



<https://doi.org/10.5559/di.33.1.06>

# ODREDNICE SAGORIJEVANJA U RODITELJSTVU

Ivana MACUKA, Ana ŠIMUNIĆ  
Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru, Zadar, Hrvatska

Danijela ŠIMAC  
Hrvatski zavod za socijalni rad, Područni ured Koprivnica,  
Koprivnica, Hrvatska

UDK: 159.942.5-055.52(497.5)  
364.624.2-055.52(497.5)  
159.923-055.52(497.5)

Izvorni znanstveni rad

Primljeno: 15. lipnja 2023.

Sagorijevanje u roditeljstvu jest sindrom koji karakterizira iscrpljenost u roditeljstvu, a javlja se kao posljedica trajne izloženosti kroničnom roditeljskom stresu. Ovaj sindrom očituje se u emocionalnom distanciranju roditelja od djece uz gubitak zadovoljstva i ispunjenja roditeljskom ulogom, uz sumnju u sposobnost da se bude dobar roditelj. Osnovni je cilj ovog rada bio ispitati zaseban doprinos sociodemografskih varijabli (spol i dob roditelja, obrazovanje, radni status i materijalni status obitelji), osobnih značajki roditelja (emocionalna (ne)stabilnost i perfekcionizam u roditeljstvu), dimenzija roditeljskoga ponašanja (roditeljska podrška, popustljivost i restriktivna kontrola) i osobnih značajki ciljanoga djeteta (spol, dob, snage i poteškoće djeteta) objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu. U istraživanju je sudjelovalo 490 roditelja (90 % majki) prosječne dobi od 40 godina ( $M = 40,04$ ;  $SD = 5,63$ ). Rezultati hijerarhijskih regresijskih analiza pokazuju da su najznačajniji prediktori sagorijevanja u roditeljstvu osobine roditelja (izraženija emocionalna nestabilnost i perfekcionistačke brige), roditeljsko ponašanje (niska roditeljska podrška) te značajke djeteta (mlađa dob djeteta, izraženije internalizirane i eksternalizirane poteškoće djeteta). Emocionalna (ne)stabilnost roditelja jest među osobnim varijablama roditelja najvažniji prediktor sagorijevanja roditelja u roditeljskoj ulozi.

Ključne riječi: osobine ličnosti roditelja, roditeljsko ponašanje, suvremeno roditeljstvo, sagorijevanje u roditeljstvu, snage i poteškoće djeteta



Ivana Macuka, Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru,  
Šime Vitasovića 1, 23000 Zadar, Hrvatska.  
E-mail: imorand@unizd.hr

### Sagorijevanje u roditeljstvu

Trendovi u suvremenom roditeljstvu, potaknuti mnogim promjenama u obiteljskom životu i odnosima između roditelja i djece koji se očituju u prezaštitničkom i preuključenom roditeljstvu, pokazuju kako je roditeljska uloga vrlo zahtjevna životna uloga (Macuka i sur., 2023). Kvaliteta odnosa između roditelja i djeteta pridonosi individualnom razvoju djece, ali i povratno utječe na psihološku dobrobit i individualni razvoj roditelja. Odgoj djece zahtijeva praćenje djeteta kroz život uz mnogo strpljenja, pa se roditelji svakodnevno bore s raznim izazovima u odgoju vlastite djece (Nelson, 2010; Hansen, 2012). Ponekad izazovi i zahtjevi roditeljstva nadilaze roditeljske resurse te se kod nekih roditelja s vremenom, zbog pojačanih zahtjeva i pritiska u roditeljskoj ulozi te dugotrajnoga stresa, može razviti i sagorijevanje u roditeljskoj ulozi. Sagorijevanje u roditeljstvu jest konstrukt koji se tek u novije vrijeme intenzivnije istražuje na području roditeljstva te predstavlja specifičan sindrom koji nastaje kao odgovor na kroničan roditeljski stres koji nadvlada roditeljske kapacitete za uspješno suočavanje (Roskam i sur., 2021). Roditelji koji pate od roditeljskoga sagorijevanja u stanju su koje karakterizira velika fizička i emocionalna iscrpljenost, izrazita suprotnost s prethodnim doživljajem sebe u ulozi roditelja, uz gubitak zadovoljstva i učinkovitosti u roditeljstvu. Ujedno se očituje i u emocionalnom distanciranju od djece kroz postupno smanjivanje pažnje i angažiranosti u odgoju, poteškoćama u iskazivanju ljubavi djetetu i smanjenju ulaganja energije u odnos s djecom (Roskam i sur., 2018). Novija studija o prevalenciji sagorijevanja u roditeljstvu u 42 države diljem svijeta (Roskam i sur., 2021) pokazuje da oko 8 % roditelja u zapadnim zemljama pati od sindroma sagorijevanja u roditeljstvu. Sagorijevanje u roditeljstvu tek se nedavno istražuje u Hrvatskoj, a potaknuto je validacijom hrvatske verzije *Upitnika sagorijevanja u roditeljstvu (Parental Burnout Assessment – PBA)*, Roskam i sur., 2018; adaptirana hrvatska verzija Macuka i sur., 2022). Analizirajući ekstremne rezultate na uzorku od 1025 roditelja u Hrvatskoj može se zaključiti da 4,2 % roditelja u Hrvatskoj navodi osjećaje sagorijevanja u roditeljstvu kao znatno prisutne (Macuka i sur., 2022).

### Teorijski okvir sagorijevanja u roditeljstvu

S ciljem boljeg razumijevanja i identificiranja etioloških čimbenika sagorijevanja u roditeljstvu, autorice Mikolajczak i Roskam (2018) ponudile su istraživačima teorijski etiološki model roditeljskoga sagorijevanja pod nazivom *Teorija ravnoteže rizika i resursa* (engl. *The Balances Between Risks and Resources*

*Theory*). U navedenoj teoriji sindrom sagorijevanja u roditeljstvu jest posljedica kronične neravnoteže između čimbenika u roditeljstvu koji povećavaju stres (primjerice visoki standardi uspjeha i očekivanja roditelja, neadekvatna praksa odgoja djece, nedostatak podrške partnera) i čimbenika u roditeljstvu koji ublažavaju stres (realna očekivanja, adekvatno roditeljsko ponašanje, dobra podrška partnera). Srž etiologije roditeljskoga sagorijevanja jest dugotrajna neravnoteža između previše dugotrajnih stresora (ili čimbenika rizika) i nedovoljno resursa za njihovo uspješno rješavanje. U obiteljskom životu postoje mnogi stresori i resursi koji čine tzv. "ravnotežu u roditeljstvu" svakoga roditelja, a proizlaze iz sociodemografskih, situacijskih, osobnih i obiteljskih čimbenika. Njihova akumulacija i rezultirajuća (ne)ravnoteža objašnjava zašto se roditelji mogu naći u situaciji ispunjenja ili iscrpljenosti u roditeljskoj ulozi. Analizirajući rizične čimbenike sagorijevanja, sadašnja istraživanja pokazuju da su u najvećem riziku roditelji koji teže savršenstvu u roditeljstvu (Kawamoto i sur., 2018), emocionalno nestabilni roditelji (Lebert-Charron i sur., 2018; Szczygiel i sur., 2020) i roditelji djece s poteškoćama (Gérain i Zech, 2018). Ujedno sagorijevanje u roditeljskoj ulozi može rezultirati izrazito negativnim posljedicama ne samo na zdravlje roditelja i bračni odnos nego i na dobrobit djece zbog povećanoga rizika od zanemarivanja i nasilja nad djetetom od strane roditelja (Mikolajczak i sur., 2019). Preciznije, istraživanja upućuju na narušeno mentalno zdravlje roditelja, depresivnost i povećanu incidenciju ovisničkih ponašanja, uz poremećaje spavanja i učestalijih sukoba s partnerom (Kawamoto i sur., 2018; Mikolajczak, Brianda i sur., 2018; Van Bakel i sur., 2018) te zanemarivanja i nasilja prema djeci (Hansotte i sur., 2020; Mikolajczak i sur., 2019; Mikolajczak, Brianda i sur., 2018). Za potrebe ovog rada sagorijevanje u roditeljstvu definirano je kao jednodimenzionalni konstrukt koji uključuje osjećaje iscrpljenosti u roditeljskoj ulozi, istaknute promjene u doživljaju sebe kao roditelja, osjećaje zasićenosti roditeljskom ulogom i emocionalno udaljavanje od djece.

## **Rizični čimbenici sagorijevanja u roditeljstvu**

Na osnovi teorijskoga modela sagorijevanja (Mikolajczak i Roskam, 2018) ističe se nekoliko rizičnih čimbenika za sagorijevanje roditelja. Rizični čimbenici za sagorijevanje u roditeljstvu dijele se na sljedeće kategorije: (1) sociodemografske varijable, (2) značajke djeteta, (3) stabilne osobine roditelja, (4) roditeljska vjerovanja i ponašanja te (5) funkcioniranje obitelji (Mikolajczak, Raes i sur., 2018). Istraživanja dosljedno pokazuju da majke češće navode simptome sagorijevanja u odnosu na očeve, vjerojatno jer su općenito više uključene u bri-

gu i odgoj djece nego očevi (Roskam i sur., 2017; Macuka i sur., 2022); zatim roditelji koji imaju više djece i mlađu djecu, kao i roditelji djece s poteškoćama u razvoju (Gérain i Zech, 2018). Ujedno više razine sagorijevanja u roditeljstvu navode roditelji nižega socioekonomskog statusa, osobito nezaposleni roditelji i samohrani roditelji, koji nemaju svakodnevnu podršku partnera u odgoju djece (Roskam i sur., 2018; Sorkkila i Aunola, 2020).

Usprkos značajnim pritiscima i promjenama te visokim očekivanjima uspjeha u roditeljstvu, činjenica jest da mnogi roditelji zadržavaju pozitivan stav prema svojoj roditeljskoj ulozi. Moguće je da očuvanju dobrobiti nekih roditelja, čak i uz objektivno ili subjektivno nepovoljne obiteljske okolnosti, pridonose neke njihove osobine ličnosti. Odnosno, subjektivnim osjećajima prilagodbe u roditeljskoj ulozi pridonose *individualni čimbenici* kao što su osobine ličnosti. Stoga će se u ovom radu analizirati doprinos dispozicijske afektivnosti tj. emocionalne (ne)stabilnosti (neuroticizma), ali i sklonosti perfekcionizmu u roditeljstvu, koji mogu djelovati kao rizični, odnosno zaštitni, faktori u prilagodbi roditeljskoj ulozi, ali i pridonijeti osjećaju sagorijevanja u roditeljstvu. Emocionalna nestabilnost ili neuroticizam očituje se u tendenciji doživljavanja i izvještavanja negativnih emocionalnih stanja i smatra se individualnom tendencijom doživljavanja stresa te kognitivnom stilu, ali i ponašanju koji prati ovu tendenciju (McCrae i John, 1992). Istraživanja potvrđuju da upravo stabilne osobine roditelja poput neuroticizma povećavaju rizik doživljaja roditeljskoga sagorijevanja (Le Vigouroux i sur., 2017; Mikolajczak i sur., 2018). Nadalje, razmatrajući osobne karakteristike roditelja koje pridonose riziku sagorijevanja u roditeljstvu, ističe se i tzv. perfekcionizam u roditeljstvu, koji se očituje u sklonosti roditelja postavljanju vrlo visokih i zahtjevnih ciljeva, uz pretjeranu samokritičnost i motivaciju da se bude savršen roditelj (Kawamoto i sur., 2018). U ovom istraživanju razmatraju se nezavisno samoorijentirani perfekcionizam roditelja (koji uključuje vrlo visoku motivaciju ostvarenja uloge savršenog roditelja) i perfekcionističke brige roditelja (koje uključuju zaokupljenost samokritikom, istaknutu zabrinutost zbog pogrešaka u odgoju djece i sumnju u vlastite roditeljske postupke). Takvi visoki zahtjevi i naponi zbog težnje perfekcionizmu čine roditelje ranjivima te mogu rezultirati sagorijevanjem u roditeljstvu (Kawamoto i sur., 2018; Furutani i sur., 2020; Sorkkila i Aunola, 2020).

## Roditeljsko ponašanje

Istraživanja o roditeljskom ponašanju upućuju na relativno stabilnu strukturu roditeljskoga ponašanja tijekom odrastanja djece (Loeber i sur., 2000), a roditelji koji se služe neadekvatnim roditeljskim ponašanjima u većem su riziku za sagorije-

vanje u roditeljstvu (Mikolajczak i sur., 2018). Roditeljsko ponašanje općenito se najčešće opisuje sljedećim bipolarnim dimenzijama – emocionalnošću, bihevioralnom i psihološkom kontrolom (Holden, 2010; Cummings i sur., 2002; Darling i Steinberg, 1993; Martin i Colbert, 1997). Emocionalnost se kao bipolarna dimenzija odnosi na pozitivne ili negativne emocije koje roditelj iskazuje u odnosu s djetetom, a najčešće putem podrške, osjetljivosti, prihvaćanja djeteta, s jedne strane, ili kroz odbacivanje djeteta i emocionalnu udaljenost od djeteta, s druge strane. Dimenzije kontrole opisuju ponašanja roditelja usmjerena modificiranju djetetova ponašanja. Bihevioralna kontrola iskazuje se čvrstom ili slabom kontrolom djetetova ponašanja, koja se, s jedne strane, očituje u postavljanju pravila ponašanja i nadzoru ponašanja ili, s druge strane, u nepostavljanju pravila i slaboj kontroli djetetovih aktivnosti i ponašanja. Psihološkom kontrolom roditelji nastoje manipulirati djetetovim ponašanjem učestalim kritiziranjem i nametanjem osjećaja krivnje kod djeteta. Aspekti ovih ponašanja roditelja iskazuju se u svakodnevnom obiteljskim interakcijama te značajno oblikuju kvalitetu odnosa roditelja i djeteta (Keresteš i sur., 2012; Macuka i sur., 2012). Dimenziju pozitivnoga ili konstruktivnog roditeljstva koja je zahvaćena u ovom radu čini roditeljska podrška (tj. visoka pozitivna podrška djetetu), a dimenzije neadekvatnog roditeljstva restriktivna kontrola (visoka psihološka kontrola) i popustljivost (niska bihevioralna kontrola djetetova ponašanja).

## Značajke djeteta

S obzirom na dvosmjernost odnosa roditelja i djeteta u obitelji, subjektivnim osjećajima prilagodbe roditelja roditeljskoj ulozi pridonosi i dječje ponašanje i stupanj razvoja i prilagodbe djeteta (Roskam i sur., 2021; Szczygiel i sur., 2020). Stoga su u ovom radu zahvaćene i određene značajke djeteta (spol i dob djeteta, snage te emocionalne i ponašajne poteškoće procijenjene od strane roditelja). Razmatrajući probleme u prilagodbi djece, često se uzima u obzir dimenzionalna klasifikacija internaliziranih i eksternaliziranih problema kod djece. Internalizirani problemi odnose se na emocionalne poteškoće, koje uključuju simptome anksioznosti, depresivnosti, socijalno povlačenje te psihosomatske tegobe. Eksternalizirane poteškoće obuhvaćaju istaknutu ljutnju i frustraciju, nepoštivanje socijalnih vrijednosti kroz agresivno ponašanje te antisocijalna i delinkventna ponašanja (Macuka, 2016). U ovom su radu od razvojnih ishoda djeteta zahvaćene internalizirane i eksternalizirane poteškoće ili slabosti djeteta, ali i prosocijalno ponašanje, koje upućuje na djetetove snage kroz dobrovoljno pomaganje i dijeljenje, ljubaznost prema drugima i empatiju (Goodman, 2001).

## CILJ ISTRAŽIVANJA

---

S ciljem boljeg razumijevanja čimbenika koji roditelje čine ranjivijima sagorijevanju u roditeljstvu, u ovom su radu analizirani doprinosi nekih osobnih i obiteljskih čimbenika rizika. Preciznije, osnovni je cilj rada bio ispitati zaseban doprinos sociodemografskih varijabli (spola i dobi roditelja, obrazovanja, radnoga statusa i materijalnoga statusa obitelji), osobnih značajki roditelja (emocionalne (ne)stabilnosti i sklonosti perfekcionizmu u roditeljstvu), dimenzija roditeljskoga ponašanja (roditeljske podrške, popustljivosti i restriktivne kontrole) i osobnih značajki ciljanoga djeteta (spola, dobi, snaga i poteškoća djeteta) u objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu. Na temelju postojećih istraživanja pretpostavljeno je da će majke, roditelji mlađe djece koji iskazuju više razine emocionalne nestabilnosti i perfekcionističkih briga, restriktivne kontrole i popustljivosti u odgoju te ujedno percipiraju više emocionalnih i ponašajnih poteškoća djeteta navoditi više razine sagorijevanja u roditeljskoj ulozi.

## METODA

---

### Sudionici i postupak

U istraživanju je sudjelovalo 490 roditelja prosječne dobi od 40 godina, uz dobni raspon od 25 do 57 godina ( $M = 40,04$  godina,  $SD = 5,63$ ). U uzorku je bilo više majki (90 %) nego očeva (10 %). Većina roditelja navela je da živi u braku (83 %) i ima završeno više ili visoko obrazovanje (73 %). Većina je roditelja zaposlena (91 %) i procjenjuje materijalni status svoje obitelji prosječnim (79 %), dok manji postotak roditelja navodi ispodprosječni (3 %) ili iznadprosječni materijalni status (18 %). Roditelji su naveli da u prosjeku imaju dvoje djece ( $C = 2,00$ ), a ukupno 83 % roditelja navelo je da živi u cjelovitoj obitelji i odgajaju dijete/djecu s partnerom. Sudjelovanje u ovom istraživanju bilo je dobrovoljno i anonimno, u skladu s kodeksom etike psihološke djelatnosti. *Online* upitnik je distribuiran roditeljima preko kanala društvenih medija. Popunjavanje *online* upitnika bilo je omogućeno od ožujka do lipnja 2022. godine. Istraživanje je provedeno u sklopu projekta što ga financira Sveučilište u Zadru pod nazivom *Roditeljstvo danas: iskustva i izazovi*. Ovo je istraživanje dio većeg istraživanja, u kojem su mogli sudjelovati roditelji djece različite dobi uz uvjet da imaju (barem) jedno dijete koje još živi kod kuće. Roditelji s više djece u obitelji trebali su na pitanja o djetetovim poteškoćama i snagama dati odgovore o najstarijem djetetu koje živi u zajedničkom kućanstvu (tzv. ciljano dijete). U ovom su istraživanju tzv. ciljana djeca (53 % dječaci/mladići) u prosjeku imala 11 godina ( $M = 11,12$ ,  $SD = 3,38$ ). Provedbu ovog istra-

živanja odobrilo je *Etičko povjerenstvo* Odjela za psihologiju Sveučilišta u Zadru.

## Mjerni instrumenti

### Sagorijevanje u roditeljstvu

U istraživanju je za mjerenje sagorijevanja u roditeljstvu upotrijebljen *Upitnik sagorijevanja u roditeljstvu* (engl. *Parental Burnout Assessment – PBA*, Roskam i sur., 2018), koji su u Hrvatskoj adaptirale Macuka i suradnice (2022). Postojeći PBA upitnik, koji se trenutačno rabi u istraživanju sagorijevanja u roditeljstvu diljem svijeta, sadrži 23 tvrdnje kojima se procjenjuje razina sagorijevanja u roditeljstvu pomoću četiri dimenzije roditeljskoga sagorijevanja: (1) iscrpljenosti roditelja (9 tvrdnji, primjer: "Imam osjećaj da sam zaista istrošen kao roditelj"); (2) suprotnosti s prethodnim doživljajem sebe kao roditelja (6 tvrdnji, primjer: "Imam dojam da to više nisam ja u interakciji sa svojim djetetom/djecom"); (3) osjećaji zasićenosti roditeljskom ulogom (5 tvrdnji, primjer: "Ne uživam biti sa svojim djetetom/djecom"); i (4) emocionalno distanciranje od djece (3 tvrdnje, primjer: "Radim ono što moram učiniti za svoje dijete, ali ništa više"). Odgovori se daju na skali od 7 stupnjeva (1 – nikada do 7 – svaki dan), a mogu se formirati rezultati na pojedinim podskalama s pripadajućim tvrdnjama ili ukupan rezultat sagorijevanja koji se formira kao prosjek procjena svih tvrdnji. Viši rezultat upućuje na višu razinu sagorijevanja u roditeljskoj ulozi, a mogući teorijski raspon rezultata kreće se od 1 do 7. Ukupna procjena sagorijevanja na ovom uzroku pokazala je visoku pouzdanost tipa unutarnje konzistencije (Cronbach-alpha iznosi 0,97).

### Upitnik ličnosti – emocionalna stabilnost/neuroticizam roditelja

Podaci o emocionalnoj stabilnosti/neuroticizmu roditelja dobiveni su primjenom upitnika emocionalne stabilnosti/neuroticizma iz Inventara ličnosti IPIP 50 (International Personality Item Pool – IPIP; adaptirana hrvatska verzija Mlačić i Goldberg, 2007). Upitnik se sastoji od 10 tvrdnji u obliku kratkih verbalnih fraza (primjer: "Lako podliježem stresu"; "Često sam zabrinut/a"). Zadatak sudionika jest da procijene koliko ih pojedina tvrdnja opisuje tako da odaberu broj na ljestvici od 5 stupnjeva (gdje 1 znači "posve netočno", a 5 znači "posve točno"). Ukupan rezultat izračunava se kao prosjek procjena svih tvrdnji, uz prethodno obrnuto bodovanje dviju tvrdnji. Viši rezultat upućuje na izraženiju emocionalnu stabilnost, odnosno manji neuroticizam. Dobiveni Cronbach-alpha u ovom istraživanju iznosi 0,90.

## Perfekcionizam u roditeljstvu

U ovom se radu perfekcionizam u roditeljstvu mjerio dvjema skalama: perfekcionistačkim brigama i samoorijentiranim roditeljskim perfekcionizmom, koje su u Hrvatskoj adaptirale Macuka i suradnice (2022).

*Skala perfekcionistačkih briga roditelja* (engl. *Perfectionistic concerns* – PC; Kawamoto i sur., 2018) sadrži 3 tvrdnje (primjer: "Kao roditelj je strašno posrnuti pred drugima"), koje opisuju izrazitu samokritičnost i zabrinutost zbog pogrešaka u odgoju djeteta. Sudionici procjenjuju svoje slaganje sa svakom tvrdnjom na skali od pet stupnjeva (od 1 – *uopće se ne odnosi na mene* do 5 – *u potpunosti se odnosi na mene*). Ukupan rezultat formira se kao zbroj procjena svih tvrdnji, a viši rezultat označuje veću razinu perfekcionistačkih briga. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije skale iznosila je 0,80 i upućuje na zadovoljavajuću pouzdanost skale.

*Skala samoorijentiranoga roditeljskog perfekcionizma* (engl. *Self-oriented parenting perfectionism* – SOPP, Snell i sur., 2005) sadrži 6 tvrdnji (primjer: "Uvijek pritišćem sebe da budem najbolji roditelj na svijetu") koje opisuju vrlo visoku motivaciju ostvarenja uloge savršenoga roditelja. Sudionici procjenjuju svoje slaganje sa svakom tvrdnjom na skali od pet stupnjeva (od 1 – *uopće se ne odnosi na mene* do 5 – *u potpunosti se odnosi na mene*). Ukupan rezultat formira se kao zbroj procjena svih tvrdnji, pri čemu viši rezultat označuje višu razinu samoorijentiranoga roditeljskog perfekcionizma. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije skale iznosila je 0,92.

## Roditeljsko ponašanje

Roditeljsko ponašanje ispitano je *Upitnikom roditeljskog ponašanja* (URP-29) autorice Keresteš i suradnica (2012) te novo-konstruiranom *Skalom popustljivosti u roditeljstvu* (Macuka i sur., 2024).

Upitnik URP-29 (Keresteš i sur., 2012) sastoji se od 29 tvrdnji, koje su podijeljene u 7 podskala i ukupno tri dimenzije roditeljskoga ponašanja (roditeljsku podršku, restriktivnu kontrolu i popustljivost). U ovom istraživanju upotrijebljene su dvije dimenzije: *roditeljska podrška* (17 tvrdnji) i *restriktivna kontrola* (9 tvrdnji). Dimenziju *roditeljske podrške* čine 4 podskale: *toplina* (primjer: "Poklanjam svom djetetu puno pažnje"), *autonomija* (primjer: "Uvažavam i poštujem svoje dijete kao osobu"), *roditeljsko znanje*, tj. kontrolu i znanje o djetetovim aktivnostima (primjer: "Dobro poznajem prijatelje svoga djeteta") i *induktivno rezoniranje* (primjer: "Objašnjavam djetetu zašto se treba pridržavati pravila"). Dimenzija *restriktivne kontrole* uključuje 2 podskale: *intruzivnost* (primjer: "Previše se miješam u život svog djeteta") i *kažnjavanje*, koje opisuju načine kaž-



njavanja (primjer: "Vičem kada se dijete loše ponaša"). Roditelji procjenjuju svoje ponašanje na skali od četiri stupnja (od 1 – *uopće nije točno* do 4 – *u potpunosti je točno*). Ukupan rezultat formira se kao prosjek procjena na odgovarajućim tvrdnjama. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije skale iznosila je 0,73 za roditeljsku podršku i 0,69 za restriktivnu kontrolu.

*Popustljivost u roditeljstvu* za potrebe ovoga istraživanja ispitana je novokonstruiranom *Skalom popustljivosti u roditeljstvu* (Macuka i sur., 2024), koja se sastoji od 9 tvrdnji (primjer: "Moje dijete me lako nagovori da mu popustim"). Na pojedine tvrdnje roditelji odgovaraju na skali od pet stupnjeva (od 1 – *nikada* do 5 – *uvijek*), a ukupan rezultat formira se kao prosjek procjena svih tvrdnji. Dobiveni Cronbach-alpha koeficijent pouzdanosti iznosi 0,79 i upućuje na zadovoljavajuću pouzdanost skale popustljivosti u roditeljstvu.

### **Upitnik snaga i poteškoća djeteta**

*Upitnik snaga i poteškoća djeteta* (engl. *The Strengths and Difficulties Questionnaire*, SDQ – R, Goodman, 1997, 2001, adaptirana hrvatska verzija Tatalović Vorkapić, 2017), namijenjen je procjeni snaga te emocionalnih i ponašajnih poteškoća djeteta. U ovom istraživanju uzeta je procjena roditelja o pojedinim razvojnim ishodima djeteta u formi SDQ-R (4-17 godina). Upitnik uključuje 25 tvrdnji raspoređenih u 5 kategorija: odnos prema društvu ("Ima obzira prema osjećajima drugih"), hiperaktivnost ("Nemirno, pretjerano aktivno, ne može dugo ostaniti mirno"), emocionalni simptomi ("Često je nesretno, potišteno ili plačljivo"), problemi u ponašanju ("Često ima nastupe bijesa ili razdražljivosti") te problemi u odnosu s vršnjacima ("Druga djeca ga zadirkuju ili maltretiraju"). Roditelji daju procjene od tri stupnja 1, 2 ili 3 (s pripadajućim značenjima: "netočno", "djelomično točno" ili "točno") na pojedinim tvrdnjama koje uključuju opis specifičnoga ponašanja djeteta. Rezultat se može prikazati za svaku od kategorija razvojnih ishoda ili formiranjem rezultata za eksternalizirane poteškoće (10 tvrdnji koje uključuju hiperaktivnost i probleme u ponašanju) i internaliziranih poteškoća (5 tvrdnji koje zahvaćaju emocionalne simptome) te snaga djeteta, tj. prosocijalnoga ponašanja (5 tvrdnji koje opisuju odnos djeteta prema društvu). Ukupan rezultat izračunava se kao zbroj procjena pripadajućih tvrdnji, više vrijednosti u kategorijama eksternaliziranih i internaliziranih poteškoća upućuju na teškoće/slabosti djeteta, a za kategoriju prosocijalnoga ponašanja viši rezultat upućuje na snage djeteta. U ovom je istraživanju koeficijent unutarnje pouzdanosti za eksternalizirane poteškoće iznosio 0,74, za internalizirane poteškoće 0,69, a za prosocijalno ponašanje 0,68.

## REZULTATI

Kao preliminarni korak u obradbi podataka, izračunani su deskriptivni pokazatelji i interkorelacije analiziranih varijabli koje se nalaze u Tablici 1 i Tablici 2.

### Deskriptivni pokazatelji

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min	Maks	Teorijski raspon	Asimetričnost (SKW)	Sploštenost (KTS)
Dob roditelja	40,04	5,63	25,00	57,00	-	0,16	0,02
Obrazovanje	3,41	0,96	1,00	5,00	1-5	-0,55	-1,05
Radni status	1,93	0,26	1,00	2,00	1-2	0,11	8,51
Prihodi kućanstva	3,14	0,43	2,00	4,00	1-4	0,77	1,31
Dob ciljanoga djeteta	11,12	3,38	5,00	17,00	-	-0,05	-0,88
Emocionalna stabilnost	35,06	7,31	10,00	50,00	10-50	-0,36	-0,02
Perfekcionističke brige	6,01	2,53	3,00	15,00	3-15	0,73	0,32
Samoorijentirani perfekcionizam	17,27	6,51	6,00	30,00	6-30	-0,06	-0,89
Popustljivost	2,23	0,58	1,00	4,33	1-5	0,30	-0,10
Roditeljska podrška	3,59	0,32	2,35	4,00	1-4	-1,10	0,75
Restriktivna kontrola	2,14	0,44	1,11	3,67	1-4	0,45	0,17
Internalizirane poteškoće	6,48	1,76	5,00	13,00	5-15	1,35	1,55
Eksternalizirane poteškoće	14,11	3,16	10,00	25,00	5-25	0,97	0,67
Prosocijalno ponašanje	13,70	1,61	6,00	15,00	5-15	-1,34	1,50
Sagorijevanje u roditeljstvu	1,49	0,61	1,00	4,74	1-7	2,55	7,84

**●** TABLICA 1  
Prikaz deskriptivnih pokazatelja svih ispitanih varijabli (*N* = 490)

Podaci iz Tablice 1 pokazuju da su dobivene prosječne vrijednosti pomaknute prema nižim rezultatima na varijablama sagorijevanja u roditeljstvu, internaliziranih i eksternaliziranih poteškoća djece, a na mjerenim varijablama roditeljskoga ponašanja (roditeljske podrške) dobiveni su rezultati pomaknuti prema višim vrijednostima u odnosu na teoretski prosjek na skali. Međutim, indeksi asimetričnosti i sploštenosti nemaju ekstremne vrijednosti, što dopušta primjenu parametrijske statistike (Kline, 2011). Razmatrajući povezanosti varijable sagorijevanja u roditeljstvu i ostalih analiziranih varijabli prikazanih u Tablici 2, može se uočiti kako roditelji koji navode niže razine sagorijevanja u roditeljstvu iskazuju više razine emocionalne stabilnosti, izraženije pozitivne aspekte roditeljskoga ponašanja (višu roditeljsku podršku) i procjenjuju da njihova djeca imaju više razine prosocijalnoga ponašanja. S druge strane, utvrđeni su obrnuti obrasci povezanosti sagorijevanja u roditeljstvu i sklonosti roditelja perfekcionističkim brigama, restriktivnoj kontroli i procjeni internaliziranih i eksternaliziranih poteškoća djeteta. Naime, roditelji koji navode više razine sagorijevanja u roditeljstvu skloniji su perfekcionističkim brigama u roditeljstvu, restriktivnoj kontroli djetetova ponašanja te procjenjuju višu zastupljenost internaliziranih i eksternaliziranih poteškoća djeteta.

## Povezanost varijabli

☛ TABLICA 2  
Prikaz koeficijenta  
korelacije (Pearsonov  
*r*) između ispitivanih  
varijabli (N = 490)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1 Spol roditelja <sup>1</sup>	0,21**	-0,03	0,09	0,06	0,02	-0,01	0,11*	-0,07	-0,17**	0,06	-0,25**	-0,16**	-0,03	0,03	-0,01	-0,01
2 Dob roditelja	1	0,14**	0,05	0,03	0,51**	0,01	0,04	-0,05	-0,16**	0,22**	-0,11**	-0,19**	0,06	-0,05	-0,10*	-0,01
3 Obrazovanje	1	0,28**	0,24**	-0,08	-0,01	0,00	0,00	-0,03	-0,04	-0,01	0,04	-0,08	0,00	-0,02	-0,07	0,06
4 Radni status	1	0,08	0,03	-0,09*	0,04	-0,02	-0,04	-0,02	-0,04	-0,01	0,04	0,01	0,04	0,06	-0,03	0,07
5 Prihodi kućanstva	1	-0,08	-0,14**	0,03	0,04	0,07	-0,00	0,24**	-0,20**	-0,17**	0,14**	-0,10*	-0,10*	-0,02	-0,02	-0,04
6 Dob ciljanoga djeteta	1	0,03	0,04	0,04	0,07	-0,01	0,00	0,01	-0,01	-0,09*	0,10*	-0,17**	-0,02	-0,02	-0,02	-0,06
7 Spol ciljanoga djeteta <sup>2</sup>	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
8 Emocionalna stabilnost	1	-0,25**	-0,13**	-0,14**	0,21**	-0,30**	-0,33**	-0,31**	0,14**	-0,49**	0,28**	0,10*	-0,08	0,10*	-0,08	0,28**
9 Perfekcionističke brige	1	0,48**	0,14**	-0,11**	0,19**	0,13**	0,13**	0,10*	-0,08	0,28**	0,10*	-0,08	0,10*	-0,08	0,28**	0,28**
10 Samoobjektivirani perfekcionizam	1	-0,01	0,18**	0,17**	0,04	-0,01	0,03	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07
11 Popustljivost	1	-0,01	0,18**	0,17**	0,04	-0,01	0,03	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07
12 Roditeljska podrška	1	-0,22**	0,04	0,16**	0,12**	-0,12**	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09
13 Restriktivna kontrola	1	0,04	-0,13**	-0,23**	0,29**	-0,24**	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09
14 Internalizirane poteškoće	1	0,16**	0,34**	-0,15**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**	0,23**
15 Eksternalizirane poteškoće	1	0,34**	-0,17**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**	0,31**
16 Prosocialno ponašanje	1	-0,24**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**	0,44**
17 Sagorijevanje u roditeljstvu	1	-0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**	0,18**

\**p* < 0,05; \*\**p* < 0,01

Napomene. <sup>1</sup>Spol roditelja je kodiran (1-majke; 2-očevi); <sup>2</sup>Spol ciljanoga djeteta je kodiran (1-muški; 2-ženski)

Utvrđene su korelacije očekivanoga smjera te su uglavnom umjereno visoke. Dobiveni rezultati korelacijskih analiza pokazuju kako mjerene sociodemografske varijable te samorijentirani perfekcionizam roditelja i sklonost popustljivosti u roditeljstvu nisu u značajnim odnosima sa sagorijevanjem roditelja.

## Prediktori sagorijevanja u roditeljstvu

Kako bi se ispitao doprinos sociodemografskih varijabli (spola, dobi i stupnja obrazovanja roditelja, radnoga statusa roditelja te materijalnoga statusa obitelji), osobina roditelja, roditeljskoga ponašanja i značajki djeteta, provedena je hijerarhijska regresijska analiza sa sagorijevanjem roditelja kao kriterijem. Rezultati ove analize prikazani su u Tablici 3.

	Prediktori	Standardizirani regresijski koeficijenti ( $\beta$ )			
		Korak 1	Korak 2	Korak 3	Korak 4
1. Sociodemografske varijable	Spol roditelja	-0,01	0,05	0,03	0,00
	Dob roditelja	-0,01	0,01	0,01	0,05
	Obrazovanje roditelja	0,07	0,06	0,07	0,04
	Radni status	0,05	0,06	0,05	0,05
	Prihodi kućanstva	-0,05	-0,03	-0,03	0,00
2. Osobine roditelja	Emocionalna stabilnost		-0,46**	-0,41**	-0,32**
	Perfekcionističke brige		0,19**	0,16**	0,16**
	Samorijentirani perfekcionizam		-0,05	-0,03	-0,01
3. Roditeljsko ponašanje	Popustljivost			-0,03	-0,04
	Roditeljska podrška			-0,12**	-0,09*
	Restriktivna kontrola			0,10*	0,01
4. Značajke djeteta	Dob djeteta				-0,09*
	Spol djeteta				-0,01
	Internalizirane poteškoće				0,10*
	Eksternalizirane poteškoće				0,27**
	Prosocijalno ponašanje				-0,01
<i>Korigirani R<sup>2</sup></i>		0,01	0,29**	0,31**	0,38**
$\Delta R^2$			0,28**	0,03**	0,07**

**TABLICA 3**  
Rezultati hijerarhijske regresijske analize sa sagorijevanjem u roditeljstvu kao kriterijem i sociodemografskim varijablama, psihološkim osobinama roditelja, roditeljskim ponašanjem i značajkama djeteta kao prediktorima ( $N = 490$ )

Napomena: \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; *korigirani R<sup>2</sup>* = korigirani ukupni doprinos objašnjenj varijanci;  $\Delta R^2$  = doprinos pojedine grupe prediktora objašnjenj varijanci; <sup>1</sup>Spol roditelja je kodiran (1-majke; 2-očevi); <sup>2</sup>Spol ciljanog djeteta je kodiran (1-muški; 2-ženski)

Na temelju uvodno opisanoga teorijskog okvira sagorijevanja u roditeljstvu (Mikolajczak i Roskam, 2018), u prvom koraku analize uvedene su osnovne sociodemografske varijable (spol, dob, obrazovanje i radni status roditelja te prihodi kućanstva kao indikator materijalnoga statusa obitelji). U drugom bloku regresijskoga modela analizirale su se osobne karakteri-

stike roditelja (emocionalna stabilnost i perfekcionizam) kao trajnije osobne karakteristike roditelja, zatim dimenzije roditeljskoga ponašanja koje su uvjetovane odnosom s djetetom (popustljivost, roditeljska podrška i restriktivna kontrola), a u četvrtom koraku varijable značajki i funkcioniranja djeteta (dob i spol djeteta, internalizirane i eksternalizirane poteškoće i prosocijalno ponašanje).

Iz rezultata prikazanih u Tablici 3 vidi se da sociodemografske varijable uvedene u prvom koraku analize ne pridonose značajno objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu. U drugom koraku uvedene osobine roditelja (emocionalna stabilnost ( $\beta = 0,46$ ) i perfekcionizam u roditeljstvu ( $\beta = 0,19$ )) imale su značajan doprinos sagorijevanju u roditeljstvu, povećavajući zajedno postotak objašnjene varijance za značajnih 28 %. Uvođenjem osobina roditelja kao prediktora u drugom koraku, prethodno navedeni sociodemografski prediktori nisu promijenili značajnost, a navedeni rezultati pokazuju da više razine sagorijevanja u roditeljstvu navode roditelji koji su manje emocionalno stabilni i koji su skloniji perfekcionističkim brigama. Pritom zasebno mjereni samoorijentirani perfekcionizam roditelja nije značajan prediktor sagorijevanja u roditeljstvu. Varijable roditeljskoga ponašanja uvedene u trećem koraku imale su značajan dodatni doprinos objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu. Dobiveni rezultati pokazuju da više sagorijevanja u roditeljstvu navode roditelji koji su skloniji restriktivnoj kontroli ( $\beta = 0,10$ ) i iskazuju manje podrške ( $\beta = -0,12$ ) u odnosu s djetetom. Pritom se postotak objašnjene varijance kriterija značajno povećao za 3 %, a prethodno navedeni prediktori osobina roditelja nisu izgubili na značajnosti. U zadnjem koraku analize statistički značajne regresijske koeficijente imale su roditeljske procjene dobi djeteta ( $\beta = -0,09$ ) te internaliziranih ( $\beta = 0,10$ ) i eksternaliziranih ( $\beta = 0,27$ ) poteškoća djeteta. Pritom roditelji mlađe djece za koju procjenjuju da imaju više emocionalnih i ponašajnih poteškoća iskazuju više razine sagorijevanja u roditeljstvu. Uvođenjem značajki djeteta kao prediktora u četvrtom koraku analize postotak objašnjene varijance kriterija značajno se povećao za 7 %, a neki prethodno navedeni prediktori izgubili su na značajnosti (restriktivna kontrola). Zaključno, svi su prediktori zajedno objasnili značajnih 38 % varijance kriterija sagorijevanja u roditeljstvu te su pritom osobine roditelja (emocionalna nestabilnost i perfekcionističke brige), roditeljsko ponašanje (roditeljska podrška) i značajke djeteta (mlađa dob djeteta, internalizirane i eksternalizirane poteškoće) značajne u predikciji sagorijevanja roditelja. Emocionalna nestabilnost roditelja nalazi se među osobnim varijablama roditelja kao najznačajniji prediktor sagorijevanja roditelja u roditeljskoj ulozi.

S obzirom na još uvijek nedovoljno razjašnjenu ulogu mogućih etioloških čimbenika sagorijevanja u roditeljstvu, cilj je provedenog istraživanja bio ispitati doprinos individualnih i obiteljskih varijabli objašnjenju sagorijevanja roditelja u roditeljskoj ulozi. U ovom istraživanju prvotno su se zasebno analizirali doprinosi nekih sociodemografskih varijabli (spola, dobi i razine obrazovanja roditelja, radnoga statusa roditelja i materijalnoga statusa obitelji). Dobiveni rezultati pokazuju kako navedene varijable nisu u značajnim odnosima sa sagorijevanjem u roditeljstvu, što može biti odraz homogenosti uzorka roditelja ovog istraživanja u sociodemografskim varijablama. Naime, treba istaknuti kako je u ovom istraživanju riječ o prigodnom homogenom uzorku roditelja. Roditelji koji su pristali sudjelovati u ovom istraživanju većinom su visokoobrazovane majke i zaposleni roditelji koji procjenjuju svoj materijalni status obitelji prosječnim ili iznadprosječnim, što se moglo odraziti na odnose mjerenih varijabli. Stoga je važno u budućim istraživanjima zahvatiti heterogeniji uzorak roditelja kako bi se preciznije zahvatila uloga navedenih sociodemografskih obilježja roditelja i obitelji u objašnjenju sagorijevanja u roditeljskoj ulozi. Naime, strana istraživanja pokazuju da su rizični sociodemografski čimbenici za sagorijevanje roditelja spol i radni status roditelja, broj i dob djece te materijalni status obitelji (Lindström i sur., 2011; Roskam i sur., 2017, 2018; Sorkkila i Aunola, 2020). Preciznije navedena istraživanja pokazuju kako su majke sklonije sagorijevanju u roditeljstvu, jer su općenito uključeniije u brigu i odgoj djece nego očevi; zatim nezaposleni roditelji, roditelji koji imaju više djece i mlađu djecu te roditelji lošijega materijalnoga statusa.

### **Individualne odrednice sagorijevanja u roditeljstvu**

Individualni čimbenici roditelja zahvaćeni ovim istraživanjem, za koje je pretpostavljeno da bi mogli imati značajnu ulogu u objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu, jesu emocionalna (ne)stabilnost i perfekcionizam u roditeljstvu. Rezultati ovog istraživanja pokazuju kako upravo emocionalna nestabilnost roditelja objašnjava najveći postotak varijance sagorijevanja u roditeljstvu. Općenito, strane studije koje su ispitivale antecedente sagorijevanja u roditeljstvu pokazale su kako sociodemografske karakteristike objašnjavaju malen udio varijance roditeljskoga sagorijevanja, a veći udio u objašnjenju daju druge osobne i obiteljske varijable (npr. sposobnost reguliranja vlastitih emocija, podrška partnera) (Roskam i sur., 2021). Ovo istraživanje također pokazuje veći doprinos individualnih čimbenika objašnjenju sagorijevanja roditelja u odnosu na druge mjerene varijable obiteljskoga konteksta i značajki

djeteta. Preciznije, rezultati ovog istraživanja upućuju na to kako određene osobine ličnosti roditelja određuju sklonost prema doživljavanju subjektivnih negativnih osjećaja roditelja o roditeljskoj ulozi i prilagodbi. Odnosno, roditelji koji su skloniji negativnom afektu, tj. neuroticizmu i perfekcionističkim brigama, doživljavaju više razine sagorijevanja u roditeljstvu. Moguće je da upravo zbog sklonosti doživljavanja i izražavanja neugodnih emocija emocionalno nestabilniji roditelji izvještavaju o većoj razini sagorijevanja u roditeljstvu. Dobivena prediktorska uloga emocionalne nestabilnosti ili neuroticizma potvrđena je ranijim istraživanjima i teorijskim postavkama, prema kojima osobine ličnosti roditelja određuju subjektivnu dimenziju roditeljstva, ali i ponašanje roditelja prema djeci (Belsky, 1984; Martin i Colbert, 1997; Van Bakel i Riksen-Waldraven, 2002). Osim emocionalne nestabilnosti, i sklonost perfekcionističkim brigama u roditeljstvu, kao zasebno mjerena karakteristika ličnosti roditelja u ovom istraživanju, pozitivno pridonosi objašnjenju osjećaja sagorijevanja u roditeljstvu. Roditeljstvo je veoma izazovno, jer ne postoji jednostavan odgovor na pitanje koji je način odgoja djeteta najbolji. Neki roditelji daju sve od sebe kako bi savršeno odgajali svoju djecu tako što postavljaju sebi visoka očekivanja i nastoje izbjeći pogreške u odgoju djeteta. Težnja savršenstvu u roditeljskoj ulozi sve je istaknutija pojava u suvremenom roditeljstvu, a istraživanja upozoravaju na negativne učinke osobito perfekcionističkih briga, koje značajno pridonose sagorijevanju roditelja (Gao-Xian i Szczygiel, 2022; Hubert i Aujoulat, 2018; Kawamoto i sur., 2018; Sorkkila i Aunola, 2020). U ovom se istraživanju perfekcionizam u roditeljstvu mjerio kroz zasebne varijable perfekcionizma roditelja, tj. sklonost roditelja perfekcionističkim brigama i samoorijentiranom perfekcionizmu. Dobiveni rezultati pozitivnoga doprinosa perfekcionističkih briga sagorijevanju roditelja u skladu su s rezultatima prijašnjih istraživanja (npr. Kawamoto i sur., 2018; Furutani i sur., 2020; Sorkkila i Aunola, 2020). Roditelji perfekcionista često se preispituju i često su zabrinuti da nisu dovoljno dobri roditelji, sumnjaju u sebe, pitaju se što su mogli ili trebali učiniti drugačije, boje se pogriješiti i boje se da im se dijete neće razvijati onako kako bi željeli. Strah od neuspjeha u roditeljstvu odnosi se na značajnu i upornu brigu o tome da neće postići ciljeve koje su kao roditelji postavili te čini roditelje ranjivima i sklonijima sagorijevanju u roditeljstvu. Zanimljivi su rezultati koji pokazuju da samoorijentirani perfekcionizam roditelja nema značajan doprinos sagorijevanju roditelja te očito ima drugačiju ulogu u prilagodbi roditeljskoj ulozi. Dobiveni pozitivni korelacijski odnosi samoorijentiranoga perfekcionizma i roditeljske podrške pokazuju kako se

ovaj aspekt roditeljskoga perfekcionizma može razmatrati poput intrinzične visoke motivacije prema ostvarenju pozitivnih ciljeva u roditeljstvu. Iako perfekcionizam u roditeljstvu može imati i pozitivne učinke, svakako su potrebne daljnje provjere zasebnih oblika perfekcionizma u roditeljstvu u budućim istraživanjima.

## Roditeljska ponašanja kao odrednice sagorijevanja u roditeljstvu

Nadalje, u ovom je istraživanju utvrđeno kako zasebna dimenzija roditeljskoga ponašanja – manjak roditeljske podrške djetetu – pridonosi višem sagorijevanju u roditeljstvu. Ostale mjerene dimenzije roditeljskoga ponašanja – restriktivna kontrola (kao mjereni aspekt psihološke kontrole) i popustljivost u roditeljstvu (kao mjereni aspekt niske bihevioralne kontrole) u završnom koraku hijerarhijske regresijske analize – nisu imale značajan doprinos objašnjenju sagorijevanja roditelja. Uvođenjem dodatnih koraka u hijerarhijskoj regresijskoj analizi došlo je do određenih promjena u veličini pojedinih regresijskih koeficijenata koji se odnose upravo na dimenzije roditeljskoga ponašanja. Odnosno, restriktivna kontrola koju roditelji rabe prestala je značajno pridonositi objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu nakon uvođenja bloka značajki djeteta (spola, dobi, snaga i poteškoća djeteta). Dobiveni rezultati upućuju na to kako su značajke djeteta (osobito emocionalne i ponašajne poteškoće) moguće posredujuće varijable u objašnjenju povezanosti restriktivne kontrole roditelja i sagorijevanja u roditeljstvu. Valja očekivati da su odnosi među analiziranim konstruktima složeni, pa bi se buduća istraživanja mogla usmjeriti na posredujuću ulogu značajki djeteta u objašnjenju odnosa između roditeljskoga ponašanja i sagorijevanja roditelja. Dobiveni rezultati potvrđuju da zasebna dimenzija roditeljskoga ponašanja – niska roditeljska podrška – određuje sklonost prema doživljavanju određenih negativnih subjektivnih osjećaja u roditeljskoj ulozi, koji se manifestiraju kroz sagorijevanje u roditeljstvu. Korelacijski odnos pokazuje kako doživljavanje negativnih emocija u odnosu s djetetom (poput istaknutoga neprihvatanja, odbacivanja, neprijateljstva) jest u značajnom odnosu sa sagorijevanjem u roditeljstvu, koje uključuje emocionalnu iscrpljenost roditeljskom ulogom i osjećaje zasićenosti te emocionalno udaljšavanje od djece. Istraživanja koja proučavaju odnose roditeljskoga ponašanja i sagorijevanja roditelja rijetka su. Autorica Mikkonen i suradnici (2023) navode da, neovisno o spolu roditelja, roditelji koji primjenjuju autoritarno roditeljstvo, što ga karakterizira strogost i hladnoća, najviše su iskusili simptome roditeljskoga sagorijevanja, dok su oni s autoritativnim ili permisivnim stilom imali najmanje simptoma sagorijevanja u roditeljstvu. Dobi-



veni rezultati ovog istraživanja pokazuju kako manjak podrške roditelja usmjerene prema djetetu značajno pridonosi objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu. Svakako su potrebna buduća istraživanja za razumijevanje ne samo razvojne dinamike između roditeljskoga ponašanja ili stilova roditeljstva i roditeljskog sagorijevanja nego i čimbenika koji su uključeni u tu povezanost.

## Značajke djeteta kao odrednice sagorijevanja u roditeljstvu

Kako je uvodno istaknuto među čimbenicima koji mogu pridonijeti objašnjenju sagorijevanja u roditeljstvu, istaknute su i značajke djeteta, a sadašnja istraživanja pokazuju kako su rizičniji roditelji koji imaju mlađu djecu (Roskam i sur., 2018) te roditelji koji imaju djecu s poteškoćama u razvoju (Gérain i Zech, 2018). U ovom istraživanju utvrđeno je kako su određene značajke djeteta (mlađa dob djeteta, internalizirane i eksternalizirane poteškoće) značajne u predikciji sagorijevanja roditelja. Osobito istaknute procjene eksternaliziranih poteškoća djeteta pridonose osjećaju sagorijevanja roditelja te upućuju na to kako su ponašajni problemi djeteta emocionalno zahtjevni i iscrpljujući za roditelje. Naime, djeca koja zbog nedovoljne razvijenosti mehanizama adaptivnog reagiranja, tj. posjedovanja strategija samoregulacije, podliježu ekspresivnom izražavanju negativnih emocija (poput straha, ljutnje, frustracije ili tuge) mogu biti emocionalno zahtjevna te pridonositi osjećajima emocionalne iscrpljenosti kod roditelja. Ovo istraživanje pokazuje da su eksternalizirane, u odnosu na internalizirane poteškoće djeteta, istaknutiji prediktor sagorijevanja roditelja.

Zaključno, rezultati ovog istraživanja pokazuju kako emocionalna nestabilnost roditelja te izrazita briga i samokritičnost u roditeljskoj ulozi, uz manjak iskazivanja roditeljske podrške djeci te prisutnost internaliziranih i eksternaliziranih poteškoća djeteta, osobito kod djece mlađe dobi, pridonose težoj prilagodbi roditelja roditeljskoj ulozi i osjećajima sagorijevanja u roditeljstvu.

## Ograničenja istraživanja

Na kraju treba istaknuti određene nedostatke provedenog istraživanja, koji se prvotno odnose na transverzalni nacrt koji ne pruža mogućnost zaključivanja o uzročno-posljedičnim odnosima među analiziranim varijablama. Provelo se *online* istraživanje, koje uključuje određene nedostatke kao što su problemi nereprezentativnosti uzorka. Uzorak roditelja prilično je homogen, udio očeva znatno je nizak u uzorku (90 % uzorka čine majke), a roditelji koji su pristali sudjelovati u ovom istraživanju većinom su visokoobrazovani roditelji koji

procjenjuju svoj materijalni status obitelji prosječnim ili iznad-prosječnim. Nemoguće je potpuno isključiti vjerojatnost davanja socijalno poželjnih odgovora i negiranja društveno neprihvatljivih osjećaja vezanih uz roditeljstvo koje konstrukt sagorijevanja u roditeljstvu propituje. S druge strane valja istaknuti i kako upravo *online* prikupljanje podataka može biti i prednost u istraživanju konstrukta sagorijevanja u roditeljstvu, jer roditelji zbog osjećaja anonimnosti koje *online* procjenjivanje nudi mogu biti iskreniji i spremniji iskazati negativne doživljaje sebe kao roditelja i negativne odnose s djecom. Treba naglasiti da su u ovom istraživanju prikupljeni podaci dobiveni isključivo procjenama roditelja, odnosno uzete su roditeljske procjene ponašanja i poteškoća djeteta, a prijedlog za buduća istraživanja jest upotreba i drugih izvora (npr. procjene učitelja ili samoprocjene djece). Unatoč navedenim nedostacima, treba istaknuti kako je ovim istraživanjem obuhvaćen velik broj prediktora sagorijevanja kod roditelja na osobnoj razini te razini djeteta. Rezultati su pokazali da su karakteristike osobnosti roditelja najznačajniji prediktori roditeljskih iskustava mjenjenih osjećajem roditeljskoga sagorijevanja. Prema našim spoznajama, ovo je prvo istraživanje u Hrvatskoj koje ispituje odrednice sagorijevanja roditelja u roditeljskoj ulozi. Ipak, ove rezultate treba provjeriti u daljnjim istraživanjima na većim i heterogenijim uzorcima roditelja. Buduća istraživanja izazova u suvremenom roditeljstvu trebala bi se usmjeriti na longitudinalne nacрте, kako bi se bolje razumio učinak raznih osobnih i obiteljskih čimbenika koji pridonose prilagodbi roditelja u roditeljskoj ulozi.

## ZAKLJUČAK

---

Sagorijevanje u roditeljstvu ozbiljan je problem koji zaslužuje pozornost s obzirom na ozbiljnost mogućih negativnih posljedica i za roditelje i za djecu. Neki roditelji danas pate od emocionalne iscrpljenosti zbog stresa povezanog s odgojem djece, pa u budućim istraživanjima svakako treba više pažnje usmjeriti na istraživanje pojavnosti ovakvih problema kod roditelja u Hrvatskoj. Općenito, zapadne zemlje koje karakterizira visoka razina individualizma, obilježene su visokim standardima uspjeha u roditeljstvu (Nelson, 2010; Faircloth, 2014), a istraživanja pokazuju da su te standarde roditelji usvojili te da ih upravo oni čine ranjivijima i sklonijima sagorijevanju u roditeljstvu (Lin i sur., 2021). Ovo istraživanje upozorava na relevantnost nekih osobnih i obiteljskih značajki u razmatranju konstrukta sagorijevanja u roditeljskoj ulozi, uz kontrolu socioekonomskih značajki obitelji. S obzirom na to da je emocionalna stabilnost kao karakteristika ličnosti stabilna u vremenu i teško ju je mijenjati, važno je usmjeriti pozornost na

sklonost roditelja perfekcionizmu u roditeljstvu kako bi se prevenirale negativne posljedice u roditeljstvu. U Hrvatskoj je validacija *Upitnika sagorijevanja u roditeljstvu* potaknula istraživanja etioloških čimbenika i mogućih posljedica sagorijevanja, ali su daljnja istraživanja na ovom području svakako potrebna. Primijenjena vrijednost rezultata ovog istraživanja odnosi se na identifikaciju čimbenika koji pridonose (ne)uspješnoj prilagodbi roditeljskim iskustvima i ulozi te mogu poslužiti stručnjacima u preventivnim i interventnim programima namijenjenim podršci roditeljima. Roditelji koji nemaju resurse za uspješnu prilagodbu zahtjevima i pritiscima u roditeljskoj ulozi mogu doživjeti sagorijevanje u roditeljstvu. Štetne posljedice sagorijevanja u roditeljstvu za roditelje i djecu te obitelj u cjelini naglašavaju potrebu za pružanjem stručne podrške i pomoći. Važno je usmjeriti roditelje na osvještavanje uzroka stresa u roditeljstvu i jačanje resursa roditelja za uspješnije suočavanje kroz poticanje niza vještina koje se odnose na prepoznavanje stresa, razumijevanje njegovih uzroka i posljedica te njegovo reguliranje.

## Napomena

Ovo istraživanje nastalo je u okviru institucionalnoga znanstvenog projekta "Roditeljstvo danas: iskustva i izazovi" koji financira Sveučilište u Zadru (IP01.2021.10).

## LITERATURA

---

- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55(1), 83–96. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Cummings, E. M., Davies, P. T. i Campbell, S. B. (2002). *Developmental psychopathology and family process: Theory, research, and clinical implications*. The Guildford Press.
- Darling, N. i Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Faircloth, C. (2014). Intensive parenting and the expansion of parenting. U E. Lee, J. Bristow, C. Faircloth i J. Macvarish (Ur.), *Parenting culture studies* (str. 25–50). Palgrave Macmillan. [https://doi.org/10.1057/9781137304612\\_2](https://doi.org/10.1057/9781137304612_2)
- Furutani, K., Kawamoto, T., Alimardani, M. i Nakashima, K. (2020). Exhausted parents in Japan: Preliminary validation of the Japanese version of the Parental Burnout Assessment. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2020(174), 33–49. <https://doi.org/10.1002/cad.20371>
- Gao-Xian, L. i Szczygiel, D. (2022). Perfectionistic parents are burnt out by hiding emotions from their children, but this effect is attenuated by emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 184. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111187>

Gérain P. i Zech E. (2018). Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Frontiers in Psychology*, 9, 884. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00884>

Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A research note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581–586. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1997.tb01545.x>

Goodman, R. (2001). Psychometric properties of the Strengths and Difficulties Questionnaire. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 40(11), 1337–1345. <https://doi.org/10.1097/00004583-200111000-00015>

Hansen, T. (2012). Parenthood and happiness: A review of folk theories versus empirical evidence. *Social Indicators Research*, 108(1), 29–64. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9865-y>

Hansotte, L., Nguyen, N., Roskam, I., Stinghlamber, F. i Mikolajczak, M. (2020). Are all burned out parents neglectful and violent? A latent profile. *Journal of Child and Family Studies*, 30, 158–168. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01850-x>

Holden, G. W. (2010). *Parenting: A dynamic perspective*. Sage. <https://doi.org/10.4135/9781452204000>

Kawamoto, T., Furutani, K. i Alimardani, M. (2018). Preliminary validation of Japanese version of the Parental Burnout Inventory and its relationship with perfectionism. *Frontiers in Psychology*, 9, 970. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00970>

Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac Jagodić, G. i Greblo, Z. (2012). Razvoj i validacija Upitnika roditeljskog ponašanja. *Suvremena psihologija*, 15(1), 23–41. <https://hrcak.srce.hr/84655>

Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. The Guilford Press.

Le Vigouroux, S., Scola, C., Raes, M. E., Mikolajczak, M. i Roskam, I. (2017). The big five personality traits and parental burnout: Protective and risk factors. *Personality and Individual Differences*, 119, 216–219. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.023>

Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E. i Wendland, J. (2018). Maternal burnout syndrome: Contextual and psychological associated factors. *Frontiers in Psychology*, 9, 885. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00885>

Lin, G. X., Hansotte, L., Szczygieł, D., Meeussen, L., Roskam, I. i Mikolajczak, M. (2021). Parenting with a smile: Display rules, regulatory effort, and parental burnout. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38, 2701–2721. <https://doi.org/10.31234/osf.io/ewjyn>

Lindstrom, C., Aman, J. i Norberg, A. L. (2011). Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with Type 1 diabetes mellitus. *Acta Paediatrica*, 100(7), 1011–1017. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2011.02198.x>

Loeber, R., Drinkwater, M., Yin, Y., Anderson, S. J., Schmidt, L. C. i Crawford, A. (2000). Stability of family interactions from ages 6 to 18. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(4), 353–369. <https://doi.org/10.1023/A:1005169026208>

Macuka, I. (2016). Emocionalni i ponašajni problemi mlađih adolescenata – zastupljenost i rodne razlike. *Ljetopis socijalnog rada*, 23(1), 65–86. <https://doi.org/10.3935/ljsr.v23i1.97>

Macuka, I., Šimunić, A. i Šimac, D. (2024). Odnosi roditeljskog ponašanja i kompetentnosti te bračnih odnosa sa sagorijevanjem u roditeljstvu. *Suvremena psihologija*, prihvaćen za objavu, u tisku.

Macuka, I., Petani, R. i Reić Ercegovac, I. (2023). U razgovoru s roditeljima: kvalitativna analiza iskustava roditelja djece različite dobi. *Društvena istraživanja*, 32(2), 347–365. <https://doi.org/10.5559/di.32.2.08>

Macuka, I., Smojver-Ažić, S. i Burić, I. (2012). Posredujuća uloga emocionalne regulacije u odnosu roditeljskog ponašanja i prilagodbe mlađih adolescenata. *Društvena istraživanja*, 21(2), 383–403. <https://doi.org/10.5559/di.21.2.05>

Macuka, I., Šimunić, A. i Reić Ercegovac, I. (2022). Sagorijevanje u roditeljskoj ulozi – validacija hrvatske verzije Upitnika sagorijevanja u roditeljstvu. *Psihologijske teme*, 31(3), 763–783. <https://doi.org/10.31820/pt.31.3.15>

Martin, C. A. i Colbert, K. K. (1997). *Parenting – A life span perspective*. McGraw-Hill.

McCrae, R. R. i John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>

Mikolajczak, M. i Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 886. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886>

Mikolajczak, M., Gross, J. J. i Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it and why does it matter? *Clinical Psychological Science*, 7(6), 1319–132. <https://doi.org/10.1177/2167702619858430>

Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H. i Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse i Neglect*, 80, 134–145. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>

Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H. i Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27(2), 602–614. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0892-4>

Mikkonen, K., Veikkola, H-R., Sorkkila, M. i Aunola, K. (2023). Parenting styles of Finnish parents and their associations with parental burnout. *Current Psychology*, 42, 21412–21423. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03223-7>.

Mlačić, B. i Goldberg, L. R. (2007). An analysis of a cross-cultural personality inventory: The IPIP Big-Five factor markers in Croatia. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 168–177. <https://doi.org/10.1080/0023890701267993>

Nelson, M. K. (2010). *Parenting out of control: Anxious parents in uncertain times*. University Press.

Roskam, I., Brianda, M. E. i Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment (PBA). *Frontiers in Psychology, 9*, 758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>

Roskam, I., Raes, M. E. i Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: Development and preliminary validation of the Parental Burnout Inventory. *Frontiers in Psychology, 8*, 163. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>

Roskam, I., Aguiar, J., Akgun, E., Arikan, G., Artavia, M., Avalosse, H., Aunola, K., Bader, M., Bahati, C., Barham, E. J., Besson, E., Beyers, W., Boujut, E., Brianda, M. E., Brytek-Matera, A., Carbonneau, N., César, F., Chen, B. B., Dorard, G., ... i Moira Mikolajczak, M. (2021). Parental burnout around the globe: A 42-country study. *Affective Science, 2*, 58–79. <https://doi.org/10.1007/s42761-020-00028-4>

Snell, W. E., Overbey, G. i Brewer, A. L. (2005). Parenting perfectionism and the parenting role. *Personality and Individual Differences, 39*(3), 613–624. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.02.006>

Sorkkila, M. i Aunola, K. (2020). Risk factors for parental burnout among Finnish parents: The role of socially prescribed perfectionism. *Journal of Child and Family Studies, 29*(2), 648–659. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01607-1>

Szczygieł, D., Sekulowicz, M., Kwiatkowski, P., Roskam, I. i Mikolajczak, M. (2020). Validation of the Polish version of the Parental Burnout Assessment (PBA). *New Directions for Child and Adolescent Development, 174*, 137–158. <https://doi.org/10.1002/cad.20385>

Tatalović Vorkapić, S. (2017). Snaga i poteškoće predškolske djece u Hrvatskoj: validacija upitnika snaga i poteškoća. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, 53*(Supplement), 231–234. <https://hrcaak.srce.hr/clanak/285874>

Van Bakel, H. J. i Riksen-Walraven, J. M. (2002). Parenting and development of one-year-olds: Links with parental, contextual, and child characteristics. *Child Development, 73*(1), 256–273. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00404>

Van Bakel, H. J., Van Engen, M. L. i Peters, P. (2018). Validity of the Parental Burnout Inventory among Dutch employees. *Frontiers in Psychology, 9*, 697. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00697>

## Determinants of Parental Burnout

Ivana MACUKA, Ana ŠIMUNIĆ  
Department of Psychology, University of Zadar,  
Zadar, Croatia

Danijela ŠIMAC  
Croatian Social Work Institute, Regional Office Koprivnica,  
Koprivnica, Croatia

Parental burnout is a syndrome characterised by exhaustion in parenting as a result of permanent exposure to chronic parental stress. This syndrome manifests in emotional distancing from one's children with loss of pleasure and

fulfilment in one's parental role and doubts about the ability to be a good parent. The main goal was to examine the contribution of sociodemographic variables (gender and age of parents, education, work status and financial status of the family), personal characteristics of parents (emotional (in)stability and perfectionism in parenting), dimensions of parental behaviour (parental support, permissiveness and restrictive control) and personal characteristics of the target child (gender, age, strengths and difficulties of the child) in explaining parental burnout. A total of 490 parents (90% mothers) participated in the research, with the average age of 40 ( $M = 40,04$ ;  $SD = 5,63$ ). The results of HRA show that the most significant predictors of parental burnout are parental characteristics (higher emotional instability and perfectionistic concerns), parental behaviour (low parental support) and child characteristics (younger age of the child, higher level of internalised and externalised problems). The emotional (in)stability of parents is the most significant predictor of parental burnout in the parental role.

Keywords: personality traits of parents, parental behaviour, modern parenting, parental burnout, child's strengths and difficulties



Međunarodna licenca / International License:  
Imenovanje-Nekomercijalno / Attribution-NonCommercial