

DOI 10.51558/2490-3647.2024.9.2.1149

UDK 159.944.4:371.12

Primljeno: 22. 07. 2024.

Pregledni rad

Review paper

**Nedim Čirić, Melisa Hozanović, Ahmed Hatunić**

## **PROFESIONALNO SAGORIJEVANJE U ODGOJNO-OBRAZOVNOM RADU NASTAVNIKA I STRUČNIH SARADNIKA**

Prve opservacije o posljedicama dugotrajnog profesionalnog stresa zabilježene su sedamdestih godina prošlog stoljeća u profesionalnom radu zdravstvenih radnika. Sindrom sagorijevanja na poslu (burnout), koji se karakterizira kao stanje emocionalne, mentalne i fizičke iscrpljenosti, u mnogim studijama predstavljen je kao posljedica dugotrajnog iscrpljivanja i preopterećenja stručnjaka tokom obavljanja posla. Cilj ovog rada bio je da se kroz dosadašnja istraživanja predstave rezultati koji ukazuju na prisutnost, prirodu i posljedice profesionalnog sagorijevanja stručnih saradnika i nastavnika u odgojno-obrazovnom kontekstu. Rezultati istraživanja ukazuju da profesionalno sagorijevanje nastavnika i stručnih saradnika često ukazuje na prisustvo osjećaja iscrpljenosti, odsustva motivacije, znakove frustriranja, bespomoćnosti i sl., što često ostavlja posljedice na produktivnost u radu, odnose s drugima i opću dobrobit. S obzirom na to da profesionalno sagorijevanje može dovesti do gubitka želje za akademskim napredovanjem, socijalnim odnosima, komunikacijom i dr., što mogu biti prepreke i poteškoće koje će otežavati profesionalan i kvalitetan odgojno-obrazovni rad, nužno je definisati nove preporuke koje mogu prevenirati profesionalno sagorijevanje, kao i preduprijeti simptome sagorijevanja i njegovog manifestiranja u svim sferama života profesionalaca uključenih u odgojno-obrazovni rad.

**Ključne riječi:** burnout; nastavnici; stručni saradnici; odgojno-obrazovni rad

## UVOD

Različit spektar faktora može utjecati na nastanak i razvoj burnouta, a najčešće obuhvata prekomjeran rad, nedostatak podrške na poslu, nedostatak balansa između poslovnog i privatnog života, nedostatak autonomije u odlučivanju i sl. Od izuzetne je važnosti prepoznati simptome, a kako bi se prevenirao nastanak i razvoj profesionalnog sagorijevanja. Bjelopoljak i Midžić (2022, prema Freudenberg Herbert 1981) definiraju „burnout“ kao sindrom emocionalne i fizičke iscrpljenosti usljed profesionalnog sagorijevanja na poslu. Popov i sur. (2015) sagorijevanje na poslu određuju kao sindrom emocionalne iscrpljenosti, depersonalizacije i doživljaja smanjenoga osobnog postignuća, karakterističnog za humanistička i pomagačka zanimanja.

Razmatrajući sindrom sagorijevanja Maslach (1997) ističe da je riječ o složenom konstrukt koji se sastoji od triju dimenzija: *emocionalna iscrpljenost* (reakcija organizma na stres) – kontinuirano „trošenje“ afektivnih resursa osobe uz disfориčno raspoloženje; *depersonalizacija* – prisustvo ciničnih stavova i doživljaja otuđenosti od ljudi na radnome mjestu; *smanjeno lično postignuće* – prisustvo negativne evaluacije produktivnosti i doživljaj smanjene samoefikasnosti. Kada je riječ o burnoutu u odgojno-obrazovnom radu, važno je napomenuti da on predstavlja problem čiji rizični faktori nastanka mogu biti povezani sa varijablama dob, spol, radni staž i dr. Imajući u vidu da rad u odgojno-obrazovnim ustanovama zahtijeva mnogo napora, odricanja i požrtvovanosti, to često utječe na različite aspekte života nastavnika i stručnih saradnika. Simptome profesionalnog sagorijevanja nije uvijek moguće jednostavno prepoznati, jer i nastavnici i stručni saradnici simptome posmatraju kao dio njihove svakodnevnice, koja im postaje uobičajena i prihvatljiva.

Kroz profesionalni rad u odgojno-obrazovnim ustanovama nastavnici i stručni saradnici nerijetko nailaze na prepreke i poteškoće koje se manifestuju kao emocionalne poteškoće, fizička i psihička iscrpljenost, socijalne poteškoće i dr. Iako postoje različite definicije burnouta, većinom se sve odnose na iscrpljenost nastavnika i saradnika, manjak energije, emocionalne poteškoće i sl. Zbog prirode posla nastavnika i stručnih saradnika, u odgojno-obrazovnim ustanovama se od njih očekuje raspoloženost, emocionalna i socijalna kompetentnost, spremnost za rad i participativnost u svakom trenutku. Međutim, i ukoliko se primijete simptomi profesionalnog sagorijevanja često se od strane samih nastavnika i stručnih saradnika pribjegava potiskivanju i negiranju postojanja istih zbog mogućih negativnih reakcija socijalne okoline i radnog okruženja.

Prema Maslahovu (1981), psihička stanja emocionalne iscrpljenosti, depersonalizacije i doživljaja smanjenog ličnog postignuća, koja su karakteristična kod profesionalnog sagorijevanja, često su povezana i sa drugim simptomima, npr. osoba ne vidi lični napredak, ne smatra svoj radni učinak bitnim i značajnim, stalno osjeća napetost, ulaže mnogo napora i truda u izvršavanje obaveza, ali ne vidi rezultate. Maslach i Leiter (1997) su konstruirali model sagorijevanja nastavnika na poslu prema kojem se kod nastavnika prvo javlja emocionalna iscrpljenost, zatim povišena depersonalizacija, dok se smanjeno lično postignuće javlja posebno. Javlja se i osjećaj frustracije, pomanjkanje interesa u komunikaciji s drugim ljudima, što može dovesti i do odustajanja od samog posla (Martinko 2010). Također treba napomenuti da je sindrom sagorijevanja prepoznat i u psihijatriji, gdje je prema Klasifikaciji mentalnih poremećaja i poremećaja ponašanja (ICD-10) uključen u dijagnozu pod nazivom Poremećaji prilagođavanja (F 43.2) koja uključuje poremećaje u socijalnom ili radnom, odnosno akademskom funkcioniranju (WHO 1992).

Razmatrajući problem profesionalnog sagorijevanja i njegovu klasičnu definiciju Čurčić (2015) ističe da su Girdino, Everly i Dusek sindrom sagorijevanja definisali kao stanje psihičke, fizičke ili psihofizičke iscrpljenosti uzrokovane pretjeranim i produženim stresom, razlikujući tri stupnja sagorijevanja:

- početna načetost stresom – u kojoj se javljaju psihološke i fiziološke reakcije kao što su razdraženost, anksioznost, palpitacije srca, probavni problemi, škripanje zubima u snu, nesanicu, zaboravljanje, problemi koncentracije itd.;
- reaktivna kompenzacija stresa s očuvanjem energije – u kojoj se javlja kašnjenje na posao, odgađanje poslova, izbjegavanje zadataka, stalan umor, pad seksualne želje, porast cinizma, izolacija od prijatelja i obitelji, pretjerivanje u pušenju, ispijanju kafe, opijanju ili upotrebi lijekova i psihoaktivnih supstanci do potpune apatije;
- faza istrošenosti – u kojoj se javlja doživljaj posla i poslovnih obaveza kao opterećenje, hronična depresija, pad otpornosti uz stalno poboljšavanje, hronični želučani i crijevni problemi, hronična psihička i fizička izmorenost, glavobolje ili migrene, želja za bijegom, učestale suicidalne primisli.

Čurčić (2015) ističe da su različita istraživanja potvrdila prisustvo pojave ovog sindroma u radnim sredinama u kojima se pojedinci susreću s problemom nesigurnosti za svoje radno mjesto, gdje nedostaje kontrole rada kao i odgovarajuće zaštite radnika, te tamo gdje su zahtjevi radnoga mjesta takvi da radnike prisiljavaju na duže radno vrijeme, iznenadne promjene u procesu rada i hitnost intervencija, bez mogućnosti dovoljnoga odmora. Pored navedenog, ovaj sindrom se često locira u

sredinama s neadekvatnim plaćama, s kritičnim šefom, tamo gdje su radni zadaci bez kraja, gdje postoji osjećaj besmislenog posla i gdje je nastavnik, stručni saradnik i sl. prisiljen na dvoličnost i kontradiktornost uloga s nekompatibilnim zahtjevima (ako izvršiš jedan, onemogućuješ izvršenje drugog).

## **METODE I POSTUPCI**

U radu se razmatra profesionalno sagorijevanje kod nastavnika i stručnih saradnika u odgojno obrazovnom radu. Cilj rada bio je predstaviti rezultate dosadašnjih istraživanja, a koja ukazuju na prisutnost, prirodu i posljedice profesionalnog sagorijevanja nastavnika i stručnih saradnika u odgojno-obrazovnom kontekstu. Korištena je analitičko-deskriptivna metoda i postupak analize sadržaja. Za istraživanje su korišteni pretraživač Google Scholar, Online platform for Taylor & Francis Group content, Web of Science, ResearchGate u elektornskim bazama podataka Taylor & Francis, Routledge, CRC Press, Psychology Press, Garland Science, Focal Press, Hrcak, Blackwell Synergy, DOAJ i Master FILE Premier. Pregledani su i radovi objavljeni u štampanim časopisima, te dostupni zbornici radova sa naučnih konferencija. Pretraživanje baza podataka je provedeno u maju i junu mjesecu 2024. godine, a temeljilo se na sadržajnoj analizi sažetaka publikovanih radova koji su sadržavali sljedeće ključne riječi: profesionalno sagorijevanje, burnout kod nastavnika, burnout kod stručnih saradnika, burnout u odgojno-obrazovnom radu. Razmatrani su radovi koji su publikovani na bosanskom, hrvatskom, srpskom i engleskom jeziku. Za separaciju i razvrstavanje članaka korišten je postupak analize sadržaja. Sadržajni kriterij za razvrstavanje radova bila je tematska kompatibilnost radova sa problemom profesionalnog sagorijevanja nastavnika i stručnih saradnika. Za potrebe pisanja rada ukupno 19 publikovanih radova zadovoljilo je sadržajni kriterij. U analizu sadržaja su uključeni radovi koji zadovoljavaju sljedeće kriterije: radovi publicirani u periodu od januara 2009. godine do januara 2024. godine, radovi koji tretiraju burnout sindrom u odgojno-obrazovnom radu, radovi čiji rezultati istraživanja su predstavljeni i kvantitativnim i kvalitativnim metodama, radovi čiji ispitanici su bili nastavnici i stručni saradnici u odgojno-obrazovnom radu. Za teorijsku elaboraciju problema istraživanja razmatrani su radovi čiji sadržaj tretira profesionalno sagorijevanje nastavnika i stručnih saradnika u odgojno-obrazovnom radu, a ne predstavljaju samo empirijska istraživanja. Korištena je i relevantna udžbenička literatura za objašnjavanje i elaboraciju problema burnout sindroma u području odgojno obrazovnog rada.

## PREGLED REZULTATA ISTRAŽIVANJA

**Tabela 1.** Sistematski pregled studija

Autor(i) i god.	Rezultati istraživanja
Bjelopoljak, Midžić (2022)	Rezultati su pokazali da najveći dio stručnih saradnika (pedagoga, psihologa i pedagoga-psihologa), tačnije njih 26 (40,62%) nema sagorijevanja na poslu, odnosno kod tih stručnih saradnika su prisutni izolirani znakovi stresa. Zatim slijedi grupa stručnih saradnika kod kojih je prisutno početno sagorijevanje. Njih 21 (32,81%) ima ozbiljne znakove upozorenja zbog trajne izloženosti stresu. Što se tiče stručnih saradnika kod kojih je evidentno prisutno profesionalno sagorijevanje, takvih je 17 (26,57%). Kod svih ispitanika, bez obzira da li se nalaze u kategoriji prisustva ili odusustva profesionalnog sagorijevanja, prisutni su emocionalni, ponašajni i kognitivni znakovi profesionalnog stresa.
Koludrović i sur. (2009)	Rezultati su pokazali da općenito učitelji i nastavnici ne doživljavaju visoku razinu sagorijevanja na poslu, ali da postoje razlike u nekim dimenzijama sagorijevanja između učitelja razredne nastave i ostalih nastavnika. Učitelji razredne nastave su, naime, značajno zadovoljniji odabranim zanimanjem od ostalih nastavnika, a imaju i značajno pozitivniji stav prema učenicima. Nadalje, procjene sudionika o zadovoljstvu poslom u značajnoj su negativnoj korelaciji sa svim dimenzijama sagorijevanja na poslu. Pokazalo se da većina sudionika u ovom istraživanju doživljava vrlo nisku ili nisku razinu sagorijevanja na poslu.
Slišković i sur. (2016)	Rezultati su pokazali da radni staž može biti značajan prediktor sagorijevanja na poslu, pri čemu pojedinci s više godina staža doživljavaju više razine iscrpljenosti i otuđenosti. Dobijeno je i to da i samoefikasnost učitelja značajno pridonosi objašnjenju zadovoljstva poslom i profesionalnog sagorijevanja.
Mihajlov i sur. (2024)	Rezultati su pokazali da su najprisutniji simptomi profesionalnog izgaranja u domeni osobnog postignuća (76%), zatim slijede emocionalna iscrpljenost (63,6%) i depersonalizacija (62%). Ne postoji statistički značajna razlika u ispitivanim aspektima profesionalnog izgaranja s obzirom na dob, radni staž i spol. Rezultati također ukazuju da nema statistički značajnih razlika između školskih pedagoga i školskih psihologa u pogledu emocionalne iscrpljenosti, ali da pedagozi u većoj mjeri iskazuju negativan stav prema korisnicima (depersonalizacija) kao i veći prosječan skor na ljestvici osobnog postignuća.
Peron Carballo i sur. (2023)	Rezultati su pokazali da postoji velika vjerovatnoća pojave sagorijevanja među učiteljima, a kao razlozi i rizični faktori za se navode: prevelika količina posla, manjak autoriteta, loš kvalitet odnosa, fizičko i psihičko nasilje doživljeno u školi i sl.

Panagouli i sur. (2019)	Rezultati su pokazali da radno okruženje u školskim jedinicama za specijalno obrazovanje može dovesti do sindroma sagorevanja osoblja kod različitih profesionalaca koji rade u ovoj oblasti. Prema rezultatima multivarijantne linearne regresije stalno (koeficijent $b=8,0$ , 95% CI=3,2-12,9, $p=0,001$ ) i ugovorno osoblje (koeficijent $b=15,4$ , 95% CI=8,4-22,4, $p<0,001$ ) pokazuju viši nivo ličnog sagorevanja u odnosu na zamjensko osoblje. Stalno osoblje (koeficijent $b=8,9$ , 95% CI=3,9-13,9, $p=0,001$ ) i ugovorno osoblje (koeficijent $b=10,0$ , 95% CI 95=2,9-17,2, $p=0,006$ ) pokazalo je viši nivo profesionalnog sagorijevanja u poređenju sa zamjenskim osobljem. Konačno, što je veće radno iskustvo u specijalnosti, to je veći i stepen sagorevanja koji se odnosi na studente (koeficijent $b=0,4$ , 95% CI=0,01-0,7, $p=0,042$ ). Osoblje školskih jedinica za specijalno obrazovanje pokazalo je nizak nivo sagorijevanja.
Koropetska i sur. (2024)	Rezultati su pokazali da znakovi profesionalnog sagorijevanja kod socijalnih radnika se prepoznaju kao insomnija, pretjerano konzumiranje hrane, negativan odnos prema radnim kolegama, prijateljima, porodici. Sindrom sagorijevanja se manifestuje kroz stanja depresije, propadanja, gubljenja interesa za profesionalni rast, aktivnosti i općenito život.
Martinko (2010)	Rezultati su pokazali da je općenita razina sagorijevanja niska, ali upućuju na određen broj nastavnika u obrazovanju odraslih koji iskazuju simptome sagorijevanja u najmanje jednom od tri aspekta sagorijevanja: emocionalnoj iscrpljenosti, depersonalizaciji i osobnom postignuću. Nadalje, rezultati pokazuju da ispitanici koji osjećaju veću emocionalnu iscrpljenost na poslu ujedno imaju i veći osjećaj depersonalizacije u radu s ljudima.
Vlahović-Štetić, Kolega (2015)	Rezultati su na Maslachinom upitniku profesionalnog sagorijevanja pokazali srednju razinu emocionalne iscrpljenosti i osobnog postignuća, i nisku razinu depersonalizacije. Nema razlika u sagorijevanju s obzirom na dob i radni staž sudionika, ali sudionici koji rade u gradu postižu manje rezultate na dimenziji depersonalizacije i veće rezultate na dimenziji osobnog postignuća od onih zaposlenih na selu/naselju.

Silajdžić (2015)	Rezultati su pokazali da najslabiju i pozitivnu povezanost s kriterijskom mjerom fiziološki simptomi stresa pokazuje percipirano opterećenje u radu, što znači da je za učesnike koji percipiraju više opterećenja u radu karakteristična i viša razina fizioloških simptoma stresa. Skala opterećenja koje nastavnici opažaju u svom radu ispituje različite aspekte koji mogu doprinijeti izraženom stresu. Brojnost učenika u odjeljenjima, obimni nastavni programi, dodatni rad sa učenicima i pripreme različitih aktivnosti, administrativni rad i saradnja sa roditeljima, između ostalog, mogu kod nastavnika izazvati osjećaj da ne mogu udovoljiti svim zahtjevima, da gube povjerenje u vlastite sposobnosti, da ne vladaju situacijom.
Spittle, Kremer i Sullivan (2015)	Rezultati su pokazali nivoe sagorijevanja među nastavnicima fizičkog vaspitanja u srednjim školama, te da su sveukupno nastavnici fizičkog vaspitanja prijavili umjerene, niske i nisko umjerene nivoe sagorijevanja na emocionalnu iscrpljenost (M=21,0), depersonalizaciju (M=4,7) i dimenzije ličnog postignuća (M=38,6). Rezultati sagorijevanja nisu se razlikovali za spol i samo rezultati na dimenziji ličnog postignuća su se razlikovali po godinama, pri čemu su mlađi nastavnici prijavili niže nivoe postignuća, što ukazuje na veće sagorijevanje. Nisu uočene značajne interakcije spol i starosna grupa ni za dimenziju emocionalne iscrpljenosti ni za dimenziju ličnog postignuća, ali je efekat bio značajan za dimenziju depersonalizacije; mlađi nastavnici su prijavili više rezultate (umjereni nivo) za depersonalizaciju od starijih nastavnika (nizak nivo), dok su i mlađe i starije učiteljice prijavile jednako niske rezultate (niski nivoi).
Pavić, Milutinović (2021)	Rezultati su pokazali da najviše nastavnika zdravstvene njege ima umjereno ispoljeno sagorijevanje. Prosječan rezultat na skali sagorevanja bio je 56.1. čime je utvrđeno da ne postoji značajna razlika u ispoljavanju sindroma sagorijevanja kod nastavnika u odnosu na demografske karakterisitike (pol, bračno stanje, godine radnog iskustva i vrsta nastave u medicinskoj školi). Analizom rezultata dvije skale utvrđeno je da nema značajne povezanosti između intenziteta sagorijevanja i stepena rezilijentnosti kod nastavnika zdravstvene njege. Nalazi ove studije pokazali su umjeren nivo sagorijevanja kod nastavnika. To može poslužiti kao podsticaj za razvoj strategija za sprečavanje nastanka sindroma sagorijevanja.

---

---

Boljat (2020)	Rezultati su pokazali da na uzorku od 2829 nastavnika osnovnih i srednjih škola iz svih hrvatskih županija kod otkrivanja percepcije radnih uvjeta kao potencijalnih stresora te njihovog odnosa prema motivaciji za rad, simptomima izgaranja i namjeri da napuste posao, postoje razlike u stavovima u pogledu pola, godina radnog staža i nivoa škole u kojoj su zaposleni, vrste studija koje su završili i napredovanja nastavnika. Kvalitativna analiza komentara nastavnika otkrila je glavne izvore nezadovoljstva iz perspektive nastavnika. Dodata su pitanja o opterećenosti nastavnika u online nastavi tokom pandemije COVID-19, o pritisku direktora i roditelja na nezavisnost nastavnika, te o socijalnom statusu nastavnika.
Tatalović Vorkapić i sur. (2018).	Rezultati su pokazali da je preduvjet očuvanja dobrobiti djece i mladih očuvanje mentalnog zdravlja odgojno-obrazovnih djelatnika. Naglašava se važnost sistemskog proučavanja korelacije profesionalnog sagorijevanja odgajatelja, osobina ličnosti i kompetentnosti, te mogućnosti njegova predviđanja. Utvrđene su niske razine svih dimenzija profesionalnog sagorijevanja, srednja razina samoprocijenjenih kompetencija za rad s djecom s teškoćama u razvoju u redovnim skupinama, te visoke razine svih osobina ličnosti osim neuroticizma. Korelacijske su analize pokazale značajnu povezanost između snižene samoprocijenjene kompetentnosti za rad s djecom s teškoćama u razvoju u redovnim skupinama i povećanog neuroticizma i profesionalne opterećenosti, te značajno snižene ugodnosti. Sve dimenzije povišenog profesionalnog sagorijevanja pokazale su značajnu povezanost s povišenim neuroticizmom i značajno sniženom ugodnošću, dok je povišena ekstraverzija značajno povezana sa sniženom profesionalnom opterećenošću. Snižena razina samoprocijenjene kompetentnosti za rad s djecom s teškoćama i visoki neuroticizam su značajni prediktori svih dimenzija profesionalnog sagorijevanja, dok se ugodnost pokazala značajnim prediktorom samo za profesionalnu neispunjenost.
Rodrigues, Carlotto (2017)	Rezultati su pokazali prediktore sindroma sagorijevanja na uzorku od 518 psihologa koji rade u državi Rio Grande do Sul, Brazil. Korišteni istraživački instrumenti su Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo (Upitnik za procjenu sindroma izgaranja na poslu); baterija za procjenu psihosocijalnog rizika; COPE inventar – skala za procjenu strategija suočavanja; skala emocionalnog rada i upitnik za procjenu sociodemografskih i radnih varijabli. Rezultati analize višestruke linearne regresije pokazuju da su prediktori sa najvećom snagom objašnjenja dimenzija sagorevanja bili preopterećeni rad i strategije suočavanja sa fokusom na emocije. Prediktivni model otkriva da rizici od razvoja sagorevanja proizlaze iz korelacije između ličnih i poslovnih varijabli.

---



- 
- Pas i sur.  
(2010) Rezultati su pokazali da raste zabrinutost zbog faktora kao što su izgaranje ili niska efikasnost nastavnika, za koje se pretpostavlja da utiču na rezultate učenika kao što su postignuća ili problemi sa disciplinom. U radu se ispitivalo kakav odnos ima izgaranje i efikasnost na disciplinske mjere učenika (npr. upućivanje direktoru i suspenzije) i upućivanje na usluge podrške u školi (npr. podrška učenicima i specijalno obrazovanje), uz prilagodavanje za škole, nastavnike, i varijable na nivou učenika. Podaci su prikupljeni tokom jeseni i proljeća jedne školske godine od 491 nastavnika za 9.795 učenika u 31 osnovnoj školi. Suprotno očekivanjima, niska efikasnost nastavnika u jesen je bila povezana sa smanjenjem upućivanja učenika na tim za podršku. Također neočekivano, manje je vjerovatno da će nastavnici sa visokim sagorijevanjem u jesen imati učenike koji su do proljeća dobili isključenje iz škole. Ovi nalazi mogu poslužiti za razvoj skrininga i intervencija usmjerenih na nastavnika.
- 
- Ghanizadeh,  
Jahedizadeh  
(2015) Rezultati su pokazali da je burnout sindrom, koji je posljedica oblika hroničnog stresa, povezan s čestom interakcijom i bliskim kontaktima sa drugima. Nastava kao interaktivna i stresna profesija je veoma sklona sagorijevanju. Mnoštvo studija u oblasti sagorevanja nastavnika pokazalo je da sindrom pod uticajem različitih faktora može stvoriti različite posljedice. Podaci iz 30 studija objavljenih u Elsevier, Sage, Taylor & Francis, Wiley i Springer bili su kodirani na osnovu šeme kodiranja prilagođene prethodnim sistematskim pregledima. Studije su bile široko klasifikovane u one koje se sprovode u oblasti općeg obrazovanja i jezika obrazovanja. Fokus pregleda bio je usmjeren na uzroke i posljedice sagorijevanja nastavnika. Analiza je pokazala višedimenzionalnu prirodu sagorijevanja nastavnika uzrokovanu mnoštvom varijabli koje izazivaju mnoštvo posljedica na individualnom i na organizacijskom nivou. Na osnovu ovih nalaza predstavljene su neke preporuke i strategije za ublažavanje sagorijevanja nastavnika.
-

---

Sarıçam, Sakız (2014) Rezultati su pokazali kakav je odnos između samoeфикаsnosti nastavnika i sagorijevanja među nastavnicima specijalnih škola u Turskoj. Na uzorku od 118 nastavnika nalazi su pokazali da postoje značajne veze između samoeфикаsnosti nastavnika i sagorijevanja. Nastavnici su bili u programu psihološkog savjetovanja i vođenja, u osnovnom obrazovanju, u programu specijalnog obrazovanja, programu obrazovanja učenika sa mentalnim oštećenjima, programu obrazovanja učenika sa oštećenjem sluha, programu obrazovanja učenika sa oštećenjem vida, u muzičkom i likovnom obrazovanju. Također, utvrđene su značajne razlike između spola i grana u smislu sagorijevanja i samoeфикаsnosti nastavnika. Indeksi modeliranja strukturnih jednačina ukazuju na to da su domene sagorijevanja snažno predviđene samoeфикасношću. Nalazi naglašavaju važnost uvjerenja o samoeфикаsnosti u nivou emocionalne uključenosti, osjećaja postignuća i angažmana osoblja za specijalno obrazovanje.

---

Duli (2016) Rezultati su pokazali da je profesionalno sagorijevanje povezano sa grupnim simptomima kao što su emocionalna iscrpljenost, depersonalizacija i lična dostignuća. Nastavnici koji rade u službama specijalnog obrazovanja percipiraju nizak nivo zadovoljstva poslom i negativnu evaluaciju ishoda posla, a doživljavaju i visok nivo depresije, psihičkih disfunkcija i sukob uloga. Rezultati istraživanja su dali odgovore na pitanje da li su godine radnog iskustva kao demografska varijabla važan prediktor za doživljavanje emocionalne iscrpljenosti i depersonalizaciju kao glavni simptom profesionalnog sagorijevanja. Podaci su prikupljeni u školama za specijalno obrazovanje u Tirani, Skadru, Draču, Valoni, Korči i Elbasanu. U istraživanju je učestvovalo 115 ispitanika. Nađene su značajne korelacije između godina iskustva, emocionalne iscrpljenosti i depersonalizacije. Godine iskustva mogu se smatrati varijablom posrednika među ove tri varijable, što je važan prediktor emocionalnosti, iscrpljenosti i depersonalizacije.

---

## DISKUSIJA

Rad nastavnika i stručnih saradnika u ustanovama odgojno-obrazovnog tipa predstavlja ozbiljan izazov sa aspekta kompetentnog investiranja vlastitih resursa s ciljem dostizanja pozitivnih i očekivanih ishoda i učinaka. Izazovi su kompleksni s obzirom na sve veće zahtjeve i očekivanja od nastavnika i stručnih saradnika koji dolaze izvan radnog okruženja (najčešće od djece, roditelja itd.). Uvidom u različita istraživanja diferenciraju se razni rizični faktori koji mogu podsticati nastanak i razvoj sindroma sagorijevanja kod nastavnika i stručnih saradnika.

Nastavnici, pedagozi, socijalni pedagozi, psiholozi i ostali stručni saradnici koji učestvuju u različitim aktivnostima odgojno-obrazovnog rada izloženi su svakodnevnom stresu, ogromnom obimu poslova, prekomjernosti grupa s kojima rade i sl., a što izlazi iz okvira standarda uobičajenih profesionalnih zadataka. Najčešće su to poslovni zadaci koji se odnose na prekomjerno posvećivanje vremena djelatnostima čiji je fokus na preobimnoj administraciji (pedagoškoj dokumentaciji, izvještajima itd.). Između ostalog, Silajdžić (2015) u svom istraživanju ukazuje da su brojnost učenika u odjeljenjima, obimni programi, dodatni rad sa učenicima i pripreme različitih aktivnosti, administrativni rad i saradnja sa roditeljima neki od faktora koji kod nastavnika izazivaju osjećaj da ne mogu udovoljiti svim zahtjevima, gube povjerenje u vlastite sposobnosti te stvaraju osjećaj da ne vladaju situacijom.

Istraživanja o profesionalnom sagorijevanju nastavnika i stručnih saradnika u odgojno-obrazovnom radu su izuzetno značajna jer mogu kreirati osnovu za preveniranje ozbiljnih posljedica za zaposlene nastavnike i stručne saradnike u institucijama obrazovanja. Razumijevanje prirode i uzroka sagorijevanja nastavnika i stručnih saradnika pomaže u identificiranju ključnih faktora koji doprinose ovom problemu i omogućava razvoj strategija za prevenciju i adekvatnu intervenciju. Nastavnici i stručni saradnici igraju ključnu ulogu u odgojno-obrazovnom procesu sa aspekta svrhe i zadataka institucionalnog odgoja i obrazovanja. Istraživanja koja su proveli Pas i sur. (2010), Rodrigues i Carlotto (2017) i Ghanizadeh i Jahedizadeh (2015) ukazuju na činjenicu da ako su nastavnici i stručni saradnici pogođeni sagorijevanjem, to može uticati na kvalitet usluga u odgojno-obrazovnom radu, odnosno na njihovu sposobnost da se angažuju i motivišu učenike. Shodno tome, razumijevanje sagorijevanja pomaže u očuvanju kvalitete usluga u području institucionalnog odgoja i obrazovanja.

Profesionalno sagorijevanje može izazvati ozbiljne posljedice kaka je u pitanju fizičko i mentalno zdravlje nastavnika i stručnih saradnika. Od izuzetnog značaja je blagovremeno identificirati simptome i potencijalne rizike, kao i razvijati programe prevencije i podrške kroz resurse za očuvanje zdravlja i dobrobiti. Sa aspekta prevencije mentalnog zdravlja posebno su zanimljivi rezultati istraživanja Koropetska i sur. (2024), koji su pokazali da se znakovi profesionalnog sagorijevanja kod socijalnih radnika prepoznaju kao insomnija, pretjerano konzumiranje hrane, negativan odnos prema radnim kolegama, prijateljima, porodici. Sindrom sagorijevanja se manifestuje kroz stanja depresije, propadanja, gubljenja interesa za profesionalni rast, aktivnosti i općenito život. S druge strane rezultati istraživanja Silajdžić (2015) pokazali su pozitivnu povezanost s kriterijskom mjerom fiziološki

simptomi stresa, što upućuje na opterećenje u radu. Iz navedenog proizlazi da je za učesnike koji percipiraju više opterećenja u radu karakteristična i viša razina fizioloških simptoma stresa. I Ghanizadeh i Jahedizadeh (2015) naglašavaju da je burnout sindrom posljedica hroničnog stresa, povezanog s čestom interakcijom i bliskim kontaktima sa drugima, te da je nastava kao interaktivna i stresna profesija veoma sklona sagorijevanju. Tatalović Vorkapić i sur. (2018) u svom istraživanju ističu da je preduvjet očuvanja dobrobiti djece i mladih zapravo očuvanje mentalnog zdravlja odgojno-obrazovnih djelatnika.

Rad u toksičnom okruženju (prisustvo napetosti, konstantnih zahtjeva za maksimalnom angažiranošću, pretjeran i bespotreban nadzor, stalni pritisci i sl.), a gdje paralelno izostaje pružanje podrške i relaksirajuća radna atmosfera, i gdje se ne inzistira na pozitivnim međuljudskim odnosima, ugodnoj i prijatnoj radnoj atmosferi, dovodi do smanjenja želje i motivacije za radom na takvim poslovima, stresa, anksioznosti, pa čak i želje za potpunim prestankom bavljenja profesionalnim djelatnostima u području odgoja i obrazovanja.

Analiza uzroka i posljedica profesionalnog sagorijevanja u pojedinim istraživanjima može poslužiti kao osnova za prijedloge adekvatnih promjena u organizacijskim praksama i politikama u obrazovnim institucijama. To prvenstveno može uključivati poboljšanje radnih uvjeta, podršku u profesionalnom razvoju i pružanje resursa za bolju ravnotežu između posla i privatnog života. Istraživanja čiji rezultati su prethodno istaknuti, obezbjeđuju platformu za razvoj strategija i intervencija koje mogu pomoći u prevenciji sagorijevanja i podršci onima koji su pogođeni. Strategije mogu uključivati obuke za upravljanje stresom, poboljšanje radnih uvjeta i jačanje profesionalne mreže podrške. S tim u vezi, rezultati istraživanja treba da budu u funkciji korektivnog djelovanja na obrazovne politike i odgojno-obrazovne prakse. Oni treba da pomognu u hrabrijem donošenju odluka koje mogu poboljšati status, radne uslove i profesionalni razvoj za nastavnike i stručne saradnike.

Korištenje relevantnih baza podataka i izvora, uključujući radove iz štampanih časopisa i konferencijskih zbornika, omogućava obuhvatan pregled trenutnog stanja istraživanja profesionalnog sagorijevanja i može koristiti u oblikovanju temeljnijih i utemeljenijih preporuka za rješavanje problema profesionalnog sagorijevanja. Većina istraživanja koji su provedena u oblasti burnout sindroma, uglavnom se bave detekcijom, modelima prevencije i eventualnim preporukama za prevazilaženje specifičnih situacija u kojima se uočava burnout sindrom. Rezultati istraživanja uglavnom ukazuju da se uzroci profesionalnog sagorijevanja kod nastavnika i stručnih saradnika sastoje od više faktora koji utječu na razne aspekte života pojedinca, sa

vrlo opasnim posljedicama po zdravlje. Međutim, postoje i značajni nedostaci u postojećim istraživanjima o profesionalnom sagorijevanju kod nastavnika i stručnih saradnika. Uočava se nedostak dugoročnih studija. Većina istraživanja fokusira se na trenutne ili kratkoročne efekte profesionalnog sagorijevanja, a nema studija koje prate učinke sagorijevanja tokom vremena i procenjuju njegove dugoročne posljedice na profesionalni i lični život. Mnogi pristupi se fokusiraju na specifične aspekte sagorijevanja, kao što su emocionalna iscrpljenost ili stres, dok holistički pristupi, koji uključuju sve aspekte života pojedinca, uključujući socijalne, porodične i lične aspekte, nisu dovoljno istraženi. Pored navedenog, istraživanja često ne uzimaju u obzir različite demografske karakteristike i radne okoline. Na primjer, studije koje istražuju sagorijevanje samo u jednoj vrsti obrazovne ustanove ili specifičnoj zemlji mogu zanemariti varijacije koje se javljaju u različitim kontekstima. Iako se mnoge studije bave modelima prevencije i preporukama, postoji manjak empirijskih istraživanja o efikasnosti različitih intervencija i strategija u stvarnim radnim okruženjima, što ukazuje na potrebu provođenja istraživanja koja će empirijski testirati koje strategije prevencije i podrške su najučinkovitije. Također, većina istraživanja koristi kvantitativne metode, dok kvalitativne studije, koje pružaju dublje uvide u iskustva i percepcije nastavnika i stručnih saradnika o sagorijevanju, nedostaju. Kvalitativne studije mogu otkriti nijanse i detalje koji nisu uvijek evidentni u kvantitativnim istraživanjima. Istraživanja koja koriste interdisciplinarnu pristupe, integrirajući psihologiju, sociologiju, pedagogiju i druge oblasti kako bi se dobio sveobuhvatan uvid u profesionalno sagorijevanje, također su relativno rijetka. Neka istraživanja možda ne uzimaju u obzir specifične radne uslove i izazove s kojima se suočavaju nastavnici i stručni saradnici, kao što su visoki broj učenika, administrativne obaveze ili nedostatak resursa, što može značajno uticati na rezultate istraživanja. Jedan od nedostataka je i to što istraživanja često ne uzimaju u obzir kulturne i kontekstualne varijacije koje mogu uticati na prevalenciju i manifestaciju sagorijevanja. Kulture i radni konteksti u različitim regijama ili zemljama mogu značajno uticati na iskustva sagorijevanja. Ovi nedostaci ukazuju na potrebu za dubljim i sveobuhvatnijim istraživanjima koja mogu pružiti bolje razumijevanje i efikasnije strategije za prevenciju i intervenciju u slučaju profesionalnog sagorijevanja kod nastavnika i stručnih saradnika.

## ZAKLJUČNA RAZMATRANJA I PREPORUKE

Izazovi u preveniranju nastanka i razvoja profesionalnog sagorijevanja s kojima se suočavaju nastavnici i stručni saradnici ukazuju na vrlo složenu i multidimenzionalnu kompleksnost ovog problema. Na temelju pregleda različitih rezultata istraživanja može se zaključiti da je jedan od ključnih aspekata u prevenciji sprečavanje nastanka profesionalnog sagorijevanja. Sprečavanje nastanka ovog sindroma može poboljšati radne uslove tako što se identifikuju specifični stresori i prepreke u radnom okruženju, a može uključivati smanjenje administrativnog opterećenja i jasnije definisanje radnih zadataka, što su ključni elementi koji osiguravaju da radno okruženje bude podržavajuće. Razmatranje količine i obima preuzetog posla te pravilan raspored zadataka može pomoći da se izbjegne preopterećenje i osigura ravnoteža. Istraživanja su pokazala da sagorijevanje dovodi do konflikata i napetosti, a za posljedicu ima emocionalnu iscrpljenost i smanjeno strpljenje. Strategije za prevenciju sagorijevanja mogu uključivati obuke za komunikaciju i timski rad, kao i inicijative koje promoviraju suradnju i međusobnu podršku.

Implementacija strategija za upravljanje stresom i emocionalnom regulacijom može pomoći u smanjenju emocionalne opterećenosti, a može se obezbijediti kroz tehnike relaksacije, mindfulness i pristupe koji podržavaju emocionalno zdravlje i ravnotežu. Također i depersonalizacija, odnosno gubitak empatije i brige prema kolegama ili djeci i mladima, može se smanjiti kroz razvoj profesionalnih vještina i strategije koje omogućavaju održavanje zdravih granica i empatije, dok se istovremeno njeguju i lični resursi. Balansiranje između očekivanja i stvarnih resursa zahtijeva jasnu komunikaciju o realnim ciljevima i ograničenjima. Uvođenje realnih ciljeva i postavljanje očekivanja koja su usklađena sa dostupnim resursima može smanjiti frustraciju i osjećaj nesposobnosti. Postavljanje kratkoročnih i dugoročnih ciljeva, upravljanje vremenom i prioritizacija zadataka mogu pomoći u smanjenju osećaja preopterećenosti uz razumijevanje vlastitih limita i mogućnosti.

Mlađi nastavnici i stručni saradnici mogu imati koristi od mentorstva i supervizije koja im pomaže da realno procijene očekivanja i razviju potrebne vještine. Redovno mentorstvo i supervizija omogućavaju profesionalcima da razmotre svoje izazove i dobiju povratne informacije o svom radu, što može pomoći u prevenciji sagorijevanja.

Edukacija o simptomima sagorijevanja i strategijama prevencije može pomoći u ranom prepoznavanju problema i omogućiti proaktivne korake ka rješavanju izazova prije nego što postanu ozbiljni. Kontinuirano profesionalno usavršavanje može pomoći u izgradnji otpornosti i smanjenju stresa povezanog s radom kroz razvoj

vještina upravljanja vremenom, organizacijske sposobnosti i sposobnosti za efikasno upravljanje stresom. Preveniranjem sagorijevanja obrazovne institucije mogu stvoriti radno okruženje koje ne samo da poboljšava kvalitetu obrazovanja, već i unapređuje opće blagostanje i zadovoljstvo nastavnika i stručnih saradnika. Također, identifikovanje i slavljenje pozitivnih aspekata posla i ličnih postignuća može poboljšati motivaciju i zadovoljstvo. Pored toga, potrebno je kontinuirano istraživanje o tome kako specifični stresori mogu biti povezani sa simptomima sagorijevanja, anksioznosti i depresijom, što omogućava pravovremenu intervenciju. Važno je i lično angažovanje u aktivnostima koje doprinose mentalnom blagostanju, kao što su hobiji, kreativni izrazi i socijalne aktivnosti.

Efikasna prevencija sagorijevanja uključuje integraciju svih ovih elemenata u sveobuhvatan pristup koji pomaže profesionalcima da ostanu zdravi, motivisani i produktivni. Stvaranje podržavajućeg okruženja, razvijanje ličnih vještina i stalna evaluacija i prilagođavanje strategija su ključni za održavanje dugoročne otpornosti na stres i prevenciju sagorijevanja. Preporuke za prevenciju profesionalnog sagorijevanja u odgojno-obrazovnim ustanovama ključne su za očuvanje zdravlja i efikasnosti nastavnika i stručnih saradnika.

Odgojno obrazovne institucije mogu implementirati neke od slijedećih preporuka, a kako bi smanjile rizik od sagorijevanja. S tim u vezi, neophodno je:

- unaprijediti radne uslove kroz razuman broj učenika po nastavniku/saradniku i ravnomjerna raspodjela administrativnih zadataka;
- učiniti funkcionalnim prostorni ambijent kroz udobne radne prostore sa adekvatnom opremom i resursima za obavljanje posla;
- podržavati razvoj karijere kroz mentorski program (mentorski sistem) za nove nastavnike i stručne saradnike kako bi se olakšao prelazak u novu sredinu i pružila podrška u profesionalnom razvoju;
- omogućiti podršku promociji mentalnog zdravlja kroz programe koji nude savjetovanje, terapiju i podršku zaposlenima u suočavanju sa stresom i emocionalnim izazovima;
- organizovati aktivnosti koje promovišu fizičko zdravlje kroz sport, šetnje i pješačenja, jogu itd;
- maksimalno racionalizirati sve procese kroz smanjivanje nepotrebne administracije i pružanje alata i resursa koji olakšavaju radne zadatke;
- postavljati realne ciljeve i pomoći nastavnicima i stručnim saradnicima da postave realistične i dostižne ciljeve, kao i pružati podršku u njihovom os-tvarivanju;

- razvijati kulturu otvorenosti kroz otvorenu komunikaciju za slobodno izražavanje brige i predlaganja poboljšanja;
- tazvijati i održavati timsku koheziju kroz timske aktivnosti i pružiti prilike za međusobnu saradnju;
- promovirati fleksibilnost u radu i omogućiti fleksibilne radne aranžmane kao što su rad od kuće ili fleksibilno radno vrijeme kad god je to moguće i prikladno;
- razvijati politike koje podržavaju zaposlenike tokom i nakon perioda profesionalnog sagorijevanja, uključujući mogućnosti za povratak na posao i period odmora.

Kontinuirano je potrebno vršiti procjene radnih uslova, nivoa stresa i opterećenja među zaposlenima, a kako bi se pravovremeno identifikovali i rješavali problemi, te koristiti povratne informacije od zaposlenih za prilagođavanje politika i procedura, kao i za unapređenje uslova rada. Neophodno je razviti sistematske pristupe koji nagrađuju trud i uspjeh, a ne samo ostvarene rezultate, čime se smanjuje pritisak na nastavnike i stručne saradnike. Implementacijom ovih preporuka, obrazovne institucije mogu značajno smanjiti rizik od profesionalnog sagorijevanja i stvoriti zdravije i podržavajuće radno okruženje koje poboljšava i profesionalnu efikasnost i ličnu dobrobit nastavnika i stručnih saradnika.

## LITERATURA

1. Bjelopoljak, Šejla, Arijana Midžić (2022), "Odnos zaštitnih faktora i profesionalnog sagorijevanja u odgojno-obrazovanom radu", *Fachverlag für wissenschaftliche Literatur*; dostupno na: <https://www.researchgate.net/publication/359314987>
2. Boljat, Ivica (2020), "Motivation for work and burnout of teachers of Informatics, Technical Culture and vocational subjects", *Politehnika: Časopis za tehnički odgoj i obrazovanje*, 4(2), 7-18.
3. Ćurčić, Meliha (2015), *Profesionalno sagorijevanje*, Magistarski rad, Evropski univerzitet Brčko Distrikt Bosne i Hercegovine, Fakultet zdravstvenih nauka, Brčko
4. Duli, Senada (2016), "Years of Work Experience, an Important Predictor of Burnout in Special Education", *American Scientific Research Journal for Engineering, Technology, and Sciences*, 17(1), 318-322.



5. Ghanizadeh, Afsaneh, Safoura Jahedizadeh (2015), "Teacher Burnout: A Review of Sources and Ramifications", *British Journal of Education, Society & Behavioural Science*, 6(1), 24-39.
6. Gundersen, Linda (2001), "Physician Burnout", *Annals of Internal Medicine*, 135(4), 145-148.
7. Kolega, Maja, Vesna Vlahović-Štetić (2015), "Profesionalno sagorijevanje školskih psiholog(inj)a u Hrvatskoj", *Napredak*, 156(4), 461-475.
8. Koludrović, Morana, Tonča Jukić, Ina Ercegovac (2009), "Sagorijevanje na poslu kod učitelja razredne i predmetne nastave te srednjoškolskih nastavnika", *Život i škola*, 22, 235-249.
9. Koropetska, Olesia, Iryna Melnyk, Svitlana Khliestova, Liliia Kononenko, Nataliia Zlatopolska, Valentyna Nykolaieva (2024), "The Problem of Professional Burnout among Workers of Social and Pedagogical Sphere in the Conditions of Implementation of Information and Communication Strategy of Education", *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 16(1), 138-155.
10. Martinko, Jasna (2010), "Profesionalno sagorijevanje na poslu nastavnika u obrazovanju odraslih", *Andragoški glasnik*, 14(2), 99-110.
11. Leiter Michael, Christina Maslach (2011), *Spriječite sagorijevanje na poslu*, 1. izdanje, Mate, Zagreb
12. Maslach, Christina, Susan E. Jackson, Michael Leiter (1997), The Maslach Burnout Inventory Manual, In: C. P. Zalaquett, R. J. Wood (eds.), *Evaluating Stress: A Book of Resources*, The Scarecrow Press Editors, 191-218.
13. Mihajlović, Tatjana, Margareta Skopljak, Nada Vaselić, Dragan Partalo (2024), "Profesionalno izgaranje stručnih suradnika u školi", *Metodički ogledi*, 30, 113-134.
14. Mirković, Biljana, Ivana Zečević, Nela Marković (2021), *Zadovoljstvo poslom, stres i sagorijevanje nastavnika*, Univerzitet u Banja Luci, Filozofski fakultet, Banja Luka
15. Panagouli, Niki, Evangelia Meimeti, Petros Galanis, Maria Tsiachri, Aris D. Yfantis, Ioannis Moisoglou (2019), "Burnout syndrome in the professionals employed in special education schools", *Hellenic Journal of Nursing Science*, 13, 52-60.
16. Pas, Elise T., Catherine P. Bradshaw, Patricia A. Hershfeldt, Philip J. Leaf (2010), "A multilevel exploration of the influence of teacher efficacy and burnout on response to student problem behavior and school-based service

- use", *School Psychology Quarterly*, 25(1), 13-27.
17. Pavić, Katarina, Dragana Milutinović (2021), "Uticaj stepena rezilijentnosti na Sindrom sagorevanja kod nastavnika zdravstvene nege u srednjim medicinskim školama", *Sestrinska reč*, 24(82), 10-14.
  18. Popov, Stanislava, Mina Latovljević, Aleksandra Nedić (2015), "Sindrom izgaranja kod zdravstvenih i prosvetnih radnika: Uloga situacionih i individualnih faktora", *Psihološka istraživanja*, 18(1), 5-22.
  18. Rodrigues, Sandra Yvonne Spiendler, Mary Sandra Carlotto (2017), "Predictors of Burnout Syndrome in psychologists", *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 34(1), 141-150.
  19. Tatalović Vorkapić, Sanja, Sanja Skočić Mihić, Martina Josipović (2018), "Early Childhood Educators' Personality and Competencies for Teaching Children with Disabilities as Predictors of Their Professional Burnout", *Socijalna psihijatrija*, 46(4), 390-405.
  20. Sarıçam, Hakan, Halis Sakız (2014), "Burnout and teacher self-efficacy among teachers working in special education institutions in Turkey", *Educational Studies*, 40(4), 423-437.
  21. Silajdžić, Lejla (2015), "Nastavnički stres i profesionalno sagorijevanje", Međunarodna znanstvena konferencija EDUvision 2015.
  22. Slišković, Ana, Irena Burić, Ivana Knežević (2016), "Zadovoljstvo poslom i sagorijevanje na poslu kod učitelja: važnost podrške ravnatelja i radne motivacije", *Društvena istraživanja*, 25(3), 371-392.
  23. De Souza, Maira Cazeto Lopes, Fábio Peron Carballo, Sérgio Roberto de Lucca (2023), "Psychosocial factors and burnout syndrome among teachers in elementary education" *Psicologia Escolar e Educacional*, 27, 1-8.
  24. Spittle, Michael, Peter Kremer, Steven Sullivan (2015), "Burnout in Secondary School Physical Education Teaching". *Physical Education and Sport*, 13(1), 33-43.
  25. WHO (1992), *ICD-10 Classification of Mental and Behavioral Disorders. Clinical descriptions and diagnostic guidelines*, World Health Organization, Geneva

## PROFESSIONAL BURNOUT IN EDUCATIONAL WORK OF TEACHERS AND EXPERT ASSOCIATES

### Summary:

The first observations about the consequences of long-term professional stress began in the seventies of the last century in the professional work of health workers. The syndrome of burnout at work (burnout), which is characterized as a state of emotional, mental and physical exhaustion, has been presented in many studies as a consequence of long-term exhaustion and overload of experts during work. The goal of this paper was to present results that indicate the presence, nature and consequences of professional burnout of professional associates and teachers in the educational context through previous research. Research results indicate that professional burnout of teachers and professional associates often indicates the presence of feelings of exhaustion, lack of motivation, signs of frustration, helplessness, etc. which often has consequences for productivity at work, relationships with others and general well-being. Given that professional burnout can lead to a loss of desire for academic advancement, social relationships, communication, etc. which can be obstacles and difficulties that will hinder professional and quality educational work, it is necessary to define new recommendations that can prevent professional burnout, as well as prevent the reduction of symptoms of burnout and its manifestation in all spheres of life of professionals involved in educational work.

**Keywords:** burnout; teachers; professional associates; educational work

Adrese autora

Authors' address

Nedim Čirić

Hozanović Melisa

Univerzitet u Bihaću

Islamski pedagoški fakultet

nedimcivic@gmail.com

mujicmelisa75@gmail.com

Ahmed Hatunić

Behram-begova medresa, Tuzla

hatunicahmed@hotmail.com

