

# Specifični stresorji pri poklicu učitelja

## Specific stress factors for teaching staff

### Avtorica:

asist. dr. Andreja Drobnič Vidic

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za matematiko in fiziko, naslov: Oddelek za tehniško varnost

### Izvleček

Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu je skupaj s sindikati vzgoje in izobraževanja širom po Evropi izvedla longitudinalno raziskavo o stresu v učiteljskem poklicu. Ena od 30 sodelujočih držav mednarodne raziskave je bila tudi Slovenija. V prispevku je analiziran stres pri učiteljih, ki je glede na ostale države Evropske unije v Sloveniji zelo izpostavljen, in izpostavljeni so stresni faktorji pri učiteljih, katerih intenziteta je močno odvisna od države in urejenosti učiteljskega poklica v njej. Na te stresne faktorje ima torej država pomemben vpliv in jih najlažje regulira. Izpostavljeni so za učitelje specifični stresni faktorji, ki v Evropi v sektorju izobraževanja najbolj vplivajo na pojavitev indikatorjev stresa. Na podlagi analize so podane smernice za zmanjšanje stresa pri učiteljih v Sloveniji in drugod.

**Ključne besede:** stres, učitelj, dejavniki stresa, statistična primerjava

### Abstract

The European Agency for Safety and Health at Work and the European Trade Union Committee for Education have been carried out a longitudinal study about stress at work in the education sector. One of the 30 participated countries has been also Slovenia. Results of the international studies show intensity of stress at work by Slovenian teaching staff in comparison with teaching staff from another countries. Stress is a big problem for teachers that work in Slovenia. The analyses expose some stressors that vary most across European countries and have high intensity in Slovenia. Moreover, particular specific stress factors for teaching staff are highlighted that are predominant for the outcome of work-related stress by teachers in Europe. According to the analyses there are given some future activities to reduce work-related stress in the education sector.

**Key words:** stress, teacher, stressors, statistical comparison

### 1. UVOD

Leta 2009 so na portalu Eurostat prikazali podatke raziskave Labour Force Survey o dejavniki, ki lahko vplivajo na z delom povezane zdravstvene težave.<sup>1</sup> Med evropskimi delavci iz 27 držav, ki so bili razvrščeni v enega izmed 15 poklicnih sektorjev, je bil sklop stres skupaj s strahom in depresijo na tretjem mestu po pogostosti zdravstvenih težav povezanih z delom. Največ delavcev (okoli 30 %) je tožilo za bolečinami v mišicah ali kosteh v hrbtnem delu, nato so sledile bolečine v mišicah ali kosteh v vratu, ramenih ali rokah in na tretjem mestu je bil stres, depresija in strah od skupaj desetih sklopov zdravstvenih težav delavcev. Pri vseh poklicnih sektorjih so bile bolečine v mišicah in kosteh najbolj množično zastopane, vendar je bil v izobraževalnem sektorju odstotek zdravstvenih težav, povezanih z stresom, strahom in depresijo, največji. Tako je bil v tej raziskavi odstotek stresa, depresije in strahu v sektorju izobraževanja 27 %, sledil mu je finančni sektor (25 %) ter javna administracija in sodstvo (24 %).<sup>2</sup> Raziskava je pokazala, da so težave v mišicah in kosteh pogostejše v sektorjih z nižjo stopnjo izobrazbe, pri poklicih, ki pa zahtevajo višjo stopnjo izobrazbe, se odstotek stresa viša; stres kot glavni problem povezan z delom nekoliko bolj obremenjuje ženske (17 %) kot moške (13 %)<sup>2 [str. 67]</sup>. Ugotovljeno je bilo, da stres, depresija in strah ovirajo normalno delovanje zaposlenih. Približno 44 % zaposlenih

je izrazilo zmerne omejitve delovanja zaradi stresa in 53 % zaradi težav v mišicah in kosteh, medtem ko je 24 % zaposlenih poročalo o močnih omejitvah dela zaradi stresa in 21 % močnih omejitvah pri delu zaradi težav v mišicah in kosteh.<sup>2</sup>

Poklici na področju izobraževanja so tisti, katerih zdravstvene težave se pogosto pojavljajo zaradi stresa. V Sloveniji so bile do sedaj izvedene že mnoge študije o stresu pri učiteljih.<sup>3,4,5,6,7,8</sup> Vendar so se omenjene študije osredotočale na našo deželo, medtem ko mednarodnih primerjav glede na avtorju javno dostopne podatke ni bilo veliko. Splošna primerjava med zdravstvenimi težavami zaposlenih v Sloveniji in drugod po Evropi je bila izvedena<sup>9</sup>. Učiteljski poklic v tej analizi ni bil izpostavljen, med vsemi poklici pa je bilo več težav med slovenskimi delavci kot evropskim povprečjem. Kar 28,1 % Slovencev je poročalo, da v povprečju delajo več kot 70 ur na teden, medtem ko je odstotek v Evropi 21,7 %. V splošnem so slovenski delavci manj zadovoljni z delovnimi pogoji (le 13 %) kot drugod po Evropi, kjer je zadovoljstvo zabeleženo pri 25 % delavcev. Prav tako so Slovenci bolj zaskrbljeni, da bodo izgubili službo (27 %) kot drugod v Evropi (16,3 %). V večji meri delajo bolni in v večji meri menijo, da je delo glavni vzrok za morebitno slabo zdravje (to meni 44,5 % Slovencev in 25 % evropskih delavcev). Podobno primerjavo je izvedel tudi Mrčela<sup>10</sup>, ki se je dotaknil tudi učiteljskega poklica

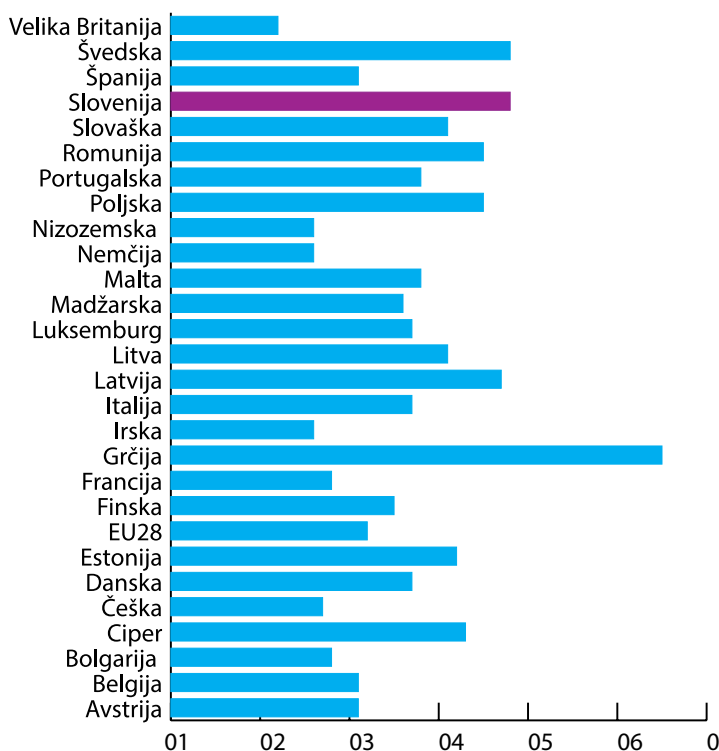
in pri učiteljih opozoril na velik odstotek pozabljanja in povezanostjo stresa z nespečnostjo ter povzel nekatere razlike v rezultatih evropske in nacionalne raziskave.<sup>10</sup>

V prispevku se osredotočimo na primerjavo stresa pri učiteljih v Sloveniji glede na druge evropske države. Podamo rezultate mednarodnih raziskav ter analiziramo stresne faktorje slovenskih učiteljev glede na povprečje v Evropski uniji (EU). Podane analize nakazujejo pot za izboljšanje razmer v učiteljskem poklicu.

## 2. STRES V SEKTORJU IZOBRAŽEVANJA V SLOVENIJI GLEDE NA OSTALE DRŽAVE V EU

Po podatkih evropske agencije za varnost in zdravje pri delu (EU-OSHA), ki je povzela rezultate raziskave Fourth European Working Conditions Survey z leta 2005 o stresu v poklicih po posameznih državah, so o najvišji stopnji stresa povezanega z delom poročali v Grčiji (55 %), sledili sta Slovenija (38 %) in Švedska (38 %), medtem ko so o najmanjši stopnji stresa, povezanega z delom, poročali v Veliki Britaniji (12 %), Nemčiji, Irski in na Nizozemskem (16 %).<sup>11</sup> Težave s stresom povezanim z delom so v Sloveniji konstantne. Tudi v letu 2014 je Slovenija po intenzivnosti stresa na tretjem mestu, takoj za Grčijo in Ciprom; kar 72 % Slovencev pogosto doživlja stres na delovnem mestu, medtem ko je evropsko povprečje 51 %.<sup>12</sup> Prikaz 1 kaže, da se stres povezan z delom med državami močno razlikuje.

V omenjeni raziskavi je bil stres prav tako najpogostejši v sektorju izobraževanja in zdravstva (28,5 %) (oba sektorja sta bila v tej raziskavi združena), sledil pa je



Prikaz 1. Stres med državami EU (27 držav v letu 2005) po podatkih iz Fourth European Working Conditions Survey\*, 2005.

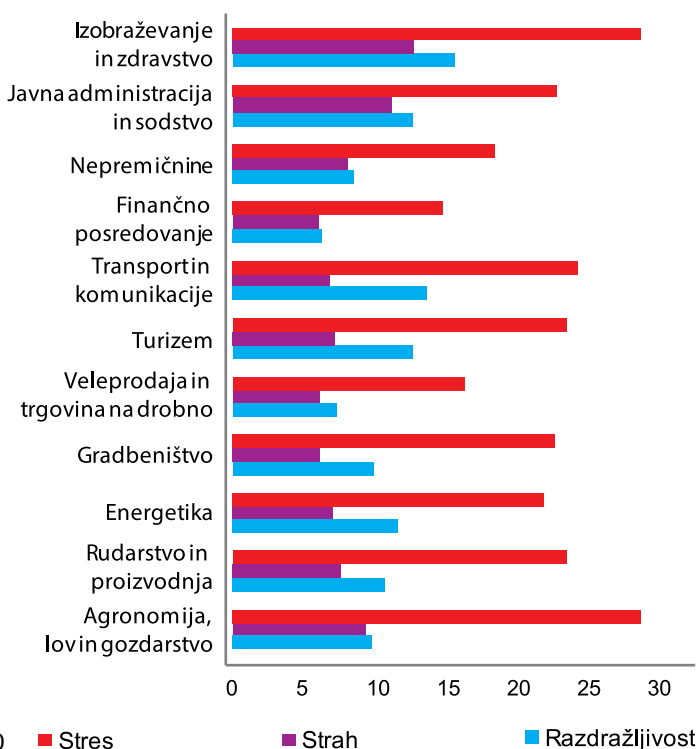
sektor agronomija, lov in gozdarstvo<sup>11 [str. 65]</sup>. Vendar pa je sektor izobraževanja in zdravstva trpel tudi v največji meri za strahom v službi (12,7 %), sledil mu je sektor javne administracije in sodstva (11,1 %) in tudi razdražljivost je bila najpogostejša v sektorju izobraževanja in zdravstva (15,5 %), sledil mu je sektor transport in komunikacije (13,6 %), kar kaže prikaz 2.

Najvišja stopnja stresa je bila ugotovljena pri delavcih med 40. in 54. letom starosti, najmanjša pa med mladimi delavci. Kot kaže raziskava, je v sektorju izobraževanja in zdravstva stres povezan z delom najbolj prisoten v državi Sloveniji izmed vseh 27 sodelujočih držav EU, saj je o njem poročalo kar 60 % vprašanih.<sup>11 [str. 66, 67]</sup> Vrednosti so podane v prikazu 3.

V tej raziskavi so tudi poudarili, da stres, depresija in strah najpogosteje prispevajo k izostanku z dela, daljšem od 14 dni v sektorjih kot so zdravstvo in socialno delo ter izobraževanje.<sup>11 [str. 68]</sup> Glede na podatke mednarodne analize je stres med vsemi poklicnimi sektorji najbolj izpostavljen v izobraževanju in med državami pri stresu v učiteljskem poklicu v negativnem izstopa ravno Slovenija, zato je osvetlitev tega problema toliko bolj pomembna.

## 3. STRESORJI IN INDIKATORJI V SEKTORJU IZOBRAŽEVANJA V SLOVENIJI GLEDE NA DRŽAVE V EU

Zaradi težav s stresom povezanim z delom v izobraževalnem sektorju, ki so ga zasledili v mnogih mednarodnih raziskavah, je EU-OSHA skupaj z Evropskim sindikalnim komitejem za izobraževanje (European Trade Union Committee for Education) - ETUCE v letu 2007 začela izvajati



Prikaz 2. Razširjenost stresa, strahu in razdražljivosti po sektorjih po podatkih iz Fourth European Working Conditions Survey\*, 2005.

longitudinalno raziskavo Survey on teachers' work-related stress. V raziskavi, zaenkrat sestavljeni iz treh večjih projektov, je v 1. projektu leta 2007 partnersko sodelovalo šest nacionalnih sindikatov učiteljev Švedske, Nemčije Portugalske, Slovenije, Malte in Poljske z glavnim sindikatom iz Nemčije.<sup>13</sup> Glavni cilj projekta je bil oceniti stresne faktorje in jih po možnosti ublažiti, povezati sektor izobraževanja z razvojem industrije na tem področju, izmenjati informacije dobre prakse v zvezi s stresom učiteljev, preveriti prisotnost stresa z učiteljeve perspektive in koordinirati različne organizacije pri izvedbi tega projekta.

V 1. projektu je bil učiteljem razdeljen enotni vprašalnik (preveden v različne jezike), v katerem so učitelji ocenili 16 stresorjev, navedenih v prikazu 4, ki pokrivajo različne vidike učiteljevega profesionalnega življenja in dela, vezanih na vsebino dela, na socialno okolje in odnos s kolegi, na negotovost dela in možnost za razvoj, na spoštovanje osebne integritete itd. Vprašalnik so izpolnjevali učitelji osnovnošolskega, srednješolskega in poklicnega izobraževanja.

Z nekaj izjemami lahko rečemo, da so bili stresorji na vseh treh ravneh izobraževanja na celotnem vzorcu učiteljev iz 27 držav dokaj podobni. Prvi štiri najmočnejši stresorji, ki vplivajo na pojavitev z delom povezanega stresa, so bili enaki v osnovnošolskem, srednješolskem in poklicnem izobraževanju (količinske zahteve / intenziteta dela, prekomerno delo, prevelik razred, neprimerno obnašanje učencev), a je bil vrstni red po nivojih malenkost drugačen. Tudi najšibkejših pet izpostavljenih stresorjev je bilo enakih pri vseh treh nivojih izobraževanja (slaba plača, strah pred slabim vrednotenjem, pomanjkanje socialne opore sodelavcev, nestabilnost zaposlitve in

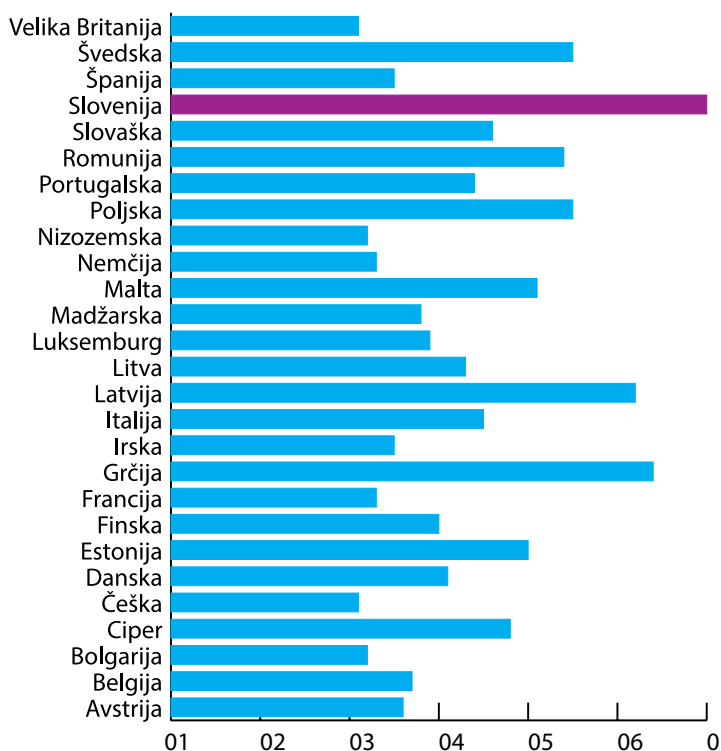
slaba možnost za razvoj), le vrstni red se je spet malenkost spreminjal. Ker je Slovenija sodelovala v raziskavi le z učitelji osnovnošolskega izobraževanja, je na grafu prikazano povprečje intenzivnosti stresorjev za celoten vzorec učiteljev na treh nivojih izobraževanja iz EU, nato pa povprečje stresorjev osnovnošolskih učiteljev v Sloveniji, in osnovnošolsko povprečje za 27 držav (kjer so vrednosti držav enakovredne, čeprav so države doprinesle v celotnem vzorcu različno število učiteljev).

Slovenija je bila glede na intenzivnost stresorjev na 7. mestu med 27 državami z osnovnošolskim izobraževanjem. Pred njo so bile Bolgarija, Nizozemska, Madžarska, Litva, Češka in Romunija. Najmanj intenzivni so bili stresorji pri učiteljih Velike Britanije. Iz prikaza 4 je razvidno, da so bili v Sloveniji glede na ostale evropske države manj intenzivni stresorji: pomanjkanje opore pri organizaciji šole, pomanjkanje resorjev, samo-odbijajoča prepričanja in slaba možnost za razvoj. Največja razlika med Slovenijo in povprečjem držav je bila v pomanjkanju socialne opore sodelavcev.

Izpostavljenost stresorjem lahko pri zaposlenem privede do stresnih indikatorjev, ki so kazalci prisotnosti stresa pri delavcih. Med 10 stresnimi indikatorji so bila pri učiteljih povprečja še kar podobna na vseh treh nivojih izobraževanja. Pri vseh treh učiteljskih panogah je bil največji problem izgorelost / depresija. Nato je pri srednješolskem in poklicnem izobraževanju sledila pogosta odsotnost z dela (zaradi slabše odpornosti), ki je bila pri osnovnošolskem izobraževanju šele na 5. mestu. Zadnji trije indikatorji pa so bili na vseh treh nivojih izobraževanja enaki: težave prebavnega sistema, strah pred izgubo službe in zatekanje h kajenju, alkoholu, drogam, kar opazimo tudi v prikazu 5.

Slovenija je po intenzivnosti stresnih indikatorjev zasedla 6. mesto za Bolgarijo, Irsko, Nizozemsko, Romunijo in Nemčijo, torej je bila podobno kot prej v 1. četrtini ranžirne vrste. Prvi štiri najintenzivnejši indikatorji v Evropi so imeli najvišje vrednosti tudi v Sloveniji: izgorelost / depresija, visoka odsotnost z dela zaradi bolezni, pogosti medosebni konflikti in nespečnost. V prikazu 5 lahko razberemo, da je veliko bolj kot povprečni učitelj v državah EU osnovnošolski učitelj v Sloveniji poročal o težavah prebavnega sistema in o povišanem krvnem tlaku. Slovenski učitelj je v povprečju manj pogosto poročal o glavobolih in srčno-žilnih boleznih ter strahom pred izgubo službe kot v povprečju učitelji vseh držav.

ETUCE je z aktivnostmi nadaljeval v letu 2009, kjer so zaradi zaskrbljujočega stanja učiteljev po Evropi podali primere dobre prakse, z namenom da učitelji ne bi občutili tako velik stres na delovnem mestu. Ugotovljeno je namreč bilo, da se učitelji kot tudi njihovi nadrejeni ne zavedajo, kako stresen je poklic učitelja.<sup>14</sup> Vsaka država naj bi tako v 2. projektu poiskala lastne šibke točke in skušala ugotoviti najmočnejše stresne faktorje. Kot primer dobre prakse v Sloveniji je bila izvedena raziskava dr. Slivarja pod pokroviteljstvom Sindikata vzgoje, izobraževanja, znanosti in kulture Slovenije o stresnih faktorjih slovenskih učiteljev in vzgojiteljev.<sup>8</sup> S slučajnostim vzorcem 900 učiteljev je bilo ugotovljeno, da je stres realnost učiteljskega dela in da se je potrebno spoprijemati z njim sistematično tako



Prikaz 3. Stres v sektorju izobraževanja in zdravstva po državah članicah EU po podatkih iz<sup>11</sup>.

STRESORJI / OBMOČJE	OSNOVNOŠOLSKO (OŠ) EU POVPREČJE	SREDNJEŠOLSKO EU POVPREČJE	POKLICNO EU POVPREČJE	OŠ POVPREČJE SLOVENIJA	OŠ POVPREČJE 27 DRŽAV
Količinske zahteve/Intenziteta dela	3,87	3,80	3,72	4	3,8
Prekomerno delo	3,62	3,53	3,72	4	3,6
Prevelik razred	3,45	3,33	3,90	4	3,5
Nepriumno obnašanje učencev	3,46	3,53	3,59	4	3,4
Pomanjkanje opore pri organizaciji šole	3,15	3,26	3,27	3	3,2
Pomanjkanje resorjev	3,00	2,93	3,36	2	3,0
Slaba šolska klima/atmosfera	3,00	3,00	3,00	4	3,1
Slab družbeni status učiteljev	2,96	2,96	3,00	4	3,1
Samo-odbijajoča prepričanja	2,81	2,83	2,95	2	2,8
Strah pred konflikti	2,87	2,76	2,90	4	2,9
Pomanjkanje partnerske podpore	2,68	2,83	2,90	3	2,8
Slaba plača	2,62	2,56	2,95	3	2,8
Strah pred slabim vrednotenjem	2,53	2,53	2,54	4	2,5
Pomanjkanje socialne opore sodelavcev	2,25	2,36	2,72	4	2,4
Nestabilnost zaposlitve	2,25	1,96	2,92	3	2,4
Slaba možnost za razvoj	2,25	2,10	2,45	2	2,3

na individualni kot na državni (sistemski) ravni. Študija je pokazala, da je bilo kar 45,2 % učiteljev v vzorcu pod močnim oziroma izjemnim stresom, da je bilo pogosto ali vedno pod stresom 53,5 % učiteljev, da je velika večina (84 %) naših učiteljev ocenila svoj poklic kot močno oziroma izjemno stresen.<sup>8</sup> Za 62,3 % učiteljev v vzorcu je bilo najbolj stresno nesramno vedenje učencev. Okoli 60 % učiteljev je doživljalo nizko izgorelost, 30 % zmerno in 10 % visoko izgorelost.<sup>8</sup> Učitelji, ki so pod stresom, so bistveno manj zadovoljni z delom v primerjavi s tistimi, ki niso pod stresom, prav tako pa so manj učinkoviti na področjih angažiranja učencev, ravnanja z razredom in v splošnem.

V 3. projektu 2010/11 so se nato v ETUCE osredotočili na specifične stresne faktorje in pogoje dela pri posameznih članicah EU.<sup>15, 16</sup> Pri posamezni državi so skušali izpostaviti najpomembnejše faktorje, ki vplivajo na stres pri učiteljih v državah EU.

### 3.1. SPECIFIČNI STRESNI FAKTORJI UČITELJSKEGA POKLICA V SLOVENIJI IN DRUGOD PO EVROPI

V letu 2010 je tako ETUCE pridobil k sodelovanju 499 šol s 5461 učitelji, ki so odgovorili na enotni vprašalnik, preveden v različne jezike, in natančneje opisali faktorje, ki so največji povzročitelji stresa. Slovenija je v raziskavi sodelovala z 20 šolami in je bila ena izmed 30 evropskih držav v tem projektu, katerega rezultate predstavljamo v luči dosežkov Slovenije.<sup>15</sup>

STRESNI INDIKATORJI / OBMOČJE	OSNOVNOŠOLSKO (OŠ) EU POVPREČJE	SREDNJEŠOLSKO EU POVPREČJE	POKLICNO EU POVPREČJE	OŠ POVPREČJE SLOVENIJA	OŠ POVPREČJE 27 DRŽAV
Izgorelost / depresija	3,75	3,70	3,45	5	3,8
Visoka odsotnost z dela	2,53	2,56	2,68	4	2,8
Nespečnost	2,68	2,50	2,31	4	2,6
Srčno-žilne bolezni	2,46	2,46	2,54	2	2,5
Pogosti medosebni konflikti	2,59	2,43	2,31	4	2,6
Migrene / glavoboli	2,56	2,26	2,36	2	2,5
Povišan krvni tlak	2,43	2,16	2,40	4	2,5
Težave prebavnega sistema	2,31	1,93	2,13	4	2,4
Strah pred izgubo službe	1,78	1,56	1,77	1	1,8
Zatekanje h kajenju, alkoholu, drogam	1,56	1,56	1,31	2	1,6

Prikaz 4 (levo). Intenzivnost stresorjev po različnih nivojih izobraževanja v Sloveniji glede na evropsko povprečje.

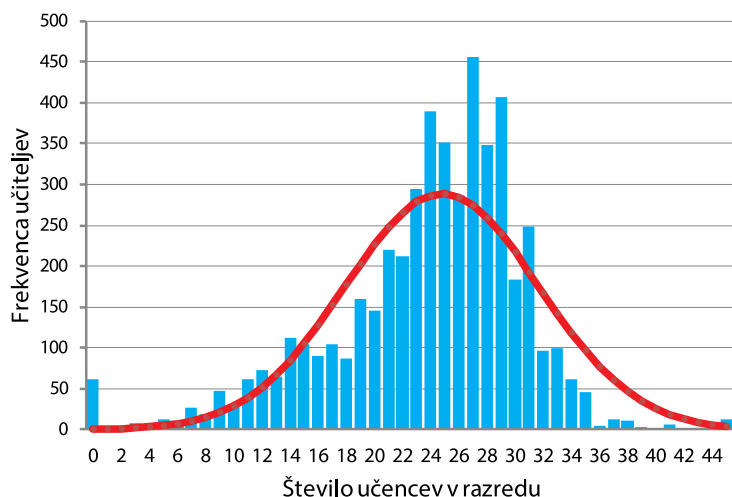
Prikaz 5 (zgoraj). Intenzivnost indikatorjev po nivojih izobraževanja v Sloveniji glede na evropsko povprečje.

Vzorec je zajemal 29 % učiteljev iz osnovnošolskega, 54 % srednješolskega in 18 % iz poklicnega izobraževanja; okoli 70 % učiteljev v vzorcu je bilo ženskega spola, starostno so bili dokaj enakomerno porazdeljeni (17 % do 35 let, 28 % do 45 let, 33 % dalje do 55 let in preostanek starejši). Učitelji v vzorcu naj bi poučevali v nič, enem, dveh razredih, v 10 primerih tudi v več kot 25 razredih.

Povprečna velikost največjega poučevanega razreda posameznega učitelja v celotnem vzorcu je bila skoraj 25 otrok s standardnim odklonom 7 otrok, kot lahko razberemo iz prikaza 6. Novi ukrepi v šolstvu v Sloveniji zaradi varčevanja tako dvigujejo število nad evropsko povprečje.

Namesto 16 stresorjev, ki vplivajo na stres pri delu in so navedeni v prikazu 4, je bilo v novem vprašalniku uporabljenih 30 stresorjev (in okoli 100 vprašanj zanje), razvrščenih v naslednje skupine stresorjev:

1. **Zahteve dela (4 stresorji in 14 vprašanj zanje)**
2. **Vpliv in priložnost za razvoj (4 stresorji in 15 vprašanj zanje)**
3. **Socialni odnosi in vodenje (9 stresorjev in 26 vprašanj zanje)**
4. **Zaupanje in pravičnost (2 stresorja in 8 vprašanj zanje)**
5. **Specifični stresorji za poklic učitelja (11 stresorjev in 36 vprašanj zanje).**



Prikaz 6. Število učencev v razredu pri vzorcu učiteljev v EU.

Vsako skupino stresorjev so določali stresorji, sestavljeni iz enega ali največ 7 vprašanj. Notranja konsistentnost pri vseh stresorjih z več kot enim vprašanjem je bila zadovoljiva. Manjša od 0,60 je bila le pri stresorju socialni odnosi (0,54), sestavljenem iz dveh vprašanj in stresorju: možnosti za sprostitev, sestavljenem iz 4 vprašanj (0,57). Vrednosti odgovorov v 5 stopenjski lestvici so bile za posamezen stresor normirane na lestvico od 0 do 100 točk. Nekatera vprašanja (postavke) so bila pozitivno orientirana (več kot je točk, večji dejavnik stresa ta stresor predstavlja), nekatera pa negativno orientirana (več kot je točk, manjši dejavnik stresa predstavlja). V skupine 1-4 bi lahko razvrstili tudi 16 stresorjev iz 1. projekta, specifični stresorji za poklic učitelja pa so bili v celoti dodani na novo.

Prva skupina stresorjev, imenovana "Zahteve dela", je vsebovala 4 stresorje: količinske zahteve (4 postavke), čustvene zahteve (3), zahteve po skrivanju čustev (2), konflikt med zasebnim in poklicnim (5). Medtem ko so bile količinske zahteve oz. intenziteta dela najpomembnejši stresor v 1. projektu (saj je intenziteta dela zajemala tudi čustvene zahteve), v novi raziskavi količinske zahteve niso dosegle najvišjih vrednosti.

Najmanj točk je pri tem stresorju dosegel Ciper (45), največ točk pa Velika Britanija (74), kot kaže prikaz 7. Slovenija je bila pri tem stresorju na 12. mestu od 30 držav udeleženk. Število točk je bilo za 2 več od povprečja, ki je znašal 61 točk. Interval zaupanja je bil zelo ozek (61 - 65), kar pomeni, da so vsi slovenski učitelji količinske zahteve zelo podobno ocenili.

V skupini "Zahteve dela" je najvišje evropsko povprečje dosegel stresor čustvene zahteve (66 točk), sledijo količinske zahteve (61), konflikt med osebnim in poklicnim (60) in zahteve po skrivanju čustev (52). Slovenija v skupini "Zahteve dela" ni izstopala, tudi glede konfliktov med osebnim in poklicnim na primer je bila na 10. mestu za vodilnimi Portugalci in pred zadnjimi Ciprčani.

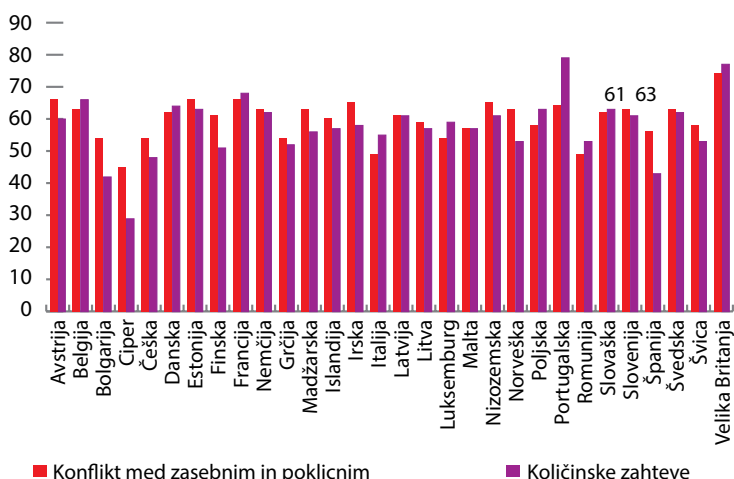
Vendar pa je količina zbranih točk pri vsakem od posameznih stresorjev odvisna tudi od števila vprašanj in od izbranih zastavljenih vprašanj. Zato je bilo pomembneje ugotoviti, kateri stresorji so tisti, ki se od

države do države najbolj razlikujejo. To pomeni, da ima pri tem stresorju država velik vpliv na učiteljsko oceno glede posameznega stresorja in zato z določenimi posegi nanj tudi najlažje vpliva.

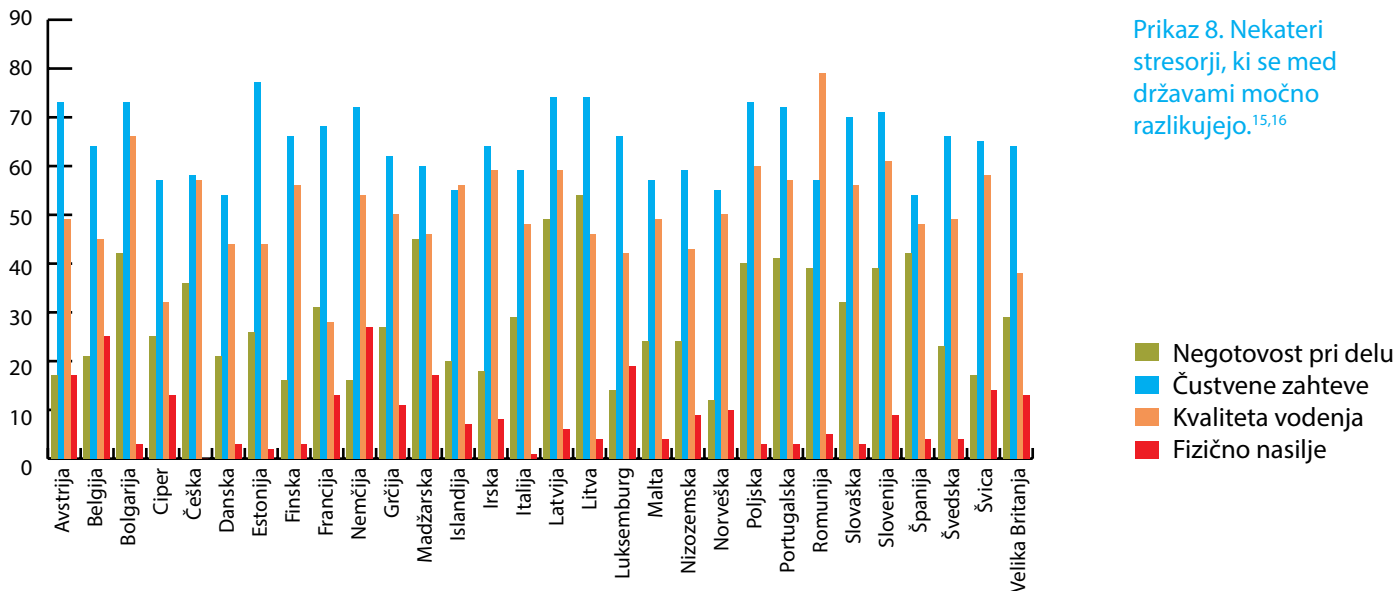
V 1. skupini "Zahteve dela" so se odgovori po državah najbolj razlikovali pri stresorju: čustvene zahteve s tremi vprašanji. Najmanjšo vrednost sta dosegli Danska in Španija (54), kar pomeni, da so učitelji teh držav poročali o najnižjih čustvenih zahtevah v teh dveh državah. Estonija (77), Latvija in Litva pa so imele pri tem stresorju najvišje vrednosti. Slovenija pri stresorjih te skupine ni izstopala.

Pri 2. skupini "Vpliv in priložnost za razvoj" izstopajočih stresorjev ni bilo. Pri 3. skupini "Socialni odnosi in vodenje" so bile velike razlike med državami pri stresorjih: jasna pravila pri delu, kvaliteta vodenja in povratne informacije (v službi). Učitelji v Bolgariji s povprečjem 85 točk so bili najbolj prepričani o jasnih pravilih pri delu, medtem ko so bili učitelji iz Belgije, Velike Britanije in Nizozemske (59) najmanj prepričani, da so njihova pravila pri delu jasna. Velike razlike so bile tudi v kvaliteti vodenja. Najmanj točk so dali kvaliteti vodenja učitelji v francoskih šolah (28). Najbolj so bili zadovoljni s kvaliteto vodenja učitelji v Romuniji (79). V tej državi so hkrati tudi največ točk dali stresorju: povratne informacije (v službi) (72), pri katerem so bili najbolj kritični učitelji v Italiji (33). Očitno je v Romuniji organizacija šolstva dobro urejena v smislu podajanja povratne informacije o uspešnosti pri delu in podajanjem nasvetov, kako dalje. Slovenija je bila pri kvaliteti vodenja na 3. mestu, takoj za Romunijo in Bolgarijo.

V 4. skupini "Zaupanje in pravičnost" je bila velika razlika med državami pri stresorju: negotovost pri delu. Slovenija je bila glede negotovosti pri delu na 9. mestu z 39 točkami. Vrednosti po državah so se gibale med 12 točkami pri Norveškem in 54 točkami pri Litvi, povprečje pa je bilo 29. To jasno kaže na različne nacionalne regulacije zaposlovanja in menjavanja kadrov. Negotovost pri delu je močno odvisna od države ter njene politike zaposlovanja. Stresor je imel 4 postavke, iz katerih lahko sklepamo, da zaposlitvena politika pri državi vpliva ne le na zaskrbljenost



Prikaz 7. Po količinskih zahtevah smo v Sloveniji na 11. mestu, po konfliktih na 10. mestu med 30 državami.<sup>15</sup>



o morebitni izgubi službe, ampak tudi na opremljenost učitelja z moderno tehnologijo, na možnosti premestitve in na iskanje nove zaposlitve.

Med stresorji 5. skupine "Specifični stresorji za poklic učitelja", ki so specifični za obravnavani poklic, so bile velike razlike med državami pri naslednjih štirih stresorjih: možnost za sprostitev, konflikti s starši / delodajalcem, verbalna žalitev in fizično nasilje. Španski (57) in ciprski učitelji so navedli, da imajo boljše možnosti za sprostitev kot učitelji drugih držav, predvsem Avstrije in Nemčije (27), ki so poročali o slabih možnostih za sprostitev. Najmanj konfliktov s starši ali delodajalcem so imeli po poročanju učitelji Danske, Islandije, Romunije (26), največ konfliktov je bilo na Slovaškem (57). Največ verbalne žalitve s psovkami in podobnim je bilo v Sloveniji, Nemčiji in v Latviji (56), najmanj pa v Italiji (9). Verbalna žalitev kot stresni faktor v učiteljskem poklicu torej v Sloveniji izstopa glede na druge države udeležence. V Nemčiji je bilo poleg tega močno še fizično nasilje (27), ki je izpostavljeno tudi v Belgiji (25). Vendar prikaz 8 kaže, da so vrednosti zanj precej majhne.

Navedli smo stresne faktorje, kjer so razlike med državami najbolj izrazite. Med izpostavljenimi devetimi stresorji, katerih intenzivnost se med državami najbolj razlikuje, Slovenija izstopa pri verbalni žalitvi, sestavljeni le iz ene postavke. Žalitev s strani učencev je pri slovenskih učiteljih izmed vseh držav najbolj intenzivna in hkrati so razlike v točkah po državah tu značilne. Ta stresni faktor je izpostavil tudi dr. Slivar v nacionalni študiji.

Pomembno pa je tudi ugotoviti, kateri stresorji v največji meri vplivajo na indikatorje stresa, ki so bili v 3. projektu razdeljeni v 6 skupin s 24 indikatorji. Skupine po podatkih iz 15 so: Izgorelost, Miselni stresni simptomi, Namera o zapustitvi dela, Zadovoljstvo s poklicem, Zadovoljstvo z življenjem, Splošno zdravje. Prve tri skupine indikatorjev so tiste, katerih visoko vrednotenje pomeni večjo prisotnost poklicnega stresa, zadnje tri pa so negativni kazalci stresa; višja kot je vrednost, manj možnosti je za stres povezan z delom. Z regresijsko analizo so bili izpostavljeni stresorji, ki najbolj vplivajo na posamezno skupino indikatorjev (in ne tisti, ki so jim učitelji namenili najvišje vrednosti, saj je vrednost pogosto odvisna tudi od zastavljenega vprašanja) pri poklicu učitelja v Evropi.

Kot najpomembnejša skupina indikatorjev je po analizi v 15 izpostavljeno Zadovoljstvo s poklicem ( $r^2 = 0,61$ ). Ta skupina je najbolj povezana s stresorjem: zaupanje in pravičnost (iz skupine Zaupanje in pravičnost). Dalje je zadovoljstvo s poklicem v pozitivni korelaciji z občutkom pripadnosti v skupini Socialni odnosi, s statusom poklica v skupini Vpliv in priložnost za razvoj in z opremljenostjo za delo iz skupine Specifični stresorji za poklic učitelja. Negativno pa je ta stresni indikator povezan s konflikti med zasebnim in poklicnim iz skupine Zahteve dela.

Konflikti med zasebnim in poklicnim so edini stresor, ki je povezan z vsemi tremi pozitivnimi in z vsemi tremi negativnimi skupinami indikatorjev. Skupina indikatorjev Izgorelost je v pozitivni korelaciji z omenjenim stresorjem. Izgorelost je druga najpomembnejša skupina indikatorjev za stres na delovnem mestu ( $r^2 = 0,50$ ) in je dalje močno pozitivno povezana s čustvenimi zahtevami v skupini Zahteve dela, s stresorjem hrup in preobremenitev glasilk iz skupine Specifični stresorji za poklic učitelja ter negotovostjo pri delu iz skupine Zaupanje in pravičnost. Indikator Izgorelost je še v negativni korelaciji z zavezanostjo k poklicu iz skupine Vpliv in priložnost za razvoj.<sup>15</sup>

Po pomembnosti si ostale štiri skupine indikatorjev sledijo po vrsti: Miselni stresni simptomi ( $r^2 = 0,29$ ), Zapustitev dela ( $r^2 = 0,28$ ), Zadovoljstvo z življenjem ( $r^2 = 0,24$ ), Splošno zdravje ( $r^2 = 0,21$ ).<sup>15</sup> Indikator Miselni stresni simptomi je v negativni korelaciji z jasnimi pravili pri delu, in v pozitivni korelaciji s hrupom in preobremenitvijo glasilk, čustvenimi zahtevami in motečimi dejavniki pri pouku, kjer sta tako prvi kot zadnji iz skupine Specifični stresorji za poklic učitelja. Najpomembnejše korelacije so v prikazu 5 označene s puščicami.

Stresor hrup in preobremenitev glasilk je med vsemi za učiteljski poklic specifičnimi stresorji najpomembnejši, saj močno vpliva tako na Izgorelost in Miselne stresne simptome kot na Splošno zdravje. S prvima dvema skupinama indikatorjev je v pozitivni korelaciji, medtem ko je s splošnim zdravjem v negativni korelaciji, torej hrup in preobremenitev glasilk vpliva na zmanjšanje zdravja. Iz te skupine specifičnih stresorjev je med petimi

najpomembnejšimi stresorji le še stresor konflikt s starši / delodajalcem, ki je negativno povezan z Zadovoljstvom z življenjem in opremljenost za delo, ki vpliva na Zadovoljstvo s poklicem. Povzetek analize v viru 15 je združen v prikazu 9.

#### 4. ZAKLJUČEK

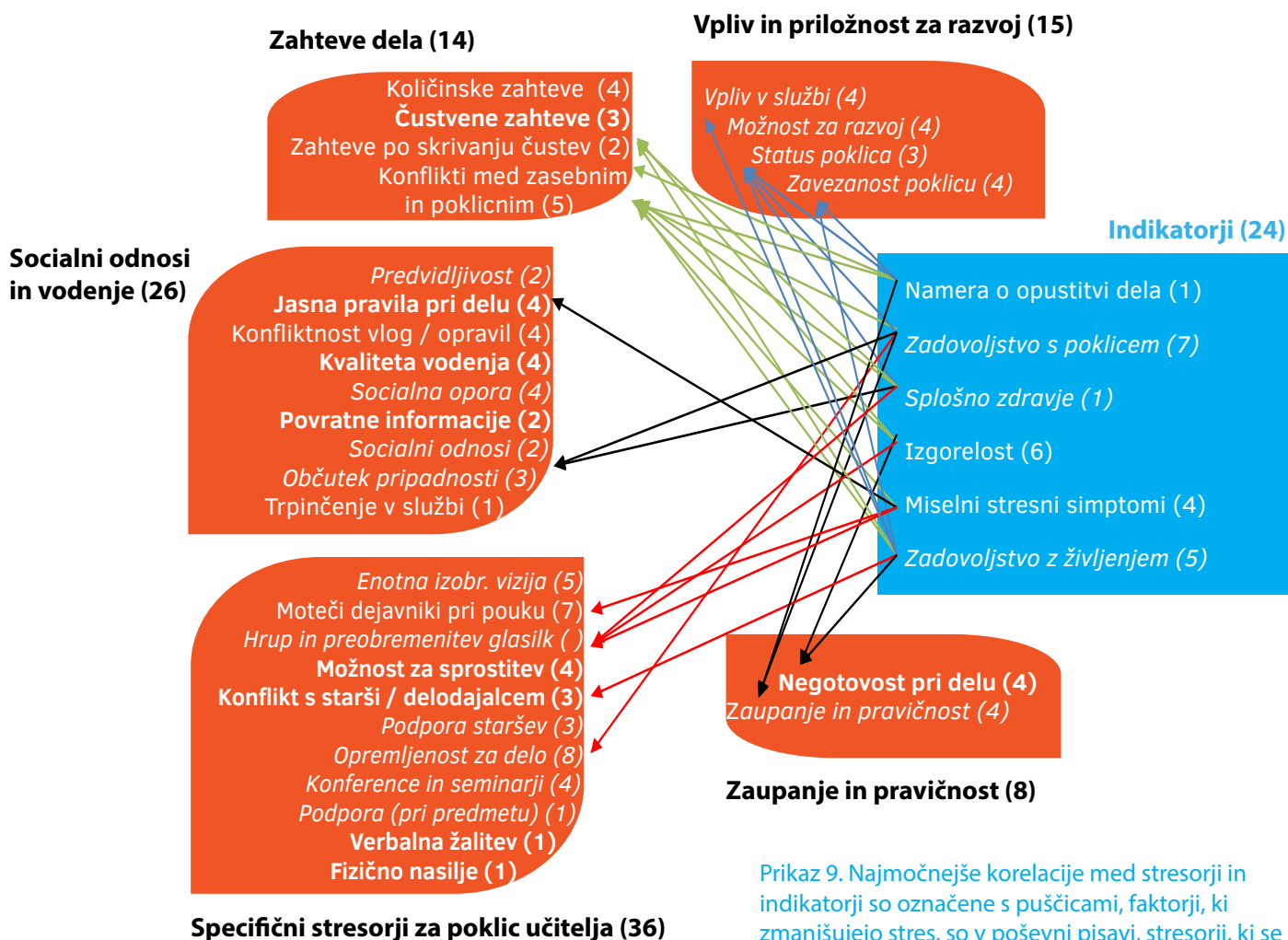
Že pred leti so stres v učiteljskem poklicu izpostavili kot pomemben faktor raziskovanja, saj je med poklici v Evropi postajal vse nevarnejši za pogoste izostanke z dela in predčasne upokojitve. V raziskavah agencije EU-OSHA, ki se je v primeru proučevanja stresa v izobraževalnem sektorju povezala z evropskimi sindikati ETUCE, se je pokazalo, da je poklic učitelja zelo stresen in da so težave na delovnem mestu in izostanki z dela pogosto povezani s stresom. Skupaj z ostalimi podatki v zvezi s splošnimi stresorji pri poklicih različnih sektorjev, ki jih pridobiva EUROSTAT, smo razbrali, da je izobraževalni sektor najbolj izpostavljen stresu na delovnem mestu.

Podrobne raziskave so podale najpomembnejše stresne faktorje, ki vplivajo na različne stresne indikatorje. Moč teh stresorjev in prisotnost posameznih indikatorjev

pa je odvisna tudi od posamezne države, ki vodijo različne politike do tega zahtevnega poklica. Meta študije posameznih rezultatov za Slovenijo še niso bile izvedene, čeprav je bilo objavljenih veliko individualnih študij o stresu na delovnem mestu učitelja v Sloveniji. Najobsežnejšo študijo je opravil dr. Slivar, ki je izpostavil trpinčenje in nekatere druge stresorje, pomembne za poklic učitelja. Ta raziskava je bila primer dobre prakse v Sloveniji, ki je bila izvedena kot del 2. projekta obširne evropske raziskave o stresu pri učiteljih pod okriljem EU-OSHA in ETUCE, katerih rezultate smo analizirali v luči naše države.

Povzetek 1. projekta longitudinalne raziskave z osredotočenostjo na primerjavo Slovenije z drugimi 27 državami udeleženkami kaže, da je bila Slovenija v vzorcu držav v prvi četrtini po intenzivnosti stresorjev in po intenzivnosti indikatorjev. Največja razlika med Slovenijo in ostalimi državami udeleženkami je bila v stresorju socialna opora sodelavcev in v indikatorju težave prebavnega sistema, k jih osnovnošolski učitelji v Sloveniji občutijo precej več kot drugod v EU.

Rezultati 3. projekta v raziskavi kažejo, da je bolj kot intenzivnost posameznih indikatorjev, katere vrednoti je lahko odvisna tudi od zastavljenega vprašanja,



Prikaz 9. Najmočnejše korelacije med stresorji in indikatorji so označene s puščicami, faktorji, ki zmanjšujejo stres, so v poševni pisavi, stresorji, ki se po državah močno razlikujejo, pa so v krepki pisavi.

pomembno, kateri stresorji se med državami najbolj razlikujejo, saj te stresorje posamezna država lahko najuspešneje regulira. Poleg tega pa je med množico stresorjev pomembno izpostaviti tiste, ki najbolj vplivajo na posamezne skupine indikatorjev, saj z njimi znake stresa najhitreje omilimo oz. zavremo. Značilne razlike med državami so v devetih stresorjih: čustvene zahteve, jasna pravila pri delu, kvaliteta vodenja, povratne informacije (v službi), negotovost pri delu, verbalna žalitev, fizično nasilje, možnost za sprostitev in konflikt s starši / delodajalci. Pri teh stresorjih so razlike v intenzivnosti po državah največje. Med njimi je potrebno izpostaviti specifični stresor verbalna žalitev, kjer je Slovenija med vsemi udeleženkami dosegla najvišjo vrednost. Verbalni žalitvi so slovenski učitelji izpostavljeni v večji meri kot učitelji drugih držav Evropske unije, kar je lahko posledica neskladnih zakonov o pravicah in dolžnostih naših šolarjev.

Poleg z delom povezanih stresnih faktorjev, ki so značilni za različne poklice, kot so čustvene in količinske zahteve, konflikt med zasebnim in poklicnim in zavezanost k poklicu, je ta evropska raziskava izpostavila tudi specifične stresne faktorje za poklic v sektorju izobraževanja, ki najbolj vplivajo na stresne indikatorje. Pri analizi vpliva stresorjev na skupine indikatorjev so z analizo med za učitelje specifičnimi stresorji izpostavili še en stresor, ki ga dr. Slivar v svoji študiji ni omenil. To je hrup in preobremenitev glasilk, ki močno vpliva kar na tri skupine indikatorjev: splošno zdravje, izgorelost in na miselne stresne simptome. Medtem ko so čustvene zahteve, konflikti med zasebnim in poklicnim ter status poklica najpomembnejši stresorji po vplivu na skupine indikatorjev, a jih obravnavamo kot stresorje tudi v drugih poklicnih sektorjih, je hrup in preobremenjenost glasilk najpomembnejši specifični stresor učiteljskega poklica. V mednarodni raziskavi sta bila izpostavljena še dva manj vplivna specifična stresorja (moteči dejavniki pri pouku, opremljenost za delo in konflikt s starši), ki pa jih lahko zasledimo tudi v poglobljeni slovenski raziskavi v osnovnih šolah, saj so v njej nesramno vedenje učencev do učiteljev, pogovori s težavnimi starši, vmešavanje staršev v pedagoško delo in konflikti s starši po intenzivnosti najpomembnejši.

Na določene stresorje na državni ravni težko vplivamo. Ekonomska kriza verjetno ne bo zmanjšala števila učencev v razredu, tudi čustvenih in kvantitativnih zahtev pri delu ne bo manj, prej nasprotno. Morda pa kljub težavam v državi lahko vplivamo na količino verbalnih žalitev in hrupa ter preobremenjenosti glasilk. Verbalnih žalitev je v drugih državah precej manj, kar kaže na to, da se ta stresor da omiliti z določenimi strožimi ukrepi za učence. Hrup in preobremenjenost glasilk pa je najbolj vpliven stresor med specifičnimi stresorji tudi pri drugih državah, zato je temu stresorju potrebno posvetiti na splošno več pozornosti. Vsekakor so na tem področju potrebne dodatne raziskave, ki bodo prve izsledke potrdile v različnih izobraževalnih okoljih doma in po svetu in nakazale konkretne izboljšave v dobrobit nas vseh. Le zadovoljen učitelj je namreč dober in uspešen učitelj. [30](#)

## LITERATURA

1. De Nore, B. Population and social conditions: Health, Statistics in focus. Eurostat, 2009. Dostopno na [http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/product\\_details/publication?p\\_product\\_code=KS-SF-09-063](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/product_details/publication?p_product_code=KS-SF-09-063)
2. European Commission. Health and safety at work in Europe (1999-2007). A statistical portrait. Eurostat. European Union, 2010. Pridobljeno 2.4.2014 s spletne strani: [http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/product\\_details/publication?p\\_product\\_code=KS-31-09-290](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/product_details/publication?p_product_code=KS-31-09-290)
3. Depolli Steiner, K. Analiza izvorov stresa osnovnošolskih učiteljev. Psihološka obzornja (2011): 20 (3), 121–138.
4. Pulko, J. Stres in profesionalni razvoj učiteljev razrednega pouka : diplomsko delo Pedagoška fakulteta, Univerza v Mariboru, 2009.
5. Flajžer, I. Stres in izgorelost na delovnem mestu srednješolskih učiteljev v Sloveniji in drugih državah Evropske unije : magistrsko delo. Ekonomsko poslovna fakulteta, Univerza v Mariboru, 2009.
6. Horvat, K. Stres in izgorelost pri učiteljih in učencih : diplomsko delo. Ekonomska fakulteta. Univerza v Ljubljani, 2010.
7. Zupančič, R. Stres in spoprijemanje s stresom na delovnem mestu osnovnošolskega učitelja na širšem škofjeloškem območju : magistrska naloga. Fakulteta za management, Univerza na Primorskem, 2012.
8. Slivar, B. Raziskava o poklicnem stresu pri slovenskih vzgojiteljih, učiteljicah in učiteljih. SVIZ, 2009.
9. Kanjuo-Mrčela, A., Ignjatovič, M. Psychosocial risks in the workplace in Slovenia. Dublin : European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions (2012). Pridobljeno 2.4.2014 s spletne strani: [http://eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_files/pubdocs/2012/45/en/1/EF1245EN.pdf](http://eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_files/pubdocs/2012/45/en/1/EF1245EN.pdf)
10. Mrčela, M. Slovenia: EWCO comparative analytical report on Work-related Stress, 2010 <http://www.eurofound.europa.eu/ewco/studies/tn1004059s/si1004059q.htm>
11. Milczarek, M., Schneider, E., Gonzalez, E.R. OSH in figures: stress at work — facts and figures. European Communities: Luxemburg (2009). Pridobljeno 2.4.2014 s spletne strani: [https://osha.europa.eu/en/publications/reports/TE-81-08-478-EN-C\\_OSH\\_in\\_figures\\_stress\\_at\\_work](https://osha.europa.eu/en/publications/reports/TE-81-08-478-EN-C_OSH_in_figures_stress_at_work)
12. Podatki pridobljeni dne 12.5.2014 s spletne strani: <http://www.osha.mddsz.gov.si/novice/2014-04-23-V-Sloveniji-se-je-danes-pricela-kampanja-Obvladajmo-stres-za-zdrava-delovna-mesta>
13. Billehøj, H. Report on the ETUCE Survey on Teachers' Workrelated Stress. European Commission, 2007. Pridobljeno 3.4.2014 s spletne strani: [http://teachersosh.homestead.com/Stress\\_I/project.html](http://teachersosh.homestead.com/Stress_I/project.html)
14. European Trade Union Committee for Education. Teachers' Work-Related Stress, Implementing the European Autonomous Framework Agreement on Work-Related Stress, 2009. Pridobljeno 3.4.2014 s spletne strani: [http://teachersosh.homestead.com/Stress\\_II/project.html](http://teachersosh.homestead.com/Stress_II/project.html)
15. Nübling, M., Vomstein Haug, A., T, Adiwidjaja, A. (2011). European - wide survey on teachers' work related stress – Assessment, comparison and evaluation of the impact of psychosocial hazards on teachers at their workplace. European-wide Survey, European Trade Union Committee for Education. Pridobljeno 3.4.2014 s spletne strani: [http://teachersosh.homestead.com/Stress\\_III/Work-Related-Stress-III.html](http://teachersosh.homestead.com/Stress_III/Work-Related-Stress-III.html)
16. European Trade Union Committee for Education. Teachers' Work-Related Stress: Assessment, Comparison and Evaluation (2011). Dostopno na: [http://teachersosh.homestead.com/Stress\\_III/WRS\\_Brochure\\_EN.pdf](http://teachersosh.homestead.com/Stress_III/WRS_Brochure_EN.pdf)