu povezani s primarnom ulogom odgojitelja (rad s djecom), pa čak i onda kada se radi o ponašanju djece koja ugrožavaju sebe ili drugu djecu (djeca hiperaktivnog i agresivnog ponašanja). Osobe koje se bave odgojem i obrazovanjem djece najmlađe dobi najosjetljivije su na različite situacije u radnom okruženju (*Reglin i Reitzmauer, 1998., prema Živčić-Bećirević i Smojver-Ažić, 2005.*). Kod odgojiteljica predškolske djece gotovo polovina odgojitelja (42 %) svoj posao doživljava jako, a nešto više od pola (52 %) umjereno stresnim, dok svega

6 % odgojitelja svoj posao uopće ne smatra stresnim (*Živčić-Bećirević i Smojver-Ažić, 2005.*). U zadarskoj populaciji odgojitelja 27 % posao procjenjuje jako stresnim, 34 % odgojitelja svoj posao procjenjuje umjereno stresnim, a samo 6 % odgojitelja smatra da im posao uopće nije stresan (*Klarin i Nenadić-Bilan, 2004.*). Kelly i Berthelsen (1995.) navode sljedeće izvore stresa na poslu odgojitelja: veliki broj poslova koje trebaju obaviti istovremeno ili u kratkom razdoblju; potrebe djece za individualnim pristupom; administrativni i drugi poslovi koji primarno nisu povezani s poslom odgojitelja; provođenje programa u praksi; komunikacija s roditeljima (previsoka očekivanja, nezainteresirani roditelji, tretiranje vrtića kao čuvališta, dovođenje bolesnog djeteta u vrtić i sl.); međuljudski odnosi (mnogobrojne komunikacije unutar ustanove i izvan); status struke. Leupold (1994.) je pokazala da je kvaliteta suradnje s roditeljima jedan od značajnih izvora stresa: stres odgojitelja povećavaju roditelji s previsokim očekivanjima, nezainteresirani roditelji, dok doživljaj stresa pojačavaju izloženost «javnosti», nedovoljno uvažavanje rada od roditelja te nedostatna razmjena stručnih iskustava. Klarin i Nenadić-Bilan (2004.) pokazali su četiri osnovne dimenzije stresa kod odgojitelja: međuljudski odnosi, suradnja s roditeljima, uvjeti rada i ponašanje djece. S obzirom na nedostatak istraživanja stresa u području istraživanja stresa odgojitelja u sustavu predškolskog odgoja i obrazovanja, čini se opravdanim provesti istraživanje kojim ćemo pokušati utvrditi u kakvom su odnosu osobine ličnosti odgojitelja s načinima na koji se s tim stresom suočavaju.

Glavni cilj istraživanja bio je utvrditi mogućnost prognoze situacijskih načina suočavanja sa stresom (kriterij) na temelju prediktora: različitih osobina ličnosti odgojitelja (optimizam/pesimizam, emocionalna kompetencija, samoefikasnost), njihove procjene izraženosti različitih izvora stresnosti odgojiteljskog posla, duljine radnog staža te dispozicijskih stilova suočavanja sa stresom. U skladu s nalazima dosadašnjih istraživanja pretpostavljeno je da će različiti načini (situacijski) suočavanja sa stresom na poslu biti povezani s različitim osobinama ličnosti odgojitelja, te s njihovom procjenom izraženosti

različitih izvora stresnosti na poslu. Tako će se, na primjer, pesimistični odgojitelji, niske samoefikasnosti i niske emocionalne kompetencije vjerojatnije suočavati sa stresom manje učinkovitim strategijama suočavanja (suočavanje usmjereno na emocije, izbjegavanje).

METODE

Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo 336 odgojiteljica klaster-uzorka dječjih vrtića Splitsko-dalmatinske županije (Split, Solin, Kaštela, Omiš, Trogir, Imotski), prosječne dobi 43.2 (sd=8.6) i prosječnog radnog staža 18.8 godina (sd=9.2).

Mjerni instrumenti

Prediktori

Skala procjene stresnosti posla odgojitelja

Mjerenje stresa odgojitelja na poslu obavljeno je *Skalom procjene stresnosti posla odgojitelja* (Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, 2005.) koja sadrži 37 čestica za mjerenje različitih izvora stresa odgojiteljica. Zadatak ispitanika je da na skali od 0 do 3 procijene intenzitet stresa, tj. u kojoj je mjeri navedena situacija stresna na poslu koji obavljaju (od 0 – uopće ne do 3 – jako). Subskala «međuljudski odnosi» (11 čestica) opisuju nerazumijevanje nadređenih za probleme odgojitelja, komunikaciju sa stručnom službom i drugim suradnicima. Subskala «radni uvjeti» (10 čestica) obuhvaća broj djece u skupini, izloženost djelatnosti, dostupnost informacija, opremljenost didaktičkim materijalima i sl. Subskala «roditelji» (9 čestica) obuhvaća brigu roditelja o djeci, konflikte s roditeljima, njihovu agresivnost ili nezainteresiranost za zbivanja u vrtiću te prevelika očekivanja. Subskala »ponašanja djece» (5 čestica) opisuje ponašanja djece u smislu međusobnih sukoba djece, hiperaktivnosti, agresivnosti, mogućnosti ozljeda i sl. Skala sadrži i jednu česticu otvorenog tipa koja ostavlja mogućnost odgojiteljima da sami napišu situaciju kao izvor stresa, a koja nije ranije navedena te jednu čes-

ticu koja mjeri opći doživljaj stresnosti posla odgojitelja. Za potrebe ovog istraživanja dodana je čestica kojom smo provjerili zadovoljstvo odgojitelja poslom («Koliko ste zadovoljni svojim poslom?»). Odgojitelji odgovaraju na skali Likertovog tipa od 4 stupnja (od 0 - uopće nisam zadovoljna do 4 - jako sam zadovoljna). Provjerena je i spremnost odgojiteljica da, ako im se ukaže prilika, promijene posao («Kad bi Vam se pružila prilika, da li biste promijenili svoj posao?»), na koje su odgojiteljice odgovarale prema načelu prisilnog izbora (Da-Ne). U ranijim istraživanjima dobiveni su koeficijenti pouzdanosti na subskalama (Cronbach alfa) u rasponu od 0,72 do 0,82 (Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, 2005.) te u rasponu od 0,76 do 0,82 (Klarin i Nenadić-Bilal, 2004.). U ovom uzorku za subskale pronađeni su visoki koeficijenti unutarnje konzistencije (raspon od 0,76 do 0,89), dok je pouzdanost cjelokupne skale bila 0,92 (Cronbach alfa).

Skala optimizma – pesimizma

Konstruirao ju je Chang (1994., prema Chang, 1996.) adaptacijom i provjerom tvrdnji iz LOT testa (*Life Orientation Test*) Scheiera i Carvera iz 1985. i OPS skale (*Optimism-Pessimism Scale*) Dembera i suradnika iz 1989. godine (prema Penezić, 2002.). Na hrvatski jezik skalu je preveo i adaptirao Penezić (2002.). Skala sadrži 14 tvrdnji, od toga 6 za procjenu optimizma i 8 za procjenu pesimizma, s procjenama Likertova tipa sa pet stupnjeva. U ispitivanju Penezića (1999.) na uzorku odraslih ispitanika, od 18 do 65 godina, skale su pokazale zadovoljavajuće visoke koeficijente pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije (Cronbach alfa): za skalu optimizma 0,74 do 0,78, a za skalu pesimizma od 0,78 do 0,83 (prema Penezić, 2002.). U ovom istraživanju dobivene su nešto niže, ali ipak zadovoljavajuće pouzdanosti za skalu optimizma 0,68, a pesimizma 0,59 (Cronbach alfa).

Skala opće samoefikasnosti

Skalu su konstruirali Schwarzer i sur. (1997., prema Jerusalem i Schwarzer, 1989.), a za hrvatsku populaciju preveli i adaptirali Ivanov i Penezić (2002.). Ona mjeri opći osjećaj osobne

efikasnosti u suočavanju s različitim stresnim situacijama. Originalna verzija sadržavala je 20, a zatim je reducirana na 10 čestica. U brojnim istraživanjima pokazala je pouzdanost tipa unutarnje konzistencije između 0,75 i 0,90. U istraživanjima Ivanov i sur. (1998.) i Penezića i sur. (1998., 1999.; sve prema Ivanov i Penezić, 2000., 2002.) na uzorcima hrvatskih ispitanika dobivene su zadovoljavajuće pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije u rasponu od 0,85 do 0,87. U ovom uzorku odgojiteljica dobivena je zadovoljavajuća pouzdanost od 0,88 (Cronbach alfa).

Upitnik emocionalne kompetencije EUK-15

Konstruirao ga je Takšić (2000.), a upitnik daje opću procjenu emocionalne kompetentnosti. Četiri razvojne sposobnosti poredane su po složenosti psiholoških procesa koje uključuju od jednostavnijih (zapažanje i izražavanje emocija) do složenih (svjesnost, refleksivnost i regulacija emocija). Ispitanici na skalama Likertovog tipa (pet stupnjeva) procjenjuju razvijenost vlastitih sposobnosti iz područja emocionalne inteligencije. Ova kraća forma upitnika EUK-15 od 15 čestica služi kao jednodimenzionalna mjera konstrukta. Pouzdanost skale na različitim uzorcima (učenici, srednjoškolci, studenti) varirala je od 0,75 do 0,80. U ovom uzorku dobivena je zadovoljavajuća pouzdanost 0,89 (Cronbach alfa).

Upitnik suočavanja sa stresnim situacijama

Coping Inventory for Stressful Situations (CISS) je mjera suočavanja kao stabilna karakteristika ličnosti (Endler i Parker, 1990.). Upitnik sadrži 48 čestica koje čine tri subskale (po 16 tvrdnji), tj. tri dimenzije suočavanja: suočavanje usmjereno na emocije, problem i izbjegavanje. Zadatak ispitanika je da procijeni u kojoj mjeri se služi određenim tipom aktivnosti/ponašanja kad se susretne sa stresnom situacijom na skali od pet stupnjeva (od 1 – uopće ne do 5 – u potpunosti da). Upitnik je kod nas prvi put primijenjen u istraživanju Grgin, Sorić i Kale (1995.) na uzorku nastavnika u kojem su dva faktora sadržajno odgovarala originalnim faktorima, dok je treći faktor sveden na skalu koju Endler i Parker (1990.) nazivaju socijalnom diverzijom. Lacković-Grgin i Sorić (1997.) su na uzorku studenata

potvrdile postojanje četiri faktora, ali zbog relativno visoke i značajne povezanosti između faktora distrakcije i socijalne diverzije, obje skale tretiraju se potencijalno kao jedna, koja mjeri strategiju suočavanja sa stresom izbjegavanjem. Koeficijenti unutarnje pouzdanosti triju subskala su zadovoljavajući (od 0,85 do 0,71). Rezultat na svakoj od tri skale predstavlja zbroj rezultata dobivenih na pojedinim česticama. Više vrijednosti na pojedinim subskalama znače da osoba u stresnim situacijama češće pribjegava načinima ponašanja koja se odnose na određenu strategiju suočavanja. U ovom uzorku odgojitelja dobivene su zadovoljavajuće pouzdanosti u rasponu od 0,80 do 0,86 (Cronbach alfa).

Kriterij

Upitnik stilova suočavanja sa stresnim situacijama

Coping Orientation to Problems Experienced (COPE) konstruirali su Carver, Scheier i Weintraub (1989.). Upitnik se sastoji od 52 tvrdnje koje opisuju misli i ponašanja osoba koje su pod stresom. Tvrdnje definiraju 12 apriornih, teorijski deriviranih skala. Upitnik je preveden na hrvatski jezik i primijenjen na različitim uzorcima ispitanika (Hudek-Knežević, Kardum i Vukmirović, 1993., Hudek-Knežević i Kardum, 1993.), pri čemu je pokazao zadovoljavajuće metrijske karakteristike i tri različita faktora suočavanja. Problemu usmjereno suočavanje sastoji se od 24 čestice koje opisuju misli i akcije usmjerene rješavanju problema, odnosno mijenjanju izvora stresa. Emocijama usmjereno suočavanje definirano je sa 12 čestica koje se odnose na pokušaje smanjenja stresa. Dezangažman (izbjegavanje) sadrži 16 čestica koje se odnose na ponašajni i mentalni dezangažman. Pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije (Cronbach alfa) za tri navedena stila suočavanja bila su: problemu usmjereno suočavanje (0,86), emocijama usmjereno suočavanje (0,91) i izbjegavanje (0,80). U ovom istraživanju primijenio se situacijski oblik upitnika koji je na istim subskalama imao sljedeće pouzdanosti: problemu usmjereno suočavanje (0,86), emocijama usmjereno suočavanje (0,86) i izbjegavanje (0,87); (Cronbach alfa).

Kontrolna skala

Skala socijalne poželjnosti (Marlow-Crowne)

Skala je namijenjena mjerenju socijalne poželjnosti, definirane kao potreba ispitanika da dobije odobravanje odgovaranjem na kulturalno odgovarajući i prihvatljivi način (Crowne i Marlowe, 1960., prema Penezić, 2002.). Izvorna Marlowe-Crowne skala sadrži 33 čestice na koje ispitanik odgovara s točno-netočno. U istraživanju se upotrebljavao oblik skale koji se sastoji od 13 čestica, s najboljim metrijskim karakteristikama od svih upotrijebljenih skraćenih formi (Zook i Sipps, 1985., prema Penezić, 2002.). Odgovaranje je na načelu prisilnog izbora (točno-netočno), dok je ukupan rezultat linearna kombinacija procjena (raspon 0-13): veći rezultat označava i manju sklonost davanju socijalno poželjnih odgovora. Skala je u ovom istraživanju poslužila kao dodatna kontrola za eventualnu eliminaciju onih ispitanika koji bi na toj skali imali ekstremne rezultate. Na uzorku studenata pokazala je zadovoljavajuću pouzdanost (Cronbach alfa 0,73); (Burušić i sur., 2003.), dok je u istraženom uzorku pouzdanost nešto niža, ali zadovoljavajuća (Cronbach alfa 0,62).

Istraživanje je provedeno individualno. Prema Etičkom kodeksu psihologijskih istraživanja, ispitanici su upoznati sa svrhom ovog istraživanja, uz dobrovoljnost sudjelovanja i zajamčenu anonimnost. Mjerni instrumenti, skale i upitnici rotirani su slučajnim slijedom za svakog ispitanika pojedinačno. Ispitivanje (popunjavanje upitnika) je za svakog ispitanika trajalo u prosjeku 20 minuta.

REZULTATI

Pri obradi rezultata u ovom istraživanju primijenjen je statistički paket Statistika 7. Uz deskriptivnu statistiku primijenjena je kompletna i stupnjevita regresijska analiza (*backward*).

Prikaz osnovnih deskriptivnih podataka zajedno s vrijednostima koeficijenata pouzdanosti tipa Cronbach alfa za sve subskele i upitnike kojima su mjerene ove varijable dan je u Tablici 1.

U svrhu utvrđivanja povezanosti između varijabli u istraživanju izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije (Tablica 2). Razmjerno velik broj korelacija je statistički značajan, osobito vezano uz varijable prediktora i kriterija, što opravdava primjenu stupnjevite i kompletne multiple regresijske analize. Smjer korelacija, u načelu, ukazuje na očekivano u odnosu na pretpostavke istraživanja: djelotvornije strategije suočavanja sa stresom povezane su s nižim razinama izvora i doživljenog stresa, ali i poželjnih osobina ličnosti, i obrnuto. Nedjelotvornije strategije suočavanja sa stresom povezanije su s nepoželjnijim osobinama ličnosti. Međutim, uočljivo je da su statistički značajne korelacije većinom niske do srednje veličine.

Budući da je jedan od problema istraživanja bio ispitati u kojoj mjeri neke osobine ličnosti (optimizam, pesimizam), emocionalna kompetencija, samoefikasnost, izvori stresa, duljina radnog staža i dispozicijski način suočavanja sa stresom pridonose različitim načinima situacijskog suočavanja sa stresom na poslu odgojiteljica, proveden je niz multiplih stupnjevitih regresijskih analiza. Rezultati ovih analiza (prvi i završni korak) prikazani su u Tablici 3.

Prediktori koji obuhvaćaju radni staž, optimizam, pesimizam, samoefikasnost, emocionalnu kompetenciju, četiri izvora stresa te tri aspekta dispozicijskog suočavanja sa stresom objašnjavaju 24 % zajedničke varijance kriterija **situacijsko suočavanje sa stresom usmjereno na problem**: statistički značajni prediktori su međuljudski odnosi kao izvor stresa, emocionalna kompetencija, dispozicijsko suočavanje usmjereno na zadatak i dispozicijsko suočavanje usmjereno na emocije. Isti prediktori tumače 24 % zajedničke varijance kriterija **situacijsko suočavanje usmjereno na emocije**, dok su statistički značajni prediktori međuljudski odnosi kao izvor stresa, optimizam, emocionalna kompetencija i dispozicijsko suočavanje usmjereno na emocije. Konačno, isti prediktori tumače 29 % zajedničke varijance kriterija **situacijsko suočavanje sa stresom usmjereno na izbjegavanje**, a statistički značajni prediktori su duljina radnog staža, optimizam, pesimizam, samoefikasnost i dva dispozicijska suočavanja sa stresom: usmjerena na emocije i izbjegavanje.

Tablica 1. Prosječne vrijednosti, raspon rezultata, standardna raspršenja, broj čestica i koeficijenti pouzdanosti ispitivanih varijabli

Table 1. Average values, value range, standard distribution, number of particles and reliability coefficients for tested variables

Varijable	Min.	Max.	X	Sd	Broj čestica	Cronbach's α
Radni staž	1,00	41,00	18,8	9,20	1	-
Međuljudski odnosi	0,10	2,80	1,44	0,60	11	0,84
Radni uvjeti	0,00	2,89	1,54	0,55	10	0,78
Ponašanja djece	0,00	3,00	1,89	0,56	5	0,89
Suradnja s roditeljima	0,12	2,87	1,87	0,48	9	0,76
Doživljaj stresa	0,00	3,00	2,29	0,63	1	-
Zadovoljstvo poslom	0,00	3,00	2,39	0,62	1	-
Promjena posla	1,00	2,00	1,17	0,38	1	-
Situacijsko suočavanje usmjereno na problem	0,38	3,69	2,53	0,51	26	0,86
Situacijsko suočavanje usmjereno na emocije	0,27	4,00	2,56	0,75	11	0,86
Situac. suočavanje usmjereno na izbjegavanje	0,18	3,41	1,44	0,59	27	0,87
Socijalna poželjnost odgovora	2,00	13,00	9,26	2,55	13	0,62
Optimizam	2,00	5,00	3,86	0,63	6	0,63
Pesimizam	1,00	4,20	2,47	0,75	8	0,58
Samoefikasnost	1,00	5,00	3,79	0,54	10	0,88
Emocionalna komp.	1,93	5,00	4,03	0,50	15	0,89
Dispozicij. suočavanje usmjereno na zadatak	2,37	4,87	3,77	0,43	16	0,84
Dispozicij. suočavanje usmjereno na emocije	1,25	4,37	2,84	0,59	16	0,86
Dispozicij. suočavanje usmjereno na izbjegavanje	1,69	4,43	2,84	0,53	16	0,80

Tablica 2. Pearsonovi koeficijenti korelacije između varijabli u istraživanju (* korelacije značajne uz $p < ,05$; ** korelacije značajne uz $p < ,01$)
Table 2. Pearson's correlation coefficients for variables in the study (*correlations significant at $p < ,05$; ** correlations significant at $p < ,01$)

radni staž	1																								
međuljudski odnosi	,12*	1																							
radni uvjeti	,09	,69*	1																						
ponašanja djece	,07	,38*	,57*	1																					
odnosi s roditeljima	,07	,63*	,65*	,56*	1																				
opći stres	,15*	,31*	,49*	,38*	,39*	1																			
zadovoljstvo poslom	-,09	-,02	-,15*	-,07	-,10	-,12*	1																		
situacijsko suoč. - problem	,11*	,18*	,15*	,12*	,17*	,17*	,05	1																	
situacijsko suoč. - emocije	-,00	,27*	,27*	,15*	,26*	,23*	,02	,46*	1																
situacijsko suoč. - izbjegavanje	,15	,17	,17*	,11*	,12*	,12*	-,04	,40*	,25*	1															
socijalna poželjnost	,09	-,12*	-,20*	-,09	-,19*	-,18*	,13*	-,06	-,17*	-,11*	1														
optimizam	-,06	-,09	-,17*	-,18*	-,15*	-,14*	,09	,14*	,08	-,02	,22*	1													
pesimizam	,10	,15	,26*	,19*	,17*	,14*	-,11	,02	,03	,25*	-,23*	-,40*	1												
samoefikasnost	,04	-,10	,20*	-,20*	-,22*	-,14*	,08	,13*	-,00	-,16*	,29*	,50*	-,31*	1											
emocionalna kompetencija	,09	-,06	-,13*	-,08	-,08	,02	,10	,25*	,15*	-,06	,32*	,44*	-,27*	,55*	1										
dispozicijsko suoč. - zadatak	,04	-,01	-,09	-,03	-,06	,03	,05	,40*	,21*	,03	,17*	,39*	-,26*	,49*	,51*	1									
dispozicijsko suoč. - emocije	,07	,27*	,38*	,31*	,36*	,32*	-,14*	,24*	,35*	,39*	-,38*	-,29*	,44*	-,24*	-,14*	,07	1								
dispozicijsko suoč. - izbjegavanje	-,09	,08	,15*	,05	,05	,05	-,03	,12*	,23*	,37*	-,09	,14*	,05	,10	,13*	,14*	,24*	1							

Tablica 3. Rezultati stupnjevitih regresijskih analiza za različite aspekte situacijskog suočavanja sa stresom kao kriterijske varijable

Table 3. Results of gradual regression analysis for various aspects of situational coping with stress as a criterion variable

Prediktori	1. korak			Završni korak		
	Beta	t	p (t)	Beta	t	p (t)
Radni staž	0,06	1,27	0,21			
Međuljudski odnosi	0,06	0,86	0,39	0,13	2,68	0,01
Radni uvjeti	0,05	0,67	0,50			
Ponašanje djece	-0,01	-0,23	0,82			
Suradnja s roditeljima	0,06	0,79	0,43			
Optimizam	0,08	1,37	0,17			
Pesimizam	0,04	0,74	0,46			
Samoefikasnost	-0,07	-1,14	0,25			
Emocionalna kompetencija	0,12	1,92	0,05	0,12	2,10	0,04
Disp. suoč. usmj. na zadatak	0,34	5,48	0,00	0,32	5,68	0,00
Disp. suoč. usmj. na emocije	0,17	2,66	0,00	0,20	3,91	0,00
Disp. suoč. usmj. na izbjegavanje	-0,00	-0,08	0,93			
Kriterij - suočavanje usmjereno na problem	R=0,49 R ² =0,24 F (12,323)=8,78 p<0,00			R=0,48 R ² =0,23 F (4,331)=29,94 p<0,00		
Prediktori	1. korak			Završni korak		
	Beta	t	p (t)	Beta	t	p (t)
Radni staž	-0,04	-0,84	0,40			
Međuljudski odnosi	0,12	1,62	0,11	0,19	3,83	0,00
Radni uvjeti	0,11	1,39	0,17			
Ponašanje djece	-0,06	-0,95	-0,34			
Suradnja s roditeljima	0,06	0,81	0,42			
Optimizam	0,09	1,55	0,12	0,13	2,38	0,02
Pesimizam	-0,08	-1,29	0,20			
Samoefikasnost	-0,11	-1,70	0,09			
Emocionalna kompetencija	0,14	2,30	0,02	0,15	2,79	0,00
Disp. suoč. usmj. na zadatak	0,11	1,79	0,07			
Disp. suoč. usmj. na emocije	0,30	4,81	0,00	0,35	6,73	0,00
Disp. suoč. usmj. na izbjegavanje	0,09	1,76	0,08			
Kriterij - suočavanje usmjereno na emocije	R=0,49 R ² =0,24 F (12,323)=8,71 p<0,00			R=0,46 R ² =0,21 F (4,331)=21,96 p<0,00		
Prediktori	1. korak			Završni korak		
	Beta	t	p (t)	Beta	t	p (t)
Radni staž	0,16	3,28	0,00	0,16	3,31	0,00
Međuljudski odnosi	0,12	1,74	0,08			
Radni uvjeti	-0,08	-1,00	0,31			
Ponašanje djece	-0,00	-0,02	0,98			
Suradnja s roditeljima	-0,06	-0,87	0,38			
Optimizam	0,13	2,14	0,03	0,12	2,10	0,04

Pesimizam	0,11	1,95	0,05	0,11	2,02	0,04
Samoefikasnost	-0,11	-1,74	0,08	-0,12	-2,13	0,03
Emocionalna kompetencija	-0,06	-0,94	0,34			
Disp. suoč. usmj. na zadatak	0,01	0,24	0,81			
Disp. suoč. usmj. na emocije	0,28	4,55	0,00	0,26	4,85	0,00
Disp. suoč. usmj. na izbjegavanje	0,32	6,37	0,00	0,31	6,33	0,00
Kriterij - suočavanje usmjereno na izbjegavanje	R=0,54 R ² =0,29 F (12,323)=11,17 p<0,00			R=0,53 R ² =0,28 F (6,329)=21,67 p<0,00		

RASPRAVA

Glavni nalaz istraživanja ukazuje na činjenicu da odgojiteljice posao doživljavaju iznimno stresnim. Načini situacijski specifičnog suočavanja s doživljenim stresom mogu se prognozirati na temelju više prediktora: doživljenim intenzitetom izvora stresa koji proizlaze iz međuljudskih odnosa na poslu, percepcijom samoefikasnosti, izraženošću dispozicijskog stila suočavanja sa stresom koji je usmjereno na emocije, ali i na temelju drugih obilježja ličnosti (emocionalna kompetencija, optimizam i pesimizam).

Među razlozima dobivenih rezultata ponajprije se mogu razmotriti prosječni rezultati za različite dimenzije načina situacijskog suočavanja sa stresom. Prognozi svih načina situacijskog suočavanja sa stresom (usmjerenih na problem, emocije i izbjegavanje), statistički značajno i pozitivno pridonose prediktori dispozicijsko suočavanje sa stresom usmjereno na emocije te emocionalna kompetencija. Može se stoga pretpostaviti da se emocionalno kompetentno dispozicijsko suočavanje sa stresom usmjereno na emocije (potencijalno karakteristično za odgojiteljice) može pokazati djelotvornom strategijom, čak i kod djelotvornih i kod inače nedjelotvornih načina situacijskog suočavanja sa stresom, kao što je izbjegavanje. Međuljudski odnosi kao izvor stresa značajno (pozitivno) pridonose prognozi situacijskom suočavanju usmjerenom na problem i situacijskom suočavanju s emocijama. U kontekstu prethodne pretpostavke o potencijalnoj konstruktivnosti suočavanja sa stresom usmjerenog na emocije kod odgojiteljica moguće je da je pažnja odgojiteljica koje se uspješno suočavaju sa stresom proizašlim iz međuljudskih odnosa upravo usmjerena na ublažavanje do-

življaja stresa nastalog iz ovog izvora, upravo putem ove dvije vrste situacijskog suočavanja (usmjerene na problem i na emocije). Dispozicijsko suočavanje usmjereno na zadatak značajno pozitivno pridonosi aktivnoj strategiji suočavanja, tj. situacijskom suočavanju usmjerenom na problem, što je za očekivati. Jer, riječ je o dvije istovjetne strategije, samo što je jedna trajna, a druga situacijski uvjetovana. Nadalje, zamjećuje se da je najveći broj značajnih prediktora pronađen za situacijsko suočavanje usmjereno na izbjegavanje: uz navedene, tu su i (veće) dispozicijsko suočavanje usmjereno na izbjegavanje, duljina radnog staža, optimizam i pesimizam, te (niža) samoefikasnost. Drugim riječima, niža percipirana samoefikasnost češće rezultira situacijskim suočavanjem sa stresom putem izbjegavanja, što se upravo pokazalo u našem istraživanju. Ovaj podatak sukladan je tumačenju da su svi načini suočavanja sa stresom manje uspješni ako osoba iskazuje sumnju u svoju samoefikasnost, pa je izbjegavanje najčešće usmjereno na osobu ili na zadatak nevezan za stresnu situaciju (*Endler i Parker, 1990.*). Sa stanovišta dobrobiti pojedinca poželjne osobine ličnosti (optimizam, pesimizam, emocionalna kompetencija i samoefikasnost) u različitim kombinacijama su značajni prediktori za sva tri oblika situacijskog suočavanja sa stresom. Dobiveni rezultati su u skladu s nalazima prema kojima su dane osobine ličnosti povezane s primjenom učinkovitih strategija suočavanja (*Woods, 1999., Arambašić, 2003.*). U ovom istraživanju emocionalna kompetencija pokazala se značajnim prediktorom kod suočavanja usmjerenog na problem i suočavanja usmjerenog na emocije: odgojiteljice koje su veće emocionalne kompetencije i optimističnije, te percipiraju sebe efikasnijima. Navedeni pronalazak je u skladu s

tumačenjem da odgojitelji koji su emocionalno kompetentniji doživljavaju i manje stresa na poslu (*Ramos i sur., 2007.*). Uz obvezno stručno znanje, odgojiteljica treba posjedovati određene značajke ličnosti zbog kojih će odgoj djece u njegovoj skupini biti kvalitetniji: jedna od njih je emocionalna kompetencija koja u situacijama stresa još više dolazi do izražaja. Ovaj podatak važan je za odgojiteljsku praksu, jer djeca mogu oponašati način izražavanja emocija odgojiteljica, dok odnos odgojiteljice i djeteta može biti pod utjecajem toga kako se odgojiteljica nosila s dječjim negativnim emocijama (*Ahn, 2005.*).

Uvidom u visine statistički značajnih povezanosti različitih načina situacijskog suočavanja sa stresom i pojedinih osobina ličnosti uočljivo je da su one vrlo niskih ili niskih vrijednosti. Jedan od razloga mogu biti i relativno visoki prosječni rezultati samoprocjena kod odgojiteljica, premda se to ne odražava i na rezultate na skali socijalne poželjnosti. Odgojiteljice se u podjednakoj mjeri koriste načinima suočavanja usmjerenim na *emocije* i suočavanjem usmjerenim na *problem*, dok se rjeđe koriste stilom suočavanja usmjerenog na *izbjegavanje*. U istraživanjima stresa kod prosvjetnih djelatnika, nastavnika i odgojitelja ključna varijabla koja utječe na motivaciju nastavnika i osobni radni angažman (a odatle vjerojatno dijelom i doživljeni stres) je zadovoljstvo poslom. Nastavnici nezadovoljni poslom ne mogu se potpuno predati poslu, što rezultira smanjenom kvalitetom poučavanja i neodgovarajućom komunikacijom s učenicima (*Jarvis, 2002.*). Rezultati ovog istraživanja pokazuju da zadovoljstvo poslom nije značajno povezano s uspješnošću suočavanja sa stresom (ni situacijskim ni dispozicijskim). O razlozima se može samo spekulirati: vjerojatno je da zadovoljstvo poslom u ispitanom uzorku odgojiteljica ovisi o drugim čimbenicima, pa bi relaciju zadovoljstva poslom i suočavanja sa stresom (situacijskog i dispozicijskog) trebalo dovesti u vezu s drugim varijablama u budućim istraživanjima.

U pogledu metodoloških ograničenja istraživanja važno je istaknuti da su svi mjerni instrumenti zasnovani na samoprocjenama, uz koje se vežu mnogi nedostaci poput iskrenosti sudionika, kognitivnih distorzija, nepoznavanja njihovih

pravih ponašanja i sl. U budućim istraživanjima bilo bi korisno uključiti i druge potencijalne prediktore profesionalnog stresa (npr. traženje socijalne podrške, konflikt uloga obitelj-posao, izloženost životnim stresnim događajima, izgaranje i sl.). Neovisno o ograničenjima ovog istraživanja, dobiveni rezultati pružaju smjernice za bolje razumijevanje izvora stresa na poslu odgojiteljica te njihovih načina suočavanja sa stresom u odnosu s ispitivanim osobinama ličnosti.

U praktičnom smislu trebalo bi u budućnosti raditi na prevenciji stresa preventivnim programima cjeloživotnog učenja kojima je za cilj poboljšanje socijalnih vještina (vještine komunikacije, asertivnost), ali i emocionalne kompetencije (bolja percepcija, izražavanje i upravljanje emocijama) te učenje efikasnijih suočavanja sa stresom na poslu. Važna je i aktivna uloga samih odgojiteljica u prevenciji stresa na poslu, pri čemu važnu ulogu mogu imati razni oblici samopomoći, u smislu traženja socijalne podrške i dodatnih oblika stručne pomoći (udruge odgojiteljica, web portali, forumi i sl.). Erera-Weatherley (*1996.*) pokazuje da se osobe suočavaju sa stresom na poslu na načine za koje su educirani tijekom školovanja ili tijekom posla kojim se bave. Stoga se smjernice mogu dati i za poboljšanje obrazovanja odgojiteljica tijekom njihova stručnog osposobljavanja.

ZAKLJUČCI

Istraživanje je pokazalo da odgojiteljice posao doživljavaju iznimno stresnim, a način situacijski specifičnog suočavanja s doživljenim stresom povezan je s intenzitetom izvora stresa koji proizlaze iz međuljudskih odnosa na poslu, percepcijom samoefikasnosti, s izraženošću dispozicijskog stila suočavanja usmjerenog na emocije i koliko su im izražene neke druge osobine kao što su emocionalna kompetencija, optimizam i pesimizam. Poznavanje ovih obilježja kod odgojiteljica može bitno pomoći planiranju prevencije stresa, putem različitih oblika programa cjeloživotnog usavršavanja, prvenstveno usmjerenih na edukaciju, pružanje socijalne podrške i razvijanje vještina samopomoći.

LITERATURA

Ahn, H.J.: Child care teachers strategies in children s socialization of emotion, *Early Child Development and Care*, 175, 2005., 1, 49-61.

Arambašić, L.: *Provjera nekih postavki Lazarusovog modela i načina suočavanja sa stresom*, Doktorska disertacija, Filozofski fakultet u Zagrebu, Zagreb, 1994.

Arambašić, L.: Stres i suočavanje - teorijski modeli i njihove implikacije za problem nezaposlenosti, *Suvremena psihologija*, 6, 2003., 1, 103-127.

Atkinson, M., Vialto, C.: Neuroticism and coping with anger: The trans-situational consistency of coping responses, *Personality and Individual Differences*, 17, 1994., 6, 769-782.

Bandura, A.: *Self-efficacy: the exercise of control*, Freeman, New York, 1997.

Billings, A.G., Moos, R.H.: The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events, *Journal of Behavioral Medicine*, 1981., 4, 139-157.

Burušić, J., Milas, G., Rimac, I.: Utvrđivanje povezanosti i temeljne strukture nekih aspekata socijalne evaluacije, *Psihologijske teme*, 12, 2003., 1, 33-42.

Carver C.S., Connor-Smith, J.: Personality and Coping, *Annual Review of Psychology*, 61, 2010., 679-704.

Carver, C.S., Scheier, M.F., Weintraub, J.K.: Assessing coping strategies: A theoretically based approach, *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 1989., 2, 267-283.

Chang, E.C.: Cultural differences in optimism, pessimism, and coping: Predictors of subsequent adjustment in Asian American and Caucasian American college students, *Journal of Counseling Psychology*, 43, 1996., 113-123.

Chang, E.C., D’Zurilla, T.J., Maydeu-Olivares, A.: Assessing the dimensionality of optimism and pessimism using a multi-measure approach.

ch. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 1994., 143-160

Costa, P.T., McCrae, R.R.: Personality – Another «Hidden Factor» in Stress Research, *Psychological Inquiry*, 1990., 1, 2-24.

Costa, P.T., Somerfield, M.R., McCrae, R.R.: Personality and coping: A reconceptualization. U: *Handbook of coping: Theory, research, applications*, Wiley, New York, 44-61, 1996.

Erera-Weatherley, P. I.: Coping with stress: public welfare supervisors doing their best, *Human Relations*, 49, 1996., 157-170.

Endler, N. S., & Parker, J.D.A.: The analysis of a construct that does not exist: Misunderstanding the multidimensional nature of trait anxiety, *Educational and Psychological Measurement*, 50, 1990., 265-271.

Gold, Y. & Roth, R.: *Teachers managing stress and preventing burnout*, The Falmer Press, Washington, DC, 1993.

Grgin, T., Sorić, I. i Ribić, K.: Prediktori nastavničkog stresa mjerena Fimianovim NS-upitnikom, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru, Razdio FPSP*, 32, 1994., 9, 59-73.

Grgin, T., Sorić, I. i Kale I.: Stres kod nastavnika i načini suočavanja sa stresom, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru, Razdio FPSP*, 33, 1995., 10, 57-69.

Houston, B.K.: Control over stress, locus of control, and response to stress, *Journal of Personality and Social Psychology*, 21, 1972a, 249-255.

Houston, J.: Teacher Burnout and Effectiveness: A case study, *Education*, 1972b, 110, 70-78.

Hudek-Knežević, J.: Prikaz istraživanja i teorijskih pristupa proučavanju suočavanja sa stresom, *Godišnjak Zavoda za psihologiju*, 1993., 3, 31-43.

Hudek-Knežević, J., Kardum, I.: Upitnik dispozicijskog i situacijskog suočavanja sa stresom i njegove psihometrijske značajke, *Godišnjak Zavoda za psihologiju*, 1993., 2, 43-62.

Hudek-Knežević, J., Kardum, I.: *Stres i tjelesno zdravlje*, Naklada Slap, Jastrebarsko, 2006.

Hudek-Knežević, J., Kardum, I. i Vukmirović, Ž.: The development and some psychometric properties of the inventory for assessing coping strategies. U: *IIIrd Alps-Adria Conference in Psychology*, Ljubljana, 1993.

Ivanov, L., Penezić, Z.: Samoefikasnost: pregled teorije, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru*, 39, 2000., 20, 113-142.

Ivanov, L., Penezić, Z.: Skala opće samoefikasnosti. U: *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Filozofski fakultet u Zadru, Zadar, 2002., 156.

Jarvis, M.: *Teacher stress: A Critical Review of Recent Findings and Suggestions for Future Researches*, 2002, dostupno na: <http://www.isma.org.uk/stressnw/teachstress1.htm>, pristupljeno: 25.5.2011.

Jerusalem, M., Schwarzer, R.: Anxiety and self-concept as antecedents of stress and coping: A longitudinal study with German and Turkish adolescents, *Personality and Individual Differences*, 14, 1989., 15-24.

Kelly, A., Berthelsen, D.: Perschool teachers' experiences of stress. *Teaching and Teacher Education*, 11, 1995., 345-357.

Klarin M., Nenadić-Bilan D.: Stres i izvori stresa odgojiteljskog poziva. *Zbornik radova Sveučilište u Zadru, Stručni odjel za izobrazbu učitelja i odgojitelja predškolske djece*, 4, 2004., 4, 59-75.

Kyriacou, C.: Teacher Stress: Directions for Future Reserch, *Educational Review*, 53, 2001., 1, 27-35.

Lacković-Grgin, K.: *Samopoimanje mladih*, Naklada Slap, Jastrebarsko, 1994.

Lacković-Grgin, K.: *Stres u djece i adolescenata*, Naklada Slap, Jastrebarsko, 2004.

Lacković-Grgin, K., Sorić, I.: Korelati prilagodbe studiju tijekom prve godine, *Društvena istraživanja*, 30-31, 1997., 4-5, 461-475.

Lazarus, R.S.: Psychological stress in the workplace, *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 1991., 1-13.

Lazarus, R.S., Folkman, S.: *Stres, procjena i suočavanje*, Naklada Slap, Jastrebarsko, 2004.

Leupold, E.: Demands from all Sides, *European Education*, 26, 1994., 112-120.

McGrath, J.E.: Stress and behavior in organizations. U: *Handbook of Industrial and Organizational Psychology*, Rand McNally College Publishing, Chicago, 1976.

Penezić, Z.: Skala optimizma-pesimizma (O-P skala). U: *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Filozofski fakultet, Zadar, 2002., 15-17.

Porter, L.S., Stone, A.A.: Are there really gender differences in coping? A reconsideration of previous data and results from a daily study, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14, 1995., 184-202.

Ptacek, J.T., Smith, R.E., Dodge, K.L.: Gender differences in coping with stress: When stressor and appraisals do not differ, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 1994., 4, 421-430.

Ramos, N.S., Fernandez-Berrocal, P., Extremera, N.: Perceived emotional intelligence facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor, *Cognition and Emotion*, 21, 2007., 4, 758-772.

Salovey, P., Sluyter, J.D.: *Emocionalni razvoj i emocionalna inteligencija: pedagoške implikacije*, Educa, Zagreb, 1997.

Sauter, S.L., Murphy, L.R., Hurrell, J.J.: Prevention of work-related psychological disorders, *American Psychologist*, 45, 1990., 10, 1146 - 1158.

Scheier, M.F., Carver, C.S.: The Self-Consciousness Scale: A revised version for use with general populations, *Journal of Applied Social Psychology*, 15, 1985., 687-699.

Schwab, R.L., Jackson, S.E., & Schuler, R.S.: Educator burnout Sources and consequences, *Educational Research Quarterly*, 10, 1986., 14-30.

Sorić, I., Mikulandra, I.: Skala za mjerenje izvora nastavničkog stresa, U: *Zbirka psiholoških skala i upitnika 2*, Filozofski fakultet, Zadar, 2004., 62-69.

Takšić, V.: Upitnici emocionalne inteligencije (kompetentnosti) EUK. U: *Zbirka psiholoških skala i upitnika 2*, Filozofski fakultet, Zadar, 2000., 27-44.

Uzole, T.: *Professional Stress Among Latvian Teachers*, Daugavpils University, Daugavpils, Latvia, 2002, dostupno na: <http://www.ispaweb.org/en/colloquium/Uzole.htm>, pristupljeno: 25.5.2011.

Vizek-Vidović, V.: *Stres u radu*, Radna zajednica, RK SSOH, Zagreb, 1990.

Živčić-Bećirević, I., Smojver-Ažić, S.: Izvori stresa na poslu odgojitelja u dječjim vrtićima, *Psihologijske teme*, 14, 2005., 2, 3-13.

Woods, P.: Intensification and stress in teaching. U: R. *Understanding and preventing teacher burnout*, Cambridge University Press, Cambridge, UK, 1999., 115-138.

SITUATIONAL COPING WITH STRESS AMONG PRESCHOOL TEACHERS

SUMMARY: A significant factor that can adversely affect the daily operation of teachers and the quality of the relationship with the children in their care is the stress that teachers experience on the job. Stress experienced at work is not a simple product of exposure to adverse environmental factors. Of extreme importance are the personality traits of the teacher and the way they impact the ways of coping with stress. The aim of this study was to examine the possibility of forecasting situational coping with stress (criteria) on the basis of predictors such as personality traits of the preschool teachers (optimism/pessimism, emotional competence, self-efficacy), seniority, dispositional style of coping with stress and how teachers perceive different sources of stress on the job. The participants were 336 preschool teachers from Split-Dalmatia County. The following measuring instruments were applied: Scale for assessing stress of preschool teachers, Optimism-pessimism scale of general self-efficacy, Social desirability scale, Emotional competence questionnaire EUK-15, Questionnaire on coping with stressful situations and Questionnaire and coping with stressful situations. The results showed that dispositional coping mechanism focused on emotions, personality traits such as self efficacy (to a lesser extent), and seniority significantly contribute to situational coping with stress. The only significant predictor of job satisfaction turned out to be the intensity of the perceived stress. The findings contribute to a better understanding of stress among preschool teachers. This understanding can help in the design and improvement of programs for the prevention of stress, i.e. for developing and adopting effective strategies, coping skills and for promoting better social interaction.

Key words: *personality traits, teacher stress, coping with stress*

*Original scientific paper
Received: 2013-06-26
Accepted: 2014-05-19*