

Izvorni naučni rad

Primljeno 4.7.2021, prihvaćeno za objavljivanje 17.8.2021.

Prof. dr. sc. Anela Hasanagić

Islamski pedagoški fakultet u Zenici
anela315@gmail.com

Prof. dr. sc. Almira Isić-Imamović

Islamski pedagoški fakultet u Zenici
almira.isic@gmail.com

Prof. dr. sc. Muharem Adilović

Islamski pedagoški fakultet u Zenici
madilovic@gmail.com

OSOBI NE LIČNOSTI NASTAVNIKA KAO DETERMINANTA PERCEPCIJE STRESA I MENTALNOG ZDRAVLJA

Sažetak

Brojna istraživanja pokazuju da je nastavnička profesija jedna od vulnerabilnijih na stres. U Bosni i Hercegovini, imamo i dodatno otežavajuće okolnosti, koje se mogu smatrati stresorima za nastavnike, a to su prije svega, nizak socioekonomski status, zatim, forsirana prilagodba sistemskim promjenama škole, a često su žrtva društvene i moralne krize, te izmijenjenih uloga u obrazovanju i odgoju.

Cilj ovog istraživanja je napraviti uvid u stanje trenutnog mentalnog zdravlja nastavnika, prisutnost stresa i stresogenih faktora, kao i ispitati da li su i u kojoj mjeri osobine ličnosti, kao i društveni ekonomski faktori značajni prediktori percepcije stresa i mentalnog zdravlja nastavnika. Instrumenti korišteni u istraživanju su: BIG-5, Inventar stresa za nastavnike (TSI) i Upitnik mentalnog zdravlja (MHI). Uzorak je sačinjavalo 181 nastavnik zaposlen u javnim osnovnim i srednjim školama u BiH.

Rezultati pokazuju da nastavnici imaju srednje prisutan nivo stresa. Izvori stresa su uglavnom profesionalna ograničenja ($M=2.56$), problem discipline i motivacije učenika ($M=2.46$), te stresori povezani sa profesijom ($M=2.47$) – preobimna odjeljenja i administracija, premalo vremena i finansija za pripreme. Najčešće

manifestacije stresa su kardiovaskularne smetnje ($M=2.02$), osjećaj umora ($M=1.91$), te emocionalne smetnje ($M=1.87$).

Dobivene su statistički značajne korelacije između osobina ličnosti ekstraverzije ugodnosti, savjesnosti, neuroticizma i otvorenosti i kreću se od 0.169 do 0.381. Najviše korelacije su između dimenzije neuroticizma i ekstraverzije. Neuroticizam, uglavnom, pozitivno korelira sa subskalama stresa i manifestacijama stresa, dok ekstraverzija negativno korelira sa percepcijom i manifestacijama stresa. Kada su u pitanju korelacije između osobina ličnosti i subskala MHI upitnika, korelacije se kreću od 0.218, do 0.590, pri čemu ponovno subskala neuroticizma ima srednje visoke koeficijente povezanosti sa anksioznošću, depresijom, ponašajnom i emocionalnom kontrolom, psihološkom nestabilnošću, ali i negativne korelacije sa psihološkim dobrostanjem, općim pozitivnim afektom i općim indeksom mentalnog zdravlja.

Regresijska analiza je pokazala da su osobine ličnosti neuroticizam i ekstraverzija, a potom i savjesnost, odnosno, ugodnost značajni prediktori percepcije stresa i mentalnog zdravlja nastavnika. Neuroticizam je značajan prediktor upravljanja vremenom, profesionalnih ograničenja, discipline i motivacije, ali i emocionalnih manifestacija umora, kardiovaskularnih smetnji i ukupnog skora na skali stresa, potom anksioznosti, depresije, gubitka ponašajne i emocionalne kontrole, psihološke nestabilnosti, psihološkog dobrostanja i mentalnog zdravlja, općenito. Ekstraverzija je značajan prediktor profesionalnih ograničenja, discipline i motivacije, emocionalnih manifestacija, a savjesnost je prediktor pojave gastrointestinalnih smetnji, dok je ugodnost prediktor depresije, psihološke nestabilnosti, te indeksa mentalnog zdravlja.

Od društvenih i ekonomskih faktora, značajni prediktori su dob u godinama za emocionalne manifestacije stresa, godine staža i stepen školske spremnosti za pojavu gastrointestinalnih smetnji.

Ključne riječi: osobine ličnosti, stres nastavnika, mentalno zdravlje nastavnika.

UVOD

Obavljanje bilo kakvog posla za sobom donosi i odgovornost, a samim tim i potencijalnu izloženost stresu. Dakle, gotovo svaki posao predstavlja i potencijalno okruženje za djelovanje stresora, s tim što je poznato da sve profesije nisu jednako stresogene. Stres

kao pojava već duži niz godina zaokuplja pažnju stručnjaka iz oblasti mentalnog zdravlja. Profesionalni stres ima značajne efekte na mentalno zdravlje i u velikoj mjeri utječe na fizičko zdravlje (Fletcher, 1991).

Brojna istraživanja sprovedena u svijetu navode da je među pet najstresogenijih zanimanja i zanimanje nastavnika, odnosno učitelja (Hakanen i sar. 2006), drugim riječima, nastavnici su jedna od najvulnerabilnijih skupina kada se govori o izloženosti stresu. Prema Cosgrove (2000), nastavnici po izloženosti stresu spadaju na četvrto mjesto. Na prvom su čuvari u zatvoru, zatim policajci, socijalni radnici, te onda, na četvrtom mjestu nastavnici. U posljednje vrijeme je osobito u porastu stopa nastavnika koji obolijevaju od takozvanog „nervnog sloma“ (eng. Brakedown), a ta stopa je u zapadnim zemljama toliko postala uočljiva da je u Velikoj Britaniji došlo do izmjena u zakonskoj regulativi kada je u pitanju penzionisanje nastavnika (prema Cosgrove 2000). Hakanen i sar. (2006) navode da je u Finskoj najveća stopa sagorijevanja na poslu upravo među nastavnicima. U Bosni i Hercegovini, pa i zemljama u regiji, iako postoje istraživanja koja ukazuju na problem prisutnosti stresa kod nastavnika, stječe se dojam da vlasti i ljudi koji donose odluke baš ne slijede rezultate istraživanja, odnosno, možemo reći da politika ne ide „na ruku“ nastavnicima u smislu ojačavanja uloge nastavnika u društvu, a i zaštite njihovog mentalnog zdravlja. Često se može čuti među laicima da je posao učitelja ili nastavnika najljepši posao koji neko može obavljati, jer imaju „skraćeno“ radno vrijeme i dug raspust, a niko ne vodi računa o stresnosti tog posla, odnosno o činjenici da je to posao koji se radi puno duže od osam sati dnevno, pa čak nekad i dvokratno (prije podne rad sa djecom, a poslije podne rad sa roditeljima ili obavezne sjednice vijeća). Tome treba dodati i činjenicu da su nastavnici ti od kojih se očekuje da na naše dijete paze, da ga nečemu nauče i da mu u isto vrijeme predstavljaju uzor 24/7. Za učiteljsku profesiju se kaže da je plemenita sa mnogo očekivanja koja imaju roditelji od djece u smislu da ih ohrabre da u potpunosti razviju svoje potencijale (Ravinchandran i Rajendran, 2007). Jedna šaljiva izreka dovoljno govori o važnosti učiteljske profesije, a glasi: „Tek kada počne raspust, roditelji počnu da cijene učitelje!“, u smislu da mnogi roditelji teško izađu na kraj sa svojih dvoje ili troje djece, a učitelji izađu na kraj sa njih 25 u razredu. U

doba pandemije, kada su nastavnici slali materijale djeci, a na roditeljima je bilo da prerade sadržaje sa djecom i objasne im, mnogi iskreni roditelji su uvidjeli koliko je težak i iscrpljujući posao nastavnika i učitelja.

Odgovor na pitanje zbog čega se dešava tako velika stopa učestalosti psihološke nestabilnosti, ili čak pregaranja na poslu baš kod nastavnika, možemo tražiti u specifičnosti nastavničkog poziva. Najčešći izvori stresa u nastavničkoj profesiji su fizičke prirode, kao naprimjer, prevelika odjeljenja, rad sa nemotiviranom djecom, rad sa djecom sa posebnim potrebama bez adekvatne pomoći stručne službe i asistenata u nastavi, vremenski pritisak, inovacije koje se donose ad-hoc, stalna procjena od strane drugih osoba, odnosi sa kolegama, ali i loš društveni status i to ne samo finansijski, nego i opći, učitelj se više apsolutno ne cijeni u društvu i stječe se dojam da o njima odlučuju mnogi, a najmanje oni sami, što neminovno utječe i na njihovo samopoštovanje, a samim tim i odnos prema radu.

Stres i sagorijevanje na poslu

Prema Havelka (1998), stres se definira kao tjelesna i psihološka reakcija na vanjske i unutarnje stresore. Stres je stanje poremećene psihofiziološke ravnoteže pojedinca nastalo bilo zbog fizičke bilo psihološke ili socijalne ugroženosti pojedinca ili njemu bliske osobe. Grgin (1997) navodi da je stres stanje znatno narušene psihofiziološke stabilnosti organizma koje ugrožava njihovo samopoštovanje ili općenito njihovu dobrobit.

Relativno davno Selye (1981:170) je opisao stres kao „nespecifični odgovor tijela pri adaptaciji na zahtjeve okoline“. U ovom kontekstu nije svaki stres negativan. Postoje oni koji su pozitivni i oni zapravo promoviraju fizički i psihički rast i razvoj, te, uglavnom, taj stres motivira osobu da uspije tako što pobuđuje i aktivira cijeli organizam ka uspjehu. Dok s druge strane, imamo negativni stres (distres), koji uzrokuje ponekad i trajna oštećenja.

Havelka (1998) stresore dijeli na:

- *fizičke* (izloženost jakoj buci, vrućini ili hladnoći, prirodne nepogode i katastrofe);

- *psihološke* (izloženost raznim međuljudskim sukobima, u porodici, na poslu, neuspjesi, psihološki konflikti i frustracije) i
- *socijalne* (izloženost velikim socijalnim promjenama, ekonomskim krizama, ratovima, naglim promjenama društvenih odnosa).

Ukoliko sagledamo ove stresore, možemo vidjeti da su kod nastavnika prisutni svi pomenuti izvori stresa. Kada govorimo o *fizičkim stresorima*, poznato je da je jedan od najvećih izvora stresa za nastavnike prisustvo buke, koja je za školski život sasvim uobičajena. Nije uopće rijetkost čuti nastavnike koji nakon posla navode da trebaju period mira i tišine i da im je to potrebnije svakodnevno nego bilo šta drugo.

Od *psiholoških stresora*, svakodnevno su prisutne prije svega konfliktne situacije među učenicima, te uloga sudca od strane nastavnika, gdje treba saslušati obje strane i adekvatno reagirati. Nisu rijetkost ni konflikti među nastavnicima, kojih ima u gotovo svakoj radnoj organizaciji, pa tako i među nastavnicima, koji su osuđeni na timski rad, a u isto vrijeme zahtijevaju i vlastitu autonomiju. Također, prisutni su psihološki konflikti koji se kod nastavnika posebno očituju kod ocjenjivanja djece u smislu da li dijete samo ocijeniti po osnovu znanja ili evaluirati uzimajući u obzir okolnosti u kojima dijete uči. Nadalje, od psiholoških faktora su prisutni neuspjesi, prije svega neuspjesi djece, koje nastavnici često interpretiraju i kao vlastite neuspjehe, ali i lični neuspjesi, izloženost kontrolama menadžmenta škole, pedagoškog zavoda, gdje vrlo često bivaju poligon za rješavanje nekih drugih problema i frustracija, te samim tim dožive i kritike koje ne stoje baš uvijek. Nastavnici su vrlo često frustrirani odnosom društva prema njima. Nekada je biti nastavnik značilo nešto sasvim drugo nego danas. Frustrirani su i činjenicom da su materijalna sredstva za projekte u koje ulože jako mnogo, prilično ograničena ili ih uopće nema, itd.

Što se tiče *socijalnih stresora*, u našem društvu je prisutna ekonomska kriza već dugo vremena, nastavnici žive na margini društvene ljestvice, plaće su neredovne i jako male, društveni odnosi su narušeni i promijenjeni, vlada ne samo ekonomska, nego i moralna kriza, gdje stalno možemo čuti nastavnike kako porede vrijeme nekada i sad, stalno govore o tome koliko dolazi do

žestokih promjena u odnosima na relaciji učenik-nastavnik i roditelj-nastavnik, poseban stres u našem društvu je tranzicija iz jednog sistema u drugi, efekti rata, koje, na žalost, još uvijek osjećamo, a škole je zahvatila i transformacija u vidu, prije svega, devetogodišnjeg osnovnoškolskog obrazovanja, potom uvođenje inkluzivnog obrazovanja za koje nastavnici jednostavno nisu educirani, a škole nisu pripremljene (ne dozvoljava se smanjivanje odjeljenja, uvođenje asistenata u nastavu itd.), uvođenje opisnog ocjenjivanja u prevelika odjeljenja i za prevelik broj predmeta itd. Sve ove promjene još uvijek traju i iz dana u dan još uvijek predstavljaju stresogene faktore za nastavnike.

Stres vezan za posao se dešava kada osoba percipira nesrazmjer između zahtjeva na poslu i resursa i sposobnosti koje procjenjuje da ima. Važno je napomenuti da je subjektivni osjećaj stresa o kojem osoba izvještava u potpunosti vjerodostojan jednako kao i objektivni pokazatelji stresa kao što su statističke mjere, odnosno nesreće na poslu i odsustvo sa posla.

Također, i istraživanja potkrepljuju da je posao nastavnika i odgajatelja stresno zanimanje (Dworkin, Haney, Dworkin & Telschow, 1990; prema Kyriacou, 1987;), te da je ovaj stres povećan sa društvenim i ekonomskim poteškoćama (Esteve & Fracchia, 1986). Tako Fimian (1988., a prema Grgin, 1997) navodi da je nastavničko zvanje vrlo stresna i zahtjevna profesija. Socijalne promjene i ekonomske poteškoće su uvijek izazov na nastavničku profesiju. Kyriacou i Sutcliffe (1978) navode da je stres odgovor na situaciju u kojoj su ugroženi samopoštovanje i dobrobit nastavnika, a pri tome Kyriacou (1987) dodaje da nastavnički stres može biti definiran kao osjećaj neugodne emocije, kao što je tenzija, frustracija, anksioznost, ljutnja i depresija, koja nastaje kao rezultat njegovog rada kao nastavnika.

Kao izvori stresa kod nastavnika najčešće se navode izvori povezani za prirodom posla, kao što su problemi sa disciplinom kod djece (Lewis, 1999, Boyle i sar., 1995), zatim prevelik broj djece (Sutcliffe, 1978), rad sa nemotiviranim učenicima, vremenski pritisak, administrativne poslove, promjene u obrazovnom sistemu, konflikt uloga, konfliktne relacije sa kolegama, slabi radni uvjeti (Kyriacou, 2001, Wiley, 2000). Ovome se još dodaju i nedovoljna primanja, neodgovarajući sistem nagrađivanja u radu, slabo

opremljen radni prostor (Chen i Miller, 1997, a prema Živčić-Bečirević, 2005).

Sagorijevanje na poslu (eng. burnout) je sindrom koji nastaje usljed prolongiranog izlaganja jedinke nastavničkom stresu, a koju obilježavaju simptomi fizičke, emocionalne iscrpljenosti, te odsustvo želje za radom (Kyriacou, 1987).

Maslach i sar. (1996) definiraju burnout kao sindrom iscrpljenosti, cinizma i smanjene radne efikasnosti, pri čemu se iscrpljenost odnosi na osjećaj hroničnog umora koji je rezultat prekomjernog rada. Cinizam se odnosi na indiferentnost ili udaljeni odnos prema radu općenito ili prema radnim kolegama. To je pojava gubitka interesa za posao i osjećaj da je posao izgubio smisao. I na kraju, radna efikasnost se odnosi na osjećaj smanjene vlastite kompetentnosti, osjećanja uspjeha i postignuća kako u samom poslu, tako i u organizaciji gdje neko radi.

Kao rezultat trajne izloženosti svim nabrojanim stresorima mnogi autori (Živčić-Bečirević i Smojver-Ažić, 2005; Hakanen et al., 2006, Brown i Uehara, 1999), navode da među nastavnicima pronalazimo i prilično visoku stopu sagorijevanja na poslu. Velika je stopa nastavnika koji napuštaju nastavničko zanimanje, osobito oni mladi, dok još imaju priliku, dok stariji odlaze u prijevremenu mirovinu, te obolijevaju od različitih psihosomatskih oboljenja.

Razina stresa, te način suočavanja sa stresom zavisi od osobina ličnosti nastavnika, od strategija suočavanja sa stresom koje neka osoba kontinuirano primjenjuje, ali i o vrijednostima, vještinama i okolnostima u kojima se neko nalazi.

Osobine ličnosti nastavnika

Termin osobine ličnosti u psihologiji se koristi u tri moguće svrhe (prema Larsen i Buss 2008): za opis neke osobe, za objašnjenje njenog ponašanja i za predviđanje njenog ponašanja, u smislu kako će neka osoba reagirati u datoj situaciji s obzirom da posjeduje određene osobine ličnosti. U ovom trećem kontekstu osobine ličnosti nastavnika su ispitivane i u ovom istraživanju, kako bi se ustanovila jesu li i u kojoj mjeri osobine ličnosti faktor boljeg mentalnog zdravlja nastavnika, odnosno rezistentnosti na stres kojem su nastavnici svakodnevno izloženi.

Brojna istraživanja potvrđuju da su osobine ličnosti značajan prediktor uspješnosti na poslu (Krapić, 2005), reakcija na okolne događaje, i suočavanja sa stresogenim događajima (Padejski, 2010) itd. Kada govorimo o prediktorima sagorijevanja na poslu, dijelimo ih na dvije skupine: situacioni i individualni. Situacioni se odnose na karakteristike posla, kao što su preveliki zahtjevi i opterećenje na poslu, nedostatak resursa, nedostatak socijalne podrške od strane nadređenih, karakteristike profesije, kao npr. nemogućnost izražavanja emocija, tačnije, primoranost na supresiju emocija, itd., dok individualni antecedenti uključuju demografske varijable (spol, dob, bračni status, nivo obrazovanja, stavove prema poslu i karakteristike ličnosti (Mojsa-Kaja et al., 2015).

Kada je u pitanju istraživanje ličnosti, u posljednje vrijeme je postignut veći konsenzus oko samih crta ličnosti i njihove praktične upotrebe u psihologijskoj praksi, te samim tim dolazi i do sve većeg oslanjanja na osobine ličnosti kao značajne prediktore. Veliki broj istraživanja se bazira na petofaktorskom modelu ličnosti, čiji korijeni sežu u daleku prošlost. Naime, faktorski model ličnosti je predložio još Eysenck 40-tih godina prošlog vijeka, dokazavši da se ličnost može predstaviti putem matematičkog, odnosno, faktorskog modela. Inicijalno je predložio dvije dimenzije: ekstraverziju i neuroticizam, da bi tome kasnije dodao i dimenziju psihoticizma, te razvio upitnik EPQ. Nešto kasnije, Cattell razvija svoj model od 16 faktora ličnosti, a Goldberg nakon njega tvrdi da postoji pet primarnih faktora ličnosti, odnosno da ličnost možemo prilično objasniti sa ovih pet faktora, o kojima je govorio još Fiske (1949, a prema Krapić, 2005), a kasnije i potvrdili Tupes i Christal (1961, a prema Krapić, 2005). Nešto kasnije Costa i McCrea konstruiraju NEO-PI, za mjerenje ovih pet dimenzija ličnosti. Međutim, NEO-PI, iako jako dobrih metrijskih karakteristika, ipak je za istraživačke svrhe bio predugačak, te autori John i Srivastava (1999) objavljuju BIG FIVE inventory, jedan od najčešće korištenih mjernih instrumenata u istraživanjima koja se bave ličnošću (Krapić, 2005). Prema petofaktorskom modelu, evidentno je postojanje pet dimenzija ličnosti: ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, neuroticizam (emocionalna stabilnost) i otvorenost za iskustva (kultura i intelekt).

Svaka od pet dimenzija sadrži više komponenti nižeg reda (Krapić, 2005) koje predstavljaju osnovna obilježja pojedinca. Pa tako:

- Ekstraverzija podrazumijeva pozitivnu emocionalnost, a kao komponente sadrži socijabilnost, poduzetnost, ambicioznost, te asertivnost;
- Neuroticizam ili negativna emocionalnost sadrži emocionalnu reaktivnost, iritabilnost i nesigurnost;
- Ugodnost se ogleda kroz ljubaznost, kooperativnost i sklonost pomaganju, ;
- Savjesnost obuhvata potrebu za kontrolom, opreznost, pouzdanost, odgovornost, te sklonost napornom radu i postignuću i
- Otvorenost je konceptualizirana kroz intelekt (inteligencija, pronicljivost, kreativnost), otvorenost za nova iskustva (maštovitost, liberalnost), te neki aspekti kulture, osobnih stavova, sklonosti i orijentacija.

Kao što je već navedeno, instrument BIG-5 je korišten u brojnim istraživanjima, upravo kao prediktor, jer se pretpostavlja da su osobine ličnosti pojedinca prediktor za razne druge kriterij varijable, od radnog ponašanja pojedinca i njegove uspješnosti (Krapić, 2005; Hurtz i Donovan, 2000), preko uspješnosti liderstva (Barton et al., 2009), akademskog uspjeha (Ziegler et al., 2010), pa tako i kao prediktor mentalnog zdravlja (Zotović i Petrović, 2011).

Stoga i u ovom radu, nalazimo opravdanost korištenja ovog modela ličnosti kao prediktora mentalnog zdravlja, te strategija suočavanja sa stresom, te postavljamo sljedeću glavnu hipotezu: *H: Osobine ličnosti su značajan prediktor percepcije izvora stresa i manifestacije stresa, te mentalnog zdravlja nastavnika.*

METODOLOGIJA

Cilj ovog istraživanja je bio steći uvid u mentalno zdravlje nastavnika, prisutnost stresa i stresogenih faktora, te ispitati koje su osobine ličnosti, kao i društveni i ekonomski faktori značajni protektivni faktora za očuvanje mentalnog zdravlja nastavnika.

Instrumenti

Od instrumenata smo koristili:

1. *Inventar stresa* za nastavnike, TSI upitnik (Teacher stress Inventory), koji je preveden u svrhu ovog istraživanja.

TSI je razvio Fimian (1988). To je upitnik samoprocjene koji ima 49 pitanja. Opći okvir nalaže odgovore od nikad do uvijek (od 1 do 5), što se na kraju svake subskale zbraja i pretvara u prosjek za određenu subskalu. Instrument ima ukupno 10 subskala. Pet subskala ispituju izvore stresa, a to su: upravljanje vremenom, stresori vezani za posao, ograničenja vezana za posao, disciplina i motivacija i profesionalno ulaganje. S druge strane, postoje i indikatori manifestacije stresa, i tu imamo pet subskala, a to su: emocionalne manifestacije, manifestacije umora, kardiovaskularne, gastrointestinalne i ponašajne manifestacije.

2. *BIG FIVE* (BFI – Big Five Inventory, John i Srivastava, 1999), *upitnik* sačinjen prema petofaktorskom modelu ličnosti. Ima 44 itema i mjeri 5 osnovnih dimenzija:
 - Ekstraverzija (E– extraversion) je osobina ličnosti koja obilježava one koji traže stimulaciju izvana, od izvora iz svoje okoline. Osobe koje imaju visok skor na ovoj dimenziji teže da budu veoma društvene, dok niski skorovi upućuju na to da osoba želi da radi na projektima sama.;
 - Ugodnost (A – agreeableness) – reflektuje koliko osoba usklađuje svoje ponašanje sa drugima. Visoki skorovi označavaju uljudnu i voljenu osobe, dok niski skorovi označavaju osobe koje nisu voljne da svoje ponašanje usklađuju prema željama drugih. ;
 - Savjesnost (C –conscientiousness) – je osobina ličnosti koja označava iskrene i marljive osobe. Visoki skor označavaju one koji teže da prate pravila i preferiraju čistoću, dok niski skor upućuju na neuredne osobe i sklone prevari;
 - Neuroticizam (N– neuroticism) – je osobina ličnosti koja znaci zapravo emocionalnost.
 - Otvorenost ka iskustvu (O – openness) – je osobina ličnosti koja ukazuje na osobu koja traži novo iskustvo i provod. Visoki skor upućuju na sklonost ka mašti, dok niski skor označavaju prizemljene osobe.

3. *Upitnik mentalnog zdravlja* – (MHI – Mental Health Inventory) ima 38 itema, a od ispitanika se traži da na svako pitanje odgovori pomoću 6-stepene skale Likertovog tipa, gdje 6 označava *Izuzetno prisutno/uvijek*, a 1 – *veoma suprotno / nikad*. Njegova primjena je izuzetno lagana, ali je ocjenjivanje nešto komplikovanije, iz razloga što postoje tri nivoa ocjenjivanja:
- Prvi nivo ocjenjivanja podrazumijeva postojanje šest subskala: anksioznost, depresija, gubitak ponašajne i emocionalne kontrole, opći pozitivni afekt, emocionalne veze i zadovoljstvo životom;
 - Drugi nivo ocjenjivanja podrazumijeva psihološku nestabilnost i psihološko dobrostanje i
 - Opći skor mentalnog zdravlja – podrazumijeva indeks mentalnog statusa osobe.

Davies (1998) je ukazao na norme koje su se koristile i prilikom provedbe i interpretacije rezultata ovog istraživanja.

Sve tri upitnika su prevedena uobičajenim načinom prevođenja (translation i back-translation), i dobivene su saglasnosti autora za njihovo korištenje.

Ispitanici

Uzorak je sačinjavalo 181 nastavnik zaposlen u javnim školama u BiH, kako osnovnim, tako i srednjim školama. Do nastavnika smo došli u toku njihovih redovnih sistematskih pregleda, prije početka školske godine.

Tabela 1.

Prikaz frekvencija po nekim sociodemografskim varijablama

	spol		godina staža				stepen školske spreme			
	M	ž	<10	10-1-9	20-30	>30	SSS	VS	VSS	MR/Dr
N	54	127	29	80	45	27	11	58	100	12
%	29.6	70.4	16.0	44.1	24.8	14.9	6.1	32.0	55.2	6.6
Ukupno	181		181				181			

Postupak

Upitnici su primijenjeni po navedenom redosljedu (TSI, BIG – 5, MHI), na dostupnom uzorku, pri redovnom sistematskom

pregledu prosvjetnih radnika u augustu mjesecu. Svim nastavnicima i profesorima je objašnjena svrha ispitivanja, te su svojim potpisom iskazali saglasnost da se podaci, osim za procjenu njihove psihološke sposobnosti za rad u nastavnom procesu, koriste i u istraživačke svrhe. Dakle, svi nastavnici koji su potpisali obrazac saglasnosti kojim su bili upoznati o tome da će se rezultati koristiti za svrhu istraživanja pod nazivom: „*Osobine ličnosti nastavnika kao faktor mentalnog zdravlja i suočavanja sa stresom*“, njihovi podaci su i uzeti u dalju obradu. Oni koji to nisu potpisali, njihovi rezultati su korišteni samo u svrhu sistematskog pregleda, a ne i istraživanja.

REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Deskriptivna statistika zavisnih varijabli

Prije nego nastavimo sa daljim analizama, važno je napomenuti da su provjerene distribucije rezultata i da niti jedna od distribucija zavisnih varijabli ne odstupa statistički značajno od normalne distribucije.

Tabela 2.

Deskriptivna statistika zavisnih varijabli

	N	Min.	Maks.	Aritmetička sredina	Standardna devijacija
Upravljanje vremenom	181	1.00	4.13	2.24	0.67
Stresori vezani za posao	181	1.00	3.83	2.48	0.66
Profesionalna ograničenja	181	1.00	5.00	2.57	0.92
Disciplina i motivacija	181	1.00	5.00	2.46	0.91
Profesionalno ulaganje	181	1.00	4.00	1.87	0.71
Emocionalne manifestacije	181	1.00	5.00	1.87	0.72
Manifestacije umora	181	1.00	4.00	1.91	0.78
Kardiovaskularne manifestacije	181	1.00	5.00	2.03	0.86
Gastrointestinalne smetnje	181	1.00	3.67	1.35	0.57
Ponašajne smetnje	181	1.00	2.50	1.13	0.27
Ukupan skor na TSI	181	8.00	28.32	15.29	4.04
Anksioznost	180	9.00	36.00	19.76	6.76
Depresivnost	180	4.00	17.00	8.83	3.36
Ponašajna i emocionalna kontrola	180	8.00	30.00	18.28	4.27
Opći pozitivni afekt	180	23.00	60.00	46.93	6.94

Emocionalne veze	180	4.00	12.00	9.98	2.16
Zadovoljstvo životom	180	3.00	6.00	5.39	0.65
Psihološka nestabilnost	180	27.00	80.00	51.05	13.70
Psihološko dobrostanje	180	36.00	84.00	66.91	9.26
Opći indeks mentalnog zdravlja	180	134.00	218.00	180.68	20.91
Valid N	180				

Korelacijska matrica zavisnih varijabli (TSI i MHI) i nezavisne varijable osobina ličnosti (BIG-5)

Kako se može vidjeti iz tabela 3 i 4, osobine ličnosti značajno koreliraju sa zavisnim varijablama. Rezultati korelacijske analize će biti detaljnije interpretirani u dijelu diskusije.

Cilj ovog rada je bio uvidjeti koje su to osobine ličnosti značajni prediktori mentalnog zdravlja nastavnika, pa ćemo tako više pažnje posvetiti interpretaciji rezultata regresijske analize.

Tabela 3.

Korelacijska matrica zavisnih varijabli TSI upitnika i osobina ličnosti

	Ekstraverzija	Ugodnost	Savjesnost	Neuroticizam	Otvorenost
Upravljanje vremenom	-.111	-.115	-.133	.436**	-.069
Stresori vezani za posao	.036	.009	-.001	.285**	.050
Profesionalna ograničenja	.257**	-.048	.009	.226**	.125
Disciplina i motivacija	.235**	-.062	-.043	.241**	.129
Profesionalno ulaganje	-.059	-.241**	-.249**	.274**	-.011
Emocionalne manifestacije	-.297**	-.070	-.004	.340**	-.093
Manifestacije umora	-.261**	-.249**	-.140	.381**	-.140
Kardiovaskularne manifestacije	-.208	-.169*	-.132	.363**	-.139
Gastrointestinalne smetnje	-.018	.003	-.112	.077	-.077
Ponašajne smetnje	-.276**	-.152	-.322**	.019	-.222**
Ukupan skor na TSI	-.052	-.208**	-.141	.378**	-.043

* Korelacije značajne na nivou od 0.05

** Korelacije značajne na nivou od 0.01

Tabela 4.

Korelacijska matrica zavisnih varijabli upitnika mentalnog zdravlja i osobina ličnosti

	Ekstraverzija	Ugodnost	Savjesnost	Neuroticizam	Otvorenost
Anksioznost	-.245**	-.349**	-.109	.580**	-.134
Depresivnost	-.138	-.361**	-.072	.489**	.067
Ponašajna i emocionalna kontrola	-.140	-.263**	-.085	.423**	-.121
Opći pozitivni afekt	.292**	.322**	.273**	-.366**	.140
Emocionalne veze	.049	.289**	.237**	-.131	.070
Zadovoljstvo životom	.139	.229**	.131	-.218**	.104
Psihološka nestabilnost	-.242**	-.383**	-.115	.601**	-.098
Psihološko dobrostanje	.259**	.353**	.271**	-.372**	.140
Opći indeks mentalnog zdravlja	.242**	.420**	.212**	-.524**	.104

* Korelacije značajne na nivou od 0.05

** Korelacije značajne na nivou od 0.01

Regresijska analiza – osobine ličnosti u odnosu na TSI subskale i MHI subskale

Regresijska analiza TSI i Big 5

Da bi provjerili da li su i u kojoj mjeri osobine ličnosti značajan prediktor nivoa percipiranog stresa, kao i manifestacija stresa, koristili smo linearnu regresijsku analizu.

Tabela 5.

R koeficijenti i njihov značaj za prediktore dimenzije BIG-5, u odnosu na kriterije TSI upitnika

Kriterij varijabla	R	F	Sig.
Upravljanje vremenom	.451	3.785	.004
Stresori vezani za posao	.328	1.786	.126
Profesionalna ograničenja	.384	2.567	.034
Disciplina i motivacija	.386	2.596	.032
Profesionalno ulaganje	.354	2.115	.073
Emocionalne manifestacije	.429	3.330	.009
Manifestacije umora	.434	3.438	.008
Kardiovaskularne manifestacije	.414	3.053	.015
Gastrointestinalne smetnje	.303	1.497	.201
Ponašajne smetnje	.405	2.910	.019
Ukupan skor na TSI	.404	2.892	.019

Tabela 6.
Standardizirani beta koeficijenti za svaki prediktor (BIH-5) u odnosu na svaku dimenziju TSI upitnika

Kriterij	Prediktori										
	Upravljanje vremenom	Stresori vezani za posao	Profesionalna ograničenja	Disciplina i motivacija	Profesionalno ulaganje	Emocionalne manifestacije	Manifestacije umora	Kardiovaskularne manifestacije	Gastrointestinalne smetnje	Ponašajne smetnje	Ukupno TSI
Ekstraverzija	-.012	.070	.300*	.277*	.004	-.262*	-.173	-.111	.034	-.215	.039
Ugodnost	.037	.170	-.002	.037	-.038	.081	-.067	.108	.292	.104	.025
Savjesnost	-.136	-.074	-.016	-.094	-.215	.051	-.031	-.165	-.371*	-	-.163
										.331	*
Neuroticizam	.427**	.357	.287*	.302*	.233	.329*	.315*	.351*	.131	-.045	.371*
						*	*	*		*	*
Otvorenost	.013	.039	.046	.074	.088	.005	-.014	-.047	-.036	-.068	.025

Kod interpretacije beta pondera, ustvari, mi možemo vidjeti koji prediktori u i kojoj mjeri su važni za objašnjenje pojedinih kriterija. Tako je ekstraverzija kao osobina ličnosti važna za objašnjenje profesionalnih ograničenja. Također, ekstravertirani nastavnici pokazuju i viši skor na varijabli discipline i motivacije, ali su zato otporniji na emocionalne manifestacije stresa.

Neuroticizam je značajan prediktor za većinu kriterija kada je u pitanju TSI skala. Tako nastavnici koji imaju viši skor na skali neuroticizma pokazuju jasnu tendenciju da imaju i viši skor na skali upravljanja vremenom, profesionalnih ograničenja, discipline i motivacije, emocionalnih manifestacija, manifestacije umora, kardiovaskularnih manifestacija i ukupnom skoru TSI. Zaključno, možemo reći da je osobina neurotičnosti ili emocionalne nestabilnosti nastavnika značajan prediktor stresa, percepcije stresa i reakcije na stres.

Regresijska analiza MHI i Big 5

Da bismo provjerili da li su i u kojoj mjeri osobine ličnosti značajan prediktor mentalnog zdravlja nastavnika, koristili smo linearnu regresijsku analizu.

Tabela 7.

R koeficijenti i njihov značaj za prediktore dimenzije BIG-5, u odnosu na kriterije MHI upitnika

Kriterij varijabla	R	F	Sig.
Anksioznost	.615	9.004	.000
Depresija	.571	7.169	.000
Ponašajna / emocionalna kontrola	.448	3.718	.005
Opći pozitivni afekt	.470	4.188	.002
Emocionalne veze	.307	1.542	.187
Zadovoljstvo životom	.307	1.535	.189
Psihološka nestabilnost	.643	10.438	.000
Psihološko dobrostanje	.469	4.163	.002
Opći indeks mentalnog zdravlja	.587	7.767	.000

Tabela 8.

Standardizirani beta koeficijenti za svaki prediktor (BIH-5) u odnosu na svaku dimenziju MHI upitnika

Kriterij Prediktori	Kriterij								
	Anksioznost	Depresija	Ponašajna i emocionalna kontrola	Opći pozitivni afekt	Emocionalne veze	Zadovoljstvo životom	Psihološka nestabilnost	Psihološko dobrostanje	Opći indeks mentalnog zdravlja
Ekstraverzija	-.121	-.094	-.042	.198	-.026	.127	-.127	.159	.130
Ugodnost	-.214	-	-.166	.094	.197	.084	-	.156	.272*
Savjesnost	.142	.178	.108	.133	.108	.102	.155	.100	-.040
Neuroticizam	.493**	.382**	.362**	-.270**	-.082	-.144	.502*	-.264*	-.404**
Otvorenost	-.025	.180	-.058	-.016	-.014	-.014	.024	-.013	-.046

Kada je u pitanju odnos osobina ličnosti kao prediktora i kriterija prema varijablama dobivenim iz MHI upitnika, situacija je drugačija. Ponovno se varijabla neuroticizma pokazala kao značajan prediktor u smislu da nastavnici koji imaju visoku neurotičnost pokazuju i tendenciju ka visokoj anksioznosti, depresiji, ponašajnoj i emocionalnoj kontroli, psihološkoj nestabilnosti, odnosno, niskom općem pozitivnom afektu, psihološkom dobrostanju, kao i indeksu općeg mentalnog zdravlja. Dakle, neurotičnost je značajan prediktor mentalnog zdravlja

nastavnika. Ugodnost kao osobina je značajan prediktor depresije, psihološke nestabilnosti i općeg mentalnog zdravlja, s tim nastavnici koji imaju više skorove na ugodnosti pokazuju tendenciju da su manje depresivni, manje psihološki nestabilni i da imaju bolji opći indeks mentalnog zdravlja.

Eksploracija utjecaja nekih društvenih i ekonomskih faktora na stres i mentalno zdravlje nastavnika

Nezavisne varijable za koje smo smatrali da je vrijedno kontrolirati jer bi mogle utjecati na zavisne varijable percepcije stresa i reagovanja na stres, odnosno mentalnog zdravlja su: spol, dužina radnog staža, dob u godinama, osobine grupe djece sa kojom radi (djeca sa posebnim potrebama, mješovita grupa), stepen školske sprema, te podrška od kolega, odnosno nadređenih drugih.

Zanimljivo je istaći da su svi nastavnici, osim jednog, na pitanje: “Da li Vi i Vaše kolege podržavate jedni druge kada je to potrebno?“, odgovorili potvrdno. Stoga, za ove dvije varijable nema smisla računati statističku značajnost njihovog utjecaja. Slična je situacija i sa varijablom zdravlja djece sa kojom nastavnici rade, međutim, tu imamo jednu nastavnicu koja radi isključivo sa djecom sa posebnim potrebama koja su odvojena od druge djece (defektolog u specijalnom odjeljenju), dok u drugoj skupini nastavnika koji rade sa mješovitom grupom djece već imamo 49 nastavnika, stoga, ovu varijablu ćemo uzeti u obzir u eksploraciji statistički značajnog utjecaja na zavisne varijable.

Regresijske analize SD varijabli u odnosu na kriterij varijable upitnika TSI i MHI

Iz tabela 9. i 10. se može vidjeti da od SD varijabli značajan utjecaj na emocionalne manifestacije imaju prediktori dobi nastavnika i uzrast djece sa kojima se radi, u smislu da stariji nastavnici imaju više tendencija ka emocionalnim manifestacijama stresa, jednako kao i ispitanici nastavnici koji rade sa starijom djecom. Kada su u pitanju gastrointestinalne smetnje, tu je varijabla godina staža statistički značajan prediktor, u smislu da nastavnici sa više staža imaju i jače tendencije ka gastrointestinalnim smetnjama, jednako kao i stepen školske sprema, koji je također pokazuje pozitivan beta ponder, što znači da nastavnici sa višim stepenom

školske spreme imaju veću tendenciju da razviju gastrointestinalne smetnje.

Tabela 9.

R koeficijenti i njihov značaj za prediktore SD varijabli, u odnosu na kriterije MHI upitnika

Kriterij varijabla	R	F	Sig.
Upravljanje vremenom	.349	1.146	.345
Stresori vezani za posao	.380	1.391	.217
Profesionalna ograničenja	.415	1.719	.110
Disciplina i motivacija	.425	1.819	.089
Profesionalno ulaganje	.268	.637	.744
Emocionalne manifestacije	.465	2.270	.033
Manifestacije umora	.356	1.199	.313
Kardiovaskularne manifestacije	.392	1.494	.176
Gastrointestinalne smetnje	.455	2.158	.042
Ponašajne smetnje	.396	1.536	.162
Ukupan skor na TSI	.340	1.076	.391

Tabela 10.

Standardizirani beta koeficijenti za SD varijable kao prediktore u odnosu na svaku dimenziju TSI upitnika

Kriterij	Prediktori										
	Upravljanje vremenom	Stresori vezani za posao	Profesionalna ograničenja	Disciplina i motivacija	Profesionalno ulaganje	Emocionalne manifestacije	Manifestacije umora	Kardiovaskularne manifestacije	Gastrointestinalne smetnje	Ponašajne smetnje	Ukupan skor na TSI
Spol	.094	.208	.168	.125	-.009	.126	.055	.007	.226	-.121	.082
Godina staža	-.226	-.163	.083	.135	-.050	-.256	.059	.138	.530*	.112	.154
Dob u godinama	.269	.483	.083	-.003	.181	.519**	.148	.142	-.322	.065	.111
Broj djece u razredu	-.204	-.086	-.126	-.097	-.086	.039	.063	.099	.031	.116	.016
Uzrast djece	.263	.145	.075	.085	.133	.267*	.292*	.221	.200	.139	.192
Zdravlje djece	.189	.082	.329	.370	.127	-.184	.036	.030	.166	.252	.178
Stepen školske spreme	.151	.116	.174	.175	.104	.047	.032	-.014	.261*	.054	.162

Tabela 11.

R koeficijenti i njihova značajnost za prediktore SD varijabli, u odnosu na kriterije MHI upitnika

Kriterij varijabla	R	F	Sig.
Anksioznost	.216	.398	.918
Depresija	.270	.638	.743
Ponašajna / emocionalna kontrola	.159	.209	.988
Opći pozitivni afekt	.278	.680	.707
Emocionalne veze	.287	.727	.667
Zadovoljstvo životom	.247	.530	.830
Psihološka nestabilnost	.220	.412	.909
Psihološko dobrostanje	.242	.507	.847
Opći indeks mentalnog zdravlja	.177	.262	.976

Već iz tabele 11. je jasno da sociodemografske varijable mjerene u ovom istraživanju nisu značajan prediktor mentalnog zdravlja, tako da tabelu pondera za pojedine prediktore nema smisla navoditi.

DISKUSIJA

Deskriptivna statistika zavisnih varijabli

U uvodnom dijelu smo govorili o tome da je učiteljska profesija jedna od najstresnijih profesija i da je stopa sagorijevanja na poslu kod prosvjetnih radnika zabrinjavajuće velika, te da su neke zemlje zapadnog svijeta uvele mjere zaštite mentalnog zdravlja nastavnika i ozbiljno povele računa o tome. S obzirom da je prosvjetne radnike u BiH, pored samog karaktera posla koji obavljaju, zadesila još dodatno i reforma obrazovanja, koja je podrazumijevala ne samo prelazak na devetogodišnje obrazovanje i promjene kurikuluma u tom smislu, nego i uvođenje inkluzivne nastave, te činjenicu na prisustvo djece sa posebnim potrebama u ionako već velikim odjeljenjima, a za što nisu imali adekvatnu edukaciju, kao ni pravo na asistenta u nastavi, koji im je prethodno bio obećan. Ovome ne možemo a da ne dodamo i tešku finansijsku situaciju u cijeloj zemlji, a posebno potplaćenost učiteljskog poziva, stalna strahovanja velikog broja nastavnika da li imaju normu, da li imaju ugovor o radu i naredne školske godine, a turopnost cijele situacije je dodatno otežana egzodusom stanovništva iz države, usljed čega već imamo situacije da se

„gase“ odjeljenja u školama, što dovodi do gubitka norme ili čak posla pojedinih nastavnika.

Uzimajući u obzir sve navedeno, činilo nam se zanimljivim prije svega istražiti prisustvo stresa kod nastavnika na dostupnom uzorku uposlenih u osnovnim i srednjim školama, kao i status mentalnog zdravlja nastavnika.

Rezultati istraživanja ukazuju na srednje prisutan nivo stresa kod nastavnika ($M=15.29$). Što se tiče izvora stresa, najveću aritmetičku sredinu nalazimo kod subskale profesionalnih ograničenja ($M=2.57$), potom kod stresora vezanih za posao ($M=2.47$) i na kraju subskale disciplina i motivacija ($M=2.46$). Očito je da su kod nastavnika kao izvor stresa u prvom planu ograničenja koja su vezana za samu kvalitetu nastavničke profesije, kao naprimjer nemogućnost napredovanja i promocije, niska primanja, neprepoznavanje i izostanak adekvatnog nagrađivanja, te dodatne edukacije koju nastavnici treba da pohađaju.

Kada govorimo o manifestacijama stresa, možemo vidjeti da su na prvom mjestu kardiovaskularne manifestacije (povišen krvni pritisak, ubrzan puls i otežano disanje), potom manifestacije umora (prolongirano spavanje usljed stresa, fizička iscrpljenost i slabost). Slične rezultate o nivou stresa kod nastavnika nalazimo i u drugim sličnim istraživanjima u ovom regionu. Tako su Agai-Demjaha i saradnici (2015) na uzorku nastavnika iz Makedonije dobili da najveći broj nastavnika percipira srednje i visoko prisustvo stresa, dok nešto manji broj nisko i izuzetno visoko (manji broj procjenjuje ekstremne vrijednosti). Ravichandran i Rajendran (2007), također, izvještavaju o visokom nivou stresa prisutnom kod nastavnika u Indiji, kao i Hakanen i saradnici (2007) na uzorku u Finskoj.

Što se tiče podataka dobivenih putem upitnika mentalnog zdravlja (MHI), aritmetičke sredine dobivene na uzorku pokazuju vrijednosti u granicama prosjeka na subskalama anksioznosti, depresivnosti i gubitka emocionalne i ponašajne kontrole. S druge strane, subskale koje mjere opći pozitivni afekt, emocionalne veze i zadovoljstvo životom pokazuju dosta više vrijednosti u odnosu na prosjek, a samim tim i od onih koje smo mogli očekivati.

Ovome u prilog idu i rezultati na subskalama psihološke nestabilnost, i psihološkog dobrostanja, gdje na obje skale imamo rezultate u granicama prosjeka, kao i opći skor mentalnog zdravlja,

koji je u granicama prosjeka. Sudeći prema pokazateljima deskriptivne statistike, možemo reći da ispitanici nastavnici imaju dosta dobre pokazatelje mentalnog zdravlja, odnosno možemo pretpostaviti da imaju djelotvorne mehanizme suočavanja sa profesionalnim stresom.

Ono što je ovdje važno napomenuti je da je prikupljanje podataka urađeno prije početka školske godine, odnosno, prilikom obavljanja regularnog sistematskog pregleda, tako da je moguće da je period godišnjih odmora, koji su prethodili ispitivanju utjecao na to da rezultati na skalama TSI nisu visoki, nego govorimo o srednje visokim vrijednostima, što se može interpretirati kao srednje prisustvo stresa. S druge strane, kao što je to i u drugim sličnim istraživanjima potvrđeno, a koja su rađena na našim prostorima (Foro, 2015, Paleksić i sar. 2015), nastavnici imaju razvijene dosta dobre mehanizme suočavanja sa stresom, te zahvaljujući tim personalnim kompetencijama, ili nekim drugim faktorima, pokazuju rezilijentnost na stres.

Paleksić i saradnici (2015) su pokazali da nastavnici ne doživljavaju značajno sagorijevanje na poslu, odnosno, da su izloženi niskom riziku od sagorijevanja na poslu (nizak nivo sagorijevanja na poslu na sve tri subskale Maslachovog inventara sagorijevanja). Do sličnih rezultata, ali primjenom drugog upitnika (Skale sagorijevanja na poslu za učitelje) su došle i Dazdarević i Čolaković-Lončar (2017). Naime, većina nastavnika prema pomenutom istraživanju spada u kategoriju srednje ispoljenog sagorijevanja na poslu (63,3%), dok izrazito ispoljeno sagorijevanje na poslu pokazuje 17.5% a nisko ispoljeno sagorijevanje 16,7 % ispitanika.

Zaključno, možemo reći da nastavnici pokazuju prosječan skor kada je u pitanju skala percepcije stresa i manifestacija stresa, a da manji broj nastavnika pokazuje iznad, odnosno, ispod prosječne rezultate na skalama stresa, odnosno, tendencije ka sagorijevanju na poslu. Dakle, kod nastavnika je većinom dobiven srednje visok nivo stresa i manifestacije stresa, a mentalno zdravlje, prema svim indikatorima dobivenim upitnikom MHI su zadovoljavajući.

Korelacijska matrica zavisnih i nezavisne varijable osobina ličnosti (BIG-5)

Osobine ličnosti su po logici stvari, nešto što determinira naš odnos prema samima sebi, drugima, i općenito, prema svijetu koji nas okružuje. Ovim radom smo nastojali determinirati u kojoj mjeri su osobine ličnosti prediktor percepcije stresa i reakcije na stres, te mentalnog zdravlja nastavnika.

U prvom redu smo nastojali vidjeti odnos varijabli korelacijskom matricom, u smislu da smo ispitali postojanje korelacije između varijabli osobina ličnosti sa jedne strane i kriterij varijabli (subskala inventara stresa za nastavnike i subskala inventara mentalnog zdravlja). Kako se može vidjeti iz tabela 4 i 5, osobine ličnosti značajno koreliraju sa zavisnim varijablama. Konkretno, kada je u pitanju *Upitnik stresa za nastavnike (TSI)*, onda možemo vidjeti da osobina ličnosti neuroticizma značajno korelira sa gotovo svim subskalama TSI upitnika. Nastavnici skloni visokom skor na subskali neuroticizma pokazuju tendenciju da ostvaruju i viši skor na sljedećim subskalama TSI: upravljanje vremenom, stresorima vezanim za posao, profesionalna ograničenja, disciplina i motivacija, profesionalno ulaganje, emocionalne manifestacije, manifestacije umora, kardiovaskularne manifestacije, te ukupnom skor TSI. Zaključno, možemo reći da su nastavnici koji pokazuju sklonost neuroticizmu više izloženi djelovanju stresora, odnosno, vulnerabilniji su na percepciju stresa, kao i na psihosomatskim manifestacijama kao reakciji na stres. Na osnovu dobijenih rezultata može se zaključiti da su nastavnici koji su emocionalno nestabilni posao nastavnika percipiraju stresnijim, a i doživljavaju više psihosomatskih smetnji u odnosu na emocionalno stabilnije nastavnike.

Osim osobine neuroticizma, također, i osobina ekstraverzije pokazuje značajne korelacije, pa tako nastavnici koji pokazuju tendenciju ka razvijenijoj ekstraverziji u isto vrijeme pokazuju i tendenciju pojačane osjetljivosti na profesionalna ograničenja vezana za posao u prosvjeti, zatim osjetljiviji su na probleme sa disciplinom i motivacijom učenika, ali su u isto vrijeme manje skloni emocionalnim manifestacijama stresa, kao i manifestacijama umora, te ponašajnim smetnjama.

Korelacijska matrica osobina ličnosti i subskala upitnika TSI nam ukazuje još i na negativnu povezanost između osobine ličnosti ugodnosti i profesionalnog ulaganja, manifestacije umora, kardiovaskularnih manifestacija i ukupnog skora na TSI, što govori u prilog tome da nastavnici koji imaju izraženiju dimenziju ličnosti ugodnosti i više teže ka dobijanju priznanja na poslu, skloniji tome da im profesionalno ulaganje i priznanje na poslu više znači i osjetljiviji su na ograničenja takvog tipa, zatim, manje su skloni manifestacijama stresa umorom, kardiovaskularnim smetnjama i imaju manji ukupni skor na upitniku stresa za nastavnike. Savjesniji nastavnici, također, pokazuju osjetljivost na profesionalno ulaganje u vidu negativne korelacije, dakle, skloni su većoj savjesnosti prilikom izvršavanja profesionalnim obaveza, manje profesionalno ulaganje i manje su skloni ponašajnim smetnjama u vidu ponašajnih manifestacija stresa.

Brojna su istraživanja pokazala da osobine ličnosti značajno koreliraju sa percepcijom stresa. Tako nalazimo da je neuroticizam povezan sa percepcijom stresa, odnosno, da osobe koje pokazuju veću sklonost ka neuroticizmu predstavljaju vulnerabilnu skupinu, kada je u pitanju njihova percepcija stresa (Čabarkapa i sar, 2010, Kokkinos, 2007,), a Paleksić i saradnici (2015) navode korelaciju neuroticizma sa dimenzijom emocionalne iscrpljenosti, kao jedne od dimenzija sagorijevanja na poslu. Mojsa-Kaja i saradnici (2015) navode da su osobine ličnosti, općenito, povezane sa percepcijom stresa i sagorijevanjem na poslu.

Kada pogledamo korelacije između osobina ličnosti i zavisnih varijabli dobivenih upitnikom MHI, tu imamo varijablu ugodnosti koja značajno korelira sa svim subskalama. Negativne korelacije nalazimo između varijabli ugodnosti s jedne strane i anksioznost, depresivnost, ponašajne i emocionalne kontrola, te psihološke nestabilnosti s druge strane, a pozitivne korelacije varijabla ugodnosti ostvaruju sa varijablama opći pozitivni afekt, emocionalne veze, zadovoljstvo životom, psihološko dobro stanje i opći indeks mentalnog zdravlja. Sve navedeno govori u prilog da su osobe sklone ugodnosti kao osobini ličnosti manje sklone anksioznosti, depresivnosti, ponašajnoj i emocionalnog kontroli, psihološkoj nestabilnosti, odnosno, većem pozitivnom afektu, emocionalnim vezama, zadovoljstvom životom, psihološkim dobrostanjem, i općenito, boljem mentalnom zdravlju.

Nadalje, varijabla neuroticizma, također, ostvaruje veći broj značajnih korelacija, pa tako imamo pozitivne korelacije između varijable neuroticizma i anksioznosti, depresivnosti, ponašajne i emocionalne kontrole, psihološke nestabilnosti, dok negativne korelacije nalazimo između varijable neuroticizma i općeg pozitivnog afekta, zadovoljstva životom, psihološkog dobrostanja i općeg indeksa mentalnog zdravlja, što govori u prilog da nastavnici sklone neuroticizmu imaju tendenciju da pokazuju veću anksioznost, depresivnost, ponašajnu i emocionalnu kontrolu, psihološku nestabilnost, a manji opći pozitivni afekt, zadovoljstvo životom, psihološko dobro stanje, i općenito, dobro mentalno zdravlje.

Također, rezultati na subskali ekstraverzije su povezani negativno sa anksioznošću i psihološkom nestabilnosti, dok su pozitivno povezani sa općim pozitivnim afektom, psihološkim dobrostanjem i općim indeksom mentalnog zdravlja. Dodatno, još je savjesnost povezana za općim pozitivnim afektom, emocionalnim vezama i sa psihološkim dobrostanjem, što znači da nastavnici koji pokazuju veći skor na savjesnosti pokazuju i veći skor na skali općeg pozitivnog afekta, emocionalnih veza i psihološkog dobrostanja.

Postoji veliki broj istraživanja koja ukazuju na povezanost osobina ličnosti i mentalnog zdravlja. Ević (2020) je pokazala hijerarhijskom regresijom da osobine ličnosti imaju najveći doprinos objašnjenju općeg mentalnog zdravlja, kao i pozitivnog i negativnog mentalnog zdravlja. Amiri i saradnici (2020) su pokazali da postoji pozitivna korelacija između neuroticizma i somatskih simptoma i depresije i negativna povezanost između ekstraverzije ugodnosti i otvorenosti, s jedne strane, i depresije sa druge strane. Što znači da su osobe sa višim skorom neuroticizma skloniji razvoju depresije, dok oni koji su više ekstravertni, imaju viši skor na ugodnosti i otvorenosti - manje su skloni depresiji. Shokrkon i Nikolaidis (2021) su pokazali da su osobine neuroticizma i ekstraverzije povezane sa mentalnim zdravljem Kanadana za vrijeme COVID-19 pandemije, i to na način da je ekstraverzija pozitivno povezana sa mentalnim zdravljem, dok je neuroticizam povezan negativno.

Regresijska analiza – osobine ličnosti u odnosu na TSI subskale i MHI subskale

Analizom korelacija između osobina ličnosti, kao prediktor varijabli, i kriterij varijabli dobivenih pomoću dva upitnika (*Percepcija i manifestacije stresa i Upitnik mentalno zdravlja*), dobili smo da su neke od osobina ličnosti značajno povezane sa subskalama mentalnog zdravlja i percepcije, odnosno, reakcija na stres. Stoga, smo otišli korak dalje u analizi, kako smo i inicijalno pretpostavili, ispitali u kojoj mjeri su osobine ličnosti prediktori percepcije stresa i reakcija na stres, kao i mentalnog zdravlja nastavnika.

Posmatrajući osobine ličnosti kao prediktore dobili smo ponovno da je osobina ličnosti neuroticizam značajan prediktor za upravljanje vremenom, profesionalna ograničenja, disciplinu i motivaciju, emocionalne manifestacije, manifestacije umora, kardiovaskularne manifestacije, te ukupan skor na skali stresa. Svi navedeni beta ponderi su pozitivni što ukazuje na to da veći skor na skali neuroticizma vode i većim skorovima na pomenutim subskalama inventara nastavnčkog stresa. Drugim riječima, nastavnici koji pokazuju tendenciju da su više neurotični više su skloni da percipiraju tegobe sa upravljanjem vremenom. Možemo pretpostaviti da se takvi nastavnici uvijek žale na nedostatak vremena, i malo časova koje imaju da obrade sve što su zamislili, takvi nastavnici nemaju strpljenja za sporije učenike, itd. Nadalje, emocionalno nestabilni nastavnici percipiraju kao veći stres ograničenja posla nastavnika u smislu da im smeta ograničenost u napredovanju, organizacijski faktori tipa prevelikih odjeljenja, ograničenost u smislu striktnog vremenskog okvira (45 min čas, 5 min odmor i slično). Također, nastavnici koji pokazuju viši stepen neurotičnosti opterećuju i problemi sa disciplinom i motivacijom u radu. Neurotični nastavnici imaju jače emocionalne manifestacije stresa, tako što jače ispoljavaju umor, te kardiovaskularne poteškoće. Jednom riječju, neuroticizam je značajan prediktor percepcije stresa nastavnika, uopće.

Osobina ličnosti ekstraverzija ima statistički značajne beta pondere, odnosno značajan je prediktor profesionalnih ograničenja, discipline i motivacije te emocionalnih manifestacija. Ekstravertirani nastavnici su skloniji da intenzivnije percipiraju

profesionalna ograničenja, što je donekle i logično, jer su ekstraverti kao osobe okrenute prema vani, imaju često i želju za dokazivanjem odnosno želju za napredovanjem, što kao nastavnici u razredu često ne mogu da realiziraju u mjeri u kojoj bi željeli. Nadalje, ekstravertirani nastavnici jače percipiraju disciplinu i motivaciju kao problem, dok su manje skloni emocionalnim manifestacijama, odnosno manje su skloni depresiji ili anksioznosti kao stanjima reakcije na stres.

Dodatno, kao značajan prediktor ponašajnih smetnji, nalazimo još osobinu savjesnosti nastavnika, u smislu da viši skor na savjesnosti umanjuje tendenciju ka gastrointestinalnim smetnjama u vidu bolova u stomaku i mučnine.

Zaključno, možemo reći da su osobine ličnosti neurotičnost i ekstraverzija, pa i donekle savjesnost, značajni prediktori percepcije stresa i reakcije na stres kod nastavnika.

Kada je u pitanju ispitivanje značajnosti osobina ličnosti kao prediktora za mentalno zdravlje nastavnika, tu smo dobili jednako interpretabilne rezultate. Dimenzija ličnosti neuroticizam značajan je prediktor anksioznosti, depresije, gubitka ponašajne i emocionalne kontrole, te psihološke nestabilnosti u smislu da veća neurotičnosti indicira i veće skorove na pomenutim skalama. S druge strane, veća neurotičnost indicira i slabije skorove na subskalama općeg pozitivnog afekta, psihološkog dobrostanja i mentalnog zdravlja, općenito.

Osobina ugodnosti je, također, značajan prediktor mentalnog zdravlja i to u smislu da osobe koje imaju manji skor na subskali ugodnosti imaju veći skor na subkali depresije i psihološke nestabilnosti, odnosno, manji skor na općem indeksu mentalnog zdravlja. Ovi posljednji podaci izgledaju pomalo začuđujući, ali, ukoliko uđemo u suštinu osobine ugodnosti, onda možemo vidjeti da osobe koje imaju visoke rezultate na ovoj subskali su zapravo osobe koje su uvijek spremni pomoći, brižni su za druge, pokazuju interes za druge, te očito takve osobe što imaju veći skor na ovoj skali, zapravo, pokazuju i da se „više troše“ u odnosima sa drugim ljudima. U kontekstu nastavničkog poziva, to bi značilo da nastavnici koji imaju visok skor na skali ugodnosti, zapravo, pokazuju veliku brigu za učenike, spremni su im pomoći, brinu o svojim učenicima, što je neminovno da se donekle odražava i na njihovo opće mentalno zdravlje.

Druge osobine ličnosti se nisu pokazale kao značajni prediktori mentalnog zdravlja.

Druga slična istraživanja navode slične rezultate, u smislu da su osobine ličnosti značajan prediktor doživljaja stresa ili sagorijevanja na poslu, kako kod nastavnika, tako i u drugim profesijama. Paleksić i saradnici (2015) navode da je neuroticizam najznačajniji prediktor sagorijevanja kod nastavnika, a i osobina socijalnosti (ekstraverzija) je značajan prediktor emocionalne iscrpljenosti i depersonalizacije u smislu subskala koje mjere sagorijevanje na poslu. Također, Kokkinos (2007), Goddard i sar.(2006), Mojsa-Kaja i saradnici (2005), Krapić (2005), navode da osobine ličnosti predstavljaju značajnu determinantu, percepcije stresa na poslu, ali i radne uspješnosti, uopće. Osobine ličnosti koje su i u pomenutim istraživanjima prepoznate kao značajne determinante radne uspješnosti su neuroticizam, savjesnost, ekstraverzija, a kada je u pitanju stres, percepcija stresa i sagorijevanje na poslu, onda su to neuroticizam i ekstraverzija, gdje se navodi da osobe sa visokim nivoom ekstraverzije, potencijalne stresore doživljavaju kao izazov, dakle, očito je osobina ekstraverzije protektivni faktor mentalnog zdravlja.

Eksploracija utjecaja nekih društvenih i ekonomskih faktora na stres i mentalno zdravlje nastavnika

U drugim sličnim istraživanjima, autori su pokušavali da determiniraju u kojoj mjeri, pored osobina ličnosti, neki okolinski faktori i sociodemografske varijable determiniraju nivo percipiranog stresa kod nastavnika. Tako smo i u ovom istraživanju uzeli u obzir neke varijable za koje smo smatrali da mogu imati utjecaj na zavisne varijable stresa i mentalnog zdravlja nastavnika. Varijable koje smo u ovom istraživanju mjerili su: spol nastavnika, godine staža u nastavi (ispod 10 godina, od 10 do 19 godina, 20 do 30 godina i preko 30 godina staza), dob nastavnika, brojno stanje učenika u odjeljenju, uzrast djece sa kojom rade, zdravlje djece (da li su u pitanju zdrava djeca, mješovita grupa ili djeca sa posebnom potrebom), nivo obrazovanja nastavnika, te je postavljeno dodatno pitanje u smislu podrške koju nastavnici osjećaju da imaju od kolega i od pretpostavljenih. Već smo spomenuli da su svi nastavnici izjavili da osjećaju da imaju podršku od kolega, a da je

samo jedan nastavnik izjavio da ne osjeća da ima podršku od pretpostavljenih, tako da ove dvije posljednje varijable nismo uzimali u obzir i daljnjim obradama. Značajno je napomenuti i to da nastavnici percipiraju da imaju jedni u drugima socijalnu podršku, a da ta podrška jeste jedna od bitnih olakšica kada je u pitanju suočavanje sa stresom (Gold i Roth, 2005). Ovdje nismo ispitivali socijalnu podršku, nego njoj saznajemo po osnovu jednog pitanja, što je naravno nedovoljno za krupnije zaključke, ali možemo dodatno pretpostaviti da je ta percipirana socijalna podrška jedan od faktora koji je povezan sa tim da nastavnici imaju srednje izražen nivo percepcije stresa, ali ne tako visok, kako smo inicijalno očekivali.

Druge studije su se, također, bavile pitanjem utjecaja drugih faktora na percepciju stresa kod nastavnika. Tako Anhorn (2008) sugerira da je dužina staža bitna determinanta percepcije stresa kod nastavnika. Mladi nastavnici nemaju dovoljno vremena da kompletiraju i planiraju svoje aktivnosti na radnom mjestu. Smethem i Adey (2005) navode da je pretjerano opterećenje čest slučaj kod mladih nastavnika i da oni često nose kući svoj posao. Agai – Demjaha i sar. (2012) navode da su mlađi nastavnici izvještavali o većem nivou stresa nego što je to slučaj kod starijih nastavnika. I u našem istraživanju su se godine staža pokazale kao statistički značajan prediktor gastrointestinalnih smetnji, u smislu da stariji nastavnici imaju težnju da osjećaju ove tegobe više nego mlađi, što je sasvim logična pojava, a što ukazuje na slabljenje funkcija autonomnog nervnog sistema. Godine staža se nisu pokazale kao statistički značajan prediktor u našem istraživanju za ostale zavisne varijable stresa, niti mentalnog zdravlja nastavnika.

Kada je u pitanju percepcija stresa, od sociodemografskih varijabli kao značajni prediktori su se pokazale dob u godinama, te uzrast djece sa kojima nastavnici rade i to u smislu da stariji nastavnici imaju tendenciju za jačim emocionalnim manifestacijama stresa, kao i nastavnici koji rade sa starijom djecom, dok su se za kriterij varijablu gastrointestinalnih smetnji kao značajne prediktor varijable očitovale varijable godine staža i stepen školske spremnosti nastavnika. Stariji nastavnici i nastavnici sa više školske spremnosti su skloniji gastrointestinalnim manifestacijama stresa. Očito je da se gastrointestinalne tegobe javljaju kao

posljedica dugotrajnog izlaganja djelovanju stresa, što duže nastavnici rade u školi, ali i na sebi, a to ostavi posljedice na sistem u tijelu čovjeka koji se smatra da je povezan u velikoj mjeri sa dugotrajnom izloženošću stresu.

Niti jedna od sociodemografskih varijabli se nije očitovala kao značajan prediktor mentalnog zdravlja.

Dodatno smo uradili provjeru utjecaja sociodemografskih faktora putem MANOVA-e na način da smo kategorijalne varijable posmatrali kao nezavisne u kontekstu zavisnih varijabli TSI upitnika i upitnika MHI. Rezultati koje smo dobili u određenoj mjeri potvrđuju nalaze dobivene regresijskom analizom, ali i otvaraju neka pitanja koja bi vrijedno bilo ispitati putem drugih sličnih istraživanja na većem uzorku. Naime, ovim analizama je dobiveno da je zdravlje djece sa kojima se radi, značajan faktor kad je u pitanju percepcija profesionalnih ograničenja i discipline i motivacije, u smislu da nastavnici koji imaju mješovitu grupu djece sa kojom rade (inkluzivna nastava), imaju veću percepciju profesionalnih ograničenja i problema sa disciplinom i motivacijom u razredu. Ovakvi nalazi su sasvim očekivani, jer rad sa djecom sa posebnim potrebama je izazov, posebno u kontekstu kada kao nastavnik nemate asistenta u nastavi koji će raditi tako da pomogne djetetu sa posebnom potrebom. U ovakvim situacijama nastavnici se nalaze u konfliktonoj situaciji sa samim sobom jer ne mogu završiti planirano po NPP-u, budući da se moraju posvetiti dodatno djetetu koje nije u stanju pratiti regularni NPP. Također, nerijetko imaju probleme sa disciplinom i motivacijom u razredu, a žalbe koje se čuju od nastavnika su dvojake naravi: ili se žale na problem direktno sa djetetom sa posebnom potrebom, koje usljed svog oštećenja nije u stanju pratiti nastavu, pa narušava disciplinu u razredu, ili druga djeca, kada se nastavnik posveti djetetu sa posebnom potrebom koriste „prazan prostor“ pa uzrokuju nedisciplinu. U svakom slučaju, dijete sa poteškoćama u razvoju, zapravo, nastavnika dovodi pred izazove organizacijske prirode, a same pojave stresa. Do sličnih podataka je došao i Gholamitooranposhti (2012), gdje je ispitivao razlike u mentalnom zdravlju kod nastavnika koji rade sa djecom sa mentalnom insuficijencijom i nastavnika koji rade sa zdravom djecom, te je došao do zaključka da nastavnici koji rade sa djecom sa poteškoćama izvještavaju o većem osjećanju umora i usamljenosti,

dok nema statistički značajnih razlika u nivou anksioznosti, nemira, nerveze, beznadežnosti, ljutnje, glavobolje, poremećaja spavanja, problema sa probavom i sl.

Kada je u pitanju odnos sociodemografskih varijabli i upitnika mentalnog zdravlja, tu su se kao značajne nezavisne varijable pokazale varijabla staža i varijabla stepena školske spreme. Varijabla dužine staža se pokazala značajnim faktorom za subskalu anksioznosti, depresije, općeg pozitivnog afekta, te indeksa mentalnog zdravlja. Post-hoc postupak je pokazao da nastavnici koji imaju manje od 10 godina staža pokazuju viši stepen anksioznosti i depresije od starijih kolega, što je sasvim očekivano da su mladi nastavnici koji imaju ispod 10 godina staža anksiozniji, pa možda čak i depresivniji od starijih nastavnika. Mladi nastavnici često pokazuju svoju anksioznost pred učenicima, koji to znaju iskoristiti, te time znaju biti i okrutni prema nastavniku, ne poštujući njihov autoritet. Takva dešavanja često vode do toga da se kod početnika u nastavi javlja depresija jer se uplaše da će tako biti tokom cijelog njihovog radnog vijeka. Kod varijabli opći pozitivni afekt i opći indeks mentalnog zdravlja naknadni postupci nisu ustanovili smijer razlika. Rezultati istraživanja do kojih su došli Anhorn (2008) i Smethem i Adey (2005) upravo pokazuju da su mlađi nastavnici više izloženi anksioznosti, nego stariji nastavnici, što je potkrepljuje rezultate našeg istraživanja.

Stepen školske spreme, također, pokazao se kao značajan faktor koji utječe na opći pozitivni afekt, psihološko dobrostanje i opći indeks mentalnog zdravlja, međutim, post-hoc postupci nisu rasvijetlili smjer ovih razlika.

Ovdje je neminovno spomenuti ograničenja ovog istraživanja. Naime, radi se o dostupnom i relativno malom uzorku na kojem je moguće donositi neke konkretnije zaključke, ali u svakom slučaju, zaključci ovog istraživanja mogu poslužiti kao polazišna osnova za istraživanje kojim bi se obuhvatio veći uzorak nastavnika. Također, nedostatak je to što su nastavnici ispitivani za vrijeme regularnog sistematskog pregleda, a neposredno nakon godišnjih odmora, kada se može pretpostaviti da je nivo stresa umanjen tokom godišnjeg odmora, a i pretpostavlja se da su, posebno ovi mlađi nastavnici sretni, da ne kažemo euforični zbog početka školske godine. Ovakva osjećanja sreće tokom vremena iščeznu, te tako, možemo

pretpostaviti da isto ovo istraživanje uradimo u mjesecu maju ili početkom juna, pred kraj školske godine, da bi nivo stresa kod nastavnika bio veći. Ono što se, također, mora napomenuti ovdje, jeste nemotiviranost nastavnika da učestvuju u istraživanjima, te smo tako u uzorku ispitanika koji je inicijalno bio veći, radili sa njih 181, jer jedan broj nastavnika nije želio da se njihovi podaci uzimaju u obzir u istraživanju, iako im je bilo objašnjeno da se imena neće nigdje pojavljivati, nego će se skor uzimati kao neka grupna mjera, a ne individualni rezultati.

ZAKLJUČCI

Pri formulaciji zaključaka se vodimo postavljenim ciljevima istraživanja, pa tako izvodimo sljedeće zaključke:

1. Rezultati istraživanja ukazuju na srednje prisutan nivo stresa kod nastavnika, gdje kao najveći izvor stresa nalazimo na subskali profesionalnih ograničenja, potom, stresora vezanih za posao i na kraju disciplina i motivacija kod učenika. Kada su u pitanju manifestacije stresa, uglavnom nalazimo kardiovaskularne tegobe, potom manifestacije umora. Stoga, možemo zaključiti da u uzorku nastavnika nalazimo srednje prisutan stres, koji uglavnom dolazi od osjećanja ograničenja koja su vezana za samu kvalitetu nastavničke profesije, kao na primjer nemogućnost napredovanja i promocije, niska primanja, neprepoznavanje i izostanak adekvatnog nagrađivanja te dodatne edukacije koju nastavnici treba da pohađaju, a koji se manifestuje kardiovaskularnim smetnjama i manifestacijama umora.

Mentalno zdravlje nastavnika je u granicama prosjeka, tako da zaključujemo da su dosta dobri pokazatelji mentalnog zdravlja, odnosno, pretpostavljamo da nastavnici imaju adekvatne mehanisme nošenja sa stresom kojem su evidentno izloženi.

2. Osobine ličnosti značajno koreliraju sa ocjenama na skali stresa. Neutoriticizam značajno korelira sa gotovo svim subskalama upitnika stresa, osobina ekstraverzije ima pozitivnu povezanost sa profesionalnim ograničenjima, problemima sa disciplinom i motivacijom

učenika, ali i emocionalnim manifestacijama stresa, umora i ponašajnim smetnjama. Također, pronađena je i negativna korelacija između ugodnosti i profesionalnog ulaganja, manifestacija umora, kardiovaskularnih manifestacija i ukupnog skora na skali stresa. Osobina ličnosti savjesnost je negativno korelirana sa profesionalnim ulaganjem i ponašajnim manifestacijama stresa. Nadalje, osobine ličnosti su povezane i sa rezultatima na *Upitniku mentalnog zdravlja*. Zaključno, za osobine ličnosti, možemo reći da su ugodnost, ekstraverzija, savjesnost osobine koje su pozitivno povezane sa mentalnim zdravljem, a neurotičnost negativno.

3. Regresijskom analizom smo potvrdili nalaze dobivene korelacijskom analizom, tako da možemo zaključiti da je neuroticizam značajan prediktor za pojavljivanje stresora upravljanje vremenom, profesionalna ograničenja, disciplinu i motivaciju, ali i emocionalne i manifestacije umora, potom kardiovaskularne manifestacije i ukupan skor na skali stresa. Nadalje, neurotičnost je značajan prediktor anksioznosti, depresije, gubitka ponašajne i emocionalne kontrole, te psihološke nestabilnosti, odnosno slabijeg pozitivnog afekta, psihološkog dobrostanja i mentalnog zdravlja općenito. Ekstraverzija je značajan prediktor profesionalnih ograničenja, discipline i motivacije te emocionalnih manifestacija. Savjesnost je značajan prediktor pojave gastrointestinalnih smetnji, a ugodnost je prediktor depresije i psihološke nestabilnosti, odnosno općeg indeksa mentalnog zdravlja, ali naravno u negativnom smjeru (negativan beta ponder).
4. Od društvenih i ekonomskih faktora, među kojima smo ispitali spol, godine staža, dob, brojno stanje učenika, uzrast djece sa kojima rade i slično, značajni prediktori su dob u godinama (stariji nastavnici imaju tendenciju za jačim emocionalnim manifestacijama stresa), potom godine staža i stepen školske spreme (značajni prediktori za pojavu gastrointestinalnih smetnji).

LITERATURA

- Agai–Demjaha T., Karadzinska Bislimovska J., Mijakoski D.(2012). *Level of Work Related Stress among Teachers in Elementary Schools*, Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences. 2015 Sep 15; 3(3): 484–488.
- Anhorn, R. (2008). *The Profession That Eats Its Young*. Delta Kappa Gamma Bulletin, 74, 15–26.
- Barton P.T., Eid J. Johnsen B.H., Laberg J.C. i Snook S.A. (2009), *Big five personality factors, hardiness, and social judgment as predictors of leader performance*, Leadership and Organization Development Journal, Vol 30, No.6, pp 498–521.
- Blaug R., Kenyon A., Lekhi R. (2007). *Stress at work*, The Work Foundation, London, UK;
- Brown Z.A. i Uehara D.L. (1999). *Coping with Teacher Stress: A Research Synthesis for Pacific Educators*, Pacific Resources for Education and Learning, Honolulu, Hawaii.
- Cosgrove J. (2000). *Breakdown – The facts about stress in teaching*, Taylor & Francis E-Library.
- Čabarkapa M., Korica V., Rodjenkov S. (2010), Povezanost osobina ličnosti sa doživljajem profesionalnog stresa kod vojnog letaćkog osoblja, Vojnosanitetski pregled, Vol. 68, br. 2, str. 143 – 149.
- Davies A.R., Sherbourne C.D., Peterson J.R. i Ware J.E. (1998). *Scoring manual: Adult health status and patient satisfaction measures used in RAND's Health Insurance Experiment*. Santa Monica: RAND Corporation.
- Eres F. i Atanasoska T. (2011). Occupational Stress of Teachers: A Comparative Study Between Turkey and Macedonia ,*International Journal of Humanities and Social Science*, Vol. 1 No. 7, str 59–65.
- Ević A.M. (2020). *Odnos ličnosti, traume u djetinjstvu i mentalnog zdravlja odraslih*, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet

- Fimian M.J. (1988). *Teacher Stress Inventory*, Clinical Psychology Publishing Co., Inc, USA;
- Foro (2015). *Profesionalne kompetencije nastavnika u suočavanja sa stresnim situacijama u školi*, doktorska disertacija, Filozofski fakultet, Zagreb.
- Gholamitooranposhti M. (2012). *Teachers' Mental health*, Procedia - Social and Behavioral Sciences 69, str. 1295–1301.
- Goddard R. , O'Brien P. i Goddard M. (2006). *Work enviroment predictors of beginning teacher burnout*, British Educational Research Journal, Vol 32, br. 6. str 857–874.
- Golden Y. Roth R.A. (2005). *Teachers Managing Stress and Preventing Burnout: The professional Health Solution*, Taylor & Francis e-Library.
- Hakanen J.I., Bakker A.B. i Schaufeli W.B. (2006), *Burnout and work engagement among teachers*, Journal of School Psychology, 43, str 495–513.
- Hurtz G.M. & Donovan J.J. (2000). *Personality and Job Performance: The Big Five Revisited*, Journal of Applied Psychology, Vol. 85, No. 6, 869–879.
- John, O. P. & Srivastava, S (1999). *The Big-Five trait taxonomy: History, measurement and theoretical perspectives*, u Pervin L.A. & John O.P. (Eds.) Handbook of personaltiy> Theory and research (Vol.2, pp 102–138), New York: Guilford Press;
- Kokkinos C.M. (2007). *Job stressors, personality and burnout in primary school teachers*, British Journal of Educational Psychology, tt, str. 229–243.
- Krapić N. (2005). *Dimenzije ličnosti petofaktorskog modela i radno ponašanje*, Psihologijske teme, Vol 14, br. 1, str 39–55.
- Kyriacou, C. (1987). *Teacher Stress and Burnout: An International Review*. Educational Research, 29, 146–152.
- Larsen R.J., Buss D.M. (2008). *Psihologija ličnosti*, Naklada Slap, Jastrebarsko.
- Lewis R. (1999). *Teachers Coping with the Stress of Classroom Discipline*, Social Psychology of Education 3: 155–171.
- Lindsey Smethem & Ken Adey (2005). Some effects of statutory induction on the professional development of newly

- qualified teachers: a comparative study of pre- and post-induction experiences, *Journal of Education for Teaching*, 31:3, 187-200
DOI: [10.1080/02607470500169014](https://doi.org/10.1080/02607470500169014)
- Mojsa-Kaja J, Golonka K, Marek T. (2015). *Job Burnout and Engagement among Teachers – Worklife Areas and Personality Traits as Predictors of Relationships with Work*, *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 28(1): 102–119;
- Mrozek K. (2005). *Teacher Stress Presentation*, dostupno u aprilu 2020, na www.cedu.niu.edu/~shumow/itt/Teacher%20stress.pdf,
- Padejski N. (2010). *Uticao dimenzija licnosti i stilova prevladavanja stresa na psiholosko blagostanje*, *Primenjena psihologija*, 2010/3, str 269–282.
- Paleksic V., Ubovic R. i Popovic M. (2015). *Osobine licnosti i sindrom sagorijevanja kod nastavnika osnovnih i srednji skola*, *Scripta Medica*, Vol. 46, Br 2. str 118–124.
- Ravichandran R. i Rajendran R. (2007). *Perceived Sources of Stress among Teachers*, *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, Vol. 33, No. 1, str. 133–136.
- Selye, H. (1981), *Geschichte und Grundzüge des Stresskonzepts*. U: Nitsch, J. R. (ur.). *Stress. Theorien, Untersuchungen, Massnahmen*. Bern Stuttgart Wien: Verlag Hans Huber, 163-187.
- Shokrkon A., Nicoladis E. (2021). How personality traits of neuroticism and extroversion predict the effects of the COVID-19 on the mental health of Canadians, objavljeno: May 19, 2021, dostupno na DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251097> , 20.6.2021.
- The Big Five Personality Test- dostupno na <https://openpsychometrics.org/printable/big-five-personality-test.pdf>, 14.9.2018.
- Ziegler M., Danay E., Schoelmerich F., Buehner M. (2010). *Predicting academic success with the Big 5 rated from different points of view: Self-rated, other rated and faked*, *Personality*, Volume 24, Issue 4, pp 341–355.

- Zotović M. i Petrović J. (2011). *Prevladavanje stresa u adolescenciji: relacije sa karakteristikama ličnosti i mentalnim zdravljem*, *Primjenjena psihologija* 2011/3, str. 245-261.
- Živčić- Bećirević I. i Smojver-Ažić S. (2005). *Izvori stresa na poslu odgojitelja u dječijim vrtićima*, *Psihologijske teme*, Vol. 14, br 2, str. 3–13.

TEACHER PERSONALITY TRAITS AS A DETERMINANT OF STRESS PERCEPTION AND MENTAL HEALTH

Anela Hasanagić, PhD
Almira Isić-Imamović, PhD
Muharem Adilović, PhD

Abstract

Numerous research studies have shown that teaching profession is one of those most susceptible to stress. In Bosnia and Herzegovina, there are also some additional aggravating circumstances which might be considered stress factors among teachers, primarily a low socio-economic status and forced adaptation to systematic school changes. Moreover, teachers are often victims of a social and moral crisis as well as of the changed roles in education.

This paper aims to provide an insight into the current state of teachers' mental health, the presence of stress and stress factors, and to investigate whether and to what extent personality traits and social and economic factors are significant predictors of teachers' perception of stress and their mental health.

The following instruments were used: BIG 5, Teacher Stress Inventory (TSI) and Mental Health Inventory (MHI). The sample comprised 181 teachers working in state elementary and high schools in B&H. The results indicate that a moderate level of stress is present among teachers. The stress sources are mainly professional limitations (M=2,56), the issue of discipline and students' motivation (M=2,46), and stress factors related to profession (M=2,47) – large classes, too much paperwork, too little time and money for preparation. The most common manifestations of stress are cardiovascular disorders (M=2,02), fatigue (M=1,91) and emotional disorders (M=1,87).

Statistically significant correlations were found between personality traits of extroversion of comfort, conscientiousness, neuroticism and openness, ranging from 0,169 to 0,381. The strongest correlation existed between neuroticism and extroversion.

Neuroticism was mainly found to correlate positively with the subscales of stress and stress manifestations, while extroversion was in a negative correlation with stress perception and manifestation. In terms of the correlation between personality traits and MHI subscales, the correlation was in the range between 0,218 and 0,590, with the subscale of neuroticism showing moderately high correlation with anxiety, depression, behavior and emotional control, psychological instability, but also demonstrating negative correlation with psychological well-being, general positive affect and general mental health index.

The regression analysis showed that the personality traits of neuroticism and extroversion, but also of conscientiousness, i.e., comfort, were significant predictors of teachers' mental health and their stress perception. Neuroticism was a significant predictor of time management, professional limitations, discipline and motivation, but also of emotional manifestations of fatigue, cardiovascular disorders, and the total score on the scale of stress, anxiety, depression, the loss of emotional and behavior control, psychological instability, psychological well-being and mental health in general. Extroversion was a significant predictor of professional limitations, discipline and motivation, emotional manifestations, while conscientiousness significantly predicted gastrointestinal disorders, and comfort predicted depression, psychological instability and the index of mental health. Among social and economic factors, age was a significant predictor of emotional manifestation of stress, while working experience and level of education were significant predictors of gastrointestinal disorders.

Keywords: personality traits, stress among teachers, teachers' mental health.

أ.د. أنلة حسناغتش – كلية التربية الإسلامية – جامعة زنييتسا
أ.د. ألميرة إيستش- إماموفتش – كلية التربية الإسلامية – جامعة زنييتسا
أ.د. محرّم عادلوفتش – كلية التربية الإسلامية – جامعة زنييتسا

سمات شخصية المعلم كمحدد لإدراك التوتر والصحة العقلية

الملخص

تشير الدراسات العديدة إلى أن مهنة التدريس هي واحدة من أكثر المهن عرضة للتوتر. وفي البوسنة والهرسك، لدينا ظروف إضافية، والتي يمكن اعتبارها ضغوطات للمعلمين، وهي، أولاً وقبل كل شيء، وضع اجتماعي واقتصادي متدن، ثم التكيف القسري مع التغييرات المنهجية والنظامية في المدرسة، وغالبًا ما تكون ضحايا للأزمة الاجتماعية والأخلاقية والأدوار المتغيرة في التعليم والتربية. الهدف من هذا البحث هو إلقاء نظرة على الصحة العقلية الحالية للمعلمين، ووجود التوتر وأسباب الضغوطات، وكذلك الفحص ما إذا كانت سمات الشخصية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية عوامل تنبؤ لتصور التوتر والصحة العقلية للمعلمين. الأدوات المستخدمة في البحث هي BIG-5 : أداة وجرّد التوتر للمعلمين (TSI) واستبيان الصحة العقلية (MHI). شملت العينة على 181 معلمًا يعملون في المدارس الحكومية الابتدائية والثانوية العامة في البوسنة والهرسك. أظهرت النتائج أن المعلمين لديهم مستوى معتدل من التوتر. ومصادر التوتر هي بشكل أساسي القيود المهنية ($M = 2.56$) ، مشكلة الانضباط ودافعية الطلاب ($M = 2.46$)، والضغوطات المتعلقة بالمهنة – ($M = 2.47$) الفصول كثيرة العدد من الطلاب والإدارة ، وقلة الوقت والمال لتحضير الدروس. أكثر مظاهر التوتر شيوعًا هي اضطرابات القلب والأوعية الدموية ($M = 2.02$) ، والشعور بالتعب ($M = 1.91$) ، والاضطرابات العاطفية ($M = 1.87$) . تم الحصول على ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين سمات الشخصية المتمثلة في انبساط الراحة والضمير والعصابية والانفتاح، وتتراوح من 0.169 إلى 0.381. أعلى الارتباطات هي بين بُعد العصابية والانبساط. ترتبط العصابية بشكل عام ارتباطًا إيجابيًا بالمقاييس الفرعية للتوتر ومظاهر التوتر، في حين يرتبط الانبساط سلبًا بإدراك ومظاهر التوتر. عندما يتعلق الأمر بالارتباطات بين سمات الشخصية والمقاييس الفرعية لاستبيان MHI ،

تتراوح الارتباطات من 0.218 إلى 0.590 ، مع وجود معاملات عصبائية مرة أخرى ذات معاملات متوسطة إلى عالية مرتبطة بالقلق والاكتئاب والتحكم السلوكي والعاطفي وعدم الاستقرار النفسي، ولكن أيضاً الارتباطات السلبية مع الرفاه النفسي والتأثير الإيجابي العام ومؤشر الصحة النفسية العامة. أظهر تحليل الانحدار أن سمات الشخصية هي العصبائية والانبساط، ومن ثم الضمير، أي الراحة، هي مؤشرات مهمة على إدراك المعلمين للتوتر والصحة العقلية. العصبائية هي مؤشر مهم لإدارة الوقت، والقيود المهنية، والانضباط والدافعية، وكذلك المظاهر العاطفية للإرهاق، واضطرابات القلب والأوعية الدموية والنتيجة الإجمالية على مقياس الإجهاد، ثم القلق، والاكتئاب، وفقدان السيطرة السلوكية والعاطفية، وعدم الاستقرار النفسي، والصحة النفسية – الوجود والصحة النفسية بشكل عام. التأقلم مع الوضع هو مؤشر مهم للقيود المهنية، والانضباط والدافعية، والمظاهر العاطفية، والضمير هو مؤشر على اضطرابات الجهاز الهضمي، في حين أن الراحة هي مؤشر على الاكتئاب وعدم الاستقرار النفسي ومؤشر الصحة العقلية. من بين العوامل الاجتماعية والاقتصادية، هناك عوامل مهمة هي العمر بالسنوات للمظاهر العاطفية للتوتر، وسنوات الخدمة، ودرجة الاستعداد لاضطرابات الجهاز الهضمي.

الكلمات الأساسية: السمات الشخصية، توتر المعلم، الصحة النفسية والعقلية للمعلم.