

Zadovoljstvo poslom i stres učitelja za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19

Hubej, Melita

Master's thesis / Diplomski rad

2020

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:680694>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-12**

Repository / Repozitorij:

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE**

**MELITA HUBEJ
DIPLOMSKI RAD**

**ZADOVOLJSTVO POSLOM I STRES
UČITELJA ZA VRIJEME PROVOĐENJA
ON-LINE NASTAVE RADI COVID-19**

Čakovec, rujan 2020.

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU
UČITELJSKI FAKULTET
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE
(ČAKOVEC)**

DIPLOMSKI RAD

Ime i prezime pristupnika: Melita Hubej

TEMA DIPLOMSKOG RADA: Zadovoljstvo poslom i stres učitelja za vrijeme
provođenja on-line nastave radi COVID-19

MENTOR: doc. dr. sc. Tea Pahić

Čakovec, rujan 2020.

Sadržaj

1. Uvod.....	1
2. Stres.....	3
2.1. Definicija i obilježja stresa.....	3
2.2. Posljedice stresa	5
2.3. Stres kod radnika učiteljske struke.....	6
2.3.1. Sindrom sagorijevanja radnika učiteljske struke	8
2.4. Suočavanje i otpornost na stres	10
3. Zadovoljstvo poslom.....	12
3.1. Općenite značajke	12
3.2. Zadovoljstvo poslom radnika učiteljske struke.....	13
4. On-line nastava	15
4.1. Nastava na daljinu	15
4.2. Nastava za vrijeme COVID-19	16
5. Cilj i problemi istraživanja.....	18
5.1. Cilj istraživanja	18
5.2. Problemi i hipoteza.....	18
5.3. Metodologija	19
5.3.1. Sudionici istraživanja.....	19
5.3.2. Postupak.....	19
5.3.3. Mjerni instrument.....	19
5.4. Rezultati i rasprava.....	21
6. Zaključak.....	39
7. Prilozi.....	41
7.1. Anketni upitnik.....	41
8. Kratka biografska bilješka	47
9. Zahvala.....	48

10. Literatura.....	49
Popis tablica	52

Sažetak

Biti učitelj jedno je od najtežih, ali najljepših zanimanja. Količina stresa koju učitelji doživljavaju u svojem radu neizmjerljivo je velika, a da ne spominjemo kako su učitelji svojim učenicima u više navrata kao treći roditelj. Osim što učitelji brinu o obrazovanju i napretku svojih učenika, tu je i velika količina administracije koju su dužni podmiriti iako su upute ponekad nejasne i besmislene. Zbog nedostatka potpore, kod učitelja se može javiti i nezadovoljstvo poslom koje rezultira smanjenju motivacije, entuzijazma i sreće u obavljanju svog posla. Cilj i svrha ovog rada je istražiti zadovoljstvo poslom i stres učitelja za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19. Kroz rad će se definirati stres i njegove posljedice, zatim će biti govora o stresu kod radnika učiteljske struke koje dovodi do profesionalnog sagorijevanja te će se spominjati načini suočavanja sa stresom. Nakon toga spomenut će se općenite značajke zadovoljstva poslom te koji su sve faktori koji utječu na zadovoljstvo poslom kod učitelja. Definirati će se pojmovi on-line nastave i nastave na daljinu te na koji način se održavala nastava za vrijeme COVID-19. Posebno će se istaknuti mišljenja i iskustva učitelja, ali i učenika za vrijeme on-line nastave.

U provedenom istraživanju sudjelovalo je 606 ispitanika. Kod zadovoljstva poslom učitelji su većinom bili zadovoljni svojom izvedbom nastave, potporom ravnatelja i stručne službe, odazivom učenika i komunikacijom s roditeljima. Niska razina zadovoljstva vidljiva je kod potpore i uputa iz Ministarstva znanosti i obrazovanja. Istraživanjem se potvrdila hipoteza koja tvrdi da će razina stresa kod učitelja biti veća tijekom održavanja nastave na daljinu radi COVID-19.

Ključne riječi: stres, zadovoljstvo poslom, učitelji, on-line nastava

Summary

Being a teacher is one of the most difficult but beautiful professions. The amount of stress that teachers experience in their work is immense, not to mention that teachers are repeatedly like a third parent to their students. In addition to teachers caring about their students' education and progress, there is also a large amount of administration that they are required to pay for even though the instructions are sometimes vague and meaningless. Due to the lack of support, teachers may also experience job dissatisfaction, which results in a decrease in motivation, enthusiasm and happiness in doing their job. The aim and purpose of this paper is to investigate teacher job satisfaction and stress during online classes for COVID-19. The paper will define stress and its consequences, then there will be talk about stress in teachers, which leads to professional burnout, and will mention ways to deal with stress. After that, the general characteristics of job satisfaction will be mentioned and what are all the factors that affect job satisfaction with teachers. The concepts of online and distance teaching will be defined, as well as the manner in which classes were held during COVID-19. The opinions and experiences of teachers and students during online classes will be especially emphasized.

606 respondents participated in the research. When satisfied with the work, the teachers were mostly satisfied with their teaching performance, the support of the principal and the professional service, the response of the students and the communication with the parents. The low level of satisfaction is visible in the support and instructions from the Ministry of Science and Education. The research confirmed the hypothesis that the level of stress in teachers will be higher during distance learning due to COVID-19

Key words: stress, job satisfaction, teachers, online teaching

1. Uvod

Zasigurno možemo reći kako je stres i suočavanje sa stresom postao dio našeg svakodnevnog života. 2020. godina vjerojatno će biti zapamćena po mnogo čemu, a najviše po zaraznoj bolesti COVID-19. Dok se svijet bori s pandemijom koronavirusa, ljudi u određenim zanimanjima patili su od još većeg stresa zbog novonastale situacije i pravila kojih su se morali pridržavati. Stres na poslu bio je veliki globalni problem i prije cijele ove krize. Moravek (2007) navodi kako je Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) još prije desetak godina stres na radnom mjestu proglasila svjetskom epidemijom, a stres na poslu se otad još više povećao zbog produbljenja globalne krize i nezaposlenosti. Danas se kao najstresnija zanimanja prilično često izdvajaju rad u policiji, vojsci, rad liječnika u prvoj pomoći, kontrolora zračnog prometa, građevinskih radnika, burzovnih agenata, majčinstvo male djece i rad učitelja (sve prema Debak, 2017).

Već dugi niz godina poznat je pojam učiteljskog stresa koji se u novije vrijeme spominje sve češće zbog kontinuiranih i čestih reforma u obrazovanju. Učiteljski poziv sam po sebi zahtjeva veliki broj vještina koje nisu samo kognitivne, metodičke, lingvističke i tehnološke, već se odnose i na individualan rast ličnosti i kompetencija poput kreativnosti, vodstva, poduzetništva i prilagodljivosti (Tomašević i sur., 2016).

Autorica Trankiem (2009, 11) navodi kako je stres ponašanje organizma kao cjelina. Pošto se čovjek u svojoj okolini izlaže različitim podražajima, on se njima mora i prilagoditi da bi sačuvao svoju cjelokupnost. Te prilagodbe na kraju pokreću niz fizioloških događaja koji mu omogućuju izbjegavanje agensa agresije, odnosno borbu za uništavanjem podražaja. Situacije koje izazivaju stresne reakcije nazivaju se stresori, a kako će pojedinac doživjeti stresnu situaciju ovisi o njegovoj procjeni, koliko se smatra ugroženim te o njegovom individualnom stavu o cijeloj situaciji (Jambrović Čugura, 2009). Lučanin (2014) navodi kako stres može biti uvjetovan i mnogim čimbenicima na radnom mjestu. Ono što učiteljski posao čini još težim je to što poučavanje zahtjeva da učitelj daje cijelog sebe, a odnos između učitelja i učenika je kompleksan (Slivar, 2009; prema Bakarčić i sur., 2013). U učiteljskoj struci često je zabilježeno profesionalno sagorijevanje (Schaufeli i Buunk, 1996; prema Slišković i sur., 2016). Na sagorijevanje kod učitelja mogu utjecati

organizacijski uvjeti kao što su nedostatak vrednovanja učitelja, nedostatak informacija, povećana birokratizacija i slično (Dorman, 2003; prema Domović i sur., 2010). Stres nastavnika može negativno utjecati na školu kao organizaciju, na nastavnikovo profesionalno postignuće, te na psihosocijalni status nastavnika i njegove obitelji. Najčešći simptomi stresa kod učitelja su depresija, anksioznost frustriranost, emocionalna iscrpljenost i prekomjerna napetost. Zdravstveni i psihički problemi mogu rezultirati smanjenju samopoštovanja, donošenjem pogrešnih odluka, nezadovoljstvom poslom i napuštanjem profesije (Grgin i sur., 1995; prema Brkić i Rijavec, 2011). Zadovoljstvo poslom je pozitivno ili ugodno emocionalno stanje koje je rezultat pojedinačne procjene posla ili iskustava koji iz posla proizlaze (Locke, 1976; prema Vidić, 2009). Istraživanje (Perrachione, Rosser i Petersen, 2008) koje je proučavalo zadovoljstvo poslom kod učitelja potvrđuje multifaktorski konstrukt zadovoljstva poslom. Također, dokazano je da su učitelji zadovoljniji svojim poslom ako se mogu posvetiti samoj srži učiteljskog posla, tj. podučavanju, a nezadovoljniji su ukoliko nailaze na smetnje i teškoće tijekom podučavanja (Debak, 2017).

2. Stres

Naziv *stres* stariji je od svoje sustavne ili znanstvene uporabe. Već u 14. stoljeću njegov naziv povezivao se s značenjem patnje, tuge, muke, neprilike, tegobe ili nesreće (Lumsden 1981; prema Lazarus i Folkman, 2004). Iako su ljudi upoznati sa nazivom stresa još od davnih dana, o tome pojmu se još obilno raspravlja te se ne može dati njegova točna definicija. U današnjem vremenu stres nas svakodnevno okružuje pa je tako i sam naziv „stres“ nemoguće izbjeći u literaturi od bioloških i društvenih znanosti, a nalazimo ga i u području gospodarstva, političkih znanosti, poslovanja i obrazovanja (Lazarus i Folkman, 2004). Kako navodi Jokić-Begić (2008, prema Brkić i Rijavec, 2011) u suvremenoj literaturi nalaze se mnogobrojne definicije i značenje pojma stresa jer svako područje stres definira na svoj način.

Postoje mnoge definicije stresa koje su do danas ponuđene. U ovom radu istaknut ćemo samo neke od njih.

2.1. Definicija i obilježja stresa

Hvalek (1994; prema Šipura, 2015) navodi kako ne postoji opće prihvaćena definicija stresa jer je stres kao pojam vrlo zamršen, a različiti autori ga različito definiraju. Kako će autor definirati stres ovisi o tome za koji se teorijski pristup zalaže. „*Za sad bismo stres mogli definirati kao stanje poremećene psihofiziološke ravnoteže organizma koje zahtijeva dodatne napore radi uspostavljanja prijašnje ravnoteže*“ (Hvalek 1994, prema Šipura, 2015, 4). Definicija koja govori da je stres neugodan te da predstavlja nešto što nam se događa izvan našeg utjecaja, je ta da stres predstavlja stanje neugode uslijed teškoća na koje ne možemo djelovati (Tyrer, 1991; prema Roknić i Županić, 2016). Autorica Trankiem (2009, 11) navodi kako je stres ponašanje organizma kao cjelina. Pošto se čovjek u svojoj okolini izlaže različitim podražajima, on se njima mora i prilagoditi da bi sačuvao svoju cjelokupnost. Te prilagodbe na kraju pokreću niz fizioloških događaja koji mu omogućuju izbjegavanje agensa agresije, odnosno borbu za uništavanjem podražaja. Također, Lazarus i Folkman (2004; prema Brkić i Rijavec, 2011) navode kako se stres može definirati i kao odnos između osobe i njezina okruženja uzimajući u obzir, s jedne strane, karakteristike osobe, a s druge strane karakteristiku okolinskog

događaja. S toga možemo reći da se danas pojam stresa upotrebljava za opisivanje učinaka fizikalnog, kemijskog ili emotivnog podražaja iz okoline, a koji individualno, ovisi o karakteru osobe, izaziva nedostatnu adaptaciju (Roknić i Županić, 2016).

Situacije koje izazivaju stresne reakcije nazivaju se *stresori*. Kako će pojedinac doživjeti stresnu situaciju ovisi o njegovoj procjeni, koliko se smatra ugroženim te o njegovom individualnom stavu o cijeloj situaciji (Jambrović Čugura, 2009). Stresori se dijele na unutarnje, odnosno one koji se događaju unutar pojedinca te na vanjske koji su vidljivi na vanjštini pojedinca. Zajedničko im je to što mogu smanjiti ili nadilaziti resurse kojima pojedina osoba raspolaže u određenom periodu (Smith i Renk, 2007; prema Mirjanić i Milas, 2011). Havelka (2002; prema Lučanin, 2014) navodi kako postoje različite podjele stresora, a najznačajnija je ona koja uzročnike stresa dijeli u tri skupine. Tako postoje fizički stresori kao što su izloženost jakoj buci, velikoj vrućini ili hladnoći i jakoj boli; psihološki stresori koji nastaju u međuljudskim nesporazumima i sukobima između članova obitelji, susjedima, kolegama na poslu te socijalni stresori uvjetovani sa sukobima, krizama i katastrofama koji potresu sve ljude u nekom društvu poput ekonomske krize, rata, nagle promjene u društvenim odnosima i slično.

Stresori se isto tako mogu podijeliti i prema jačini, odnosno na male svakidašnje stresore koji ne moraju ostaviti posljedice na tjelesno i zdravstveno stanje pojedinca te na velike životne stresore koji se ne događaju svakodnevno, ali ih svatko povremeno doživi i koji mogu uzrokovati poremećaje tjelesnog i psihičkog zdravlja kod manjeg broja ljudi. Mali životni stresori podrazumijevaju svakodnevne situacije kao što su sukobi, svađe, prometna gužva i slično te uvjeti u kojima pojedinac radi što se najčešće odnosi na određene profesije (policajci, vatrogasci, liječnici i dr.). Veliki životni stresori odnose se na velike životne promjene (početak ili završetak školovanja, gubitak posla, razvod, smrt voljene osobe i sl.) te traumatske događaje koji mogu biti snažni izvori stresa na pojedinca (sudjelovanje u ratu, požar, potres, automobilska nesreća itd.) (Jambrović Čugura, 2009).

Isto tako postoji i podjela stresova prema trajanju koje dijelimo na akutne i kronične stresove (Havelka, 1998; prema Šipura, 2015). Ljudi se najčešće susreću s akutnim

oblikom stresa i iz toga razloga vrlo lako prepoznaju i njegove simptome. U malim dozama akutni stres može biti uzbudljiv dok u prevelikim količinama iscrpljuje. Preveliki intenzitet kratkotrajnog stresa može uzrokovati psihičke probleme, tenzijske glavobolje, želučane tegobe i razne druge simptome, ali budući da je kratkoročan ne može izazvati veću štetu ljudskom organizmu kao dugoročan stres (River-Zurak, 2019). Akutni stresovi su zapravo nagle promjene u organizmu koje su uzrokovane naglim stresorima, što znači da svaka iznenadna situacija (potres, prometna nezgoda i dr.) izaziva burne emocije i organske reakcije koje se smiruju nakon prestanka opasnosti (Havelka, 1998; prema Šipura, 2015). S druge strane, kronični stres je stres koji s vremenom sve više uništava pojedinca i stvara mu pritisak koji traje, nakon čega osoba odustaje od traženja rješenja. Kronični stres se razvija kada osoba ne vidi izlaz iz loše situacije te ju malo pomalo uništava iz dana u dan, iz godine u godinu. Neki kronični stresovi rezultat su traumatskih iskustva u djetinjstvu, dok neki mogu nastati zbog siromaštva, disfunkcionalnih obitelji, zarobljenosti u nesretnom braku, nezadovoljstvo u poslu ili karijeri. Kod kroničnog stresa najgora je činjenica što se pojedinac na njega navikne te zaboravlja na njegovu prisutnost. Akutni stres ljudi odmah osjete jer je nov, ali kronični stres ignoriraju jer je star i poznat, a neki pojedinci ga doživljavaju ugodnim. Zbog toga je simptome kroničnog stresa teško liječiti jer su fizički i mentalni resursi iscrpljeni zbog dugotrajnog djelovanja (River-Zurak, 2019).

2.2. Posljedice stresa

Autori Mirjanić i Milas (2011) navode kako je poznato da stres djeluje na optimalno ljudsko funkcioniranje. U nekim slučajevima stres može pozitivno utjecati na osobu te ju motivirati za rad i obavljanje obaveza. S druge strane, stres može ozbiljno ugroziti zdravlje pojedinca te narušiti socijalne odnose. Tako autorica Lacković-Grgin (2000) navodi kako postoje kratkoročne posljedice stresa koje su fiziološke i afektivne reakcije te dugoročne posljedice stresa koje podrazumijevaju pogoršano tjelesno zdravlje, dobrobit i socijalno funkcioniranje.

Autori Pavičević i Bobić (2002, prema Juras i sur., 2009) govore kako ljudi s kroničnim stresom mogu imati simptome poput razdražljivosti, otežanog razmišljanja i težeg donošenja odluka, nemogućnost koncentriranja, umora, tjeskobe, depresije,

potištenosti, problema sa spavanjem i slično. Ljudi koji pate od stresa također i manje uživaju na svojem radnom mjestu, a neki zbog navedenih simptoma teže obavljaju određene poslove. Osim toga, Lučanin (2014) navodi kako stres može biti uvjetovan i mnogim čimbenicima na radnom mjestu poput loše plaće, prevelike odgovornosti, loših odnosa sa suradnicima, radom u smjenama, lošom organizacijom, preopterećenošću poslom itd. Osjećaj promašenosti zanimanja, nezainteresiranost za posao, jaki umor nakon posla, izbjegavanje razgovora sa suradnicima o poslovnim problemima, nesanice, često uzimanje sredstva za smirenje, često izostajanje s posla, česti sukobi na poslu i u obitelji samo su neki od simptoma koji ukazuju na stres uvjetovan poslom. Pavičević i Bobić (2002, prema Juras i sur., 2009) navode da određeni broj zaposlenih osoba počinje konzumirati alkohol, cigarete i drogu zbog teškog usklađivanja privatnog i poslovnog života.

Osim djelovanja na emotivno stanje koje osobu može dovesti i do teških psihičkih problema, kronični stres ima negativno djelovanje i na fizičko zdravlje ljudskog organizma (Szabo, 1998; prema Šipura, 2015). Osobito opasno za zdravlje je što se kroničnim stresom povećava lučenje kortizola koji uzrokuje smanjenju mišićne mase i gomilanjem masnog tkiva što može rezultirati mnogim problemima i bolestima kardiovaskularnog sustava. Nadalje, dugoročno izlaganje stresu smanjuje sposobnosti imunološkog sustava, smanjuje mogućnost organizma da izbací štetne tvari iz tijela te povećava rizik od nastanka malignih bolesti. Ponekad se posljedice stresa mogu manifestirati i na koži, uzrokujući probleme poput akni, ekcema, povećati sklonost kožnim alergijama te rezultirati mnogim drugim oboljenjima kože. Stres može poremetiti i rad probavnog sustava, nadražiti debelo crijevo i uzrokovati proljev, zatvor, grčeve ili čak gastritis te čir na želudcu. Također, stresna situacija može biti uzrok dubokog, nepravilnog i isprekidanog disanja te se izlaganje dugoročnom stres može povezati s nastankom respiratornih bolesti (Šipura, 2015).

2.3. Stres kod radnika učiteljske struke

Podučavanje u školi izrazito je stresna djelatnost. Dnevno učitelji provedu znatan broj radnih sati u nastavi, nerijetko pred skupinom učenika koja nije dovoljno motivirana za učenje. Primorani su igrati mnoge uloge u procesu podučavanja - roditelja koji podržava, voditelja koji disciplinira i postavlja zadaće, motivatora koji

stimulira na učenje, izvor informacija (Lortie, 1975; prema Grgin i sur., 1993; prema Brkić i Rijavec, 2011). Osim što mnogo vremena posvete i provedu s učenicima, učitelji komuniciraju sa stranama kao što su školska administracija ili roditelji učenika, pritisnuti su zahtjevima iz više izvora. Uz sve se to od učitelja se očekuje da osobni život ostavi po strani i ne iskazuje svoja negativna raspoloženja (Brkić i Rijavec, 2011). Učitelj sam odabire i priprema nastavni sadržaj te zanimljive načine kojima će učenicima prikazati predviđeni nastavni sadržaj na njima razumljiv način. (Bognar i Matijević, 2005; prema Borić, 2017). Nadalje, učitelji se od samog početka svog rada susreću s problemima održavanja nastave koji se povezuju s financijskom situacijom u školstvu. Nedostatak adekvatne opreme, zagušljiv i vlažan prostor, nepostojanje prostora za održavanje individualnih kontakata s roditeljima samo su neki od njih (Tomašević i sur., 2016).

Slivar (2009, prema Bakarčić i sur., 2013) navodi kako poučavanje zahtjeva da učitelj daje cijelog sebe te da je odnos učitelja i učenika kompleksan, što posao čini još težim. Osim toga, bitno je naglasiti kako je u razredu i do 30 učenika s kojima treba uspostaviti dobru komunikaciju i povezanost. Kod učitelja se javlja i emocionalna opterećenost zbog velikog stupnja koncentracije koju učiteljska struka zahtjeva.

Silvar je 2009. proveo istraživanje u kojem su učitelji naveli ove uzroke stresa: nepristojno ponašanje učenika prema učiteljima, razgovori sa zahtjevnim roditeljima, miješanje roditelja u odgojno-obrazovni rad, sukobi s roditeljima, nasilje među učenicima, učenici koji izazivaju učitelje, neizvršavanje sankcija protiv kršitelja kućnog reda škole, izvršavanje velikog broja različitih zadataka, psihički pritisak i prijetnje od strane rukovodstva škole, vandalizam u školi, nemotiviranost učenika za učenje, nedostatak potpore roditelja kada je u pitanju disciplina učenika, vrijeđanje učitelja od strane učenika (Bakarčić i sur., 2013, 64).

Kyriacou (2001, prema Dehak, 2017) navodi sljedeće izvore stresa: poučavanje nemotiviranih učenika, održavanje discipline u razredu, vremenski pritisak i preopterećenost administrativnim poslovima, suočavanje s promjenama, izloženost stalnoj procjeni od strane drugih, sukobi s kolegama, administracija i upravljanje, status u društvu te loši radni uvjeti.

Koliko će navedeni izvori stresa doista biti stresni, Boyle i suradnici (1995, prema Brkić i Rijavec, 2011) navode kako ovisi o karakteristikama učitelja (radnom mjestu, karakteristikama ličnosti, razini kompetentnosti i samopoštovanja, strah od negativne evaluacije).

Stres ima velik broj negativnih posljedica na učitelje. Neki od češćih simptoma dugotrajnog stresa su anksioznost, frustriranost, depresivnost, neprijateljsko ponašanje prema učenicima i kolegama, emocionalna iscrpljenost i prekomjerna napetost (Grgin i sur., 1995; prema Brkić i Rijavec, 2011). Nadalje, stres negativno djeluje i na glas koji je glavno nastavničko oruđe za rad. Glasnice postaju napetije pa titraju u nepoznatom registru što uzrokuje ubrzavanje zamorenosti glasnica, nakon čega može doći i do potpunog ili djelomičnog gubitka glasa (Trankiem, 2009). Isto tako stres može smanjiti kvalitetu poučavanja jer će oslabiti komunikaciju s učenicima što će rezultirati negativnim razrednim ozračjem te će smanjiti zadovoljstvo na poslu što može spriječiti napredak učenika (Kyriacou, 2001; prema Tomašević i sur., 2016). Na kraju, dugoročno izlaganje stresu i nezadovoljstvo poslom kod učiteljske struke može dovesti i do napuštanja profesije (Farber, 1991; prema Koludrović i sur. 2009).

Osim na učiteljevo profesionalno postignuće i njegov psihosocijalni status, stres može negativno djelovati i na školu kao organizaciju, ali i na psihosocijalni status obitelji učitelja (Grgin i sur., 1995; Debak, 2017).

2.3.1. Sindrom sagorijevanja radnika učiteljske struke

Sagorijevanje na poslu proces je tjelesnog, emocionalnog i duhovnog izgorijevanja unutar emocionalno opterećujućih, bliskih drugih odnosa u egzistencijalno važnim ljudskim sistemima kao što su brak, obitelj, poduzeće i dr. (Brajša, 2007; prema Debak, 2007, 26). Neki od simptoma koji se manifestiraju sagorijevanjem na poslu su umor, veća razdražljivost, manja motiviranost za posao, negativne misli, smanjena socijalnost, ravnodušnost prema cjelokupnom radnom ozračju, osjećaj nezadovoljstva vlastitim uspjehom što može dovesti do depresije, anksioznosti, apatije, nespokoja i drugih (Maslach i Schaufeli, 1993; prema Koludrović i sur., 2009).

U učiteljskoj struci često je zabilježeno profesionalno sagorijevanje (Schaufeli i Buunk, 1996; prema Slišković i sur., 2016) zbog toga što učitelji pripadaju u skupinu „pomagača“ jer su svoj profesionalni rad usmjerili na pomaganje i podršku drugim ljudima, odnosno na rad s učenicima i za njihovu dobrobit (Čudina Obradović, 1993; Domović i sur., 2010). Sindrom sagorijevanja kod učitelja javlja se bez obzira na duljinu radnog staža, položaja i statusa učitelja (Domović i sur., 2010).

Učitelji su izloženi visokoj razini stresa na radnom mjestu. Istraživanja su pokazala da sama izloženost stresorima ne dovodi nužno do sagorijevanja te da je za pojavu tog sindroma potrebna interakcija više čimbenika, kako vanjskih tako i individualnih. Na to upućuje suvremeni pristup proučavanju sindroma sagorijevanja na poslu koji ga objašnjava kroz interakciju individualnih i vanjskih čimbenika (Kokkinos, 2007; prema Koludrović i sur., 2009, 236). Individualnim čimbenicima podrazumijevaju se strategije koje pojedinac koristi u određenim situacijama kako bi se suočio sa stresom na kognitivnoj i ponašajnoj razini. (Borg i Riding, 1991; prema Chan, 1998; prema Koludrović i sur., 2009).

Dorman (2003) navodi kako na sagorijevanje kod učitelja mogu utjecati organizacijski uvjeti kao što su nedostatak vrednovanja učitelja, nedostatak informacija, povećana birokratizacija i slično (Domović i sur., 2010). Kuzijev i Topolovčan su 2013. proveli istraživanje u osnovnim školama koje pokazuje kako učitelji muškarci, učitelji iz matičnih i gradskih škola, učitelji koji rade u predmetnoj nastavi, učitelji koji nisu zadovoljni izborom učiteljske profesije, učitelji koji očekuju da učiteljska profesija pruža mnogo vremena za obitelj i sigurnost posla, učitelji kojima je učiteljski studij bio drugi izbor studija, učitelji koji imaju nisku intrinzičnu motivaciju i nisku sposobnost poučavanja, učitelji koji smatraju da svojom profesijom daju slab doprinos društvu te učitelji s niskim samopoštovanjem imaju veći rizikom od razvoja profesionalnoga sagorijevanja (Slišković i sur., 2016, 374). Također, količina socijalne podrška i odnos s upravom škole u kojoj nastavnik radi ima značajan utjecaj na profesionalno sagorijevanje (Howard i Johnson, 2002; prema Koludrović i sur., 2009).

Sagorijevanje radnika učiteljske struke istražuje se više od trideset godina te se može zaključiti da rezultati različitih istraživanja nisu jednoznačni. Postoji velik broj

čimbenika koji utječu na profesionalno sagorijevanje kod učitelja što sugerira potrebu za daljnjim istraživanjima. Danjim istraživanjima sindrom sagorijevanja u učiteljskoj profesiji mogao bi se lakše prepoznati te bi učitelji na vrijeme primili potrebnu pomoć i podršku (Domović i sur., 2010).

2.4. Suočavanje i otpornost na stres

Različiti oblici ponašanja koje pojedinac koristi u stresnim situacijama s ciljem da umani učinke tih stresnih događaja nazivamo suočavanje sa stresom (Mavar, 2009). Moguće je značajno ublažiti negativne posljedice stresa ukoliko se primjenjuju pravilne strategije suočavanja (Mirjanić i Milas, 2011). Koja će strategija suočavanja biti odabrana ovisi o više faktora kao što su dob, kontekst situacije, spol, a dokazan je i utjecaj gena (Kozak i sur., 2005; prema Roknić i Županić, 2016).

Autorica Jambrović Čugura (2009) navodi tri načina suočavanja sa stresom. Prvi način je suočavanje usmjereno na problem, pri čemu pojedinac pokušava riješiti situaciju koja uzrokuje stres, pronalazi rješenja te uklanja uzrok stresa. Drugi način suočavanja usmjeren je na emocije gdje pojedinac smanjuje emocionalne napetosti i negativne emocije koje su uzrokovane stresom. Tu spadaju strategije poput traženja socijalne podrške, pozitivne usporedbe, iskazivanje emocija i slično. Treći način suočavanja je izbjegavanje stresnih situacija i događaja, negiranje te bijeg od samog problema. Nadalje, Lazarus i Folkman (2004) navode kako ni jednu strategiju ne treba smatrati boljom od druge jer su one način prilagodbe svake individue u stresnim situacijama te svaka strategija ima svoju vrijednost. Lacković - Grgin i Sori (1997; prema Roknić i Županić, 2016) navode kako su strategije suočavanja usmjerene na problem povezane s dobrom prilagodbom dok su suočavanja usmjerena na emocije i izbjegavanje povezani sa slabom prilagodbom pojedinca.

Smith i suradnici (2008) otpornost na stres definiraju na nekoliko načina: kao oporavak od stresne situacije, odbijanje od stresne situacije, kao nošenje sa stresnom situacijom, mogućnost izbjegavanja nepovoljnih okolnosti ili kao bolje funkcioniranje u stresnim situacijama (prema Mikelić, 2016, 7). Modeli otpornosti na stres mogu se podijeliti u dvije široke kategorije. Prava su modeli koji opisuju set

faktora što utječu na otpornost na stres te proces po kojem ti faktori funkcioniraju, a drugi su modeli koji podrazumijevaju da stupanj slaganja između osobe i okoline određuje kvalitetu otpora prema stresu (Hobfoll, 1988; prema Belčić, 2015). Otporne osobe su zapravo izdržljive osobe koje stresne situacije doživljavaju kao izazov koji moraju prevladati te se na taj način ne otuđe od svoje okoline kad se suoče s teškom situacijom. Kobasa (1979) navodi kako za razliku od manje otpornih osoba, izdržljivije osobe će koristiti resurse, poput socijalne podrške, što se kod njih manifestira puno efikasnije zato što se takvi ljudi imaju tendenciju oslanjati na strategije iskorištavanja resursa koji povećavaju njihovu sposobnost suočavanja sa stresom (prema Belčić, 2015). Garnefski, Kraaij i Spinhoven (2001) navode kako svi suočavajući napori spadaju pod širu domenu emocionalne kompetentnosti, odnosno sposobnosti regulacije emocija. Pojedinci koji su emocionalno kompetentni, s uspjehom se suočavaju sa stresnim situacijama pomoću prepoznavanja i aktiviranja najefikasnije strategije suočavanja (Salovey i sur., 2000). Oni koji reguliraju negativne emocije u stresnim situacijama rijetko odustaju, a vrlo često se suoče s postojećim problemom (sve prema Brdar i Bakarčić, 2006).

„I konačno, suočavanje ne treba izjednačavati s ovladavanjem okolinom. Ima mnogo izvora stresa kojima se ne može ovladati pa je u tim uvjetima učinkovito suočavanje ono koje osobi omogućava toleriranje, umanjivanje, prihvaćanje ili ignoriranje onog čime se ne može ovladati“ (Lazarus i Folkman, 2004, 144).

3. Zadovoljstvo poslom

Zadovoljstvo poslom je jedno od najistraživanijih konstrukta organizacijskih istraživanja (Spector, 1997; prema Schleicher i sur., 2011; prema Matoković, 2015). Razlog tome je što se zadovoljstvo poslom povezuje s ponašanjem zaposlenika koji su od značajne važnosti za određenu organizaciju (Matoković, 2015). Unatoč velikom broju istraživanja provedenih na tom polju još uvijek ne postoji jednoznačno objašnjenje pojma zadovoljstva poslom (Bilal, 2012; prema Debak, 2017).

3.1. Općenite značajke

Locke (1976) zadovoljstvo poslom najčešće definira kao ugodno i pozitivno emocionalno stanje koje je posljedica ocjene postignuća u poslu ili podupiranju postignuća (prema Vidić, 2009). Kao termin, zadovoljstvo zaposlenika opisuje jesu li zaposlenici sretni, zadovoljni te jesu li ispunjene njihove potrebe i želje na radnom mjestu. Ukoliko je zaposlenik zadovoljan svojim poslom to rezultira većoj motivaciji, boljim postignućima i pozitivnim stavom zaposlenika o svom radnom mjestu (Heathfield, 2016; prema Janko, 2016). Nadalje, Clegg i Dunkerley (1980) navode kako zadovoljstvo poslom povećane produktivnosti, inovativnost, kreativnosti, ulaganja dodatnog truda te lakšeg prilagođavanja promjenama (prema Matoković, 2009).

Spector (2003, prema Stepanov i sur., 2016) navodi kako pojedinci drugačije doživljavaju različite razine zadovoljstva na poslu jer zadovoljstvo podrazumijeva pozitivne i negativne osjećaje kao i stavove koje ljudi imaju o svom poslu, a stavovi pak ovise o kojekakvim karakteristikama vezanim uz posao i uz osobnost određenog pojedinca. Schaffer (1953; prema Vidić, 2009) smatra kako će se cjelovito zadovoljstvo poslom povećati ukoliko se zadovolje potrebe pojedinca u poslu koji obavlja. Na zaposlenikov stupanj zadovoljstva utjecat će svakodnevni događaji na radnom mjestu, ali ti događaji neće uvelike promijeniti zaposlenikov temeljni osjećaj prema organizaciji u kojoj radi. Shodno tome, „zadovoljstvo poslom je pojedinčev odgovor na specifične aspekte posla koji obavlja“ (Mowday i sur., 1982; prema Vidić, 2009, 8).

Mullins (2010) ističe kako postoji širok spektar faktora koji utječu na razinu zadovoljstva poslom. Tako imamo osobne faktore u koje ubrajamo osobnost, bračni status, inteligenciju, obrazovanje, sposobnost i orijentaciju na posao. U društvene faktore uključujemo odnos sa suradnicima, rad u grupi, prilike za interakciju te neformalna organizacija. U kulturne faktore uključuju spadaju stavovi, vjerovanja i vrijednosti. U organizacijske faktore ubrajamo formalnu strukturu, odnos sa zaposlenicima, priroda posla, tehnologija, nadzor i stilovi vođenja te uvjeti rada. U okolišne faktore spada ekonomski i društveni utjecaj te utjecaj na tehnologiju (sve prema Janko, 2016, 17). Prema tome, zadovoljstvo zaposlenika poslom ne čini samo posao sam za sebe nego i sve karakteristike posla i njegova okruženja koje zaposlenici smatraju nagrađujućim, ispunjavajućim i zadovoljavajućim, odnosno nezadovoljavajućim i frustrirajućim (Churchilli sur., 1974; prema Debak, 2017). Isto tako, Judge i Watanabe (1993) navode kako je zadovoljstvo poslom važno za pojedinca jer je pozitivno te međusobno povezano sa zadovoljstvom života, a Sempane i suradnici (2002) ističu kako to ima utjecaj na zadovoljstvo i sreću u osobnom, socijalnom i poslovnom životu (sve prema Stepanov i sur., 2016).

3.2. Zadovoljstvo poslom radnika učiteljske struke

Pennington (1995) navodi kako povijesni pregled istraživanja zadovoljstva učitelja poslom pokazuje da su u razdoblju od 60-tih do 80-tih učitelji uglavnom zadovoljni svojim radnim mjestom. Međutim, u posljednjih nekoliko godina zamijećen je trend napuštanja učiteljske struke te je iz toga razloga pitanje učiteljskog zadovoljstva poslom i te kako intrigantno (prema Mihaliček, 2011).

Istraživanje koje je proveo Rossmiller (1992), proučavalo je kvalitetu radnog života upravo u školskom ambijentu na uzorku učitelja i ravnatelja. Kvaliteta radnog života imala je pozitivan učinak na poštovanje prema učiteljima, sudjelovanje učitelja u donošenju odluka vezanih uz njihov posao, poslovnu suradnju i interakcije, korištenje znanja i vještina te na ambijent podučavanja i učenja (prema Debak, 2017). Isto tako, pokazalo se da škole koje ostvaruju bolja postignuća imaju učitelje koji imaju veću razinu zadovoljstva svojim poslom, što pokazuje kako postoji snažna povezanost zadovoljstva poslom s percepcijama učitelja o njihovoj učinkovitosti i sposobnostima (Shann, 1998, prema Vidić, 2009). U kojoj se mjeri učitelji osjećaju

uspješnima u unapređivanju učenja i razvoju svojih učenika te kvaliteta odnosa učitelja s učenicima i njihovim roditeljima, smatraju se kao dva najznačajnija faktora koji utječu na zadovoljstvo učiteljevog posla (Mitchell, 1987, prema Rijavec i Miljević-Ridički, 2000; prema Mihaliček, 2011). Nadalje, radni uvjeti poput administrativne kontrole i organizacijske kulture isto jako utječu na zadovoljstvo poslom kod učitelja (Vidić, 2009).

Perrachione, Rosser i Petersen su 2008 proveli istraživanje koje je proučavalo zadovoljstvo poslom kod učitelja s kojim su potvrdili multifaktorski konstrukt zadovoljstva poslom. Varijable su podijelili na intrinzične (rad s učenicima, zadovoljstvo samom prirodom posla učitelja te osobna učinkovitost u podučavanju) i ekstrinzične (pozitivno školsko ozračje, podrška učitelja kolega, dobri učenici i razredi s malim brojem učenika) te došli do zaključka da su i jedne i druge povezane sa zadovoljstvom poslom kod učitelja. Cohn (1992) u svom istraživanju navodi kako većina zadovoljstva poslom kod učitelja proizlazi iz intrinzičnih kategorija, što znači da su učitelji zadovoljniji svojim poslom ako se mogu posvetiti samoj srži učiteljskog posla, tj. podučavanju, a nezadovoljniji su ukoliko nailaze na smetnje i teškoće tijekom podučavanja (Taylor i Tashakkori, 1995; sve prema Debak, 2017, 10). Vidić (2009) je proveo istraživanje kojim su rezultati pokazali da su učitelji najviše zadovoljni odnosima sa suradnicima, ravnateljem i samim poslom, nešto manje mogućnostima napredovanja u struci, a najmanje su zadovoljni plaćom.

Kindred i sur. (1990) navode kako zadovoljstvo u radu i spoznaja učitelja da je rad koji obavlja cijenjen, rezultiraju većoj motivaciji (prema Borić, 2017) koja povećava razinu učiteljevog entuzijazma i posvećenost radu s kojima učitelji s još većom srećom obavljaju svoj posao (Mihaliček, 2011). Također, rad u pozitivnoj radnoj okolini povećava radnu motivaciju učitelja i tako pridonosi zadovoljstvu poslom učitelja te preventivno djeluje na profesionalno sagorijevanje (Domović, 2004; prema Slišković i sur., 2016).

4. On-line nastava

On-line nastava ili *online-učenje* termin je koji se danas u većini upotrebljava kao istoznačnica za *e-učenje*, a razlog tome je velika raširenost i primjena web-tehnologija u mnogobrojnim područjima. (Innovative Learning, 2010; prema Ćukušić i Jadrić, 2012.) Turvey (2009) navodi kako je e-učenje, kao i učenje na daljinu, fleksibilno učenje. Karadeniz (2009) ističe kako e-učenje obuhvaća online-učenje koje omogućuje polaznicima pristup obrazovnim sadržajima te jednosmjernu ili dvosmjernu komunikaciju s drugim polaznicima i instruktorima preko računalnih mreža, intraneta, interneta, WWW-a te digitalnih uređaja kao što su CD-ROM, DVD, računala i mobiteli (sve prema Ćukušić i Jadrić, 2012, 13). Stoga bi online učenje bio pojam za e-učenje na daljinu gdje se svim nastavnim materijalima i sadržajima pristupa putem Internetskog web servisa (Šain, 2017).

4.1. Nastava na daljinu

Još prije pojave prvih računala pojavilo se učenje daljinu. Krajem 19. stoljeća postaju popularne dopisne škole u kojima učenici ili studenti nastavni sadržaj savladavaju pomoću knjiga. Nisu morali pohađati nastavu u predavaonicama, komunikacija s profesorima se odvijala pismima, a u školu su dolazili samo polagati ispite (Ćukušić i Jadrić, 2012).

Učenje na daljinu poprima nove oblike razvojem komunikacijskih tehnologija. Pojavom radija počinju se emitirati i prve radijske obrazovne emisije, a pojavom televizije i prve televizijske obrazovne emisije. Glavni nedostatak je bilo je ograničenje vremenskim rasporedom emitiranja radio i TV sadržaja. Razdoblje između 1994. do 1999. godine smatra se prvim valom e-učenja koji je karakteriziran pojavom World Wide Weba. Isto tako obuhvaća pojavu elektroničke pošte, internetskih preglednika, HTML-a, audio i video uređaja, JAVU i slično. Od 2000. do 2005. godine traje drugi val e-učenja koje karakterizira veliki napredak Web stranica te se javlja Moodle, najpoznatiji sustav za učenje na daljinu. Od 2005. godine do danas zbog većeg i naprednijeg razvoja tehnologije, javlja se sve veći interes za učenjem na daljinu. Nova tehnologija uvelike olakšava pristup nastavnim

materijalima i poboljšava međusobnu komunikaciju nastavnika i polaznika učenja na daljinu (sve prema Šain, 2017, 19).

Cheongu (2002) navodi kako su prednosti učenja na daljinu uklanjanje geografskih i vremenskih ograničenja, jednostavniji pristup literaturi te on-line diskusije koje omogućuju povezivanje polaznika različitih nacionalnosti i kultura. Isto tako, kod učenja na daljinu znatno se smanjuju neki troškovi te polaznici imaju osjećaj veće slobode iz razloga što si sami diktiraju tempo učenja i usvajanje nastavnog sadržaja (sve prema Ćukušić i Jadrić, 2012). S druge strane, Siozos i Palaigeorgiou (2008) kao glavne nedostatke e-učenja navode nisku stopu prolaznosti u tečajevima e-učenja, visoku stopu odustajanja od tečajeva e-učenja te nisku razinu motivacije za e-učenje. Nadalje, za usvajanje znanja u cjelokupnom procesu polaznik mora imati neke osnove računalne pismenosti jer se u protivnom neće snalaziti (Šain, 2017).

Iako se radi o korištenju različitih on-line platformi i alata u nastavne svrhe, ovaj oblik nastave je za mnoge još velika nepoznanica. On-line nastava je dosta složen metakognitivni i metodički zahtjevan proces kojim nastavnik učenike mora jasno usmjeravati u pravilnom smjeru. Kako bi se on-line nastava mogla održavati kvalitetno i bez smetnji, potrebno ju je dobro isplanirati i pripremiti te bi nastavnik i učenik trebali biti tehnički dobro opremljeni (Hedžić, 2020).

4.2. Nastava za vrijeme COVID-19

Nakon proglašenja globalne pandemije čiji je ishod jako teško prognozirati, on-line nastava se trebala shvatiti jako ozbiljno. Učenici su trebali steći nove navike i samodisciplinu te su redovito morali pratiti nastavu u virtualnim učionicama. Morali su svakodnevno izvršavati zadatke i voditi računa da svoj rad na vrijeme pošalju nastavniku kako bi ga on mogao prekontrolirati. Veliku ulogu su imali i roditelji koji su trebali voditi računa o obavezama svoje djece, a najviše roditelji učenika u nižim razredima koji još nisu znali kvalitetno i pravilno koristiti on-line platforme. Također, važno je napomenuti veliku odgovornost nastavnika, uloženi dodatni trud i napor kako bi nastavni sadržaj didaktički prilagodili on-line okruženju te kako bi učenici usprkos svemu stekli potrebna znanja i vještine (sve prema Hedžić, 2020).

Ministarstvo znanosti i obrazovanja u travnju je provelo anketu o nastavi na daljinu u kojoj je sudjelovalo N=1992 nastavnika. Rezultati su pokazali da većina učitelja u nastavi na daljinu radi i više od osam sati dnevno te da im je potrebno više vremena i energije i pripremanju nastave. Nadalje, učitelji su izrazili kako nemaju dovoljnu podršku iz Ministarstva te kako imaju osjećaj kao da su u organizaciji nastave na daljinu prepušteni sami sebi. Nastavnici su istaknuli kako Ministarstvo znanosti i obrazovanja nema jasnu sliku s terena te kako su upute bile namijenjene za neke idealne uvjete, ne gledajući na to u kakvim uvjetima i okolini učenici žive. Isto tako, neki nastavnici nisu bili pripremljeni za održavanje on-line nastave te su se zbog loših smjernica izgubili, a Ministarstvo nije uvažavalo njihove primjedbe i nije im pružilo dodatnu pomoć. Unatoč tome, više od 90% nastavnika bilo je zadovoljno svojim načinom rada, ali što se tiče podrške i organizacije nastave na daljinu od strane MZO-a nastavnici su dali tek ocjenu dovoljan, točnije 2,43 (sve prema Gelenčir, 2020).

Istraživanje o obrazovnim aspiracijama i iskustvima osnovnoškolaca, koje je proveo Institut za društvena istraživanja na N=923 učenika 7. razreda iz 23 zagrebačkih osnovnih škola, pokazalo je kako učenici na skali od jedan do pet on-line nastavu ocjenjuju sa ocjenom 3,14. Nadalje, učenici su izrazili kako su nastavom na daljinu bili jako opterećeni zbog brojnih domaćih zadaća i zadataka koje su morali napraviti i predati u kratkom vremenskom roku. Isto tako, učenici su novi nastavni sadržaj morali shvatiti kroz digitalni oblik kojeg je pripremio nastavnik što im je dodatno otežalo usvajanje nastavnog sadržaja. Međutim, više od 40% sedmaša je potvrdilo kako su im nastavnici u nastavi na daljinu podjednako kao i u učionicama dali dodatna pojašnjenja ukoliko im nešto nije bilo jasno. Unatoč cijeloj situaciji, istraživanje je pokazalo kako su učenici zadržali svoj optimizam (sve prema Kovačević, 2020).

Prema anketi koje je provelo Ministarstvo znanosti i obrazovanja u travnju, najviše nastavnika se izjasnilo da je za provedbu nastave na daljinu najviše koristilo Microsoft Teams, nakon toga Microsoft Yammer, Google classroom, Loomen (moodle) i Edmodo. Neki su koristili i Drive, Zoom i Viber (Gelenčir, 2020).

5. Cilj i problemi istraživanja

5.1. Cilj istraživanja

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati zadovoljstvo poslom i stres u učitelja za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19.

5.2. Problemi i hipoteza

Problem 1.

Ispitati zadovoljstvo učitelja nastavom na daljinu tijekom COVID-19.

Hipoteza 1.

Očekuje se niža razina zadovoljstva učitelja.

Problem 2.

Ispitati stres učitelja tijekom nastave na daljinu tijekom COVID-19.

Hipoteza 2.

Očekuje se povišena razina stresa kod učitelja.

5.3. Metodologija

5.3.1. Sudionici istraživanja

U anketi je sudjelovalo N=606 osoba u učiteljskoj struci od kojih N=194 radi na selu, a N=412 radi u gradu. Njih N=203 radi u razrednoj nastavi, a N=403 radi u predmetnoj nastavi.

5.3.2. Postupak

Istraživanje je provedeno putem on-line anketnog upitnika u razdoblju od 8. lipnja do 13. lipnja 2020. godine. Na početku upitnika nalazilo se objašnjenje za ispunjavanje upitnika i izjava o anonimnosti podataka. Upitnici su se ispunjavali dobrovoljno.

5.3.3. Mjerni instrument

Instrument korišten u ovom istraživanju je anketni upitnik koji je izrađen za potrebe ovog diplomskog rada. Prvi dio ankete sastojao se od 4 pitanja iz općeg djela (spol, mjesto rada, staž, te radi li ispitanik u razrednoj ili predmetnoj nastavi). Nakon toga su slijedila 4 pitanja kojima se ispitalo na koji način su nastavnici održavali nastavu na daljinu tijekom COVID-19, odnosno kojim su se sustavima i aplikacijama koristili te u kojoj mjeri. Upitnik se sastojao od Ljestvice zadovoljstva poslom i Ljestvice percipiranog stresa (Debak, 2017).

Ljestvica zadovoljstva poslom za vrijeme održavanja on-line nastave sastojala se od 16 pitanja. Ispitanici su na 10 pitanja procjenjivali svoje zadovoljstvo na skali od 1: uopće nisam zadovoljan/na do 5: u potpunosti sam zadovoljan/na. Na pitanje „*Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave?*“, odgovaralo se skalom od 1: uopće nisam zadovoljan/na do 5 : u potpunosti sam zadovoljan/na, te 6: ne mogu procijeniti. Pitanje „*Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?*“ su procjenjivali zaokruživanjem od 1: puno lošije nego nastava u učionici do 4: puno bolje nego nastava u učionici. „*Koliko Vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave (priprema materijala i zadataka, telefonski razgovori s roditeljima, ispravljanje zadataka i zadaće)?*“ je pitanje na koje su ispitanici

zaokruživali odgovor od kojih je bilo ponuđeno da provode 1: manje od 4 sata do 4: više od 12 sati za provođenje on-line nastave. Nakon toga slijedile su dvije tvrdnje kod kojih su ispitanici trebali izraziti stupanj slaganja na skali od 1: uopće se ne slažem do 5: u potpunosti se slažem. Na pitanje „*Nedostaje li Vam rad s učenicima u razredu?*“ ispitanicima su odgovarali sa ne, možda, ne mogu procijeniti ili da.

Ljestvica percipiranog stresa preuzeta je iz rada *Debak (2017)*. Ljestvica se sastoji od 10 pitanja na kojima ispitanici procjenjuju koliko su se često osjećali ili razmišljali na određeni način za vrijeme izvođenja nastave na daljinu zbog COVID-19 (pr. Koliko često ste bili ljuti zbog poslovnih situacija koje su se dogodile van Vaše kontrole?). Ispitanici su zaokruživali odgovore na skali od 1: nikad do 5: vrlo često.

5.4. Rezultati i rasprava

Na pitanje „Koliko ste općenito zadovoljni izvođenjem nastave na daljinu?“ otprilike 8% ispitanika odgovorilo je kako uopće nije zadovoljno izvođenjem nastave na daljinu, dok je otprilike 36% ispitanika zadovoljno izvođenjem nastave na daljinu. Zanimljivo je da je nešto više od 40% ispitanika ostalo suzdržano, odnosno niti je niti nije zadovoljno izvođenjem nastave na daljinu (Tablica 1). Rezultati su pokazali da je većina učitelja zapravo suzdržana i da ne mogu točno procijeniti svoje zadovoljstvo izvođenjem nastave na daljinu. Očekivala se veća razina nezadovoljstva nastavom na daljinu iz razloga jer je to bilo nešto s čime su se učitelji prvi put susreli te su se našli u vrlo nezgodnoj situaciji jer je nastava na daljinu bila iznenadna odluka za koju nitko u obrazovnom sustavu nije bio u potpunosti spreman.

„Koliko ste zadovoljni odazivom učenika na on-line nastavu?“ je pitanje u kojemu je 2% ispitanika odgovorilo da uopće nije zadovoljno, dok je otprilike 63% ispitanika zadovoljno odazivom učenika na on-line nastavu (Tablica 1). Takvi rezultati bili su očekivani pošto živimo u digitalnom dobu u kojem većina kućanstva ima internet, računalo ili prijenosno računalo, a Ministarstvo je učenicima osiguralo tablete pomoću kojih su mogli sudjelovati i pratiti nastavu na daljinu. Možemo pretpostaviti da je većina učenika bila pod nadzorom i vodstvom roditelja koji su bodrili svoju djecu da sudjeluju u nastavi.

Na pitanje „Koliko ste zadovoljni vašom izvedbom nastave na daljinu?“ tek je nešto manje nego 1% ispitanika odgovorilo kako uopće nije zadovoljno svojom izvedbom nastave na daljinu, dok je nešto više od 70% ispitanika zadovoljno svojom izvedbom nastave na daljinu (Tablica 1). Ovo potvrđuje kako su učitelji ostali dosljedni sebi i ostali odgovorni u izvedbi svog posla, makar ono bilo i izvan učionica. To dokazuje da su učitelji dali sve od sebe kako bi učenicima u novim i izvanrednim uvjetima što bolje približili nastavni sadržaj.

Što se tiče zadovoljstva opremom kojom su učitelji raspolagali za vrijeme izvođenje on-line nastave, otprilike 5% ispitanika uopće nije bilo zadovoljno opremom, dok je otprilike 61% ispitanika zadovoljno opremom kojom su raspolagali za izvođenje on-line nastave (Tablica 1). Razlog tih rezultata moguće je u tome što je Ministarstvo

znanosti i obrazovanja učiteljima uglavnom osiguralo službena računala s kojima su se neometano mogli pripremati za on-line nastavu.

Na pitanje „Procijenite svoje zadovoljstvo podrškom koju ste imali od MZO-a?“, otprilike 63% ispitanika odgovorilo je da nije zadovoljno s podrškom od MZO-a, dok je otprilike 11% ispitanika odgovorilo da je zadovoljno podrškom koju su imali od MZO-a (Tablica 1). Nadalje, na pitanje „Kako biste ocijenili informacije koje ste dobili od MZO-a s obzirom na njihovu smislenost?“, otprilike 50% ispitanika odgovorilo je da uopće nije zadovoljno informacijama koje su dobili od MZO-a, dok je otprilike 6% ispitanika izrazilo zadovoljstvo informacijama od MZO-a (Tablica 1). Ovakvi rezultati bili su očekivani iz razloga što Ministarstvo nije imalo direktan doticaj s terena, nego su upute bile napisane za uvjete koje većina učitelja i učenika nema. Isto tako, prema anketi koje je u travnju provelo Ministarstvo znanosti i obrazovanja, pokazalo se kako učitelji nisu dobili dodatnu pomoć od Ministarstva te da se njihove primjedbe nisu uvažavale (Gelenčir, 2020).

2% ispitanika je odgovorilo kako uopće nije zadovoljno kvalitetom komunikacije s roditeljima učenika za vrijeme on-line nastave, dok je otprilike 71% ispitanika odgovorilo kako je zadovoljno kvalitetom komunikacije s roditelja učenika za vrijeme on-line nastave (Tablica 1). Takvi rezultati bili su očekivani jer su roditelji bili ti koji su djeci morali dodatno približiti i objasniti novi nastavni sadržaj, a za dodatna objašnjenja i pitanja bili su primorani kontaktirati učitelje svoje djece. Isto tako, komunikacija učitelja i roditelja bila je i jedan od načina na koji su neki učitelji održavali nastavu na daljinu.

S druge strane, zanimljivo je što je nešto više od 1% ispitanika odgovorilo kako uopće nije zadovoljno kvalitetom komunikacije s roditeljima prije izvođenja on-line nastave, dok je 75% ispitanika odgovorilo kako je zadovoljno kvalitetom komunikacije s roditeljima prije izvođenja on-line nastave (Tablica 1). Budući da učitelji procjenjuju kvalitetu komunikacije prije on-line nastave i za vrijeme izvođenja nastave na daljinu gotovo podjednako očito je da kvaliteta komunikacije s roditeljima nije značajno opala za vrijeme nastave na daljinu, vjerojatno stoga što je trebala veća suradnja između roditelja i učitelja.

Na pitanje „Koliko ste zadovoljni suradnjom s drugim kolegama za vrijeme izvođenja on-line nastave?“, otprilike 1% ispitanika odgovorilo je da uopće nije zadovoljan suradnjom s drugim kolegama, dok je otprilike 76% ispitanika zadovoljno suradnjom s drugim kolegama za vrijeme izvođenja on-line nastave (Tablica 1). Takvi rezultati vjerojatno su rezultat toga što su se svi učitelji našli u istoj situaciji u kojoj je svaka pomoć i potpora bila dobrodošla. Naravno, postoji i mogućnost da su učitelji bili u suradnji kako bi si olakšali određeni dio posla te kako bi što kvalitetnije pripremili i održali on-line nastavu.

„Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom ravnatelja za vrijeme izvođenja on-line nastave?“ je pitanje na koje je nešto više od 7% ispitanika odgovorilo da uopće nisu zadovoljni suradnjom i potporom ravnatelja, dok je otprilike 68% ispitanika odgovorilo da je zadovoljno suradnjom i potporom ravnatelja za vrijeme izvođenja on-line nastave (Tablica 1). Ovakvi rezultati pokazuju da je većina ravnatelja, kao *školskih menadžera* koji imaju zadatak organizirati rad svih zaposlenih, uglavnom uspješno odgovorila na izazovnu i zahtjevnu situaciju u kojoj su se našli. Isto tako, ravnatelj je taj koji daje upute i savjete koji pomažu da se nastava održava što kvalitetnije i bez poteškoća. Također, učitelji su izjasnili da su imali i dobru potporu stručne službe (Tablica 2) koja je desna ruka ravnatelja te podršku i potporu kolega, s čime se zaključuje da su usprkos cijeloj situaciji bili u dobrom radnom okruženju.

Tablica 1: Frekvencije odgovora ispitanika na čestice zadovoljstva nastavom na daljinu tijekom COVID-19

Varijabla	Uopće nisam zadovoljan/na		Nisam zadovoljan/na		Niti jesam niti nisam zadovoljan/na		Zadovoljan/na sam		U potpunosti sam zadovoljan/na	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Koliko ste općenito zadovoljni izvođenjem nastave na daljinu?	47	7,8	97	16	245	40,4	179	29,5	38	6,3
Koliko ste zadovoljni odazivom učenika na on-line nastavu?	12	2	55	9,1	158	26,1	241	39,8	140	23,1
Koliko ste zadovoljni vašom izvedbom nastave na daljinu?	2	0,3	16	2,6	110	18,2	357	58,9	121	20
Koliko ste zadovoljni opremom kojom raspolazete za izvođenje on-line nastave?	33	5,4	52	8,6	146	24,1	226	37,3	146	24,6
Procijenite svoje zadovoljstvo s podrškom koju ste imali od MZO-a?	209	34,5	179	29,0	154	25,4	55	9,1	12	2,0
Kako biste ocjenili informacije koje ste dobili od MZO-a s obzirom na njihovu smislenost?	292	48,2	179	29,5	99	16,3	29	4,8	7	1,2
Ocijenite kvalitetu vaše komunikacije s roditeljima učenika za vrijeme on-line	12	2,0	36	5,9	125	20,6	234	38,6	199	32,8

nastave.										
Procijenite kvalitetu komunikacije s roditeljima učenika prije izvođenja on-line nastave zbog COVID-19.	8	1,3	25	4,1	121	20	257	42,4	195	32,2
Koliko ste zadovoljni suradnjom s drugim kolegama za vrijeme izvođenja on-line nastave?	7	1,2	36	5,9	103	17	229	37,8	231	38,1
Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom ravnatelja za vrijeme izvođenja on-line nastave?	45	7,4	42	6,9	101	16,7	161	26,6	257	42,4

Na pitanje „Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave?“ koje se odnosilo na suradnju između učitelja i pedagoga, psihologa te drugih stručnih suradnika, nešto više od 9% sudionika iskazalo je nezadovoljstvo, dok je otprilike 57% iskazalo zadovoljstvo suradnjom i potporom stručne službe (Tablica 2). Pomoć učiteljima u radu s djecom bila je nužna, osobito s djecom koja imaju teškoća s učenjem i djecom koja imaju poteškoća u razvoju. Takvi rezultati pokazuju i spremnost stručne službe da odgovori na zahtjeve novog načina rada budući da oni, pogotovo u osnovnim školama, sudjeluju u mnogim fazama u odgojno-obrazovnih djelatnosti. Oni prate i istražuju potrebe za kvalitetnu organizaciju odgojno-obrazovnog rada te pružaju savjetodavnu pomoć svim sudionicima odgojno-obrazovnog procesa.

Tablica 2: Frekvencija odgovora na pitanje Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave?

Varijabla	Uopće nisam zadovoljan/na		Nisam zadovoljan/na		Niti jesam niti nisam zadovoljan/na		Zadovoljan/na sam		U potpunosti sam zadovoljan/na		Ne mogu procijeniti	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave? (pedagog, psiholog itd.)?	58	9,6	72	11,9	122	20,1	184	30,4	165	27,2	5	0,8

Na pitanje „Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?“ ispitanici su dali jasan i očekivan odgovor. Otprilike 64% ispitanika odgovorilo je kako je efikasnost nastave na daljinu puno lošija nego nastava u učionici, dok otprilike 2% ispitanika smatra kako je efikasnost nastave na daljinu bolja nego nastava u učionici (Tablica 3). Nastavom na daljinu učitelji nisu mogli učenicima dati jasne i stvarne primjere te je većina usvajanja novog nastavnog sadržaja bila preko digitalnih sadržaja. To je uvelike otežalo zadovoljavanje cilja nastavnog sata i uspješnost usvajanja novih znanja.

Tablica 3: Frekvencija odgovora na pitanje Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?

Varijabla	Puno lošije nego nastava u učionici		Malo lošije nego nastava u učionici		Isto kao nastava u učionici		Bolje nego nastava u učionici		Puno bolje nego nastava u učionici	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?	387	63,9	192	31,7	17	1,2	7	1,2	3	0,5

Rezultati na pitanje „Koliko Vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave (priprema materijala i zadataka, telefonski razgovori s roditeljima, ispravljanje zadataka i zadaće)?“ pokazali su da je otprilike 4% ispitanika u prosjeku dnevno trebalo manje od 4 sata za provođenje on-line nastave, dok je otprilike 48% ispitanika u prosjeku dnevno trebalo 8 do 12 sati (Tablica 4). Anketom o nastavi na daljinu koju je u travnju provelo Ministarstvo znanosti i obrazovanja, također je pokazano da većina učitelja u nastavi na daljinu radi i više od osam sati dnevno te da im je potrebno puno više vremena u pripremanju nastave (Gelenčir, 2020).

Tablica 4: Frekvencija odgovora na pitanje Koliko Vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave (priprema materijala i zadataka, telefonski razgovori s roditeljima, ispravljanje zadataka i zadaće)?

Varijabla	Manje od 4 sata		4 do 8 sati		8 do 12 sati		Više od 12 sati	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Koliko Vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave?	26	4,3	229	37,8	290	47,9	61	10,1

Otprilike 2% ispitanika uopće se ne slaže s tvrdnjom da je nastavu na daljinu napornije izvoditi od nastave u učionici, dok otprilike 88% ispitanika smatra kako je nastavu na daljinu napornije izvoditi od nastave u učionici (Tablica 5). Ovakvi rezultati bili su očekivani s obzirom da je on-line nastava nešto s čime se većina učitelja prvi put susrela. Također, količina posla bila je znatno veća te su učitelji djeci i roditeljima trebali biti dostupni cijeli dan zbog dodatnih objašnjenja. I rad na računalu je sam po sebi dosta naporan, a treba uzeti u obzir da su učitelji većinu on-line nastave proveli sjedeći za svojim računalima kako bi pripremili sve materijale za on-line nastavu.

Otprilike 41% ispitanika ne slaže se s tvrdnjom da su učenici stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja, dok se otprilike 20% slaže s istom (Tablica 5). Otprilike 40% ispitanika izjasnilo je kako se niti slaže, niti ne slaže s tvrdnjom da su učenici stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja. Međutim, rezultati ukazuju da više učitelja ipak smatra da učenici nisu stekli dovoljno znanja, od onih kojih smatraju da jesu.

Tablica 5: Frekvencije odgovora na pitanja Nastavu na daljinu napornije je izvoditi od nastave u učionici i Učenici su stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja.

Varijabla	Uopće se ne slažem		Ne slažem se		Niti se slažem, niti se ne slažem		Slažem se		U potpunosti se slažem	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Nastavu na daljinu napornije je izvoditi od nastave u učionici.	13	2,1	12	2,0	43	7,1	103	17	435	71,8
Učenici su stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja.	90	14,9	156	25,7	239	39,4	96	15,8	25	4,1

Otpriblike 90% učitelja izjasnilo se kako im nedostaje rad s učenicima u razredu, dok se otprilike 3% izjasnilo da im ne nedostaje rad s učenicima u razredu (Tablica 6). Rad u razredu jednostavniji je i kvalitetniji upravo zbog toga što se učenici mogu osloniti na svoje učitelje, a učitelji mogu točno procijeniti svoje učenike te im pružiti dodatnu pomoć i objašnjenja ukoliko su potrebna. Nadalje, rad u razredu ne zahtjeva istu količinu posla i pripreme kao rad za on-line nastavu. Osim toga, učiteljima su u cijeloj situaciji više nedostajala sama djeca, odnosno njihovi učenici, a ne samo rad u razredu.

Tablica 6: Frekvencija odgovora na pitanje Nedostaje li Vam rad s učenicima u razredu?

Varijabla	Ne		Možda		Ne mogu procijeniti		Da	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Nedostaje li Vam rad s učenicima u razredu?	15	2,5	33	5,4	17	2,8	541	89,3

Tablica 7: Rezultati deskriptivne statistike za varijable zadovoljstva učitelja nastavom na daljinu tijekom COVID-19 (N=606)

Varijable	M	sd	Mdn	Mod	Min	Max
Koliko ste općenito zadovoljni izvođenjem nastave na daljinu?	3,11	1,003	3,71	3	1	5
Koliko ste zadovoljni odazivom učenika na on-line nastavu?	3,73	0,980	3,79	4	1	5
Koliko ste zadovoljni vašom izvedbom nastave na daljinu?	3,96	0,718	3,99	4	1	5
Koliko ste zadovoljni opremom kojom raspolazete za izvođenje on-line nastave?	3,67	1,101	3,78	4	1	5
Procijenite svoje zadovoljstvo s podrškom koju ste imali od MZO-a.	2,15	1,058	2,04	1	1	5
Kako biste ocjenili informacije koje ste dobili od MZO-a s obzirom na njihovu smislenost?	1,81	0,952	1,67	1	1	5
Ocijenite kvalitetu vaše komunikacije s roditeljima učenika za vrijeme on-line nastave.	3,94	0,974	4,06	4	1	5
Procijenite kvalitetu komunikacije s roditeljima učenika prije izvođenja on-line nastave zbog COVID-19.	4	0,898	4,09	4	1	5
Koliko ste zadovoljni suradnjom s drugim kolegama za vrijeme izvođenja on-line nastave?	4,06	0,944	4,18	5	1	5
Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom ravnatelja za vrijeme izvođenja on-line nastave?	3,90	1,236	4,17	5	1	5

Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave?	3,56	1,286	3,73	4	1	6
Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?	1,43	0,656	1,38	1	1	5
Koliko vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave?	2,64	0,721	2,63	3	1	4
Nastavu na daljinu napornije je izvoditi od nastave u učionici.	4,54	0,876	4,68	5	1	5
Učenici su stekli dovoljna znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja.	2,69	1,038	2,68	3	1	5
Nedostaje li vam rad s učenicima u razredu?	3,79	0,652	3,88	4	1	4

Legenda: M – aritmetička sredina, sd- standardna devijacija, Mdn – medijan, Mod – mod, Min – minimum, Max –maksimum

Prema rezultatima Tablice 7. najviše zadovoljstvo ispitanici pokazuju sa suradnjom s drugim kolegama za vrijeme izvođenja on-line nastave (M=4,06,sd=0,944) te sa suradnjom i potporom ravnatelja za vrijeme izvođenja on-line nastave (M=3,90, sd=1,236). S Druge strane, ispitanici najmanje zadovoljstvo pokazuju na informacije koje su dobili od MZO-a (M=1,81, sd=0,952) i na efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici (M=1,43, sd=0,656).

Što se tiče stresa učitelja za vrijeme nastave na daljinu, na pitanje „Koliko ste često bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu?“, manje od 1% ispitanika odgovorilo je da nikad nisu bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu, dok je otprilike 47% ispitanika odgovorilo da su često bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu (Tablica 8). Takvi rezultati bili su očekivani jer je i sama nastava na daljinu bila iznenadna i neplanirana. Iz toga razloga učitelji su se sreli sa mnogim nepoznatim i neočekivanim situacijama u kojima su bili prepušteni sami sebi što je rezultiralo većoj količini stresa.

„Koliko često ste se osjećali nemoćnim kontrolirati važne događaje u Vašem životu?“ je pitanje na koje je 2% ispitanika odgovorilo da se nikad nisu osjećali nemoćnima kontrolirati važne događaje, dok se otprilike 36% ispitanika često osjećalo nemoćnima kontrolirati važne događaje u svojem životu. Nešto manje od 50% ispitanika se ponekada tako osjećalo (Tablica 8). Nakon što je uslijedila izolacija cijele Hrvatske zbog koronavirusa, nitko nije osjećao potpunu kontrolu nad svojim životom. Isto tako, učitelji su morali čekati upute od Ministarstva za svaki novi korak što je dodatno otežalo obavljanje posla i smanjilo slobodu u donošenju odluka.

Na konkretno pitanje „Koliko često ste se osjećali nervoznim i pod stresom?“, manje od 1% učitelja odgovorilo je da se nikad nisu osjećali nervoznim i pod stresom, dok se otprilike 60% učitelja osjećalo nevoznim i pod stresom (Tablica 8). Ovakvi rezultati su bili očekivani zbog količine dodatnog posla kojeg su učitelji morali raditi te energije koju su morali uložiti u pripremu nastave na daljinu. Učitelji su dnevno radili i više od 8 sati (Tablica 4) što je dodatno povećalo količinu stresa jer nisu imali previše vremena za sebe i svoje potrebe.

Pitanje kojim se ispitivala samouvjerenost u rješavanju osobnih problema, manje od 1% ispitanika se nikad nije osjećalo samouvjerenom u rješavanju osobnih problema, dok se otprilike 57% ispitanika često osjećalo samouvjerenom u rješavanju osobnih problema (Tablica 8). Takav rezultat možda proizlazi zbog potpore i pomoći koju su učitelji dobivali od ravnatelja i svojih kolega (Tablica 1) te od suradnje i pomoći koju su im pružale stručne službe (Tablica 2). Ovi rezultati pokazuju da su učitelji osobe čvrstog karaktera.

Na pitanje „Koliko često ste osjećali da se stvari razvijaju onako kako Vi želite?“, otprilike 2% ispitanika je odgovorilo da se nikad nije osjećalo kao da se stvari razvijaju onako kako žele, dok se otprilike 45% ispitanika često osjećalo da se stvari razvijaju onako kako oni žele (Tablica 8). Takvi rezultati su bili očekivani s obzirom da su se učitelji izjasnili kako su uvijek bili dobro pripremljeni za nastavu na daljinu te da su zadovoljni svojom izvedbom on-line nastave (Tablica 1).

„Koliko često ste imali osjećaj da ne možete izaći na kraj sa svim što trebate uraditi?“ je pitanje kojim je otprilike 4% ispitanika odgovorio kako nikad nisu imali osjećaj da ne mogu izaći na kraj sa svim što trebate uraditi, dok se otprilike 37% ispitanika često osjećalo da ne može izaći na kraj sa svim što trebate uraditi. Nešto manje od 40% ispitanika je ponekad imalo osjećaj da ne može izaći na kraj sa svim što je trebalo uraditi. (Tablica 8). Ovo su očekivani rezultati s obzirom na novonastalu situaciju u kojoj su učitelji morali obavljati svoj posao. U svemu tome dodatno opterećenje bile su nejasne upute i informacije koje su učitelji primali od Ministarstva (Tablica 1).

Zanimljivo je da se otprilike 1% učitelja izjasnilo kako se nikad nisu osjećali sposobnima kontrolirati nelagode u svojem životu, dok se otprilike 48% učitelja izjasnilo kako su se često osjećali sposobnima kontrolirati nelagode u svojem životu (Tablica 8). Učitelji su se tijekom održavanja on-line nastave susreli sa mnogim nelagodnim situacijama, od neugodnih roditelja do djece koja nisu sudjelovala u nastavi tijekom nastave na daljinu pa do neodgovorne djece i roditelja. Činjenica da su učitelji u svemu tome uspjeli zadržati kontrolu nad situacijom možda je povezana sa potporom koja im je pružena od radne okoline.

Otprilike 1% ispitanika nikad se nije osjećalo kao da ima kontrolu nad situacijom, dok se otprilike 56% ispitanika često osjećalo kao da ima kontrolu nad situacijom (Tablica 8). S obzirom na to da je nastava na daljinu bila nepoznanica svima u obrazovnom sustavu, očekivalo se da su se učitelji sretali sa situacijama koje nisu mogli tako lako riješiti pa ni kontrolirati. Možda je razlog ovakvih rezultata dobra priprema učitelja.

Na pitanje „Koliko često ste bili ljuti zbog poslovnih situacija koje su se dogodile van Vaše kontrole?“, 2% učitelja odgovorilo je da se nikad nije osjećalo ljuto, dok se otprilike 47% učitelja često osjećalo ljuto zbog poslovnih situacija koje su se dogodile van njihove kontrole (Tablica 8). Ovi rezultati su očekivani s obzirom da tijekom nastave na daljinu učitelji nisu imali potpunu slobodu u rješavanju problema. Također, nisu imali veliki opseg izbora na koji način učenicima približiti nastavni sadržaj na zanimljiv način.

„Koliko često ste osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze Vaše mogućnosti savladavanja?“ je pitanje na koje je nešto više od 6% ispitanika odgovorilo kako se nikad nisu osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze njihove mogućnosti savladavanja, dok je otprilike 33% ispitanika odgovorilo kako su se često osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze njihove mogućnosti savladavanja. Nešto više od 41% ispitanika odgovorio je da se ponekad tako osjećalo (Tablica 8). Ovakav odgovor je očekivan jer su se učitelji s nastavom na daljinu susreli s mnogo novih stvari u kojima su morali puno eksperimentirati, dodatno istraživati i u cijelom tom procesu poučavati učenike. Neki učitelji su se osjećali izgubljeno i nisu mogli iz prve uhvatiti korak s vremenom, a Ministarstvo nije doživljavalo njihove probleme i potrebe (Gelenčir, 2020).

Tablica 8: Frekvencije odgovora ispitanika na čestice percipiranog stresa kod učitelja za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19

Varijabla	Nikad		Gotovo nikad		Ponekad		Često		Vrlo često	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Koliko ste često bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu?	1	0,2	36	5,9	287	47,4	196	32,3	86	14,2
Koliko često ste se osjećali nemoćnim kontrolirati važne događaje u Vašem životu?	12	2	84	13,9	296	48,8	150	24,8	64	10,6
Koliko često ste se osjećali nervoznim i pod stresom?	3	0,5	36	5,9	206	34	206	34	155	25,6
Koliko često ste se osjećali samouvjereni u rješavanju osobnih problema?	3	0,5	43	7,1	213	35,1	285	47	62	10,2
Koliko često ste osjećali da se stvari razvijaju onako kako Vi želite?	9	1,5	63	10,4	265	43,7	243	40,1	26	4,3
Koliko često ste imali osjećaj da ne možete izaći na kraj sa svim što trebate uraditi?	25	4,1	117	19,3	240	39,6	159	26,2	65	10,7
Koliko često ste bili sposobni kontrolirati nelagode u Vašem životu?	5	0,8	60	9,9	247	40,8	248	40,9	46	7,6
Koliko često ste osjećali da imate kontrolu nad situacijom?	5	0,8	42	6,9	222	36,6	292	48,2	45	7,4
Koliko često ste bili ljuti zbog poslovnih situacija koje su se dogodile van Vaše kontrole?	12	2	72	11,9	238	39,3	197	32,5	87	14,4
Koliko često ste osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze Vaše mogućnosti savladavanja?	37	6,1	117	19,3	249	41,1	137	22,6	66	10,9

Tablica 9: Rezultati deskriptivne statistike za varijable percipiranog stresa učitelja nastavom na daljinu tijekom COVID-19 (N=606)

Varijable	M	sd	Mdn	Mod	Min	Max
Koliko ste često bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu?	3,54	0,813	3,51	3	1	5
Koliko često ste se osjećali nemoćnim kontrolirati važne događaje u Vašem životu?	3,28	0,900	3,26	3	1	5
Koliko često ste se osjećali nervoznim i pod stresom?	3,78	0,912	3,78	3 ^b	1	5
Koliko često ste se osjećali samouvjereni u rješavanju osobnih problema?	3,59	0,786	3,60	4	1	5
Koliko često ste osjećali da se stvari razvijaju onako kako Vi želite?	3,35	0,782	3,39	3	1	5
Koliko često ste imali osjećaj da ne možete izaći na kraj sa svim što trebate uraditi?	3,20	1,005	3,21	3	1	5
Koliko često ste bili sposobni kontrolirati nelagode u Vašem životu?	3,45	0,805	3,46	4	1	5
Koliko često ste osjećali da imate kontrolu nad situacijom?	3,54	0,765	3,56	4	1	5
Koliko često ste bili ljuti zbog poslovnih situacija koje su se dogodile van Vaše kontrole?	3,45	0,945	3,46	3	1	5
Koliko često ste osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze Vaše mogućnosti savladavanja?	3,13	1,014	3,13	3	1	5

Legenda: M – aritmetička sredina, sd- standardna devijacija, Mdn – medijan, Mod – mod, Min – minimum, Max –maksimum

Iz Tablice 9. vidljivo je da najviši rezultat postižu čestice *Koliko često ste se osjećali nervoznim i pod stresom?* ($M=3,78$, $sd=0,912$) i *Koliko ste često bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu?* ($M=3,54$, $sd=0,813$). Čestica *Koliko često ste se osjećali samouvjereni u rješavanju osobnih problema?* ($M=3,59$, $sd=0,786$) pokazala je visoku razinu samouvjerenosti, a čestica *Koliko često ste osjećali da imate kontrolu nad situacijom?* ($M=3,54$, $sd=0,765$) je pokazala da su učitelji imali kontrolu nad situacijom.

6. Zaključak

Kada bi nabrojili deset najstresnijih zanimanja na svijetu, među njima bi se nalazio posao učitelja. Godinama se učitelji moraju prilagođavati novim reformama i promjenama koji znatno utječu na njihovu efikasnost na poslu. Mnoge reforme učiteljima nameću veću količinu administracije, a promjene u nastavnom planu i programu zahtijevaju dodatne pripreme za izvođenje nastave. Uz sve to, iz generacije u generaciju učitelji se susreću s učenicima koje je sve teže motivirati za rad. Nadalje, učitelj se i kao pojedinac suočava s roditeljima i školskim kolektivom koji učitelju postavljaju sve veća očekivanja i zahtjeve (Tomašević i sur., 2016). Učitelj u svom poslu troši puno energije te ako ju s vremena na vrijeme ne obnovi, to može dovesti do pada učinkovitosti, iscrpljenosti i nezadovoljstva svojim poslom. Uz dodatan stres s kojim se učitelji svakodnevno susreću, 2020. i COVID-19 su ih dovela u situaciju u kojoj su trebali pokazati izuzetnu razinu snalažljivosti i prilagodljivosti.

Provedenim istraživanjem, na uzorku od 606 ispitanika cilj je bio ispitati zadovoljstvo poslom i stres u učitelja za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19. Rezultati su pokazali da su učitelji uglavnom zadovoljni svojim poslom za vrijeme provođenja nastave na daljinu, posebice sa potporom stručne službe, ravnatelja i svojih kolega. Također, pokazalo se veliko zadovoljstvo s odazivom učenika i suradnje s roditeljima. Kod ispitane efikasnosti nastave na daljinu, učitelji su se izjasnili da je puno lošija nego nastava u učionici. Isto tako, učitelji su naveli kako je nastavu na daljinu napornije izvoditi od nastave u učionici. Razlog tome je bila veća količina posla koja je bila znatno veća od uobičajene. Iz tog razloga većina ispitanika je rekla kako im je za provođenje on-line nastave u prosjeku trebalo 8 do 12 sati. Nadalje, učitelji smatraju kako učenici nisu stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja. Veliki broj ispitanika izjasnio se kako im nedostaje rad s učenicima u razredu. Najveće nezadovoljstvo učitelja bilo je sa Ministarstvom znanosti i obrazovanja, odnosno sa nedostatkom potpore i pomoći te informacijama i uputama za vođenje nastave na daljinu. Nadalje, rezultati percipiranog stresa pokazali su da su učitelji osjećali veću razinu stresa za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19. Učitelji su se izjasnili kako su često

osjećali nervozu, stres i ljutnju; a ponekad su se osjećali uzrujani, nemoćnim kontrolirati važne događaje u svom životu, ponekad su osjećali da ne mogu izaći na kraj sa svime što trebaju raditi te su ponekad osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze mogućnosti njihova savladavanja. S druge strane učitelji su samouvjerenom rješavali osobne probleme, često su se osjećali sposobnima kontrolirati nelagode u svojem životu te su često osjećali da imaju kontrolu nad situacijom. Ovo dokazuje da većina učitelja ima čvrstu osobnost, dobru organiziranost i radne navike te veliku količinu strpljivosti.

Smatram kako je učiteljima za vrijeme održavanja on –line nastave radi COVID-19 najviše pomogla potpora školskog kolektiva. Učitelji su se tijekom najtežeg razdoblja u svojoj karijeri mogli osloniti upravo na one osobe koje pridonose kvaliteti organizacije odgojno-obrazovnog rada. Zajedništvo učitelja i cijelog školskog kolektiva pridonijela je većem zadovoljstvu učitelja za vrijeme provođenja nastave na daljinu te povećala razinu samopouzdanja u rješavanju stresnih problema.

7. Prilozi

7.1. Anketni upitnik

ANKETNI UPITNIK

Poštovani učitelji,

želim istražiti Vaše stavove i mišljenja o zadovoljstvu poslom i stresu na radnom mjestu za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19. Anketa je anonimna i koristit će se za potrebe diplomskog rada na učiteljskom studiju. Molim Vas da iskreno odgovorite na pitanja.

SPOL: M/Ž

MJESTO RADA: grad/selo

Moj radni staž u školi je: _____ godina

Radim kao učitelj/ica: a) razredne nastave b) predmetne nastave

Na koje načine ste održavali nastavu na daljinu tijekom COVID-19? (višestruki odabir)

- a. E-mail
 - b. Zoom
 - c. Microsoft Teams
 - d. Skype
 - e. Google Classroom
 - f. Whatsapp
 - g. Viber
 - h. Ostalo
-

Koliko često ste u toku tjedna održavali nastavu on-line putem E-maila?

- a. svaki dan

- b. dva do tri puta tjedno
- c. jednom tjedno
- d. nijednom

Koliko često ste u toku tjedna održavali nastavu on-line putem Zoom-a, Microsoft Teams-a ili Skype-a?

- a. svaki dan
- b. dva do tri puta tjedno
- c. jednom tjedno
- d. nijednom

Koliko često ste u toku tjedna održavali nastavu on-line putem Whatsapp-a ili Viber-a?

- e. svaki dan
- f. dva do tri puta tjedno
- g. jednom tjedno
- h. nijednom

	LJESTVICA ZADOVOLJSTVA POSLOM	
	<p>PORED SVAKE TVRDNJE ZAOKRUŽITE BROJ KOJI NAJBOLJE ODRAŽAVA VAŠE MIŠLJENJE</p> <p>1= uopće nisam zadovoljan/na; 2= nisam zadovoljna/an; 3= niti jesam niti nisam zadovoljan/na; 4= zadovoljna/an sam; 5= u potpunosti sam zadovoljan/na</p>	
1.	Koliko ste zadovoljni izvođenjem nastave na daljinu?	1 2 3 4 5
2.	Koliko ste zadovoljni odazivom učenika na on-line nastavu?	1 2 3 4 5
3.	Koliko ste zadovoljni vašom izvedbom nastave na daljinu?	1 2 3 4 5
4.	Kako ste zadovoljni opremom kojom raspolazete za izvođenje on-line nastave?	1 2 3 4 5
5.	Procijenite svoje zadovoljstvo s podrškom koju ste imali od MZO-a.	1 2 3 4 5
6.	Koliko biste ocijenili informacije koje ste dobili od MZO-a s obzirom na njihovu smislenost?	1 2 3 4 5
7.	Ocijenite kvalitetu vaše komunikacije s roditeljima učenika za vrijeme on-line nastave.	1 2 3 4 5
8.	Procijenite kvalitetu komunikacije s roditeljima učenika prije izvođenja on-line nastave zbog COVID-19.	1 2 3 4 5
9.	Koliko ste zadovoljni suradnjom s drugim kolegama za vrijeme izvođenja on-line nastave?	1 2 3 4 5

10.	Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom ravnatelja za vrijeme izvođenja on-line nastave?	1	2	3	4	5	
11.	Koliko procjenjujete svoje zadovoljstvo kojim ste učenicima približili nastavni sadržaj?	1	2	3	4	5	
12.	Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave (pedagog, psiholog itd.)?	1	2	3	4	5	Ne mogu procijeniti
13.	Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?	a) puno lošije nego nastava u učionici b) malo lošije nego nastava u učionici c) isto kao nastava u učionici d) bolje nego nastave u učionici e) puno bolje nego nastava u učionici					
14.	Koliko Vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave (priprema materijala i zadataka, telefonski razgovori s roditeljima, ispravljanje zadataka i zadaće)?	manje od 4 sata 4 do 8 sati 8 do 12 sati više od 12 sati					
	<p>E TVRDNJE ZAOKRUŽITE BROJ KOJI NAJBOLJE ODRAŽAVA VAŠE MIŠLJENJE.</p> <p>Uopće se ne slažem</p> <p>Ne slažem se</p> <p>Niti se slažem, niti se ne slažem</p> <p>Slažem se</p> <p>U potpunosti se slažem</p>						
15.	Nastavu na daljinu napornije je izvoditi od nastave u učionici.	1	2	3	4	5	
16.	Učenici su stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja.	1	2	3	4	5	
17.	Smatrate li Školu na Trećem primjerenom za učenike? Možete obrazložiti odgovor ukoliko želite. ____	DA	NE				
18.	Nedostaje li Vam rad s učenicima u razredu?	da	ne	možda	ne mogu procijeniti		

LJESTVICA PERCIPIRANOG STRESA

Ljestvica se odnosi na vaše osjećaje i razmišljanja za vrijeme izvođenja nastave na daljinu zbog COVID-19. Svako pitanje ispituje koliko često ste se osjećali ili ste razmišljali na određeni način.

Za svako pitanje zaokružite jeste li se tako osjećali ili razmišljali: **nikad, gotovo nikad, ponekad, često, vrlo često**. (Svaki put pročitajte sve ponuđene odgovore)

	Nikad	Gotovo nikad	Ponekad	Često	Vrlo često
Koliko ste često bili uzrujani zbog iznenadnog događaja na poslu?	1	2	3	4	5
Koliko često ste se osjećali nemoćnim kontrolirati važne događaje u Vašem životu?	1	2	3	4	5
Koliko često ste se osjećali nervoznim i pod stresom?	1	2	3	4	5
Koliko često ste se osjećali samouvjereni u rješavanju osobnih problema?	1	2	3	4	5
Koliko često ste osjećali da se stvari razvijaju onako kako Vi želite?	1	2	3	4	5
Koliko često ste imali osjećaj da ne možete izaći na kraj sa svim što trebate uraditi?	1	2	3	4	5
Koliko često ste bili sposobni kontrolirati nelagode u Vašem životu?	1	2	3	4	5

Koliko često ste osjećali da imate kontrolu nad situacijom?	1	2	3	4	5
Koliko često ste bili ljuti zbog poslovnih situacija koje su se dogodile van Vaše kontrole?	1	2	3	4	5
Koliko često ste osjećali da poteškoće vezane uz posao prelaze Vaše mogućnosti savladavanja?	1	2	3	4	5

8. Kratka biografska bilješka

Rođena sam 7. veljače 1996. godine u Zagrebu. Osnovno obrazovanje stekla sam u Osnovnoj školi Đure Prejca u Desiniću. Nakon osnovne škole upisujem Srednju školu Pregrada, smjer farmaceutski tehničar. Završetkom srednje škole, 2015. godine, kao redoviti student upisujem Učiteljski studij, modul Informatika na Učiteljskom fakultetu u Zagrebu, Odsjek Čakovec.

9. Zahvala

Mentorici doc. dr. sc. Tei Pahić, najprije na ljudskoj podršci, a nakon toga na pomoći, savjetima i stručnom vodstvu oko pisanja diplomskog rada.

Majci, bratu i Nikoli na ohrabrenjima, strpljenju, ljubavi te na podršci tijekom studiranja.

Kolegicama i prijateljicama zbog kojih su studentski dani bili lakši te koje su ostavile značajan utisak u mom životu, a posebna zahvala Mariji i njezinoj obitelji.

Mom ocu, za kojeg vjerujem da me bodri, štiti i čuva s neba.

10.Literatura

- Bakarčić, S., Čorić, I., Domijan, R., Dragaš-Zubalj, N., Jurković, N., Krnić, D., Njegovan, M., Petelin, K., Rizner, T., Tomljanović, N. (2013). *Izrada javnozdravstvenog programa promocije zdravlja „Anti-stres program za učitelje“*. Poslijediplomski specijalistički studij – Prevencija zdravlja i prevencija ovisnosti – Medicinski fakultet u Rijeci
- Belčić, P. (2015). *Strategije suočavanja sa stresom s ozbirom na osobine ličnosti*.(Diplomski rad) Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet - Odsjek za psihologiju
- Borić, E. (2017). Zadovoljstvo poslom, motivacija učitelja za rad i poticanje razvoja kompetencija učenika. *Metodički ogledi*, 24 (2), 23–38
- Brdar, I., Bakarčić, S. (2006). Suočavanje s neuspjehom u školi: koliko su važni emocionalna kompetentnost, osobine ličnosti i ciljna orijentacija u učenju. *Psihologijske teme*, 15 (1), 129-150.
- Brkić, I. i Rijavec, M. (2011). Izvori stresa, suočavanje sa stresom i životno zadovoljstvo učitelja razredne i predmetne nastave. *Napredak*: 152(2), 211-225
- Ćukušić, M., Jadrić, M. (2012). *e-učenje:koncept i primjena*.Zagreb: Školska knjiga
- Debak. I. (2017). *Međuzavisnost (ne)zadovoljstva poslom i razine stresa kod učitelja(ica) Splitsko-dalmatinske županije*. (Završni rad) Sveučilište u Splitu, Ekonomski fakultet
- Domović, V., Martinko, J., Jurčec, L. (2010). Čimbenici učiteljskog sagorijevanja na poslu. *Napredak*, 151 (3-4), 350-369.
- Gelenčir, M. (2020). Nastavnici ‘spustili’ ministrici anketom o online nastavi: ‘Trebala bi dati neopozivu ostavku’, ‘ponaša se kao Borg’. < https://www.srednja.hr/zbornica/nastavnici-spustili-ministrici-anketom-online-nastavi-trebala-dati-neopozivu-ostavku-ponasa-se-borg/amp/?fbclid=IwAR2YMJk4tgRQWK_z2gdgaPJjllZgon27M-7GatEz9K6FzvO7C3EGPveEoLw > (30.8.2020.)

- Hedžić, B. (2020). Škola između offline i online nastave. < https://www.mreza-mira.net/vijesti/obrazovanje/skola-offline-i-online-nastave/?fbclid=IwAR2YMJk4tgRQWK_z2gdgaPJllZgon27M-7GatEz9K6FxxvO7C3EGPveEoLw > (30.8.2020.)
- Jambrović Čugura, I. (2009). *Psihologija - priručnik za pripremu ispita na državnoj maturi*. Zagreb: PROFIL.
- Janko, N. (2016). *Stavovi i zadovoljstvo poslom*. (Diplomski rad) Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli - Fakultet ekonomije i turizma "Dr. Mijo Mirković"
- Juras, K., Knežević, B., Golubić, R., Milošević, M., Mujstabegović, J. (2009). Stres na radu: Mjere prepoznavanja, rješenja i prevencija. *Sigurnost*, 51(2), 121-126
- Koludrović, M., Jukić, T., Reić Ercegovac, I. (2009) Sagorijevanje na poslu kod učitelja razredne i predmetne nastave te srednjoškolskih nastavnika. *Život i škola*, 22 (2), 235-249
- Kovačević, L. (2020). Online nastava u Hrvatskoj: Jesu li učenici zadovoljni? Evo što je pokazalo istraživanje. < https://m.vecernji.hr/amp/vijesti/online-nastava-u-hrvatskoj-jesu-li-ucenici-zadovoljni-evo-sto-je-pokazalo-istrazivanje-1409074?fbclid=IwAR2YMJk4tgRQWK_z2gdgaPJllZgon27M-7GatEz9K6FxxvO7C3EGPveEoLw > (30.8.2020.)
- Lacković-Grgin, K.(2000). *Stres u djece i adolescenata: izvori, posrednici i učinci*. Jastrebarsko: Naklada Slap
- Lazarus, R. S., Folkman, S. (2004). *Stres, procjena i suočavanje*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Lučanin, D. (2014). Mjere prevencije i sprečavanja štetnih posljedica stresa. *Sigurnost*, 56 (3), 223-234.
- Matoković, M. (2014). *Organizacijska pravednost i zadovoljstvo poslom*. (Diplomski rad) Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet - Odsjek za psihologiju
- Mavar, M. (2009). Strategije suočavanja sa stresom kod adolescenata. *Acta Iadertina*, 6, 121-129.

- Mihaliček, S. (2011). Zadovoljstvo i sreća učitelja. *Napredak*, (152), 389-402.
 - Mikelić, G. (2016). *Mentalna čvrstoća, otpornost na stres i zadovoljstvo životom kod učenika i učenica sportskih i nesportskih razreda*. (Završni rad) Zadar: Sveučilište u Zadru, Odjel za psihologiju – Preddiplomski sveučilišni studij psihologije
 - Mirjanić, L., Milas, G. (2011). Uloga samopoštovanja u održavanju subjektivne dobrobiti u primjeni strategija suočavanja sa stresom. *Društvena istraživanja*, 3 (113), 711-727.
 - Rivier-Zurak, C. (2019). Sva lica stresa. < <https://www.vasezdravlje.com/bolesti-i-stanja/sva-lica-stresa> > (1.8.2020.)
 - Roknić, R, Županić, M. (2016). Suočavanje sa stresnim situacijama kod studenata zdravstvenog veleučilišta – usporedba suočavanja sa stresnim situacijama među studentima prve i treće godine. *Hrvatski časopis za javno zdravstvo*, 12 (47), 68-75.
 - Slišković, A., Burić, I., Knežević, I. (2016). Zadovoljstvo poslom i sagorijevanje na poslu kod učitelja: važnost podrške ravnatelja i radne motivacije. *Društvena istraživanja*, 25 (3), 371-392.
 - Stepanov, S., Paspaj, D., Butulija, M. (2016). Motivacija zaposlenih kao ključni pokazatelj zadovoljstva poslom. *Ekonomija teorija i praksa*, 9 (2), 53-67
 - Šain, S. (2017). *Učenje na daljinu*. (Diplomski rad) Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli - Odijel za ekonomiju i turizam “Dr. Mijo Mirković”
 - Šipura, R. (2015). *Stres i tjelesno zdravlje*. (Diplomski rad) Slavonski Brod: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku - Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti - Dislocirani studij u Slavonskom Brodu
 - Tomašević, S., Horvat, G., Leutar, Z. (2016). Intenzitet stresa kod učitelja u osnovnim školama. (Izvorni znanstveni rad). *Socijalne teme*
 - Trankiem, B. (2009). *Stres u razredu*. Zagreb: PROFIL.
- Vidić, T. (2009). Zadovoljstvo poslom učitelja u osnovnoj školi. *Napredak*, 150 (1), 7-20

Popis tablica

Tablica 1: Frekvencije odgovora ispitanika na čestice zadovoljstva nastavom na daljinu tijekom COVID-19	24
Tablica 2: Frekvencija odgovora na pitanje Koliko ste zadovoljni suradnjom i potporom sa stručnim suradnicima za vrijeme izvođenja on-line nastave?.....	26
Tablica 3: Frekvencija odgovora na pitanje Kako procjenjujete efikasnost nastave na daljinu s obzirom na nastavu u učionici?	27
Tablica 4: Frekvencija odgovora na pitanje Koliko Vam je u prosjeku dnevno trebalo vremena za provođenje on-line nastave (priprema materijala i zadataka, telefonski razgovori s roditeljima, ispravljanje zadataka i zadaće)?	28
Tablica 5: Frekvencije odgovora na pitanja Nastavu na daljinu napornije je izvoditi od nastave u učionici i Učenici su stekli dovoljno znanja putem on-line nastave za neometan nastavak školovanja.....	29
Tablica 7: Rezultati deskriptivne statistike za varijable zadovoljstva učitelja nastavom na daljinu tijekom COVID-19 (N=606)	31
Tablica 8: Frekvencije odgovora ispitanika na čestice percipiranog stresa kod učitelja za vrijeme provođenja on-line nastave radi COVID-19	36
Tablica 9: Rezultati deskriptivne statistike za varijable percipiranog stresa učitelja nastavom na daljinu tijekom COVID-19 (N=606)	37

IZJAVA O SAMOSTALNOJ IZRADI RADA

Ja, Melita Hubej, izjavljujem da sam ovaj rad izradila samostalno uz potrebne konzultacije, savjete i uz stručno vodstvo mentorice doc. dr. sc. Tee Pahić. U literaturi su navedeni svi upotrjebljeni izvori te niti jedan dio rada ne krši autorska prava.

(potpis)