



<https://doi.org/10.5559/di.33.4.00>

# NEKI PSIHOSOCIJALNI PREDIKTORI RODITELJSKOGA SAGORIJEVANJA MAJKI DJECE DO PET GODINA

Ana PLANTAŠ  
Zagreb, Hrvatska

Sandra NAKIĆ RADOŠ  
Sveučilišni odjel za psihologiju, Hrvatsko katoličko sveučilište,  
Zagreb, Hrvatska

UDK:  
Izvorni znanstveni rad  
Primitljeno: 8. srpnja 2024.

Roditeljsko sagorijevanje posljedica je kroničnoga stresa, a manifestira se kao iscrpljenost u ulozi roditelja, emocionalnim udaljavanjem i gubitkom roditeljske ispunjenosti. Cilj je ovog istraživanja bio ispitati koliko sociodemografske varijable, stabilne osobine ličnosti, roditeljska samoefikasnost, aspekti braka te socijalna podrška pridonose roditeljskom sagorijevanju majki. Majke djece do pet godina ( $N = 255$ ) online su ispunile Upitnik roditeljskoga sagorijevanja, IPIP-50 upitnik ličnosti, upitnik perfekcionizma, roditeljske kompetentnosti, kvalitete bračnog odnosa, socijalne podrške te Upitnik općih podataka. Roditeljsko sagorijevanje doživljava 3,5 % majki. Hijerarhijska regresijska analiza pokazala je da višem sagorijevanju pridonose sociodemografske varijable (veći broj djece i urbanije mjesto stanovanja), osobine ličnosti (niska emocionalna stabilnost, niska ugodnost i visoki perfekcionizam) te niska roditeljska samoefikasnost. Iako su povezani s roditeljskim sagorijevanjem, aspekti braka i socijalne podrške nisu značajni prediktori roditeljskoga sagorijevanja. Rezultati dobiveni ovim istraživanjem imaju teorijske i praktične implikacije koje mogu poslužiti za prepoznavanje i prevenciju roditeljskoga sagorijevanja, ali i kao temelj za daljnja istraživanja.

Ključne riječi: roditeljsko sagorijevanje, osobine ličnosti, roditeljska samoefikasnost, obiteljsko funkcioniranje, socijalna podrška



Sandra Nakić Radoš, Sveučilišni odjel za psihologiju, Hrvatsko katoličko sveučilište, Ilica 244, 10000 Zagreb, Hrvatska.  
E-mail: [snrados@unicath.hr](mailto:snrados@unicath.hr)

Iako roditeljstvo može biti predivno iskustvo (Mikolajczak i sur., 2019), ono nerijetko zahtijeva ulaganje dodatnih napora i prevladavanje raznih poteškoća, što može uzrokovati akutni, ali i kronični, stres (Mikolajczak i sur., 2020). U nedostatku resursa za suočavanje sa stresom vezanim uz roditeljsku ulogu, kod pojedinih roditelja mogu se razviti simptomi roditeljskoga sagorijevanja (Mikolajczak i sur., 2019). Iako se sagorijevanje obično spominje u kontekstu posla, u današnje se vrijeme provodi sve više istraživanja na temu roditeljskoga sagorijevanja. Budući da mnogi roditeljstvo smatraju najvažnijim, ali ujedno i najtežim "poslom", ne čudi što interes za ovim sindromom stalno raste (Mikolajczak i sur., 2020).

Roditeljsko sagorijevanje nastaje kao posljedica prekomjernoga kroničnog stresa (Lindhal-Norberg, 2007; Mikolajczak i sur., 2021), a očituje se kroz četiri simptoma koja se javljaju u fazama (Roskam i Mikolajczak, 2021). Spomenuti simptomi manifestiraju se kroz intenzivnu fizičku i/ili emocionalnu iscrpljenost u ulozi roditelja, emocionalno udaljavanje od vlastita djeteta, gubitak roditeljske ispunjenosti te osjećaj zasićenja roditeljskom ulogom. Pri utvrđivanju prisutnosti sindroma kod roditelja svakako treba uzeti u obzir da su ove misli i osjećaji u snažnom kontrastu s onim mislima i osjećajima koje su roditelji imali prije. Pritom se javljaju misli poput "nisam onakav roditelj kakav sam htio/htjela i želio/željela postati", zbog čega dolazi do osjećaja krivnje i srama (Roskam, Philippot i sur., 2021).

O važnosti bavljenja ovom temom govore i podaci o učestalosti roditeljskoga sagorijevanja, koja se kreće između 2 % i 12 % (Roskam i sur., 2018). Nadalje, rezultati dobiveni metaanalizom Roskam, Aguiar i sur. (2021), koja je obuhvaćala studije iz 42 države, pokazali su da prevalencija roditeljskoga sagorijevanja značajno varira među državama. Tako je analiza kulturnih vrijednosti upozorila na značajno višu prevalenciju roditeljskoga sagorijevanja u individualističkim kulturama. Štoviše, individualizam se pokazao značajnijim za razvoj roditeljskoga sagorijevanja od ekonomske nejednakosti, ali i svih drugih individualnih i obiteljskih karakteristika. Iz toga proizlazi zaključak da kulturne vrijednosti u zapadnim zemljama kod roditelja mogu izazvati povećanu razinu stresa (Geinger i sur., 2014; Nelson, 2010; Rizzo i sur., 2013; Roskam, Aguiar i sur., 2021). U svim je studijama roditeljsko sagorijevanje mjereno *Upitnikom roditeljskoga sagorijevanja* (Roskam i sur., 2018). Prevalencija roditeljskoga sagorijevanja pokazala se najnižom u Tajlandu (0,2 %), a najvišom u Poljskoj (9,6 %) (Roskam, Aguiar i sur., 2021). U istraživanju provedenom na majkama maloljetne djece (prosječne dobi najstarijega djeteta od 8,42 go-

dine) u Hrvatskoj, za vrijeme pandemije koronavirusa i potresa, pokazalo se da 3,8 % majki zadovoljava kriterije za utvrđivanje klinički značajnih razina roditeljskoga sagorijevanja (Novosel, 2021). Sličan postotak od 4,2 % utvrđen je i na drugom nedavnom online istraživanju uglavnom majki (90 %) i očeva (Macuka i sur., 2022) koji su većinom imali djecu stariju od pet godina (84 %). Ključnu ulogu u boljem razumijevanju i identifikiranju etioloških čimbenika u roditeljskom sagorijevanju mogla bi imati *Teorija ravnoteže rizika i resursa* (engl. *The Balances Between Risks and Resources Theory*), koju su ponudile Mikolajczak i Roskam (2018). Prema ovom teorijskom modelu, sindrom roditeljskoga sagorijevanja nastaje kao posljedica kronične neravnoteže između čimbenika u roditeljstvu koji povećavaju stres (poput visokih standarda uspjeha i očekivanja roditelja, neadekvatne prakse odgoja djece i nedostatka podrške partnera) i čimbenika u roditeljstvu koji ublažavaju stres (poput realnih očekivanja, adekvatnoga roditeljskog ponašanja i dobre podrške partnera). U samoj srži etiologije zapravo leže dugotrajna neravnoteža između previše dugotrajnih stresora/čimbenika rizika i nedovoljno resursa za njihovo odgovarajuće rješavanje.

Više se istraživanja bavilo prediktorima roditeljskoga sagorijevanja te su pritom otkriveni brojni zaštitni, ali i rizični, čimbenici za njegov razvoj (Kawamoto i sur., 2018; Le Vigouroux i sur., 2017; Mikolajczak i Roskam, 2018; Sorkkila i Aunola, 2020). Određene roditeljske karakteristike, poput dobi, razine obrazovanja i socioekonomskoga statusa, mogu povećati roditeljske zahtjeve i/ili smanjiti roditeljske resurse (Mikolajczak i sur., 2018), što posljedično može prouzročiti roditeljsko sagorijevanje. Rezultati istraživanja povezanosti *dobi roditelja* i roditeljskoga sagorijevanja nisu dosljedni, pri čemu su neki pokazali da dob nije značajan prediktor (Mikolajczak i sur., 2018), neki su utvrdili da je starija dob majke povezana s višom razinom roditeljskoga stresa (Macias i sur., 2001), dok je sustavni pregledni rad pokazao da je niža dob roditelja povezana s višim sagorijevanjem (Roskam, Aguiar, i sur., 2021).

Iako se pokazalo da majke s nižom razinom obrazovanja primjenjuju više negativnih roditeljskih postupaka te, ujedno, i manje nadziru djecu (Kuterovac Jagodić i sur., 2016), ovaj se čimbenik nije pokazao rizičnim za razvoj roditeljskoga sagorijevanja (Mikolajczak i sur., 2018). No zato niži *socioekonomski status* i financijski problemi u značajnoj mjeri predviđaju roditeljsko sagorijevanje, što proizlazi iz manje dostupnosti raznih resursa (Mikolajczak i sur., 2018). Sustavni pregledni rad pokazao je da su sagorijevanju više izloženi mlađi roditelji, majke (više nego očevi), roditelji koji žive u nepovoljnim kvartovima, roditelji s većim brojem djece i roditelji sami (Roskam, Aguiar i sur., 2021).

Osim dobi roditelja, značajnim rizičnim čimbenikom za razvoj roditeljskoga sagorijevanja pokazala se i *dob djeteta*. Ne-ka istraživanja pokazuju da su roditeljskom sagorijevanju podložniji roditelji mlađe djece (Chen i sur., 2022; Le Vigouroux i sur., 2022). Iako u nekim istraživanjima nije utvrđena ova veza (Mikolajczak i sur., 2018), sustavni pregledni rad iz 42 zemlje pokazao je povezanost niže dobi djeteta i višega roditeljskog sagorijevanja (Roskam, Aguiar, i sur., 2021). U jednom čileanskom istraživanju roditeljskoga sagorijevanja za vrijeme pandemije COVID-19 pokazalo se da su sagorijevanju posebno izloženi roditelji djece mlađe od pet godina (Giraldo i sur., 2022), što su autori objasnili niskom autonomijom djeteta u toj dobi te većom ovisnošću djeteta o roditeljima i većom potrebom za nadzorom mlađe djece. S obzirom na to da su majke male djece izložene raznim poslijeporođajnim stresorima u prvoj godini djetetova života (Nakić Radoš i sur., 2023) te raznim stresorima vezanima uz brigu, skrb i ponašanja djeteta u razdoblju rane predškolske dobi (Nærde i sur., 2000), u ovom smo se istraživanju usmjerili specifično na majke djece mlađe od pet godina, koje bi mogle biti u većem riziku za sagorijevanje.

Stabilne osobine roditelja također su jedan od značajnijih prediktora roditeljskoga sagorijevanja (Kawamoto i sur., 2018; Le Vigouroux i Scola, 2018; Le Vigouroux i sur., 2017). Ističe se *perfekcionizam* kao crta ličnosti, pri čemu su roditelji s višom razinom perfekcionizma pod većim rizikom od razvoja roditeljskoga sagorijevanja od roditelja s nižom razinom perfekcionizma, kako pokazuju istraživanja u Japanu (Kawamoto i sur., 2018) i Finskoj (Sorkkila i Aunola, 2020), ali i Hrvatskoj (Macuka i sur., 2024). Pri tome treba istaknuti da i opći perfekcionizam (Kawamoto i sur., 2018), a posebno aspekt društveno propisanoga perfekcionizam (Sorkkila i Aunola, 2020), i perfekcionizam specifičan za roditeljstvo (Kawamoto i sur., 2018; Macuka i sur., 2024) pridonose višem sagorijevanju u roditeljstvu.

Značajnim prediktorima roditeljskoga sagorijevanja pokazale su se i neke od velikih pet osobina ličnosti (engl. *Big five*). Konkretnije, rezultati istraživanja provedenog na roditeljima iz Belgije (Le Vigouroux i Scola, 2018; Le Vigouroux i sur., 2017) sugeriraju da su tri osobine ličnosti značajni prediktori roditeljskoga sagorijevanja: visoki *neuroticizam*, niska *savjesnost* i niska *ugodnost*. Ekstraverzija i otvorenost prema iskustvu nisu se pokazali značajnima u predviđanju roditeljskoga sagorijevanja (Le Vigouroux i sur., 2017). Recentno istraživanje u Hrvatskoj ispitivalo je samo neuroticizam od pet osobina ličnosti te se pokazao najznačajnijim prediktorom roditeljskoga sagorijevanja, uz perfekcionizam (Macuka i sur., 2024).

I neki aspekti roditeljskoga ponašanja pokazali su se značajnim prediktorima roditeljskoga sagorijevanja, poput roditeljske podrške, ali ne i roditeljske popustljivosti ili kontrole (Macuka i sur., 2024). Istraživanje na roditeljima s francusko-govornog područja pokazalo je da višu razinu roditeljskoga sagorijevanja doživljavaju roditelji s nižom razinom *roditeljske samoeфикаsnosti* (Mikolajczak i sur., 2018), koju definiramo kao vjerovanje roditelja ili skrbnika u njihovu vlastitu sposobnost da djeluju kao kompetentan i učinkovit roditelj (Jones i Prinz, 2005). U skladu s tim su i rezultati istraživanja koje je uključilo roditelje djece s poremećajem hiperaktivnosti i deficita pažnje (Ben-Naim i sur., 2019). Potpuno suprotno ovim rezultatima, u istraživanju Arbunić (2022) utvrđeno je da je pak viša razina roditeljske samoeфикаsnosti povezana s višom razinom roditeljskoga stresa. S obzirom na nedosljedne rezultate, potrebno je dodatno ispitati povezanost specifično roditeljske samoeфикаsnosti i roditeljskoga sagorijevanja.

Obitelj je prirodni socijalni sustav u kojem se odvija roditeljstvo, a koji ima svoju strukturu, funkcije, pravila, uloge, načine komuniciranja, načine suočavanja s problemima i njihovim rješavanjem (Mikolajczak i sur., 2018; Stalekar, 2010). *Bračno funkcioniranje* ima veliku ulogu u predviđanju roditeljskoga sagorijevanja, a posebno su se istaknula tri čimbenika; zadovoljstvo u braku, suroditeljstvo i neorganiziranost u obitelji. Primjerice, njegujući odnos, adekvatna komunikacija i zadovoljstvo partnerom povezani su s nižom razinom roditeljskoga sagorijevanja (Lindström i sur., 2011), dok su neorganiziranost u obitelji i neadekvatna komunikacija rizični čimbenici za razvoj roditeljskoga sagorijevanja (Dumas i sur., 2005). Međutim, s obzirom na to da se pokazalo kako je neravnopravnost u roditeljstvu povezana s majčinim emocionalnim opterećenjem u roditeljstvu (Roskam i sur., 2022), moguće da su i neki drugi čimbenici bračnoga funkcioniranja povezani s roditeljskim sagorijevanjem, što bi trebalo dodatno istražiti.

Sudjelovanje drugog roditelja, podržavajući odnos i podrška također su povezani s nižom razinom roditeljskoga sagorijevanja, isto kao i s nižom razinom roditeljskoga stresa (Durtschi i sur., 2017). Rezultati pojedinih istraživanja upućuju na važnost *socijalne podrške* u razvoju roditeljskoga sagorijevanja, pa se tako pokazalo da postoji slab i umjeren negativan odnos između percipirane socijalne podrške i roditeljskoga sagorijevanja (Novosel, 2021).

Uzevši u obzir prethodno spomenuta istraživanja, važno je istaknuti kako roditeljsko sagorijevanje budi sve veći interes kod znanstvenika – kako u svijetu, tako i u Hrvatskoj, što rezultira mnogim novim istraživanjima na ovom području. Recentno istraživanje odrednica roditeljskoga sagorijevanja u Hrvatskoj (Macuka i sur., 2024) pokazalo je da su, osim neu-

roticizma i perfekcionizma kao osobina roditelja, značajni prediktori sagorijevanja i neki aspekti roditeljskoga ponašanja te značajke djeteta (mlađa dob djeteta te više eksternaliziranih i internaliziranih poteškoća). Međutim, kako su u tom istraživanju samo manjim dijelom sudjelovali roditelji čija su djeca mlađa do pet godina, a upravo bi oni mogli biti posebno zahvaćeni sagorijevanjem, te nisu uključili kontekstualne varijable poput bračnoga funkcioniranja i socijalne podrške, te s obzirom na nedosljedne rezultate stranih istraživanja, potrebno je provesti dodatna istraživanja.

Stoga je cilj ovog istraživanja bio ispitati učestalost roditeljskoga sagorijevanja majki djece do 5 godina te ispitati prediktivni doprinos sociodemografskih značajki, stabilnih osobina majki (perfekcionizam, emocionalna stabilnost, savjesnost i ugodnost), roditeljske samoefikasnosti, različitih aspekata braka (zadovoljstvo brakom, percipirana pravednost i roditeljstvo) i socijalne podrške za roditeljsko sagorijevanje kod majki. Očekivali smo da će učestalost roditeljskoga sagorijevanja biti između 2-12 %. Pretpostavljali smo da će niža dob majke, veći broj djece i niže imovinsko stanje pridonositi višoj razini sagorijevanja. Nadalje, očekivali smo da će viša razina perfekcionizma, niža razina emocionalne stabilnosti, savjesnosti i ugodnosti te niža razina roditeljske samoefikasnosti značajno pridonositi objašnjenju više razine roditeljskoga sagorijevanja. Također, očekivali smo da će aspekti braka/veze i socijalne podrške biti značajni prediktori roditeljskoga sagorijevanja, i to tako da će nisko zadovoljstvo brakom, niska partnerska ravnoteža u roditeljstvu, percipirana nepravednost u braku i niža razina socijalne podrške značajno pridonositi višoj razini roditeljskoga sagorijevanja.

## METODA

---

### Sudionici

U istraživanje se uključilo 356 majki iz Hrvatske, a kriterij uključivanja bio je da je majka starija od 18 godina i da ima barem jedno dijete mlađe od 5 godina. Tako su rezultati 15 majki isključeni iz analize jer nisu zadovoljile kriterije. Nadalje, isključene su sve majke čija su starija djeca imala više od pet godina (utvrđen raspon dobi od 5 do 25 godina), što se odnosilo na 86 majki, tako da je konačan uzorak obuhvatio 255 majki.

Dob sudionica ( $N = 255$ ) varirala je od 21 do 46 godina ( $M = 32,97$ ,  $SD = 4,81$ ). Dob njihova najmlađega djeteta varirala je od 2 tjedna do 4 godine i 11 mjeseci, a pritom se najveći broj djece (36,1 %) nalazio u kategoriji od 0 do 1 godine. Većina majki (70,2 %) ima jedno dijete, a 78,8 % navodi kako njihovo dijete nema i nije imalo zdravstvenih problema ili poteškoća u razvoju. Što se tiče bračnoga statusa majki, njih 98,0 % na-

● **TABLICA 1**  
 Karakteristike uzorka  
 za glavne  
 demografske varijable  
 (N = 255)

vodi kako je udano ili u izvanbračnoj zajednici. Većina majki (79,2 %) završila je višu školu/fakultet ili još više. Sudionice su uglavnom prosječnoga (43,9 %) ili iznadprosječnoga (46,3 %) imovinskog stanja. Većina majki (90,3 %) navodi kako nikada nije bila na psihijatrijskom liječenju (Tablica 1).

Varijabla		n	(%)
Dob najmlađeg djeteta	0 – 1 godine	92	(36,1)
	1 godina	79	(31,0)
	2 godine	44	(17,3)
	3 godine	25	(9,8)
	4 godine	15	(5,9)
Broj djece	1 dijete	179	(70,2)
	2 djece	71	(27,8)
	≥ 3 djece	5	(2,0)
Zdravstveni problemi djeteta ili poteškoće u razvoju	Ima	37	(14,5)
	Imalo je, ali sad više nema	17	(6,7)
	Ne	201	(78,8)
Bračni status	Udana/izvanbračna zajednica	250	(98,0)
	Rastavljena/neudana	5	(2,0)
Stupanj obrazovanja	Završena osnovna škola	1	(0,4)
	Završena srednja škola	52	(20,4)
	Završena viša škola/fakultet ili više	202	(79,2)
Mjesto stanovanja	Selo	24	(9,4)
	Grad do 100.000 stanovnika	43	(16,9)
	Grad iznad 100.000 stanovnika	188	(73,7)
Imovinsko stanje	Ispod prosjeka	25	(9,8)
	Prosječno	112	(43,9)
	Iznad prosjeka	118	(46,3)
Psihijatrijsko liječenje <sup>a</sup>	Da	24	(9,4)
	Ne	229	(89,8)

Legenda: <sup>a</sup> dvije sudionice nisu dale odgovor na pitanje pa je zbroj manje od 100,0 %.

## Instrumenti

*Upitnik roditeljskoga sagorijevanja (Parental Burnout Assessment; PBA; Roskam i sur., 2018) rabljen je za mjerenje roditeljskoga sagorijevanja, odnosno hrvatska verzija upitnika (Novosel, 2021), koja je nedavno validirana (Macuka i sur., 2022). Upitnik se sastoji od 23 čestice sa skalom od 0 ("nikada") do 6 ("svaki dan") te mjeri četiri temeljne dimenzije roditeljskoga sagorijevanja; iscrpljenost u roditeljskoj ulozi, kontrast sa sobom iz prošlosti,*

osjećaj zasićenosti roditeljskom ulogom i emocionalno udaljanje od djece. Ukupan rezultat dobiven je zbrajanjem svih odgovora, a viši rezultat upućuje na veći stupanj roditeljskoga sagorijevanja. Kritična vrijednost za klinički značajnu razinu roditeljskoga sagorijevanja iznosi 92 (Roskam, Aguiar i sur., 2021). Koeficijent unutarnje konzistencije (Cronbach  $\alpha$ ) na ovom uzorku iznosi 0,96.

*IPIP-50 upitnik ličnosti* (engl. *International Personality Item Pool*) hrvatski je prijevod (Mlačić i Goldberg, 2007) kraće verzije Goldbergova (1999) upitnika IPIP koji ispituje dimenzije peterofaktorskoga modela ličnosti: emocionalna stabilnost, ugodnost, savjesnost, otvorenost i ekstraverzija. Ovaj se upitnik sastoji od 50 tvrdnji, za koje sudionik procjenjuje koliko su istinite za njegovo ponašanje na skali od 1 ("posve netočno") do 5 ("posve točno"). U istraživanju smo rabili podljestvice emocionalne stabilnosti, ugodnosti i savjesnosti. Pojedine čestice boduju se obrnuto, a viši rezultat upućuje na veću izraženu pojedine osobine ličnosti. Koeficijent unutarnje konzistencije (Cronbach  $\alpha$ ) iznosi 0,90 za *emocionalnu stabilnost*, 0,78 za *ugodnost* te 0,83 za *savjesnost*.

*Multidimenzionalna skala perfekcionizma* (MPS-F; Frost i sur., 1990), koju su na hrvatski prevele Crnčić i sur. (2006) te pridile Zubčić i Vulić Prtorić (2008), mjeri perfekcionizam u šest dimenzija: *osobni standard*, *zabrinutost zbog pogrešaka*, *roditeljska očekivanja*, *roditeljska prigovaranja*, *dvojba u vlastitu izvedbu* i *organiziranost*. Skala se sastoji od 35 čestica sa skalom od 1 ("uopće se ne slažem") do 5 ("potpuno se slažem"). Ukupan rezultat dobiven je zbrajanjem pojedinih čestica na svim podskalama, osim na podskali *organiziranost*, jer je navedena podskala u niskoj korelaciji s ostalim podskalama. Viši rezultat upućuje na višu razinu perfekcionizma kod sudionika. Cronbach  $\alpha$  ukupne ljestvice iznosi 0,94.

*Skala roditeljske kompetentnosti* (Keresteš i sur., 2011) jest mjera samoprocjene roditeljske kompetentnosti kroz tri podskale: *Roditeljska samoefikasnost*, *Eksternalni lokus kontrole roditelja* i *Internalni lokus kontrole roditelja*. Skala sadrži 12 čestica na koje sudionik odgovara na skali od 1 ("uopće se ne slažem") do 4 ("potpuno se slažem"). U istraživanju je uzeta samo podskala *Roditeljska samoefikasnost*, a viši rezultat upućuje na veću samoprocijenjenu kompetentnost i samoefikasnost u roditeljskoj ulozi. Cronbach  $\alpha$  iznosi 0,76.

*Upitnik percepcije kvalitete bračnog odnosa* (UPKBO; Jurević, 2007) sastoji se od 15 podskala, a u ovom su istraživanju uzete tri: *Zadovoljstvo brakom*, *Roditeljstvo* i *Percipirana pravednost u braku*. *Zadovoljstvo brakom* sastoji se od 6 čestica te procjenjuje generalno zadovoljstvo bračnim odnosom. *Roditeljstvo* se sastoji od 11 čestica te procjenjuje percepciju ravnopravnosti bračnih partnera u sudjelovanju i odlučivanju o odgoju djece, percepciju partnera kao kompetentnog roditelja te utjecaj koji ro-



diteljstvo ima na njihov brak. Radi lakšeg razumijevanja podskale u kontekstu roditeljskoga sagorijevanja, preimenovali smo je u Partnerska ravnoteža u roditeljstvu, bez mijenjanja sadržaja čestica. Podskala *Percipirana pravednost u braku* sastoji se od 11 čestica te procjenjuje percipiranu pravednost podjele i izvršavanja obveza te odgovornosti među partnerima. Sudionici svaku tvrdnju procjenjuju na skali od 7 stupnjeva od -3 ("potpuno netočno") do +3 ("potpuno točno"), što se kasnije transformira na skalu od 1 do 7. Rezultat je kao prosječna vrijednost na česticama, pri čemu viši rezultat upućuje na percepciju veće kvalitete bračnog odnosa. Cronbach  $\alpha$  iznosi 0,75 za *Zadovoljstvo brakom*, 0,75 za *Roditeljstvo* te 0,79 za *Percipiranu pravednost u braku*.

*Multidimenzionalna skala percipirane socijalne podrške* (Medved i Keresteš, 2011) jest adaptirana verzija *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (Zimet i sur., 1988) te ispituje socijalnu podršku. Skala se sastoji od 12 tvrdnji sa skalom od 1 ("izrazito se ne slažem") do 7 ("izrazito se slažem") te mjeri percipiranu socijalnu podršku obitelji, prijatelja i značajnih drugih osoba. Ukupan rezultat formiran je kao prosječan rezultat svih čestica, a viši rezultat upućuje na višu razinu socijalne podrške. Cronbach  $\alpha$  cijele skale iznosi 0,94.

*Upitnik općih podataka* sastojao se od pitanja vezanih za dob majke, broj i dob djece, bračni status, socioekonomski status, mjesto stanovanja, mentalno zdravlje majki i njihovih obitelji te zdravlje djeteta.

## Postupak

Nakon odobrenja Etičkoga povjerenstva Hrvatskoga katoličkog sveučilišta, sudionice su regrutirane metodom snježne grude te putem društvene mreže Facebook, gdje je poveznica na istraživanje objavljena u grupama s tematikom majčinstva, odgoja i sl. Sudionice su upitnik ispunjavale online u programu *Google forms* od 22. srpnja do 22. kolovoza 2022. godine.

Istraživanje je bilo anonimno i dobrovoljno. Kako bi pristupili istraživanju, sudionici su prije početka dali svoj pristanak za uključivanje. Ispunjavanje upitnika trajalo je oko 15 minuta.

## Statističke analize

Kako bi se ispitala povezanost između različitih varijabli i roditeljskoga sagorijevanja, uzeti su Pearsonov i Spearmanov koeficijent korelacije, pri čemu je potonji uzet za računanje korelacija između sociodemografskih varijabli i rezultata na psihologijskim upitnicima. Kako bi se ispitali prediktori roditeljskoga sagorijevanja, iskorištena je hijerarhijska regresijska analiza (HRA; *enter* metoda sa *listwise* pristupom). Upotrebom G\*Power programa (Faul et al., 2009) izračunano je da uz umjerenu veličinu učinka od 0,15, 5 % razine značajnosti,

90 % statističke snage i 10 prediktora potrebno je najmanje 147 sudionica, što je daleko premašeno. Prije provedbe HRA, provjereni su preduvjeti za njezinu provedbu, u vidu provjere multikolinearnosti, homoscedasticeta, ekstremnih vrijednosti i normalnosti raspodjele reziduala. U HRA uvrštene su one varijable koje su bile u korelaciji sa sagorijevanjem, i to sljedećim redom: sociodemografske varijable (1. korak), stabilne osobine ličnosti (2. korak), roditeljska samoefikasnost (3. korak) te elementi bračnoga funkcioniranja i socijalna podrška (4. korak). Sve analize napravljene su u *IBM SPSS Statistics 23*.

## REZULTATI

### Deskriptivni podaci i prevalencija roditeljskoga sagorijevanja

Što se tiče deskriptivnih rezultata, na gotovo svim varijablama postignut je puni raspon dobivenih vrijednosti, pa je stoga jasno da su istraživanjem zahvaćeni sudionici i s najvišim i s najnižim razinama mjerenih konstrukata, osim što nisu obuhvaćene majke s izrazito visokim sagorijevanjem, izrazito visokim perfekcionizmom te one koje su izrazito nezadovoljne aspektima partnerske veze u domenama partnerske ravnoteže u roditeljstvu i percipirane pravednosti u braku.

#### ● TABLICA 2

Deskriptivni podaci za upitnike osobina ličnosti, roditeljske samoefikasnosti, bračnog funkcioniranja, socijalne podrške te roditeljskog sagorijevanja ( $N = 255$ )

Uvidom u prosječne vrijednosti rezultata (Tablica 2) postignute na *Upitniku roditeljskoga sagorijevanja*, možemo zaključiti da majke iskazuju u prosjeku nizak stupanj roditeljskoga sagorijevanja. Međutim, 3,5 % majki doživljava klinički značajnu razinu sagorijevanja.

Varijabla	M	SD	Teoretski raspon	Ostvareni raspon	Koeficijent asimetrije	Koeficijent spljoštenosti
Emocionalna stabilnost	29,16	8,14	10-50	11-49	-0,06	-0,30
Ugodnost	39,89	5,68	10-50	20-50	-0,53	0,37
Savjesnost	37,44	6,66	10-50	19-50	-0,16	-0,63
Perfekcionizam	81,30	23,77	35-175	35-141	0,37	-0,50
Roditeljska samoefikasnost	3,26	0,50	1-4	1,80-4,00	-0,60	0,00
Zadovoljstvo brakom	4,92	1,18	1-7	1,80-6,60	-0,46	-1,00
Partnerska ravnoteža u roditeljstvu	4,97	0,81	1-7	2,91-6,27	-0,48	-0,63
Percipirana pravednost u braku	4,76	0,76	1-7	3,09-6,82	-0,32	-0,59
Socijalna podrška	5,63	1,25	1-7	1-7	-1,17	1,14
Roditeljsko sagorijevanje	29,56	25,53	0-138	0-119	1,31	1,45

### Povezanosti između varijabli

Rezultati korelacijskih analiza (Tablica 3) upućuju na postojanje statistički značajne korelacije između gotovo svih psihologijskih varijabli, odnosno osobina ličnosti majke, uključujući nižu emocionalnu stabilnost, nižu ugodnost i viši perfekcionizam, niže roditeljske samoefikasnosti, slabije bračno funkcioniranje i nižu socijalnu podršku s višim roditeljskim sagorijevanjem.

● **TABLICA 3**  
 Korelacijske analize  
 između sociodemo-  
 grafskih podataka,  
 osobina ličnosti, rodi-  
 teljske samoefikas-  
 nosti, bračnog funk-  
 cioniranja i socijalne  
 podrške s roditeljskog  
 sagorijevanja  
 (N = 255)

Varijabla	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1 Dob majke	-	0,08	0,35**	0,16*	0,30**	0,05	0,02	-0,15*	0,02	0,16*	-0,13*	-0,16**	-0,11	-0,16*	-0,20**	0,12
2 Broj djece		-	-0,03	0,0	-0,03	0,06	-0,06	0,02	-0,02	-0,05	-0,09	-0,04	-0,05	-0,02	-0,02	0,13*
3 Stupanj obrazovanja majke <sup>a</sup>			-	0,26**	0,31**	-0,03	-0,03	-0,02	-0,01	0,25**	-0,18**	-0,10	-0,08	0,01	-0,05	0,21**
4 Imovinsko stanje <sup>b</sup>				-	0,17**	-0,09	0,13*	-0,01	-0,03	0,02	0,0	0,14*	0,05	0,11	0,04	0,02
5 Mjesto stanovanja <sup>c</sup>					-	0,06	0,01	-0,02	-0,08	-0,03	-0,11	-0,09	-0,05	-0,04	-0,02	0,13*
6 Zdravstvene teškoće djeteta <sup>d</sup>						-	-0,03	0,03	-0,03	0,14*	-0,12	0,0	-0,08	-0,01	0,03	0,10
7 Emocionalna stabilnost							-	0,03	0,12	-0,39**	0,18**	0,28**	0,26**	0,15*	0,32**	-0,50**
8 Ugodnost								-	0,08	0,01	0,21**	0,17**	0,14*	0,08	0,23**	-0,14*
9 Savjesnost									-	0,03	0,20**	0,14*	0,19**	0,20**	0,13*	-0,12
10 Perfekcionizam										-	-0,14*	-0,13*	-0,18**	0,0	-0,31**	0,44**
11 Roditeljska samoefikasnost											-	0,29**	0,32**	0,27**	0,29**	-0,44**
12 Zadovoljstvo brakom												-	0,81**	0,60**	0,58**	-0,35**
13 Partnerska ravnoteža u roditeljstvu													-	0,66**	0,59**	-0,33**
14 Percipirana pravednost u braku														-	0,45**	-0,15*
15 Socijalna podrška															-	-0,36**
16 Roditeljsko sagorijevanje																-

Napomena: \*  $p < 0,05$ , \*\*  $p < 0,01$ . Spearmanov koeficijent korišten je za korelacije između sociodemografskih varijabli (osim dobi) i psiholoških upitnika, a Pearsonov koeficijent za interkorelacije psiholoških upitnika. <sup>a</sup> Stupanj obrazovanja majke: 1 – bez osnovne škole, 2 – završena osnovna škola, 3 – završena srednja škola, 4 – završena viša škola/prvostupnik, 5 – završena visoka škola/fakultet ili više; <sup>b</sup> Socioekonomski status: 1 – ispodprosječno, 2 – prosječno, 3 – iznadprosječno; <sup>c</sup> Mjesto stanovanja: 1 – selo, 2 – grad do 100.000 stanovnika, 3 – grad iznad 100.000 stanovnika; <sup>d</sup> Zdravstvene poteškoće djeteta: 0 – ne, 1 – imalo je, ali više nema, 2 – ima.

Jedino savjesnost nije bila povezana sa sagorijevanjem. Od sociodemografskih značajki, više roditeljsko sagorijevanje pokazalo se u značajnoj korelaciji s većim brojem djece, višim stupnjem obrazovanja majke i urbanijim mjestom stanovanja, ali nije bilo povezano s dobi majke, imovinskim stanjem ili zdravstvenim poteškoćama djeteta. Potrebno je napomenuti i to da su opće zadovoljstvo brakom i partnerska ravnoteža u roditeljstvu bili visoko povezani ( $r = 0,81, p < 0,01$ ). Međutim, korelacija nije prelazila 0,90, a s obzirom na to da su ostali pokazatelji multikolinearnosti, koeficijent inflacije varijance (VIF) i tolerancije bili unutar preporučenih vrijednosti (Field, 2018), obje su varijable zbog teorijske važnosti zadržane u daljnjoj analizi.

## Hijerarhijska regresijska analiza

Kako bi se ispitao prediktorski doprinos sociodemografskih značajki (broj djece, stupanj obrazovanja majke, mjesto stanovanja), stabilnih osobina (emocionalne stabilnosti, ugodnosti, i perfekcionizma), roditeljske samoefikasnosti, bračnoga funkcioniranja (zadovoljstvo brakom, partnerska ravnoteža u roditeljstvu i percipirana pravednost u braku) te socijalne podrške roditeljskom sagorijevanju, provedena je hijerarhijska regresijska analiza s četiri bloka, za čiju su provedbu zadovoljeni svi preduvjeti (Tablica 4).

Ovim modelom može se objasniti 48 % ukupne varijance roditeljskoga sagorijevanja kod majki. Svaki korak, osim četvrtoga, ima značajan doprinos u objašnjenju kriterija. Prvi blok sa sociodemografskim varijablama objašnjava 7 % varijance roditeljskoga sagorijevanja, pri čemu se pokazalo da veći broj djece pridonosi višoj razini sagorijevanja, a u kasnijim koracima se pokazalo i da je mjesto stanovanja značajan prediktor, pri čemu majke iz urbanijih sredina izvještavaju o višoj razini sagorijevanja. Drugi blok, u koji su uključene stabilne osobine ličnosti majke, objašnjava dodatnih 39 % varijance. Svi prediktori pokazali su se značajnima, a rezultati upućuju na to da majke niže emocionalne stabilnosti, ugodnosti te višega perfekcionizma doživljavaju višu razinu roditeljskoga sagorijevanja, pri čemu je emocionalna stabilnost najznačajniji prediktor ( $\beta = -0,43, p < 0,01$ ).

Treći blok, koji uključuje roditeljsku samoefikasnost, objašnjava dodatnih 8 % varijance, a one majke koje izvještavaju o nižoj roditeljskoj samoefikasnosti ujedno doživljavaju i višu razinu roditeljskoga sagorijevanja.

Posljednji, četvrti, blok, koji uključuje socijalnu podršku i elemente bračnoga funkcioniranja, objašnjava samo 1 % dodatne varijance, što nije značajan doprinos.

Sveukupno, model objašnjava 48 % varijance roditeljskoga sagorijevanja, a značajni prediktori većega sagorijevanja po-

● **TABLICA 4**  
Rezultati hijerarhijske  
regresijske analize  
na kriterij *roditeljsko*  
*sagorijevanje*  
(*N* = 255)

kazali su se, redom prema jačini, niža emocionalna stabilnost, niža roditeljska samoefikasnost, viši perfekcionizam, veći broj djece, urbanije mjesto stanovanja i niža ugodnost.

	Prediktor	$\beta$	B	SE(B)
1. korak	Konstanta		-6,48	9,17
	Broj djece	0,18**	8,64	2,95
	Stupanj obrazovanja	0,11	3,43	1,99
	Mjesto stanovanja	0,12	4,59	2,53
			$R^2 = 0,07$	
			$F(3, 238) = 5,63^{**}$	
2. korak	Konstanta		48,78	13,92
	Broj djece	0,16**	7,58	2,41
	Stupanj obrazovanja	0,07	1,99	1,68
	Mjesto stanovanja	0,15*	5,77	2,08
	Emocionalna stabilnost	-0,43**	-1,33	0,17
	Ugodnost	-0,18**	-0,80	0,22
	Perfekcionizam	0,22**	0,23	0,06
			$\Delta R^2 = 0,32$	
			$R^2 = 0,39$	
			$F(6, 235) = 25,19^{**}$	
3. korak	Konstanta		92,27	14,95
	Broj djece	0,13*	6,02	2,27
	Stupanj obrazovanja	0,04	1,09	1,58
	Mjesto stanovanja	0,12*	4,75	1,95
	Emocionalna stabilnost	-0,36**	-1,13	0,16
	Ugodnost	-0,13*	-0,56	0,21
	Perfekcionizam	0,20**	0,22	0,06
	Roditeljska samoefikasnost	-0,30**	-15,22	2,58
			$\Delta R^2 = 0,08$	
			$R^2 = 0,47$	
			$F(7, 234) = 29,69^*$	
4. korak	Konstanta		94,58	16,19
	Broj djece	0,12*	5,86	2,27
	Stupanj obrazovanja	0,03	1,05	1,59
	Mjesto stanovanja	0,12*	4,62	1,95
	Emocionalna stabilnost	-0,34**	-1,05	0,17
	Ugodnost	-0,10*	-0,45	0,22
	Perfekcionizam	0,20**	0,21	0,06
	Roditeljska samoefikasnost	-0,28**	-14,14	2,64
	Zadovoljstvo brakom	-0,13	-2,64	1,81
	Partnerska ravnoteža u roditeljstvu	0,03	0,98	2,70
	Percipirana pravednost u braku	0,00	-0,01	2,26
	Socijalna podrška	-0,03	-0,60	1,34
			$\Delta R^2 = 0,01$	
			$R^2 = 0,48$	
			$F(11, 230) = 19,50^{**}$	

Napomena: \*  $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ .

S obzirom na to da se roditeljsko sagorijevanje sve više istražuje, cilj je ovog istraživanja bio utvrditi učestalost roditeljskoga sagorijevanja specifično kod majki djece do pet godina te ispitati povezanost sociodemografskih značajki, stabilnih osobina majki, roditeljske samoefikasnosti, bračnoga funkcioniranja i socijalne podrške s roditeljskim sagorijevanjem kod majki.

Prevalencija roditeljskoga sagorijevanja kod majki iznosi 3,5 %. Ovi nalazi u skladu su s prethodno provedenim inozemnim, ali i hrvatskim istraživanjima. Dok je istraživanje Roskam i sur. (2018) pokazalo da se prevalencija roditeljskoga sagorijevanja kreće između 2 % i 12 %, istraživanje provedeno na hrvatskom uzorku pokazalo je da 3,8 % (Novosel, 2021) do 4,2 % majki (Macuka i sur., 2022) zadovoljava kriterije za utvrđivanje klinički značajnih razina roditeljskoga sagorijevanja. Prevalencija roditeljskoga sagorijevanja značajno varira među državama te je zamijećena značajno viša prevalencija roditeljskoga sagorijevanja kod roditelja u zapadnim, individualističkim kulturama (Roskam, Aguiar i sur., 2021), iz čega proizlazi zaključak da kulturne vrijednosti u zapadnim zemljama kod roditelja mogu izazvati povećanu razinu stresa (Geinger i sur., 2014; Nelson, 2010; Rizzo i sur., 2013; Roskam, Aguiar i sur., 2021).

Što se tiče varijabli povezanih s roditeljskim sagorijevanjem, dobiveni rezultati djelomično su u skladu s teorijskim pretpostavkama. Od sociodemografskih značajki očekivali smo da će višem sagorijevanju biti izložene mlađe majke, one s većim brojem djece i slabijim imovinskim stanjem. U našem istraživanju, pokazalo se da su o višoj razini roditeljskoga sagorijevanja izvijestile majke s većim brojem djece, što se podudara s rezultatima sustavnoga preglednog rada (Roskam, Aguiar i sur., 2021). Pri tome treba naglasiti da su, zbog kriterija istraživanja, sve majke u našem istraživanju imale djecu mlađu od pet godina. Ipak, druga su istraživanja pokazala da je veći broj djece, ali s većom dobnom razlikom među njima, umjeren rizični čimbenik za sagorijevanje (Le Vigouroux i Scola, 2018). S druge strane, dob majke ni imovinsko stanje nisu se pokazali povezanim sa sagorijevanjem, što se dijelom može objasniti time što su u istraživanju uglavnom sudjelovale visoko obrazovane majke prosječnoga i iznadprosječnoga socioekonomskog statusa. Međutim, u našem se istraživanju pokazalo da su majke iz urbanijih sredina izvještavale o višem sagorijevanju, što je u skladu s nekim stranim istraživanjima, primjerice istraživanjem s roditeljima djece s poremećajem iz autističnog spektra, koje je pokazalo da je veza između roditeljskoga stresa i sagorijevanja jača kod roditelja iz urbanih sredina (Liu i sur., 2024).

Od osobina ličnosti, pretpostavka je bila da će viša razina perfekcionizma, niža razina emocionalne stabilnosti, niža razina savjesnosti i niža razina ugodnosti značajno predviđati višu razinu roditeljskoga sagorijevanja. Dobiveni rezultati pokazali su da niska razina emocionalne stabilnosti i ugodnosti u značajnoj mjeri predviđaju roditeljsko sagorijevanje kod majki, dok savjesnost nije bila povezana sa sagorijevanjem. Ovi rezultati djelomično su u skladu s prethodnim istraživanjima, koja su pokazala da su niska emocionalna stabilnost i ugodnost prediktori sagorijevanja, ali i da je niska savjesnost također rizični čimbenik za sagorijevanje (Le Vigouroux i Scole, 2018; Le Vigouroux i sur., 2017). U recentnom istraživanju sagorijevanja hrvatskih roditelja (Macuka i sur., 2024), od velikih pet osobina ličnosti mjerila se samo emocionalna stabilnost te je utvrđeno, isto kao i u našem istraživanju, da je upravo ona najjači prediktor roditeljskoga sagorijevanja, pored socio-demografskih značajki, drugih osobina roditelja, roditeljskoga ponašanja ili karakteristika djeteta.

Za perfekcionizam se također pokazalo da u značajnoj mjeri pridonosi roditeljskom sagorijevanju. Viša razina općega perfekcionizma, kako je mjereno u našem istraživanju, povezana je s višom razinom roditeljskoga sagorijevanja, što je u skladu s prethodnim istraživanjima (Kawamoto i sur., 2018; Sorkkila i Aunola, 2020). U istraživanju Macuke i sur. (2024), perfekcionizam specifičan za roditeljstvo pokazao se značajnim za roditeljsko sagorijevanje. Perfekcionizam je usko povezan s roditeljskom pedantnosti, jer se roditelji često iscrpljuju nastojeći da sve naprave "savršeno" (Lindström i sur., 2011). S obzirom na to da je društveno propisani perfekcionizam usko povezan s neuroticizmom i negativnim afektom (Flett i Hewitt, 2022; Molnar i sur., 2006) te anksioznošću i depresijom (Flett i Hewitt, 2022), a svi su ti konstrukti značajno povezani s roditeljskim sagorijevanjem (Mikolajczak i sur., 2018), pretpostavka da perfekcionizam ima važnu ulogu u predviđanju roditeljskoga sagorijevanja pokazala se točnom i u našem istraživanju.

Kao što se i pretpostavljalo, roditeljska samoeфикаsnost također se pokazala značajnim prediktorom sagorijevanja. Naime, one majke kod kojih je zabilježena niža razina roditeljske samoeфикаsnosti doživljavaju višu razinu roditeljskoga sagorijevanja. Ovi su nalazi u skladu s prethodno provedenim istraživanjima, u kojima je dobiveno da roditelji s višom razinom roditeljske samoeфикаsnosti doživljavaju nižu razinu roditeljskoga sagorijevanja (npr. Mikolajczak i sur., 2018).

Iako su zadovoljstvo brakom, partnerska ravnoteža u roditeljstvu i percipirana pravednost u braku bili u značajnoj korelaciji s roditeljskim sagorijevanjem na bivarijantnoj razini, ni

jedan od ova tri prediktora nije se pokazao značajnim u objašnjenju roditeljskoga sagorijevanja, što nije u skladu s očekivanjima. Prethodna istraživanja ističu da su sudjelovanje partnera u roditeljstvu, podržavajući odnos i podrška povezani s nižom razinom roditeljskoga stresa i roditeljskoga sagorijevanja (Durtschi i sur., 2017). Naši rezultati neočekivani su i s obzirom na to da su prethodna istraživanja pokazala kako je upravo nejednakost u roditeljstvu povezana s roditeljskim emocionalnim opterećenjem kod majki (Roskam i sur., 2022). Ipak, treba uzeti u obzir da su majke u prosjeku izvještavale o iznadprosječnom zadovoljstvu bračnim funkcioniranjem. Također, moguće je da su emocionalna stabilnost i perfekcionizam, koji su također povezani i s bračnim funkcioniranjem, već objasnili zajednički dio varijance.

Slično tome, iako je socijalna podrška povezana s roditeljskim sagorijevanjem na bivarijantnoj razini, ipak se, suprotno našim očekivanjima, nije pokazala značajnim prediktorom roditeljskoga sagorijevanja. Niža socijalna podrška povezana je i s nižom emocionalnom stabilnosti, višim perfekcionizmom te svim aspektima bračnoga funkcioniranja, pa je moguće da su te ostale varijable već prethodno objasnile zajednički dio varijance. No s obzirom na to da su ovi nalazi u suprotnosti s prethodno provedenim istraživanjem u Hrvatskoj (Novosel, 2021), a koji upućuju na značajan doprinos socijalne podrške u razvoju roditeljskoga sagorijevanja, potrebno je provesti dodatna istraživanja. Bilo bi dobro pri tome uzeti u obzir izvor ili tip socijalne podrške, što bi posebno moglo biti korisno za kreiranje nekih politika za podršku roditeljima u zajednici.

Rezultati dobiveni ovim istraživanjem imaju teorijske i praktične implikacije. Što se tiče teorijskih implikacija, u Hrvatskoj nije provedeno ni jedno istraživanje koje je istodobno obuhvatilo sve navedene prediktore i roditeljsko sagorijevanje. Iako neki rezultati nisu u skladu s teorijskim pretpostavkama, oni su svakako vrijedni i upućuju na moguću veću ulogu individualnih karakteristika roditelja nego na ulogu relacijskih odnosa. Ovo se djelomično slaže s *Teorijom ravnoteže rizika i resursa* (Mikolajczak i Roskam, 2018), pri čemu u našem, općem uzorku majki, ipak prevladavaju emocionalna nestabilnost, visoki perfekcionizam i niska samoeфикаsnost kao glavne varijable doprinosa roditeljskom sagorijevanju. Treba istaknuti i da su sudionice u našem istraživanju socijalnu podršku procijenile visokom, pa su i aspekte braka procijenile povoljnijima. Bilo bi potrebno da buduća istraživanja obuhvate veći uzorak majki s izraženim kliničkim simptomima roditeljskoga sagorijevanja te da dodatno ispituju ulogu ovih varijabli na tako selekcioniranom uzorku.

Kada su u pitanju praktične implikacije, nalazi ovog istraživanja mogli bi se iskoristiti u svrhu pokretanja kampanja i



preventivnih programa koje će imati za cilj osvijestiti problematiku roditeljskoga sagorijevanja. Kako se ovim istraživanjem utvrdilo da su u posebnom riziku majke s više djece u dobi do pet godina i one koje žive u većim gradovima, gdje je možda praktična podrška slabije dostupna, bilo bi važno raditi na kreiranju programa dostupnih u lokalnoj zajednici u urbanim sredinama upravo obiteljima s većim brojem djece. S obzirom na to da je ovo sindrom koji nastaje uslijed intenzivne iscrpljenosti uzrokovane roditeljskom ulogom, (Roskam i sur., 2017), bilo bi važno roditelje educirati o važnosti organizacijskih vještina i vještina samoregulacije, prihvaćanja realnije slike roditeljstva i slično. U današnje vrijeme novih tehnologija i društvenih mreža, 75 % roditelja u Americi informacije vezane uz roditeljstvo i podršku traži na društvenim mrežama (Duggan i sur., 2015), koje moguće nameću "idealno" roditeljstvo. Kako bi se roditelji lakše nosili s perfekcionizmom i samokritičnošću, može ih se poticati na samoprihvatanje i samosuosjećanje, što podrazumijeva prihvaćanje ljudske prirode sa svojim nesavršenostima te pružanje blagosti i razumijevanja prema samom sebi u suočavanju s pogreškama i nedostacima (Warren i sur., 2016).

Treba sagledati i ograničenja ovog istraživanja, koja bi mogla poslužiti kao preporuke za buduća istraživanja. Prvo, uzorak je bio ograničen na majke djece mlađe od pet godina, pa se rezultati ne mogu generalizirati na majke koje mogu biti izložene drugim stresorima vezanima uz stariju razvojnu dob djeteta. Uzorak je također bio homogen i prema drugim karakteristikama, s obzirom na to da su uglavnom sudjelovale visokoobrazovane žene, koje su gotovo sve bile u braku ili u vezi, uglavnom iz većih gradova te prosječnih ili iznadprosječnih primanja. Stoga bi u idućim istraživanjima bilo važno uključiti više žena nižeg obrazovanja, onih iz ruralnih sredina, slabijega imovinskog statusa ili one koje su samice. Također, ispitali smo ima li (naj)mlađe dijete nekih zdravstvenih problema ili poteškoća u razvoju (što nije bilo povezano sa sagorijevanjem), ali nismo ispitali imaju li starija djeca takvih poteškoća, što bi moglo pridonositi sagorijevanju majke. Stoga bi u idućim istraživanjima za svako dijete u obitelji trebalo pojedinačno ispitati probleme. Nadalje, u istraživanju su uzete isključivo mjere samoprocjene, stoga bi buduća istraživanja trebala uključivati objektivnije mjere, poput intervjua, opažanja interakcija i ponašanja u prirodnim uvjetima ili iskaza članova obitelji. Kod sudionica nije isključena ni mogućnost postojanja nekoga psihičkog poremećaja, poput depresije ili anksioznoga poremećaja, koji bi mogao imati slične simptome kao i roditeljsko sagorijevanje, što bi se trebalo kontrolirati u budućim istraživanjima. Konačno, istraživanje je krossekcijski

skoga nacрта, pa bi nova istraživanja trebala imati više točaka mjerenja, kako bi se mogle ispitati predikcije kroz više vremenskih točaka i vidjeti dinamičke procese između individualnih i kontekstualnih čimbenika.

Zaključno, ovo istraživanje pokazalo je da stabilne osobine ličnosti u značajnoj mjeri predviđaju roditeljsko sagorijevanje. Tako niža razina emocionalne stabilnosti, odnosno neuroticizam, niža ugodnost te viša razina perfekcionizma značajno predviđaju višu razinu roditeljskoga sagorijevanja kod majki. Nadalje, pokazalo se da je i roditeljska samoefikasnost bitan čimbenik u predviđanju roditeljskoga sagorijevanja, jer one majke kod kojih je zabilježena niža razina roditeljske samoefikasnosti u značajno većoj mjeri doživljavaju roditeljsko sagorijevanje. Od sociodemografskih obilježja, majke s više djece i one koje žive u većim gradovima bliže su riziku od roditeljskoga sagorijevanja. Obiteljsko funkcioniranje, odnosno zadovoljstvo brakom, partnerska ravnoteža u roditeljstvu i percipirana pravednost odnosa u braku, kao ni socijalna podrška, nisu se pokazali značajnim prediktorom roditeljskoga sagorijevanja. Ovaj rad pruža smjernice za identifikaciju rizičnih čimbenika koji predviđaju roditeljsko sagorijevanje, a samim time i izradbu raznih edukativnih i preventivnih programa koji bi roditeljima pomogli u suočavanju sa stresom vezanim uz roditeljstvo. S obzirom na nedovoljno istraživanja ove teme u Hrvatskoj, rezultati mogu poslužiti kao polazište ili dopuna budućim istraživanjima koja će se baviti roditeljskim sagorijevanjem.

## LITERATURA

---

Arbunić, M. (2022). *Roditeljska samoprocjena stresa i kvalitete roditeljstva* (Neobjavljeni diplomski rad). Sveučilište u Splitu.

Ben-Naim, S., Gill, N., Laslo-Roth, R. i Einav, M. (2019). Parental stress and parental self-efficacy as mediators of the association between children's ADHD and marital satisfaction. *Journal of Attention Disorders*, 23(5), 506–516. <https://doi.org/10.1177/1087054718784659>

Chen, M., Bai, Y., Fu, M., Huang, N., Ahmed, F., Shahid, M., Wang, X., Liu, C., Feng, X.L. i Guo, J. (2022). The associations between parental burnout and mental health symptoms among Chinese parents with young children during the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 819199. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.819199>

Crnić, R., Nakić, S. i Roso, I. (2006). *Validacija Multidimenzionalne skale perfekcionizma* (Neobjavljeni rad). Sveučilište u Zadru.

Duggan, M., Lenhart, A., Lampe, C. i Ellison, N. B. (2015). Parents and social media. *Pew Research Center*, 16(1), 2. <https://gradelevelreading.net/wp-content/uploads/2018/11/Role-of-Media-in-Supporting-Parent-Success-Pre-Readings-Combined.pdf>

Dumas, J. E., Nissley, J., Nordstrom, A., Smith, E. P., Prinz, R. J. i Levine, D. W. (2005). Home chaos: Sociodemographic, parenting, interactional,

and child correlates. *Journal of Clinical Child*, 34(1), 93–104. [https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401\\_9](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401_9)

Durtschi, J. A., Soloski, K. L. i Kimmes, J. (2017). The dyadic effects of supportive coparenting and parental stress on relationship quality across the transition to parenthood. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 308–321. <https://doi.org/10.1111/jmft.12194>.

Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A. i Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G\*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>

Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (5th ed.). SAGE Publications.

Flett, G. L. i Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. U G. L. Flett i P. L. Hewitt (Ur.), *Perfectionism: Theory, research and treatment* (str. 5–31). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-001>

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>

Geinger, F., Vandenberg, M. i Roets, G. (2014). Parenting as a performance: Parents as consumers and (de)constructors of mythic parenting and childhood ideals. *Childhood*, 21(4), 488–501. <https://doi.org/10.1177/0907568213496657>

Giraldo, C. P., Santelices, M. P., Oyarce, D., Chalco, E. F. i Escobar, M. J. (2022). Children's age matters: Parental burnout in Chilean families during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13, 946705. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.946705>

Goldberg, L. R. (1999). A broad-bandwidth, public-domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. U I. Mervielde, I. Deary, F. De Fruyt i F. Ostendorf (Ur.), *Personality psychology in Europe* (str. 7–28). Tilburg University Press. <http://ipip.ori.org/newBroadbandText.htm>

Jones, T. L. i Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self-efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25(3), 341–363. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2004.12.004>

Jurević, J. (2007). *Obrasci slaganja među partnerima u procjeni bračnog funkcioniranja i percepcija opće kvalitete braka* (Neobjavljeni diplomski rad). Sveučilište u Zadru.

Kawamoto, T. K., 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. i Kuterovac Jagodić, G. (2011). Doživljaj kompetentnosti u roditeljskoj ulozi i sukobi između roditelja i adolescenata. *Suvremena psihologija*, 14(1), 17–34. <https://hrcak.srce.hr/83104>

Kuterovac-Jagodić, G., Štulhofer, A. i Lebedina-Manzoni, M. (2016). *Preporuke za zaštitu djece i sigurno korištenje elektroničkih medija*. Agencija za elektroničke medije.

Le Vigouroux, S. i Scola, C. (2018). Differences in parental burnout: Influence of demographic factors and personality of parents and children. *Frontiers in Psychology*, 9, 887. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00887>

Le Vigouroux, S., Charbonnier, E. i Scola, C. (2022). Profiles and age-related differences in the expression of the three parental burnout dimensions. *European Journal of Developmental Psychology*, 19(6), 885–904. <https://doi.org/10.1080/17405629.2021.1990749>

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>

Lindahl Norberg, A. L. (2007). Burnout in mothers and fathers of children surviving brain tumour. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 14(2), 130–137. <https://doi.org/10.1007/s10880-007-9063-x>

Lindström, 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>

Liu, S., Zhang, L., Yi, J., Liu, S., Li, D., Wu, D. i Yin, H. (2024). The relationship between parenting stress and parental burnout among chinese parents of children with ASD: A Moderated Mediation Model. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54, 1527–1537. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05854-y>

Macias, M. M., Clifford, S. C., Saylor, C. F. i Kreh, S. M. (2001). Predictors of parenting stress in families of children with spina bifida. *Children's Health Care*, 30(1), 57–65. [https://doi.org/10.1207/S15326888CHC3001\\_5](https://doi.org/10.1207/S15326888CHC3001_5)

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

Macuka, I., Šimunić, A. i Šimac, D. (2024). Odrednice sagorijevanja u roditeljstvu. *Društvena istraživanja*, 33(1), 125–147. <https://doi.org/10.5559/di.33.1.06>

Medved, A. i Keresteš, G. (2011). Usamljenost u ranoj adolescenciji: spolne i dobne razlike te povezanost sa socijalnim odnosima. *Društvena istraživanja*, 2(112), 457–478. <https://doi.org/10.5559/di.20.2.09>

Mikolajczak, M. i Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources. *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), 1319–1329. <https://doi.org/10.1177/2167702619858430>

Mikolajczak, M., Gross, J. J. i Roskam, I. (2021). Beyond job burnout: Parental burnout! *Trends in Cognitive Sciences*, 25(5), 333–336. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.01.012>

Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H. i Roskam, I. (2018). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, pa-

renting 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>

Mikolajczak, M., Gross, J. J., Stinglhamber, F., Lindahl Norberg, A. i Roskam, I. (2020). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptoms? *Clinical Psychological Science*, 8(4), 673–689. <https://doi.org/10.1177/2167702620917447>

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/10.1080/00223890701267993>

Molnar, D. S., Reker, D. L., Culp, N. A., Sadava, S. W. i DeCourville, N. H. (2006). A mediated model of perfectionism, affect, and physical health. *Journal of Research in Personality*, 40(5), 482–500. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2005.04.002>

Nakić Radoš, S., Brekalo, M. i Matijaš, M. (2023). Measuring stress after childbirth: Development and validation of Maternal Postpartum Stress Scale. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 41(1), 65–77. <https://doi.org/10.1080/02646838.2021.1940897>

Nærde, A., Tambs, K., Mathiesen, K. S., Dalgard, O. S. i Samuelsen, S. O. (2000). Symptoms of anxiety and depression among mothers of pre-school children: Effect of chronic strain related to children and child care-taking. *Journal of Affective Disorders*, 58(3), 181–199. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(99\)00119-6](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(99)00119-6)

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

Novosel, L. (2021). *Korelati roditeljskog sagorijevanja majki u vrijeme pandemije koronavirusa i potresa* (Neobjavljeni diplomski rad). Sveučilište u Zagrebu.

Rizzo, K. M., Schiffrin, H. H. i Liss, M. (2013). Insight into the parenthood paradox: Mental health outcomes of intensive mothering. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 614–620. <https://doi.org/10.1007/s10826-012-9615-z>

Roskam, I. i Mikolajczak, M. (2021). The slippery slope of parental exhaustion: A process model of parental burnout. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 77, 101354. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2021.101354>

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., 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., Philippot, P., Gallée, L., Verhofstadt, L., Soenens, B., Goodman, A. i Mikolajczak, M. (2021). I am not the parent I should be: Cross-sectional and prospective associations between parental self-discrepancies and parental burnout. *Self and Identity*, 21(4), 430–455. <https://doi.org/10.1080/15298868.2021.1939773>

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 Mikolajczak, M. (2021). Parental burnout around the globe: A 42-country study. *Affective Science*, 2(1), 58–79. <https://doi.org/10.1007/s42761-020-00028-4>

Roskam, I., Gallée, L., Aguiar, J., Akgun, E., Arena, A., Arikan, G., Aunola, K., Bader, M., Barham, E. J., Besson, E., Beyers, W., Boujut, E., Brianda, M. E., Brytek-Matera, A., Carbonneau, N., César, F., Chen, B.-B., Dorard, G., dos Santos Elias, L. C.,... i Mikolajczak, M. (2022). Gender equality and maternal burnout: A 40-country study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(2), 157–178. <https://doi.org/10.1177/002202212111072813>

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, 648–659. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01607-1>

Štalekar, V. (2010). Dinamika obitelji i prvi teorijski koncepti. *Medicina Fluminensis*, 46(3), 242–246. <https://hrcak.srce.hr/file/89353>

Warren, R., Smeets, E. i Neff, K. (2016). Self-criticism and self-compassion: Risk and resilience: Being compassionate to oneself is associated with emotional resilience and psychological well-being. *Current Psychiatry*, 15(12), 18–28. <https://self-compassion.org/wp-content/uploads/2016/12/Self-Criticism.pdf>

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. i Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2)

Zubčić, T. i Vulić-Prtorić, A. (2008). Multidimenzionalna skala perfekcionizma (MPS-F). U Z. Penezić, V. Čubela Adorić, A. Proroković i I. Tucak Junaković (Ur.), *Zbirka psiholoških skala i upitnika – Svezak 4* (str. 23–35). Sveučilište u Zadru.

## Some Psychosocial Predictors of Parental Burnout in Mothers of Children Below Five Years Old

Ana PLANTAŠ  
Zagreb, Croatia

Sandra NAKIĆ RADOŠ  
University Department of Psychology,  
Catholic University of Croatia, Zagreb, Croatia

Parental burnout is a result of chronic stress and manifests as emotional exhaustion in the role of a parent, emotional detachment, and a loss of parental fulfilment. This study aimed to examine how sociodemographic variables, personality traits, parental self-efficacy, marital aspects, and social support contribute to parental burnout. Mothers of children

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB  
GOD. 33 (2024), BR. 4,  
STR. 000-000

PLANTAŠ, A.,  
NAKIĆ RADOŠ, S.:  
NEKI PSIHOSOCIJALNI...

up to five years old ( $N = 255$ ) online completed: the Parental Burnout Questionnaire, the IPIP-50 personality questionnaire, questionnaires of perfectionism, parental competence, marital relationship quality, Social Support, and the General Data Questionnaire. Parental burnout was reported by 3,5% of mothers. Hierarchical regression analysis revealed that higher parental burnout can be explained by sociodemographic variables (higher number of children and more urban place of living), personality traits (low emotional stability, low agreeableness, and high perfectionism), and low parental self-efficacy. Although related to parental burnout, marriage aspects and social support were not significant predictors of burnout. The findings have both theoretical and practical implications for recognizing and preventing parental burnout, providing a basis for further research.

Keywords: parental burnout; personality; parental competence, family functioning, social support



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