

# Stres kod zaposlenih roditelja

---

**Milović, Matea**

**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:147:777800>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-24**

*Repository / Repozitorij:*

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



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**Matea Milović**

**STRES KOD ZAPOSLENIH RODITELJA**

**Diplomski rad**

**Zagreb, srpanj, 2020.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ**

**Matea Milović**

**STRES KOD ZAPOSLENIH RODITELJA**

**Diplomski rad**

**Mentor rada:**  
**Doc. dr. sc. Diana Olčar**

**Zagreb, srpanj, 2020.**

# SADRŽAJ

SAŽETAK: .....	
SUMMARY: .....	
1. UVOD .....	1
2. RODITELJSTVO .....	2
2.1. Roditeljski odgojni stilovi .....	2
2.2. Razvoj privrženosti .....	5
2.3. Integrativni model roditeljstva .....	9
3. STRES .....	13
4. ZAPOSLENOST .....	18
5. ZAPOSLENOST RODITELJA .....	22
5.1. Sukob rad-obitelj .....	23
5.1.1. Čimbenici koji povećavaju i smanjuju intenzitet sukoba rad-obitelj .....	24
5.2. Utjecaj zaposlenosti na planiranje obitelji .....	25
5.3. Korisni utjecaji zaposlenosti na obitelj .....	28
6. ZAKLJUČAK .....	31
LITERATURA .....	33
Izjava o izvornosti diplomskog rada .....	38

## STRES KOD ZAPOSLENIH RODITELJA

### SAŽETAK:

Svrha i cilj ovoga rada jest prikazati na koji su način povezani zaposlenost roditelja i stres. U ovom radu, dat je prikaz teorijskih polazišta koja se odnose na roditeljstvo i roditeljske odgojne stilove, a zatim su objašnjeni stres, stres na radnome mjestu i zaposlenost, te veza između roditeljstva, stresa i zaposlenosti. U radu je prikazan *integrativni model roditeljstva* (Martin i Colbert, 1997; prema Maglica, 2017) koji objedinjuje Bronfenbrennerovu ekološku teoriju (Bronfenbrenner, 1979) dječjeg razvoja s Belskyjevim procesnim modelom (1984) te shvaćanjem o recipročnosti svih odnosa među dijelovima modela, kao i promjenom i razvojem samih roditelja kao posljedicom roditeljstva. Objasnen je i model *radno-obiteljskog sučelja* (work-family interface) (Frone, Russell i Cooper, 1992) u kojemu je moguće razlikovati četiri oblika međusobnog utjecaja, tj. prelijevanja utjecaja radne i obiteljske uloge: povoljan i nepovoljan utjecaj rada izvan kuće na obitelj te povoljan i nepovoljan utjecaj obitelji na plaćeni rad izvan kuće (Čudina-Obradović i Obradović, 2001).

**Ključne riječi:** roditeljstvo, stres, zaposlenost, radne i obiteljske uloge.

## WORKING PARENTS' STRESS

### SUMMARY:

The purpose and goal of this paper is to show the relationship between parents' employment and stress. In this master thesis, parenting and parenting styles are theoretically explained, and after that focus is moved to stress, workplace stress and employment, and the relationship between parenting, stress, and employment. In this paper the *integrative model of parenthood* is shown (Martin & Colbert, 1997; according to Maglica, 2017) which unifies Bronfenbrenner ecological theory (Bronfenbrenner, 1979) of child development with Belsky process model (1984) with all of relations between the parts of that model, the change and development of parents themselves and the consequence of the parenthood itself. The model of *work - family interface* is also described (Frone, Russell & Cooper, 1992) in which it is possible to differentiate four types of mutual influence, i.e. the overflow of the influence of the work and family role: beneficial and adverse influence of work outside of the house on the family, and beneficial and adverse influence of paid work outside of the house (Čudina-Obradović i Obradović, 2001).

**Key words:** parenthood, stress, work and family role.

## 1. UVOD

Roditeljstvo je iznimno važan i kompleksan pojam, a kako bi se uopće odredio pojam roditeljstva, moraju se uzeti u obzir razni čimbenici koji na njega utječu. Prije svega, roditeljstvo uključuje odrednice kao što su: motivacija za dobivanje djece, preuzimanje odgovornosti i brige za dobrobit djece, ali i vrijednosti i ciljevi koji se mogu realizirati unutar roditeljske uloge (Lacković-Grgin, 2010).

Ovim preglednim radom nastoji se približiti pojam roditeljstva te ga promotriti kroz prizmu različitih čimbenika kao što su: roditeljski odgojni stilovi, stres, zaposlenost i odnos između radnih i obiteljskih uloga, koji su međusobno povezani i imaju utjecaj jedni na druge. U radu se, stoga, daje sažet prikaz roditeljskih odgojnih stilova, odnosno progovara o roditeljstvu, pojašnjava se pojam stresa i zaposlenosti te daje prikaz različitih istraživanja koja istražuju povezanost između tih pojmova. U fokusu ovoga rada jest stres, specifičnije roditeljski stres, jer su roditelji zbog zahtjeva posla i obiteljskih uloga, izloženi više suprotstavljenih zahtjeva. „Stres roditeljske uloge odnosi se na doživljaj roditelja da ne može ispuniti zahtjeve roditeljske uloge u skladu s očekivanjima i osobnim normama“ (Pećnik, 2013, str. 68). Definira se kao „nepovoljan osjećaj prema sebi i djetetu koji se izravno pripisuje zahtjevima roditeljstva“ (Profaca i Arambašić, 2004; prema Pećnik, 2013, str. 68). Dakle, nošenje sa zahtjevima roditeljstva nije lako, posebno u današnje nepredvidivo doba koje, kako se može primijetiti, nosi sa sobom nove koncepcije i poretke, novi način življenja, a time i sve zahtjevniji oblik prilagodbe čovjeka. U skladu s time, ovaj rad nastoji pružiti pregledni opis teorijskih polazišta, ključnih kako bi se uvidjele poveznice između stresa i zaposlenosti roditelja, odnosno utjecaja koji imaju na njihove odnose s djecom.

## 2. RODITELJSTVO

Roditeljstvo je širok pojam. Prema Čudina-Obradović i Obradović (2006), pojam roditeljstvo uključuje: odlučivanje za djecu, preuzimanje i prihvaćanje roditeljske uloge kao i redefiniranje vlastitih ciljeva i vrijednosti te doživljaja vlastite vrijednosti zbog emocionalnoga ulaganja i napora što se može svesti pod pojam *doživljaj roditeljstva*. Isto tako, roditeljstvo podrazumijeva i rađanje djece, zaštitu djece, njegovanje njihova života i razvoja što se naziva *roditeljska briga ili skrb*, potom slijede namjerni postupci i aktivnosti koje roditelji poduzimaju i provode da bi osigurali ostvarenje ciljeva što se smatra *roditeljskim odgojnim aktivnostima i ponašanjem*. Na kraju, emocionalne prilike roditeljstva unutar kojih se ostvaruju odnosi između djeteta i roditelja jesu *roditeljski odgojni stilovi*.

### 2.1. Roditeljski odgojni stilovi

Mnogi teorijski okviri naglašavaju da roditeljstvo igra vitalnu ulogu u djetetovom razvoju (Kuppens i Ceulemans, 2019), no s obzirom da su roditeljstvo i roditeljski odgojni stilovi usko povezani i upravo o njima ovisi kako će se odvijati razvoj djeteta, sve veću pozornost istraživača zauzimaju stilovi roditeljstva koje roditelji primjenjuju u odgoju svoje djece. Prema autorima Čudina-Obradović i Obradović (2003, str. 55) „*roditeljski odgojni stil jest zbir roditeljskih stavova prema djetetu, emocionalna klima unutar koje se odvijaju različiti roditeljski postupci. Budući da o njemu ovisi hoće li i kako dijete prihvatiti roditeljske odgojne postupke, roditeljski stil je od središnje važnosti za uspješnost roditeljstva*“.

S obzirom da su svako dijete i svaki roditelj svijet za sebe, teško je podijeliti ih u neke kategorije, no ipak, istraživanja pokazuju da se roditelji uglavnom prema djeci ponašaju na četiri načina (stila) koja na djecu utječu na vrlo različit način (Miljković i Rijavec, 2017). Izuzetno bitna ličnost koja je svojim istraživačkim doprinosima utjecala na današnja shvaćanja roditeljstva je Diana Baumrind, klinička i razvojna psihologinja koja se ujedno smatra i pionirkom istraživanja stilova roditeljstva. Uvela je tipologiju s tri stila roditeljstva kako bi opisala razlike u uobičajenom roditeljskom ponašanju: autoritarni, autoritativni i permisivni stil roditeljstva.



Kasnije, u 1980-ima, Maccoby i Martin (1983) pokušali su premostiti njezinu tipologiju i dimenzije roditeljstva te su na temelju kombinacije dviju dimenzija definirali četiri roditeljska stila: autoritativni, autoritarni, popustljivi i zanemarujući. Na temelju Maccobyjevog i Martinovog djela, Baumrind (1989, 1991) svoju tipologiju nadograđuje četvrtim stilom roditeljstva, „zanemarivim“ roditeljskim stilom (Kuppens i Ceulemans, 2019).

U nastavku se, prema Miljković i Rijavec (2017), navodi kako se ponašaju roditelji kod svakog pojedinog stila odgoja.

*Autoritarni roditelji* vrlo su strogi i zahtjevni, disciplinu ostvaruju prijetnjama i kaznama, pokazuju vrlo malo topline prema djetetu, cijene poslušnost, poštovanje autoriteta i tradiciju, komunikacija koja prevladava ovim stilom je jednosmjerna te roditelji najčešće ne objašnjavaju svoje odluke. Djeca takvih roditelja su nezadovoljna, povučena, nesigurna, brinu se kako će ugoditi roditelju, nedostaje im motivacije te znaju biti agresivna.

*Popustljivi roditelji* jako su usmjereni na dijete, udovoljavaju mu u svemu, pokazuju puno topline i pozitivnih osjećaja, nemaju nikakvih zahtjeva prema djetetu, sve mu dopuštaju. Djeca takvih roditelja obično su dobro raspoložena, nemaju osjećaj odgovornosti, ponašaju se nezrelo, nemaju razvijenu samokontrolu, pokazuju znakove nesigurnosti, razmažena su, ali i agresivna kada ne dobiju ono što žele.

*Nezainteresirani roditelji* zaokupljeni su sami sobom, ne zanima ih previše što se događa s djetetom, izbjegavaju dvosmjernu komunikaciju, "ne da im se" baviti djetetom. Djeca čiji su roditelji nezainteresirani najčešće su promjenjivoga raspoloženja, nemaju kontrolu nad svojim ponašanjem, ne zanima ih škola, a kasnije su skloniji konzumiranju alkohola, droga i delikvenciji.

*Autoritativni roditelji* pokazuju toplinu i brigu za dijete, zahtjevi prema djetetu primjereni su dobi i sposobnostima ili nešto iznad toga, komunikacija je dvosmjerna: pitaju dijete za mišljenje i vode računa o njegovim osjećajima, objašnjavaju svoje odluke. Djeca autoritativnih roditelja imaju visoko samopouzdanje i samopoštovanje, sigurna su u sebe i svoje sposobnosti, spremni su prihvatiti rizik, imaju visoku potrebu za postignućem te imaju visoku samokontrolu.

Steinberg, Elmen i Mounts (1989) opisani model četiri roditeljska stila nadopunili su dimenzijom - *roditeljska potpora autonomiji ili uravnoteženost moći* (Weiss i Schwarz, 1996; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Ova je dimenzija iznimno važna u razdoblju adolescencije kada djeca počinju uspostavljati neovisan psihološki identitet, a roditeljska potpora u tome periodu očituje se poticanjem djeteta da bude neovisno i samostalno u odlučivanju.

Kako je već rečeno, roditeljski stil od središnje je važnosti za uspješnost roditeljstva budući da o njemu ovisi hoće li i kako dijete prihvatiti roditeljske postupke (Čudina-Obradović i Obradović, 2003; prema Šimić-Šašić, Klarin i Proroković, 2011). Utvrđeno je da različiti roditeljski stilovi dovode do razlika u ponašanju i osobinama ličnosti djece (Baumrind, 1971; prema Petani, 2011) te se pokazalo kako su nedjelotvorno roditeljstvo, prisiljavajući roditeljski stilovi, nedosljednost i pomanjkanje roditeljske odgovornosti ili uključenosti u uskoj svezi sa psihopatološkim pojavama kod djece ili njihovim neprilagođenim ponašanjem (Karpowitz, 2000; Shaffer, 2000; prema Ljubetić, 2007) odnosno, nekvalitetan stil roditeljstva dovodi se u direktnu vezu s poteškoćama u psihosocijalnom funkcioniranju djeteta. Nedostatna ili neadekvatno izražena emocionalnost, preizražena ili nepostojeća restriktivnost u pristupu djetetu, roditeljstvo u otporu, utjecaji su koji dijete čine podložnim razvoju socioemocionalnih poteškoća izraženih kroz odmake u ponašanju (Pintar, 2018). Sukladno svemu navedenome, može se reći da je roditeljstvo važna i zahtjevna životna uloga koja mnogim roditeljima predstavlja izazov čiji je ishod unaprijed neizvjestan. Ono je ujedno i sveobuhvatan pojam koji se sastoji od niza aktivnosti i vještina koje posjeduju odrasli koji skrbe o podizanju i njezi djece te se može reći da ono uključuje različiti spektar znanja, vještina i sposobnosti te njihovu kreativnu upotrebu (Ljubetić, 2007). Odnosno, roditeljstvo je uloga koja utječe na roditelje i na djecu te ovisi o više čimbenika, zahtjeva mnogo odricanja i davanja, a ishodi roditeljstva ne mogu se unaprijed predvidjeti.

## **2.2. Razvoj privrženosti**

S obzirom na prethodno opisane pojmove roditeljstva i roditeljskih odgojnih stilova, potrebno je objasniti i pojam privrženosti, odnosa koje dijete razvija s primarnim skrbnikom, obično roditeljem. Teoriju privrženosti razvio je John Bowlby, britanski psihijatar i psihoanalitičar. Njegov rad i istraživanja dali su značajan doprinos današnjem shvaćanju o tome kako djeca razvijaju emocije prema primarnim skrbnicima i kako najlakše prepoznati njihove emocionalne potrebe (Berk, 2015). Smatra se da proces razvijanja privrženosti na relaciji dijete-primarni skrbnik započinje odmah nakon rođenja djeteta (Reić Ercegovac, 2015) te je, prema teoriji Johna Bowlbya privrženost opisana kao specifičan tip socio-emocionalne veze između dojenčeta i skrbnika, najčešće majke, koja nastaje tijekom prve godine života, pri čemu je presudna kvaliteta brige o djetetu (Berk, 2015). Bowlby je također vjerovao kako odnos dojenčeta s roditeljem započinje kao skup urođenih signala kojima dijete poziva odraslog k sebi, a potom se postupno razvija nježna veza i briga za dijete (Berk, 2015). Privrženost se odvija kroz četiri faze (Berk, 2008):

### Faza 1: Pretprivrženost

U prvoj fazi privrženosti, koja započinje rođenjem djeteta i traje do šestog tjedna, novorođenče urođenim signalima pokušava pridobiti pažnju okoline. Dijete u ovoj fazi prepoznaje miris i glas majke (skrbnika), ali podjednako reagira na sve osobe u svojoj okolini. Ono okolini upućuje različite “signale privlačenja” (grljenje, praćenje pogledom, smiješak) te se umiruje i utješeno je kada ga netko primi u naručje, gladi i govori tihim glasom, no još mu je svejedno koja to osoba radi (Vasta, Haith i Miller, 1998).

### Faza 2: Faza nastajanja privrženosti

U razdoblju koje započinje šest tjedana nakon rođenja i traje sve do šestog ili osmog mjeseca, dijete se različito ponaša prema skrbniku i prema nepoznatim osobama, odnosno dijete počinje iskazivati drugačije reakcije prema “najvažnijoj osobi” (skrbniku) u odnosu prema ostalima. Više gukanja i smješkanja usmjerava prema skrbniku nego prema drugima te se u njegovome naručju brže umiruje i prestaje plakati. U ovoj fazi još ne pokazuje nikakav strah ili prosvjed pri odvajanju od skrbnika (Vasta i sur., 1998).

### Faza 3: Faza jasno uspostavljene privrženosti

Faza u kojoj dijete vidljivo uspostavlja privrženost skrbniku započinje između 6. i 8. mjeseca, a završava između 18. i 24. mjeseca. Započinju znakovi jasno izražene privrženosti u obliku prosvjeda zbog odvajanja i straha od nepoznatih ljudi. Taj razvoj znakova privrženosti povezan je s djetetovim ostalim razvojnim postignućima: s uspostavljanjem pojma postojanosti predmeta (pamćenje skrbnikova lika), razvojem emocije straha i usavršenim kretanjem puzanjem, koje mu omogućuje slijeđenje skrbnika. Skrbnik može najbolje i najbrže utješiti i umiriti dijete uznemireno zbog odvajanja, i to već samom svojom nazočnošću i dodirrom. Dijete u ovom razdoblju pokazuje sigurnost i hrabrost istraživanja okoline u blizini skrbnika (Vasta i sur., 1998).

### Faza 4: Faza recipročnog odnosa

Krajem druge godine, nakon 18. mjeseca, djeca su kognitivno dovoljno sazrela kako bi shvatila neke uzroke odvajanja od roditelja, tj. prilikom spoznajnog razvoja započinje primjena predodžbi i govora (unutarnjih reprezentacija) te dijete postupno počinje razumijevati privremenost odvajanja, osobito ako mu skrbnik kratko i jasno rastumači razlog odvajanja te kako će i s kime dijete provoditi vrijeme odvojenosti. Prosvjed zbog odvajanja postupno se smanjuje i većina djece s navršene tri godine može podnijeti privremenu odvojenost od skrbnika (Vasta i sur., 1998).

Tijekom navedenih faza djeca stvaraju emocionalnu vezu koju mogu koristiti kao sigurnu bazu u odsutnosti roditelja, odnosno vidljivo je da kako djeca rastu, manje ovise o fizičkoj blizini skrbnika, a više o osjećaju povjerenja. Opravdano je kazati kako Bowlbyjeva teorija privrženosti pruža način za konceptualizaciju ljudske sklonosti stvaranju snažnih emotivnih veza s drugima te način za razumijevanje snažne emocionalne reakcije koja se javlja kada su te veze ugrožene ili prekinute (Berk, 2015).

Osim Bowlbyja, jedna od najistaknutijih razvojnih psihologinja dvadesetoga stoljeća čiji su doprinosi znanstvenoj studiji privrženosti doveli do revolucionarnih promjena u načinu na koji se shvaća povezanost djeteta s roditeljima, bila je Mary D. Salter Ainsworth. Njezin glavni doprinos bio je razvoj laboratorijskoga postupka za mjerenje i klasifikaciju djetetove privrženosti skrbniku, poznatiji kao *eksperimentalna paradigma ispitivanja u nepoznatoj situaciji (Strange Situation Procedure)*.

Na temelju istraživanja ispitivanjem u nepoznatoj situaciji, djeca se mogu klasificirati prema trima temeljnim obrascima:

*Sigurna privrženost*: sigurno privrženost djeca koriste skrbnika (roditelja) kao sigurnu bazu za istraživanje okoline zbog toga što su stekli povjerenje u osobu koja se o njima brine i vjeruju da će ih utješiti u trenucima njihove uznemirenosti. Takva djeca su znatiželjna, samouvjereni, puna entuzijazma te se uspješno nose s razočarenjima (Sroufe, 2000; prema Reić Ercegovac, 2015).

*Anksiozno-izbjegavajuća*: ovaj obrazac privrženosti označava da su izbjegavajuće privrženost djeca u stanju uznemirenosti sklona izbjegavanju skrbnika (roditelja) te pokazuju male količine razmjenjivanja emocija sa svojim roditeljima. Dakle, pri odvajanju od skrbnika pokazuju manju uznemirenost te ga izbjegavaju pri njegovom povratku.

*Anksiozno-opiruća (ambivalentna)*: opiruće privrženost djecu roditelji teško mogu umiriti i utješiti te takva djeca nisu pretjerano zainteresirana istraživanjem okoline. Po povratku skrbnika javlja se kombinacija olakšanja zbog povratka i ljutnje usmjerene na skrbnika.

Navedenim obrascima privrženosti kasnije je pridodan i četvrti obrazac:

*dezorganizirana privrženost* koja se najčešće može identificirati kod djece sa iskustvom zlostavljanja ili zanemarivanja u obitelji. „Taj obrazac privrženosti zapravo znači da dijete nema jasno organiziranu privrženost, anksiozno je i zbunjeno te u različitim situacijama može pokazivati znakove tipične za različite obrasce privrženosti (sigurnu, izbjegavajuću, opiruću). Često su zabrinuti i mogu djelovati izgubljeno, usporenih pokreta s brzim promjenama u afektivitetu“ (Lyons-Ruth i Jacobvitz, 1999; prema Reić Ercegovac, 2015, str. 8).

Osim obrazaca privrženosti, bitno je spomenuti i glavne odrednice privrženosti, a one, prema Bretherton (1992) jesu: majčina osjetljivost – odgovaranje na signale i potrebe djeteta, majčina privrženost iz djetinjstva i značajke djeteta (djetetov temperament). Nameće se pitanje o tome kako je moguće da neke majke reagiraju osjetljivije na potrebe svoga djeteta od drugih majki, pa je istraživanjem Georga, Kaplana i Maina (1985) otkriveno da je za to odgovorno upravo majčino sjećanje na vlastito djetinjstvo i iskustva (Pernar, 2010).

U skladu s tim, prije spomenuta Mary Ainsworth i njezini suradnici definirali su četiri dimenzije majčine senzibilnosti na djetetove potrebe (Howes, 1999): 1) osjetljivost – neosjetljivost; 2) prihvaćanje – odbijanje; 3) suradnja – ometanje; 4) dostupnost – ignoriranje.

„Jasno je da su pozitivne dimenzije - osjetljivost, prihvaćanje, suradnja i dostupnost - povezane sa sigurnom privrženosti djeteta, dok su različite kombinacije negativnih dimenzija - neosjetljivost, odbijanje, ometanje i ignoriranje - povezane s različitim tipovima nesigurne privrženosti“ (Ajduković, Orešković i Laklija, 2007, str. 76). Isto tako, zanimljivo je istaknuti i odrednicu privrženost iz djetinjstva, kojom se označavaju mentalne reprezentacije sebe, drugih i odnosa između sebe i drugih. Drugim riječima, „pojedinci nova iskustva interpretiraju u svjetlu prijašnjih iskustava i to na način koji će potkrijepiti njihova vjerovanja o sebi te drugima oko sebe (pozitivna ili negativna)“ (Reić Ercegovac, 2015, str. 10).

Jedna od osnovnih odrednica privrženosti je i djetetov temperament koji određuje djetetova ponašanja već u ranoj dobi. Temperament opisuje način ponašanja pojedinca (Chess i Thomas, 1999; prema Stoltzfus i Karraker, 2009). Thomas i Chess i njihovi suradnici bili su među prvima koji su proučavali temperament. Iz njihovih promatranja tipičnog ponašanja 133 djece, identificirali su devet dimenzija temperamenta, uključujući aktivnost, ritmičnost, prilagodljivost, pristupanje/povlačenje, prag reakcije, intenzitet, raspoloženje, distraktibilnost i raspon pažnje (Thomas, Chess, Birch, Hertzog i Korn, 1963; prema Stoltzfus i Karraker, 2009). Na temelju navedenih devet dimenzija temperamenta, u svojoj su studiji (*The New York Longitudinal Study*) Thomas i Chess utvrdili i tri ponašajna stila (Kardum, 2020): lako dijete (easy child) - uglavnom pravilnih bioloških ritmova, pozitivno raspoloženo, lako se prilagođava novim situacijama, manje problema u odgoju i učenju; teško dijete (difficult child) - nepravilni biološki ritmovi, glasno plakanje i smijanje, loše se adaptira na nove uvjete; suzdržano dijete (slow to warm up) - relativno niža razina aktivnosti, slabo se prilagođava novim uvjetima, manje su aktivna, sklona povlačenju pred nepoznatim ljudima. Djetetov temperament određuje ponašanje djeteta, a ponašanje djeteta utječe na roditeljev pristup djetetu te roditeljske stilove i postupke.

U novije vrijeme sve je veći interes za utvrđivanjem procesa kojima se rani socijalizacijski obrasci stečeni u obitelji prenose tijekom razvoja na druga područja interpersonalnih odnosa. Za razumijevanje ovih procesa najviše se koriste spomenuta teorija privrženosti i teorija socijalne kognicije (Deković i Raboteg-Šarić, 1996). Stoga ni ne čudi da se u psihologiji najčešće i najdulje roditeljstvo definiralo i istraživalo sa svrhom određivanja mogućih povoljnih i nepovoljnih utjecaja roditelja na dijete i na djetetove razvojne rezultate (Čudina-Obradović i Obradović, 2003).

Iz opisnoga se može zaključiti kako temperament i ostali obrasci ponašanja djeteta jednim dijelom nastaju i razvijaju se unutar obitelji, a potom se prenose i na ostala područja interpersonalnih odnosa te utječu na daljnji razvoj djetetove osobnosti.

### 2.3. Integrativni model roditeljstva

Suvremeno gledište na roditeljstvo održava širok ekološki model koji obuhvaća međusobne i međuovisne odnose djeteta, roditelja i okoline a proizašao je iz teorije Uriea Bronfenbrennera (1979). Naime, Urie Bronfenbenner razvio je model, odnosno „teoriju ekoloških sustava“ gdje je dijete član složenoga sustava i aktivni sudionik vlastitoga razvoja, a koja okolinu opisuje kao povezane podsustave koji međusobno utječu jedni na druge, što implicira da promjena u jednom podsustavu mijena i sve ostale podsustave, tj. sustav u cjelini (Tatalović-Vorkapić, 2013).



**Slika 1.** Bronfenbrennerov ekološki model okoline (Vasta i sur., 2005, str. 61).

Iz prikaza je vidljivo da „ekosustav (okolina) transakcijskim (interaktivnim) putem na dijete (čovjeka) djeluje kroz mikrosustav (okolina najbliža djetetu: obitelj, škola, crkva, igralište...), mezosustav (sustav koji povezuje više djetetovih mikrosustava, npr. roditelje i učiteljicu), egzosustav (socijalna okruženja u kojima dijete neposredno ne sudjeluje: lokalna vlast, školsko vijeće...) i makrosustav (kultura i subkultura u kojoj dijete živi: država – zemlja, pojedini dijelovi zemlje...)“ (Vasta i sur., 2005; prema Eret, 2012, str. 144-145). U odnosu na prethodno opisanu Bronfenbrennerovu ekološku teoriju, može se reći kako iz perspektive te teorije, radna i obiteljska sfera života, zapravo su dva mikrosistema sastavljena od mnoštva aktivnosti, uloga i interpersonalnih odnosa, proizašlih iz socijalne mreže pojedinca (Voydanoff, 2004; prema Janković, Laklija i Berc, 2012). Ova teorija nam je važna jer pokazuje kako na djecu djeluje posao roditelja, kao i neki drugi okolinski faktori.

Bronfenbrennerov model kasnije je nadopunjen i integriran s Belskyjevim (1984) procesnim modelom. Belsky (1984) razlikuje utjecaje na roditeljstvo (društvene, itd.) i posljedice (razvoj djeteta u različitim aspektima). Martin i Colbert (1997; prema Maglica, 2017) su kasnije taj model proširili shvaćanjem o recipročnosti svih odnosa među dijelovima modela, kao i promjenom i razvojem samih roditelja kao posljedicom roditeljstva. Takav konačan model naziva se *integrativni model roditeljstva* i prikazan je na slici 1. On prikazuje suvremeno gledište na roditeljstvo koje odbacuje mogućnost jednosmjernog utjecaja roditelja na dijete te uzima u obzir važnost međusobnog utjecaja djeteta, roditelja i šire socijalne okoline. Jer, kao što roditelj utječe na dijete, tako i dijete svojim karakteristikama utječe na roditelja, izazivajući ponašanje i postupke koji mogu povoljno ili nepovoljno djelovati na djetetov razvoj. Osim toga, i međusobni odnos roditelja djelovat će povoljno ili nepovoljno na svakog roditelja zasebno, a to će imati posljedice na očev i majčin odnos prema djetetu (Čudina-Obradović i Obradović, 2003). I samo rođenje djeteta, kao i njegov temperament, prilagodljivost, iritabilnost i druge karakteristike, utjecat će na odnose roditelja, pa su tako dijete, otac i majka povezani gustom mrežom međudnosa koja stvara opću emocionalnu klimu i opće uvjete razvoja (Čudina-Obradović i Obradović, 2003).





**Shematski prikaz 1.** Integrativni model roditeljstva, njegovih odrednica i posljedica (Bronfenbrenner, 1979, Belsky, 1984, Martin i Colbert 1997, Stevenson-Hinde, 1998, prema Čudina-Obradović, Obradović, 2003).

Navedeni shematski prikaz integrativnog modela roditeljstva, njegovih odrednica i posljedica opisuje kompleksnost i zahtjevnost roditeljske uloge i sadrži prikaz niza čimbenika koji utječu na dijete, roditelje i obitelj općenito. Iz prikazanog modela razvidno je kako centralni element čine varijable subjektivnog doživljaja roditeljstva, roditeljski odgojni stilovi i roditeljske aktivnosti i postupci koji su opisani na samome početku rada. Isto tako, bitno je naglasiti da zahtjevi i stres roditeljske uloge najčešće jesu vanjski pritisci na pojedinca u smislu da ostvaruje roditeljsku ulogu u skladu s očekivanjima i normama okoline. U skladu s tim, stres se može protumačiti kao doživljaj pojedinca da nije u mogućnosti ispuniti zahtjeve roditeljske uloge u skladu s osobnim očekivanjima i normama (Čudina-Obradović i Obradović, 2003), a zahtjevi roditeljske uloge najčešće proizlaze iz djetetove neadaptabilnosti, neprihvatljivosti ponašanja, negativnog raspoloženja, rastresenosti i/hiperaktivnosti.

Zaključno, bitno je napomenuti kako dječje karakteristike (npr. temperament) mogu uvelike utjecati na stil roditeljstva, stoga je poželjno koristiti se najadekvatnijim roditeljskim stilom kako bi odgovorili potrebama djece i pružili im najbolji mogući odgoj.

Isto tako, privrženost i njezine odrednice, kao i unutrašnji modeli roditelja, mogu uvelike utjecati na roditeljstvo, ali ono se samo po sebi ne može klasificirati kao isključivo pozitivno ili negativno. „Bez obzira na to koje segmente svojih ličnosti manje ili više svjesno roditelji zadovoljavaju svojom ulogom roditelja, ipak je važno naglasiti da većina roditelja svoju roditeljsku ulogu shvaća vrlo odgovorno brinući se o tome jesu li dovoljno dobri roditelji“ (Pernar, 2010, str. 260).

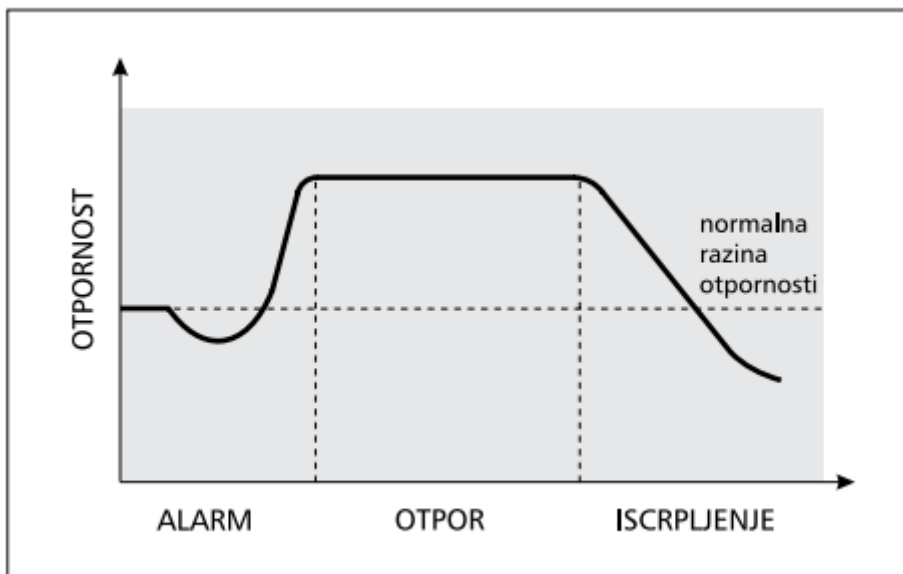
### 3. STRES

Rijetko je koji pojam toliko „intuitivno“ razumljiv kao što je pojam stresa. Razumljiv je na različitim jezicima, u različitim kulturama, razumiju ga ljudi različitih dobi i pripadnici različitih skupina. Također, i u znanosti, stres se pojavljuje kao predmet istraživanja na području tehničkih, biomedicinskih, društvenih te humanističkih znanosti. Svako ga područje definira na svoj način, pa se u suvremenoj literaturi nalaze mnogobrojne definicije i određenja pojma stres (Jokić-Begić, 2008; prema Brkić i Rijavec, 2011). Cofer i Aplay (1964) prema Lazarus i Folkman (2004) istaknuli su da je termin stres gotovo prisvojio područje koje je ranije pokrivalo niz drugih pojmova uključujući anksioznost, konflikt, frustraciju, emocionalne poremećaje, traumu, alijenaciju i anomiju, dok Matešić (2003) navodi da je stres multifacetni pojam koji se manifestira na različitim razinama, jer se može analizirati od fiziološkog do patološkog stupnja lučenja hormona i nastajanja bolesti, preko kvalitete života pojedinca, pa do traumatskih posljedica nastalih nakon prirodnih katastrofa ili pak ratnih trauma.

Važna i nezaobilazna ličnost u povijesti konceptualizacije stresa je i Hans Selye. Svoje ideje o stresu razvija još od 1936. godine, a 1950. godine izdaje monografiju pod nazivom “Physiology and Pathology of Exposure to Stress”, u kojoj ih prvi put obrazlaže, dok šire zanimanje za koncept stresa pobuđuje njegova knjiga “The Stress of Life”, izdana 1956. godine (Hudek-Knežević i Kardum, 2006). Selye prvi sustavno koristi koncept stresa u svrhu razumijevanja fizioloških regulatornih odgovora na prijetnje organizmu. Za njega se termin stres odnosi na tjelesne efekte bilo kojeg podražaja koji ozbiljno prijete ravnoteži organizma, za što se danas koristi termin *stresni odgovor* (Hudek-Knežević i Kardum, 2006). Podražaje koji uzrokuju stresni odgovor naziva stresorima, kao što se to i danas čini u engleskom jeziku. Stresori se mogu podijeliti na: fizikalne i kemijske (npr. buka, strujni udar, nadražajne tvari); biološke (npr. jaka bol, teška krvarenja, nespavanje, gladovanje-neredovita prehrana); psihičke (npr. međuljudski sukobi u obitelji i na poslu, nedostatak vremena, nedostatak novca, izloženost neuspjesima, gubitak posla); socijalne (npr. ekonomska kriza, opće nepogode). Selye (1956) je prije svegaanimalo kako se životinje odupiru različitim prijetnjama, kao što su vrućina, hladnoća, infekcija ili toksične tvari. Budući da snažni stresni podražaji uvijek dovode do promjena, Selye je naglašavao da jednak stresni odgovor može biti izazvan različitim stresnim podražajima, jer bilo koji događaj procijenjen kao stresan zahtijeva od organizma trenutačnu reakciju obrane (Hudek-Knežević i Kardum, 2006).

Selye je također pretpostavio da organizam odgovara na prijetnju ili ozljedu istim sklopom općih nespecifičnih reakcija. Taj sklop reakcija naziva se „opći adaptacijski sindrom” ili GAS (general adaptational syndrome). Prema Selyeu on je “opći” jer predstavlja odgovor na različite stresne podražaje i ima opći efekt na mnoge tjelesne sustave, a “adaptivan” je jer aktivira obranu i započinje procese obnavljanja organizma (Hudek-Knežević i Kardum, 2006).

Opći adaptacijski sindrom Selye (1956) opisuje u tri faze, koje su prikazane na Slici 1.



*Slika 2. Tri faze općeg adaptacijskog sindroma (Hudek-Knežević i Kardum, 2006).*

Prva faza stresnog odgovora naziva se reakcija alarma (uzbune), a ona može trajati od nekoliko sati do nekoliko dana. Kao što se vidi na prikazu, na samom početku ove faze, tjelesne obrane djeluju na nižim razinama efikasnosti od normalnih, dakle za ovu fazu tipične su sljedeće reakcije: početni šok, privremeno smanjivanje mišićnoga tonusa, snižavanje temperature, smanjenje krvnoga tlaka (Ptičar, 2016). Nakon toga dolazi do mobilizacije tjelesnih resursa, odnosno, do povećane aktivnosti nadbubrežne žlijezde, kardiovaskularne i respiratorne funkcije. Međutim, reakcija alarma nije potpun odgovor organizma na stres (Selye, 1956).

Kod kontinuiranog izlaganja organizma bilo kojem stresnom podražaju nužno slijedi faza otpora. Već u fazi alarma povećana je razina kortikosteroida u krvotoku i organizam se prilagođava na stres te se koristi svim rezervama za prilagodbu (Selye, 1956). Za vrijeme faze otpora (rezistencije) smanjuje se izlučivanje kore nadbubrežne žlijezde, a u reakciju na stres uključeni su samo jedan ili nekoliko organskih sustava, odnosno fizioloških procesa (Ljubotina, 2000). U ovoj fazi dolazi do prilagodbe organizma na početni stres, koriste se sve rezerve tjelesne i duševne energije u pokušaju suočavanja sa stresom, adrenalne žlijezde otpuštaju glukokortikoide (kortizol) koji povećavaju sadržaj šećera u krvi, pankreas otpušta inzulin koji sudjeluje u metabolizmu šećera, oslobađaju se masne kiseline proizvedene u jetri i ubrzava njihova razgradnja (dodatni izvor energije) (Ptičar, 2016).

Posljednja faza jest faza iscrpljenja, koja nastaje iscrpljenjem organskog sustava koji se odupire stresu. Tada se opet povećava izlučivanje kortikosteroida i uključuje cijeli organizam. Dolazi do kroničnoga umora, slabe motorne i mentalne vještine, tjeskobe i potištenosti, jačanja podložnosti oboljenjima i sl. (Ptičar, 2016). Dakle, postaje jasno da stres djeluje i na imunološki sustav, složeni tjelesni sustav koji štiti organizam od stranih antigena (Ljubotina, 2000).

Iz navedenih teorija i prikaza adaptacijskih odgovora na stres, razvidno je da kada pojedinac neku situaciju shvati kao opasnu ili prijeteću, doživljava stanje napetosti, strepnje i brige. U njemu se tada zbiva, kao što je prethodno opisano, i niz fizioloških promjena, a mijenja se i ponašanje uslijed aktiviranja ili nadraživanja autonomnog živčanog sustava, što pojašnjava činjenicu da je intenzitet reakcije proporcionalan veličini percipirane opasnosti ili prijetnje (Spielberger, 1979; prema Brkić i Rijavec, 2011). Dakle, može se reći da je stres stvaran ili interpretirani napad na fiziološki ili psihološki integritet osobe što za posljedicu ima fiziološke i/ili ponašajne odgovore (Fink, 2000; prema Matešić, 2003). Ono što je ipak najbitnije naglasiti kada je u pitanju stres jest činjenica da stanje stresa jesu uvjeti u kojima osoba *procjenjuje* da je ugrožena ili *procjenjuje* jesu li ugrožene njoj drage osobe (Šimac, 2007). U potencijalno stresnim situacijama pojedinac najprije procjenjuje je li moguće da se sam suoči sa stresnom situacijom, a tek nakon toga procjenjuje razinu podrške obitelji, prijatelja, kolega (tj. socijalne podrške). Ukoliko su obje procjene (primarna i sekundarna) negativne, situacija se doživljava kao stresor.

U skladu s tim, može se zaključiti da je doživljaj stresa individualan i ovisi o pojedincu zbog toga što je stres reakcija na situaciju, a ne događaj sam po sebi. Upravljanje stresom može značiti upravljanje našim doživljajem određene situacije, ali naravno, i promjenu situacije kako bi se promijenila naša reakcija (Šimac, 2007).

U literaturi postoje mnoge definicije pojma stres, a jedna od poznatijih definicija je ona Lazarusa i Folkmana (2004) koji stres definiraju kao odnos između osobe i njezina okruženja, koji, s jedne strane, uzima u obzir karakteristike osobe, a s druge strane prirodu okolinskog događaja. Također, ističu da stres predstavlja takav odnos između osobe i njezine okoline koji ona procjenjuje previše zahtjevnim za svoje adaptivne resurse ili kapacitete i ugrožavajućim za svoju dobrobit. Obzirom da je u toj definiciji stresa naglasak na okruženju, potrebno je spomenuti i *stres na radnome mjestu*. Stres na radnome mjestu jedna je od najučestalijih tema današnjice, posebno kada se govori o zaposlenim roditeljima. Još prije deset godina Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) proglasila je stres na radnome mjestu svjetskom epidemijom, a od tada se stres na poslu još više povećao zbog produbljene globalne krize i nezaposlenosti. Može se s pravom reći da je stres postao prava socijalna bolest današnjice (Kovač i Poredoš, 2004). Danas se kao najstresnija zanimanja vrlo često izdvajaju policajac, vojnik, liječnik u prvoj pomoći, kontrolor zračnog prometa, majka male djece, burzovni agent, učitelj i građevinski radnik (Moravek, 2007; prema Brkić i Rijavec, 2011). Učestala pojava koja se tiče stresa na radnome mjestu jest da se stres pojavljuje kao posljedica neravnoteže između napora i nagrade za uloženi trud. Neki od uvjeta koji predstavljaju psihosocijalne rizike na radnome mjestu prema Ptičar (2016) jesu: prevelika količina posla; nejasni radni zadaci i radni zahtjevi, loš radni učinak; nedostatak sudjelovanja u donošenju odluka i nemogućnost utjecanja na načine obavljanja posla; nesigurnost radnoga mjesta, neučinkovita i loša komunikacija, česti konflikti; nedostatak podrške uprave i radnih kolega; psihičko i fizičko uznemiravanje.

Dakle, izvori profesionalnoga stresa mogu biti (Ajduković i sur., 1996; prema Kovač i Poredoš, 2004): *unutrašnji* (oni koji prvenstveno ovise o pojedincu, osobinama ličnosti, prethodnom iskustvu, stilu rada, sustavu vrijednosti, slici koju imamo o sebi i sl.) i *vanjski* (oni koji su povezani sa radnim uvjetima, organizacijom rada i koji izviru iz odnosa s drugim ljudima).

Navedeni uvjeti popraćeni su određenim posljedicama, koje na osobnome planu, kako naglašava Ptičar (2016), možemo podijeliti na: *emocionalne reakcije* (iritabilnost, anksioznost, problemi spavanja, depresija, hipohondrija, otuđenost, obiteljski problemi); *kognitivne reakcije* (poteškoće u pamćenju, koncentraciji, učenju novih znanja i vještina, odlučivanju, nemarnost, zaboravljivost); *ponašajne reakcije* (zlouporaba alkohola, droga i duhana, destruktivno ponašanje); *fiziološke reakcije* (bol u leđima, smanjen imunitet, peptički ulkus, problemi sa srcem, hipertenzija).

Nadalje, potrebno je spomenuti i „*burnout sindrom*“ ili *sindrom sagorijevanja na poslu* kao jednu od najnepovoljnijih posljedica dugotrajne izloženosti profesionalnom stresu (Ajduković i sur., 1996; prema Kovač i Poredoš, 2004). Do njega najčešće dolazi kada postoji nesklad između zahtjeva okoline, naših očekivanja da ćemo tim zahtjevima udovoljiti i naših realnih mogućnosti da im udovoljimo. Sredinom sedamdesetih pojam predstavlja Freudenberg (1974) i opisuje ga kao gubitak motivacije u radu ljudi koji su izloženi učestalom i dugotrajnom stresu, a kasnijih godina ga Maslach (1982) opisuje kao sindrom emocionalne iscrpljenosti, depersonalizacije i smanjenja osobnog postignuća koji nastaje kao odgovor na kronični stres u poslovima vezanim uz neposredni rad s ljudima (Gjurić, 2018).

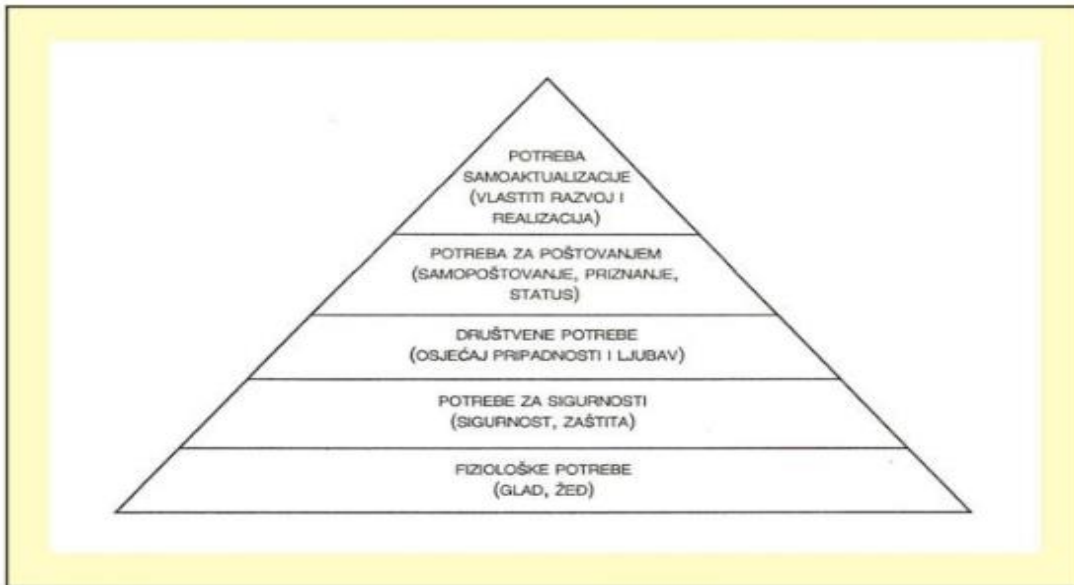
Prema Kovač i Poredoš (2004) postoji nekoliko faza sagorijevanja na poslu: previsoka očekivanja i idealizacija posla – ovu fazu karakterizira entuzijazam vezan za posao, potpuna posvećenost poslu, visok stupanj energije, pozitivni i konstruktivni stavovi; početno nezadovoljstvo poslom i pojavljivanje početnih znakova sagorijevanja – ovdje se pojavljuju prvi znaci tjelesnoga i mentalnog umora, frustriranost i gubitak nekih ideala, smanjeni radni moral, dosada, teškoće u komunikaciji s kolegama; povlačenje, izolacija i povećanje znakova stresa – ovu fazu karakterizira izbjegavanje kontakta s drugim suradnicima, veće komunikacijske poteškoće, srdžba i neprijateljstvo spram okoline, negativizam, depresivnost; apatija i gubitak interesa uz ozbiljno produbljivanje znakova stresa koju karakterizira nisko osobno i poslovno samopoštovanje, kronično izostajanje s posla, kronično negativni osjećaji o poslu, potpuni cinizam i slično. Drugim riječima, osobe koje rade poslove koji uključuju direktan rad s ljudima i kroničan stres, u nekom trenu mogu postati depresivne, ravnodušne, nemotivirane za svoj posao i obeshrabrene (Ajduković i Ajduković, 1996), a krajnja posljedica sagorijevanja može biti i promjena radnog mjesta ili pak potpuno napuštanje profesije (Šimac, 2007).

## 4. ZAPOSLENOST

S obzirom da se ovim radom želi opisati kako stres uzrokovan zaposlenošću može utjecati na roditelje, nakon što je dat sažet prikaz roditeljstva i stresa općenito, važno je opisati i zaposlenost kao takvu. Može se reći da je zaposlenost vrsta „ugovora“ između zaposlenika i poslodavca kojim se zaposlenik obvezuje pružati određene usluge na poslu, a poslodavac za obavljene posao pruža zaposleniku određenu naknadu (Heathfield, 2019). Takav odnos zasniva se ugovorom o radu. Ono što je izrazito bitno prije sklapanja ugovora s poslodavcem jest, u kojoj je mjeri zaposlenik motiviran za rad. Razlozi za rad razlikuju se od osobe do osobe, dakle, motivacija za posao je individualna. Ljudi se bave određenim poslovima kako bi privrijedili materijalna dobra, ali i kako bi ispunili vlastita očekivanja, odnosno kako bi se ispunili u osobnom i profesionalnom smislu (Heathfield, 2019).

Općenito govoreći o motivaciji, ona se može opisati kao „zbirni pojam za sve čimbenike koji izazivaju, pojačavaju, organiziraju i usmjeravaju ljudsko ponašanje, odnosno djelovanje određenog intenziteta trajanja“ (Vujić, 2005, str. 485). U skladu s tim, neizbježno je prisjetiti se Abrahama Maslowa, jednog od začetnika humanističke psihologije i njegove hijerarhije (piramide) potreba kojom je nastojao prikazati motivaciju čovjeka kroz proces zadovoljenja potreba, koncipiravši pritom termin *samoaktualizacije* kao krajnjeg motivatora ljudskog ponašanja (Puhovski, 2018). Iz piramide je razvidno da potrebe koje se nalaze niže u hijerarhiji (na dnu piramide) moraju biti zadovoljene kako bi pojedinac mogao zadovoljavati potrebe na višim razinama. Polazeći od dna piramide, potrebe su: fiziološke (biološke), sigurnost, ljubav i pripadanje, poštovanje i na samom vrhu piramide stoji samoaktualizacija (McLeod, 2020).





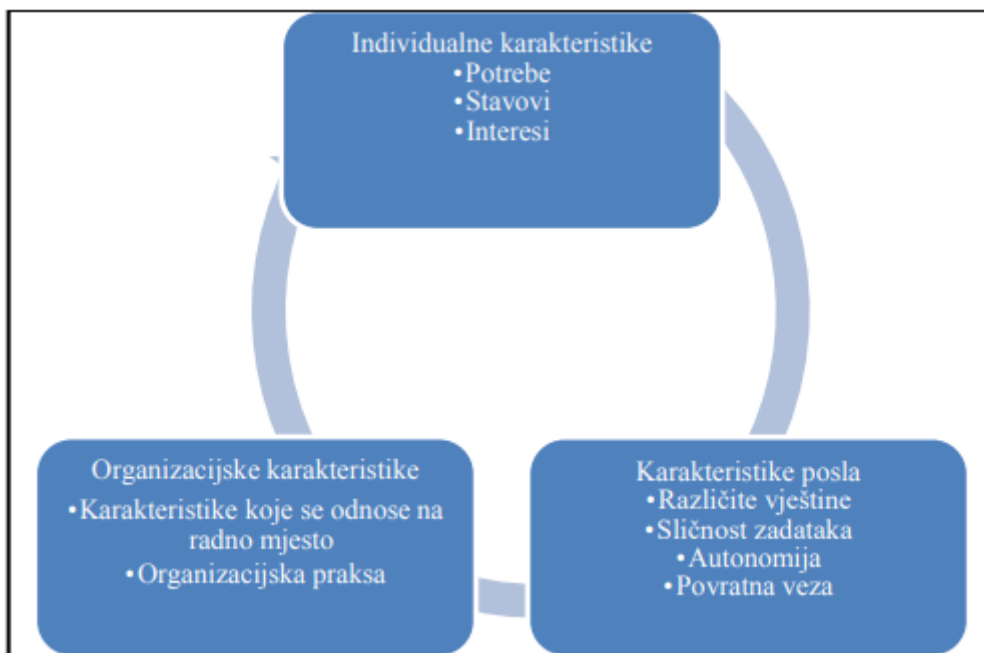
*Slika 3. Maslowljeva hijerarhija potreba (Bratko, Henich i Obraz, 199, str. 123).*

Kako je već spomenuto, na vrhu piramide nalazi se potreba za samoaktualizacijom koju Maslow opisuje kao potrebu kojom pojedinac dostiže vrhunac, maksimum vlastitih potencijala, a koju je zorno pojasnio opisujući ljude za koje je smatrao da su dosegli taj vrhunac, odnosno koji su postali „najbolji što mogu biti“ (Atkinson, 1996; prema Puhovski, 2018). Za njega, primjer takvih ljudi bili su: Martin Luther King, Thomas Jefferson, Eleanor Roosevelt.

Dakle, motivacija je ključ uspjeha u bilo kojoj sferi ljudskoga života, a na nju mogu utjecati brojni čimbenici te je možemo podijeliti na intrinzičnu i ekstrinzičnu (unutrašnju i vanjsku). Kod intrinzične motivacije potreba nastaje iz unutarnjih pobuda, a zadovoljstvo proizlazi iz same aktivnosti ili njezina značenja, a ne zbog vanjskih razloga, dok je podrijetlo ekstrinzične motivacije u čimbenicima izvan pojedinca, zadanima od treće strane s ciljem da se nekoga motivira na određeno poželjno ponašanje (Petz, 2005; prema Rogić, 2015). U pravilu ekstrinzična motivacija ima jači, ali kratkotrajniji učinak, dok intrinzični čimbenici djeluju dugoročno (Recklies, 2001; prema Rogić, 2015). Kako je u ovome poglavlju riječ o zaposlenosti, u skladu s time, potrebno je opisati motivaciju zaposlenika za rad koja je prethodno spomenuta kao jedna od važnijih stavki prilikom zaposlenja te je upravo iz toga razloga svaki poslodavac, ukoliko želi postići uspješnost u poslovanju, dužan motivirati svoje zaposlenike.

U poslovnom smislu motivacija podrazumijeva sposobnost povećanja volje djelatnika da odgovorno i angažirano pridonose organizacijskim ciljevima (Pfeifer, 2012) što implicira da, ukoliko su zaposlenici sami intrinzično motivirani za posao, a uz to su i u svojem radnome okruženju izrazito motivirani, utoliko će njihova radna performansa biti učinkovitija i uspješnija. Stoga se, prema Buble (2000) čimbenici koji utječu na radnu motivaciju mogu se podijeliti u tri skupine: *Individualne značajke osobe*: u tu skupinu svrstavaju se percepcije, očekivanja, vrijednosti, stavovi, potrebe, aspiracije, preferencije, demografske i socijalne osobine i sl. *Značajke posla/zadatka*: u skupinu karakteristika posla ubrajaju se okolnosti i vještine koje izvođenje zadatka nudi. Primjerice, neka radna mjesta zahtijevaju primjenu malog broja vještina pa su monotoniji, neka su radna mjesta dinamičnija. U nekim pak poslovima postoji veći prostor za autonomiju, veći osjećaj važnosti ili cjelovitosti obavljenog posla, veći stupanj izazova i izravna potvrda dobrog ili lošeg obavljanja posla (kontakt sa zadovoljnim kupcem je motivirajući, pohvala ima direktan pozitivan učinak na aktivnosti i sl.). *Značajke organizacije*: ovoj skupini značajki pripadaju radni uvjeti, procedure, norme, kvaliteta odnosa sa suradnicima, menadžerima, politike nagrađivanja, organizacijska kultura i slično.

Sve značajke i njihova međusobna povezanost zorno su prikazane sljedećim grafičkim prikazom.



**Slika 4:** Interakcija motivacijskih faktora (Buble, 2009).

Zaključno, ne može se sa sigurnošću ustvrditi koji je od prikazanih faktora dominantniji, ali može se primijetiti da se zadovoljstvo i uspješnost na poslu može pripisati upravo interakciji različitih čimbenika koji djeluju različitim intenzitetom kod različitih ljudi. Naime, netko će na poslu biti više intrinzično motiviran te mu okolinski čimbenici mogu poslužiti kao dodatni poticaj za rad, dok kod nekih ljudi vanjski, okolinski čimbenici (karakteristike radnoga mjesta, autonomija, povratna veza) mogu pospješiti intrinzičnu motiviranost i omogućiti da sa velikim zadovoljstvom i ambicijom dolaze na posao i izvršavaju radne obveze.

## 5. ZAPOSLENOST RODITELJA

U prethodnim poglavljima, između ostaloga, opisani su pojmovi *roditeljstvo*, *stres* i *zaposlenost*, a sada se može postaviti pitanje na koji su način ti pojmovi međusobno povezni. Među navedenim definicijama roditeljstva već je spomenuto kako su procesi kao što su industrijalizacija, urbanizacija, segmentacija socijalne strukture, institucionalna diferencijacija i specijalizacija, sekularizacija, plurizam i slično, utjecali na promjene u obitelji te „razbijanje“ njezine forme kao jedinstvene i proizvodne zajednice (Koračević, 1999) što je kasnije dovelo do promjena u postmodernim obiteljima koje su se pak odrazile na odgojne mogućnosti obitelji, kao i na samu prirodu obiteljskoga odgoja (Maleš, 2012). Osim toga, pokazalo se da na obiteljsko funkcioniranje uvelike utječe i radna domena pojedinca.

Rad i obitelj oduvijek su bila područja koja utječu na pojedinca, odnosno utječu na njegov doživljaj uspješnosti, svrhe, sigurnosti i ostvarenja vlastitih ciljeva. Također, rad i obitelj utječu na fizičko i psihičko zdravlje pojedinca, kao i na zadovoljstvo životom općenito. Poznato je kako u svakom od ovih područja pojedinac zauzima višestruke uloge koje za njega mogu predstavljati izvor zadovoljstva, ali isto tako može doći do sukoba i ometanja između tih uloga. Prema tome, moguće je razlikovati četiri oblika međusobnog utjecaja, tj. prelijevanja utjecaja radne i obiteljske uloge: povoljan i nepovoljan utjecaj rada izvan kuće na obitelj te povoljan i nepovoljan utjecaj obitelji na plaćeni rad izvan kuće (Čudina-Obradović i Obradović, 2001). Navedeni se procesi proučavaju u okviru radno-obiteljskog sučelja (*work-family interface*) u kojemu se proučava utjecaj obiteljskog stresa na rad i samim tim, na radno, bračno i životno zadovoljstvo pojedinca: „Negativno prelijevanje utjecaja iz područja rada u obiteljski život i/ili iz obiteljskog života u područje rada imat će za posljedicu sukob obiteljskih i radnih uloga“ što je u novije vrijeme postala središnja tema psihologijskih i ostalih istraživanja (Čudina-Obradović i Obradović, 2001, str. 793).

U nastavku slijede opisi tih posljedica.

### **5.1. Sukob rad-obitelj**

Procesi industrijalizacije i modernizacija društva općenito, zahtijevaju promjene vezane uz zaposlenost majki i očeva te je posve uobičajeno da su se žene odvojile od primarne uloge domaćice te postepeno preuzimaju ulogu hranitelja obitelji, a upravo je ta tranzicija početkom 70-ih godina zaokupila pažnju istraživača koje je iznimno zanimao utjecaj zaposlenosti žena na obiteljske procese (Čudina-Obradović i Obradović, 2000). Posebno ih je zanimao sukob obiteljske i radne uloge koji se isprva primijetio samo u zaposlenih majki, a zatim i kod očeva.

Sukob rad-obitelj odražava nemogućnost uspješnog usklađivanja rada i obiteljskog života, pa ga tako možemo shvatiti kao važan izvor stresa u životu zaposlenih roditelja (Frone i sur., 1996; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2001) koji ima veće negativne posljedice na kvalitetu i obiteljskoga i radnoga života (Adams i sur., 1996; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2001). Odnosno, moguće je razlikovati tri vrste sukoba prema uzroku: sukob koji proizlazi iz vremenske nemogućnosti udovoljavanja zahtjevima dviju uloga (primjerice, neelastično i dugo radno vrijeme može onemogućiti sudjelovanje u obiteljskom životu) (Čudina-Obradović i Obradović, 2001), zatim sukob koji proizlazi iz napetosti ili umora (napetost ili umor zbog zadataka u jednoj ulozi umanjuje mogućnost funkcioniranja u drugoj ulozi) (Kelloway i sur., 1999; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2001) te sukob koji proizlazi iz neučinkovitoga ponašanja pojedinca (nedostatak strategija planiranja i raspoređivanja posla) (Carlson i sur., 2000; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2001). Sukladno tome, može se reći da utvrđene posljedice sukoba između posla i obitelji uključuju lošije fizičko i psihičko zdravlje, lošiju kvalitetu života, ali i smanjeno zadovoljstvo poslom (Eby i sur., 2005; Nomaguchi i sur., 2005; prema Cooklin i sur., 2014).

### **5.1.1. Čimbenici koji povećavaju i smanjuju intenzitet sukoba rad-obitelj**

Da bi se bolje shvatile navedene vrste sukoba među ulogama, potrebno je prikazati i dvije vrste čimbenika koji utječu na sukob rad-obitelj, odnosno koji pojačavaju ili smanjuju njegov intenzitet:

- čimbenici koji povećavaju intenzitet sukoba rad-obitelj uključuju: radni stres (koji nastaje kao posljedica karakteristika posla ili nefleksibilnosti voditelja u prilagodbi zahtjeva rada i obiteljskih obveza pojedinca), obiteljski stres (bračne napetosti i nesuglasice, manjak emocionalne potpore, neegalitarna raspodjela kućnih poslova itd.) te karakteristike i ponašanja pojedinca (npr. pesimizam, neuroticizam) (Čudina-Obradović i Obradović, 2001).

- čimbenici koji umanjuju utjecaj sukoba rad obitelj uključuju: organizaciju rada na radnome mjestu (u vidu fleksibilne organizacijske strukture i pružanja autonomije), socijalnu potporu na radnome mjestu (razumijevanje, topla riječ, fleksibilno radno vrijeme), osjećaj vlastitog utjecaja i autonomiju u odlučivanju, socijalnu potporu u obitelji (emocionalna i instrumentalna, tj. razumijevanje partnera i povećana angažiranost) te karakteristike i ponašanja pojedinca (Čudina-Obradović i Obradović, 2001).

Jedan od čimbenika koji se posebno istakao, a utječe na sukob rad-obitelj je fleksibilnost posla pa ćemo ga dodatno opisati. U tu svrhu prikazat će se rezultati istraživanja koje je iznjedrilo neke zanimljive činjenice po pitanju zaposlenosti roditelja i fleksibilnosti njihova posla. Obzirom da su radni i obiteljski stres te karakteristike i ponašanja pojedinca čimbenici koji pojačavaju intenzitet sukoba rad-obitelj, istraživači su željeli utvrditi kako zaposlenost roditelja utječe i na njihovu djecu i to u vidu mentalnih sposobnosti koje će njihova djeca razviti. Nisu se samo usmjerili na proučavanje parametara kao što su npr., zaposlenost majke, zaposlenost na pola ili puno radno vrijeme, broj sati provedenih na poslu i slično, već su stavili naglasak na to kako zaposleni roditelji doživljavaju svoj posao, kakve su njihove vrijednosti naspram obitelji i karijere te kako se njihov posao „upliće“ u njihov obiteljski život (Friedman, 2018). Istraživanje je pokazalo da je mentalno (emocionalno) zdravlje djece bilo bolje kada su roditelji vjerovali da obitelj treba doći na prvo mjesto, bez obzira na vrijeme koje provode radeći na poslu.

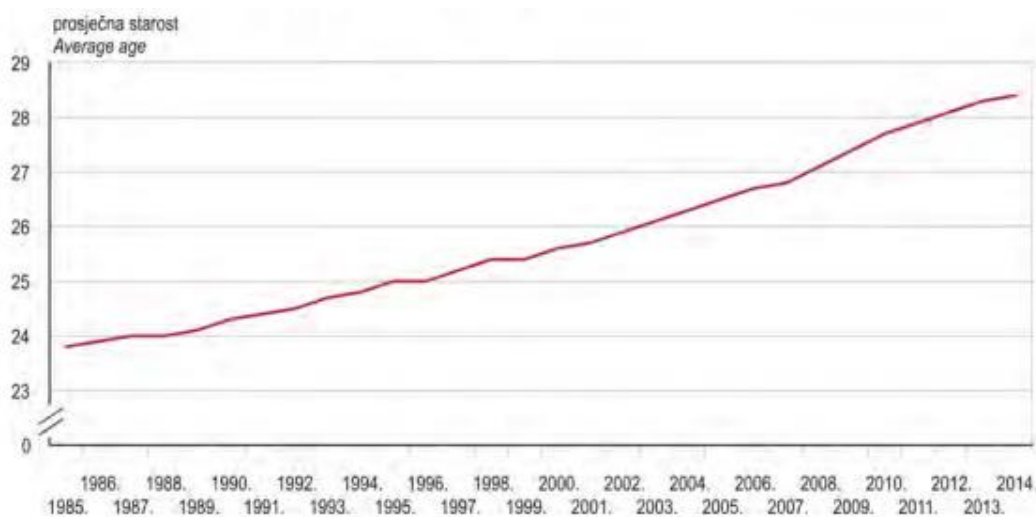
Ono što je također zanimljivo vezano je uz majke i njihov odnos prema poslu, gdje je ustanovljeno da djeca imaju veće koristi ukoliko njihove majke na poslu imaju autoritet i donekle mogu kontrolirati svoje radne uvjete, a isto tako se pokazalo da su majke, koje kod kuće troše više vremena na sebe nego na kućanske poslove, povezane s pozitivnim ishodom što se tiče njihove djece i njihovog mentalnoga zdravlja (Friedman, 2018). Međutim, kad se također razmotri i intenzitet radnih sati, pokazalo se da majke koje rade puno radno vrijeme, u usporedbi sa zaposlenim majkama koje rade skraćeno vrijeme, imaju djecu koja pokazuju slabije kognitivne rezultate, posebno kada se zapošljavaju dok su djeca dojenačke dobi (Brooks-Gunn, Han, i Waldfogel, 2010; prema Buehler, O' Brien, Swartout i Zhou, 2015). Navedeni primjeri potvrđuju da fleksibilnost posla, u kontekstu radnoga vremena i doživljaja poslovnog opterećenja i stresa, utječu na djecu zaposlenih roditelja (posebno majki) i time mogu narušiti njihov kognitivni razvoj i mentalno zdravlje.

Daje se zaključiti da je, zbog toga što su preopterećenost poslom, rigidna radna i organizacijska struktura jedni od najvećih izvora radnoga stresa, za njegovo smanjenje potreba dobra organizacija rada koja će pojedincu omogućiti nadoknađivanje u skladu s njegovim obiteljskim potrebama, pri čemu je najvažniji pojedinčev osjećaj kontrole i utjecajnost pojedinca na okolnosti rada (Adams i sur., 1996; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2001). U skladu s tim, na poslu bi trebale biti prisutne određene potporne mjere koje će pojedincu pružiti osjećaj autonomije potreban za kontroliranje različitih aspekata sukoba rad-obitelj, jer što je jači osjećaj pojedinca da vlada situacijom, to će njegov osjećaj preopterećenosti i stresa biti slabiji (Duxbury i sur., 1994; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2001).

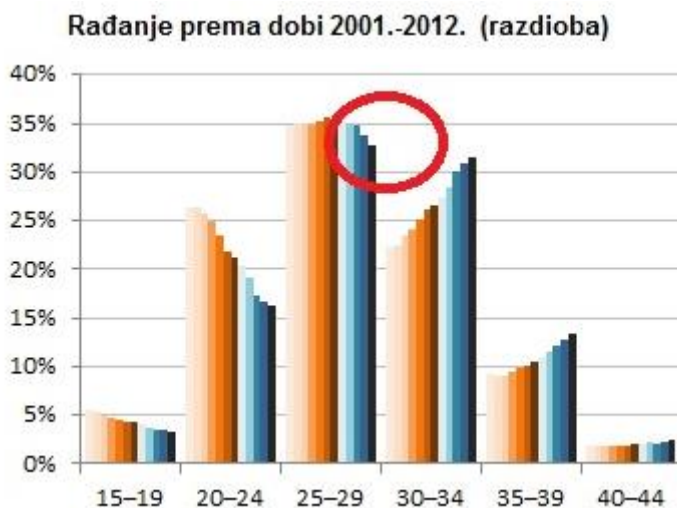
## ***5.2. Utjecaj zaposlenosti na planiranje obitelji***

Gore opisani sukobi između radnih i obiteljskih uloga koji su, između ostaloga, potaknuti i nedovoljnom fleksibilnošću posla, dovode do važnih pitanja. Primjerice, postavlja se pitanje može li radni status i zadovoljstvo pojedinca u poslu utjecati na planiranje i stvaranje obitelji? Odgovor se može iščitati iz istraživanja Udruge roditelja Korak po korak koje je provedeno 2018. godine u Hrvatskoj, a koje je došlo do zabrinjavajućih rezultata. Istraživanje je pokazalo da ravnoteža između posla i obitelji uvelike ovisi o senzibilitetu poslodavaca te se pokazalo da ju zaposleni roditelji jako teško uspostavljaju, što pak implicira da su poslodavci nesenzibilizirani u odnosu na zaposlenike koji su ujedno i roditelji.

U konačnici, čak 79,8 % ispitanika smatra da *mladi danas planiraju obitelj ovisno o radnome statusu* (Udruga roditelja Korak po korak, 2018). Tome u prilog ide činjenica da se u današnje doba razvio *trend odgađanja prvoga djeteta*, a odnosi se na nerađanje do ženine 30. godine. Naime, zbog produživanja školovanja, zapošljavanja i ekonomski uvjetovanog planiranja djece, mladi sve kasnije stupaju u brak i sve kasnije imaju djecu, što je vidljivo u svijetu, ali i kod nas (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Slijedi nekoliko grafičkih prikaza koji prikazuju da u Hrvatskoj postoji trend odgađanja rađanja prvog djeteta.



**Slika 5.** Prosječna starost majke pri prvom porodu u razdoblju 1985. – 2014. (Statistička izvješća, 2015).



**Slika 6.** Rađanje prema dobi žene u razdoblju 2001. – 20012. (Državni statistički zavod, 2012).



Iz ovih grafičkih prikaza jasno je da u Hrvatskoj žene rađaju u sve starijoj dobi. Najaktivnija dobna skupina 20-34, podijeljena je u 3 kohorte: 20-24, 25-29, 30-34. Kohorta 20-24 se „prazni“ i „puni“ kohortu 25-29, ali istovremeno, mnoge od onih koje su bile u dobi 25-29 odgađaju rađanje i prelaze u kohortu 30-34. Ova dinamika se vidi i u ostale tri (rubne) kohorte: mlađe kohorte se prelijevaju u starije. To je trend koji traje od početka stoljeća (vjerojatno i ranije) i vrlo je stabilan (Eclctica, 2014).



*Slika 7. Broj živorođenih i zaposlenih u razdoblju 2002. – 2013. (Državni statistički zavod, 2013).*

U konačnici, neki istraživači smatraju da upravo odgađanje rođenja prvoga djeteta ponajviše utječe na demografske pokazatelje (natalitet i fertilitet), dok drugi smatraju da ipak ne može znatno utjecati na njih (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Također, na osnovu prikazanoga je moguće zaključiti da je jedan od mogućih razloga niske stope fertiliteta u Hrvatskoj nezaposlenost i ekonomske neprilike, a potom slijede biološke i medicinske teškoće te ukorijenjenost u prihvaćenom načinu življenja. Dakle, iz svih opisanih istraživanja i grafičkih prikaza razvidno je da zaposlenost roditelja na mnogo načina može utjecati na roditelje i njihovu djecu, njihovo zdravlje, planiranje obitelji i općenito zadovoljstvo životom u obitelji.

### **5.3. Korisni utjecaji zaposlenosti na obitelj**

U početku se isključivo vjerovalo da zaposlenost žene može samo pogoršati kvalitetu braka i obitelji, no kasnije se pokazalo kako zaposlenost žene zapravo može koristiti obitelji, posebno zbog izbjegavanja siromaštva i stresa uzrokovanog ekonomskim teškoćama. Također, zauzimanje višestrukih uloga može povećati ženin osjećaj vrijednosti i pospješiti bolju organizaciju i planiranje vremena tako da prelijevanje plaćenoga rada žene na obitelj bude korisno, a ne štetno (Čudina-Obradović i Obradović, 2001). Prema tome, u ostatku rada opisat će se nezaposlenost kao fenomen koji ima štetan utjecaj na pojedinca i obitelj, čime se zapravo potvrđuje koristan utjecaj zaposlenosti na obitelj i djecu, barem u vidu materijalne sigurnosti i prednosti koju ona donosi.

Kako je već rečeno, nezaposlenost je fenomen koji ne pogađa samo nezaposlenog pojedinca. Ona pogađa i obitelj nezaposlenog, ali i širu društvenu zajednicu. Upravo zbog toga, u istraživanjima i literaturi ne govori se često o psihološkim i socijalnim posljedicama kao o zasebnim kategorijama, već su one obuhvaćene jednim zajedničkim pojmom *psihosocijalnih posljedica nezaposlenosti* (Nekić, 2002).

Sukladno tome, Payne i Jones (1987) objasnili su da djeca koja imaju nezaposlene roditelje i rođake i sama imaju veće šanse da budu nezaposleni. Dakle, nezaposlenost ostaje u obitelji kao rezultat transmisije deprivacije i neadekvatnih strategija suočavanja (Mortimer i Peterson, 1994; prema Nekić, 2002), čime se daje zaključiti da nezaposlenost može biti jedan od ključnih izvora roditeljskog stresa i negativnih utjecaja na obitelj. O utjecaju zaposlenosti, tj. nezaposlenosti roditelja dovoljno govore rezultati istraživanja Grgurić i Misirić-Galić (2010) koje, s obzirom da roditeljstvo započinje, tj. odnosi se i na razdoblje prije samoga rođenja djeteta, je pokušalo pronaći odgovor na pitanje utjecaja zaposlenosti roditelja na rodnu masu novorođenčeta. Naime, uspoređen je udio novorođenčadi zaposlenih i nezaposlenih majki prema majčinoj dobi, komplikacijama trudnoće itd., a rezultati su pokazali da novorođenče zaposlenih roditelja ima statistički značajno veću rodnu masu od novorođenčeta nezaposlenih roditelja. Terminsko novorođenče zaposlenih roditelja također je teže u odnosu na novorođenče nezaposlenih roditelja (Grgurić i Misir-Galić, 2010). Rodna masa novorođenčadi s jednim ili oba zaposlena roditelja značajno se ne razlikuje, ali je značajno veća od novorođenčadi s oba nezaposlena roditelja.

Isto tako, istraživanje je pokazalo da *zaposlene majke imaju veći broj komplikacija u trudnoći od nezaposlenih*, ali i da nezaposlena majka češće rađa prijevremeno u odnosu na zaposlenu majku (Grgurić i Misir-Galić, 2010). Zanimljiv zaključak koji proizlazi iz ovoga istraživanja je da novorođenče zaposlenih roditelja ima značajno veću rodnu masu od novorođenčeta nezaposlenih roditelja, što samo potvrđuje njihov utjecaj na roditelje i djecu i prije samoga rođenja djece. Time se daje zaključiti da prekomjerni stres i obveze zbog zaposlenosti te stres uzrokovan nepovoljnim materijalnim položajem koji je pak posljedica nezaposlenosti, u velikoj mjeri mogu narušiti zdravlje roditelja i njihove djece.

Također, bitno je naglasiti da ponašanja roditelja, odnosno roditeljske odgojne prakse, dodatno može ugroziti *ekonomski nepovoljan položaj roditelja, tj. siromaštvo*. Mnoge obitelji žive na *granici bijede*, koja se najčešće određuje tako da se izračuna minimum potreban za prehranu obitelji te se potom pomnoži sa 3, jer se smatra da obitelj na prehranu troši oko trećine prihoda, što implicira da se sve obitelji čiji je ukupan prihod ispod toga praga, svrstavaju u skupinu siromašnih obitelji (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Istraživanja koja se bave ovom temom pokazuju da djeca siromašnih obitelji najčešće bivaju ugrožena biološki i zdravstveno, posebice tijekom perioda majčine trudnoće te u mjesecima nakon poroda zbog nepovoljnih utjecaja okoline, neuhranjenosti i slično (Pollit, 1994; prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006).

Istodobno, takve obitelji su pod stalnim ekonomskim stresom što uvjetuje *nekvalitetnu obiteljsku okolinu* (slaba materijalna opremljenost doma, loše prilike za stjecanje iskustva itd.) i *smanjenu kvalitetu roditeljstva* (manjak materijalne i emocionalne zaštite i potpore), a samim time i *neprimjerene roditeljske stilove* koji proizlaze iz smanjene roditeljske kompetencije i slabijeg nadzora nad djetetovim ponašanjem (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Dakle, prisjećajući se Bronfenbrennerovoga modela, možemo reći da sve ono što se događa roditeljima utječe i na dječju dobrobit zbog povezanosti njihovih sustava, a dječja dobrobit prema shvaćanjima autorica Raboteg-Šarić i Pećnik (2006, str. 128) glasi: „*Dobrobit se može shvatiti kao realizacija djetetovih prava i ispunjenje mogućnosti za svako dijete da bude ono što on ili ona može biti. Dobrobit nije statična, već je rezultat međusobnog djelovanja sredstava i činitelja rizika koji se odnose na individu u djeteta, osobnu situaciju djetetove obitelji, prijatelja, situacije u školi i šire zajednice u kojoj dijete živi.*“ U tom slučaju, ukoliko se roditelji bore s ekonomskom krizom i stresom, utoliko će i njihova djeca trpjeti određene posljedice uzrokovane istim čimbenicima, što će nepovoljno utjecati na ostvarenje njihove dobrobit

Osim nepovoljnih utjecaja kao što su sram, strah, emocionalno zlostavljanje i stigmatiziranost siromašne djece, što ponekad dovodi do depresije, školskih neuspjeha, brzopletih i antisocijalnih oblika ponašanja, postoje i neki zaštitni faktori koji mogu pripomći održavanju napretka djece koja žive u teškim materijalnim uvjetima. Jedan od tih faktora je i dostupnost socijalne podrške koji je od izuzetne važnosti za djecu i roditelje koji žive u uvjetima siromaštva, a ona „*podrazumijeva dostupnost resursa u socijalnoj okolini koji pojedincu pružaju podršku u svakodnevnom životu te kriznim situacijama i time pridonose njegovoj dobrobiti. Najčešće dimenzije socijalne podrške su emocionalna, instrumentalna i savjetodavna podrška. Emocionalna podrška podrazumijeva moralnu podršku, razumijevanje osjećaja i promišljanja, empatiju te brigu pojedinca i okoline za drugoga. Instrumentalna ili materijalna podrška pruža osobi izravnu potporu u obliku usluga i materijalnih dobara, dok savjetodavna uključuje davanje savjeta, uputa, prijedloga ili povratnih informacija o djelovanju pojedinca*“ (Dobrotić i Laklija, 2012; prema Ljubotina, Sabolić i Kletečki Radović 2017, str. 261).

U konačnici, isti autori naglašavaju potrebu preventiranja rizika koje djeca u siromašnim obiteljima mogu imati, a koja su posljedica neadekvatnih praksi i stilova odgoja roditelja koja su pak potaknuta siromaštvom, nezaposlenošću i stalnoj izloženosti ekonomskom stresu. Autori navode mjere poput: donošenja nacionalnog plana borbe protiv dječjeg siromaštva; razvoja programa podrške uključivanja roditelja djece iz siromašnih obitelji u tržište rada; osiguravanja modela osnaživanja obitelji za suočavanje s rizicima i posljedicama siromaštva; razvijanje mehanizama i metoda sudjelovanja djece koja žive u uvjetima siromaštva u sustavu odgoja i obrazovanja, zdravstva, socijalne skrbi te na razini nacionalne, lokalne i područne (regionalne) samouprave s ciljem socijalnog uključivanja i povećanja vidljivosti ove ranjive skupine djece, itd. U ovim i sličnim situacijama država je odgovorna pružiti nužnu pomoć te djelovati na temelju mjera koje je sama pripisala, a tiču se upravo najranjivijih skupina djece i njihovih roditelja.

## 6. ZAKLJUČAK

Odabrana tema odnosi se na povezanost između stresa i zaposlenosti roditelja te odgojnih stilova i praksi koje roditelji primjenjuju, uspješno ili manje uspješno, ovisno o zahtjevnosti njihovih radnih uloga. Stoga, glavne sastavnice koje se u radu opisuju jesu stres i zaposlenost te njihov utjecaj na roditeljske uloge i općenito odnose roditelja s njihovom djecom. Iz samog naslova rada, a potom i sadržaja, vidljivo je kako su roditeljstvo, stres i zaposlenost tri neraskidive poveznice koje međusobno utječu jedna na drugu.

U radu je prikazan *integrativni model roditeljstva* (Martin i Colbert, 1997; prema Maglica, 2017) koji prikazuje suvremeno gledište na roditeljstvo koje odbacuje mogućnost jednosmjernog utjecaja roditelja na dijete te uzima u obzir važnost međusobnog utjecaja djeteta, roditelja i šire socijalne okoline. Integrativni model roditeljstva objedinjuje Bronfenbrennerovu ekološku teoriju dječjeg razvoja (Bronfenbrenner, 1979) s Belskyjevim (1984) procesnim modelom koji razlikuje utjecaje na roditeljstvo i posljedice te su Martin i Colbert (1997; prema Maglica, 2017) taj model još proširili shvaćanjem o recipročnosti svih odnosa među dijelovima modela, kao i promjenom i razvojem samih roditelja kao posljedicom roditeljstva.

U okviru *radno-obiteljskog sučelja* (work-family interface) (Frone i sur., 1992) u kojemu se proučava utjecaj obiteljskog stresa na rad i samim tim, na radno, bračno i životno zadovoljstvo pojedinca moguće je razlikovati četiri oblika međusobnog utjecaja, tj. prelijevanja utjecaja radne i obiteljske uloge: povoljan i nepovoljan utjecaj rada izvan kuće na obitelj te povoljan i nepovoljan utjecaj obitelji na plaćeni rad izvan kuće (Čudina-Obradović i Obradović, 2001).

U ovome radu opisana su i određena istraživanja koja dublje prikazuju temu i pokazuju međuodnos glavnih pojmova, no i dalje se ostavlja prostor za nova istraživanja u području roditeljstva i stresa, koje su jedne od najaktualnijih tema današnjice. Svi prikazani rezultati potvrđuju ozbiljnost situacije na području naše zemlje i svijeta, te je ključno pozabaviti se ovim temama i njihovim međuodnosima kako bi u budućnosti postojale opcije za smanjenje negativnih utjecaja koji su posljedica nedovoljnog poznavanja područja.

Smatram da je ova tema izrazito bitna za sve odgojitelje i ostale suradnike koji djeluju u odgojno-obrazovnim ustanovama i izvan njih zbog toga što u današnje vrijeme moramo imati puno više znanja i razumijevanja za roditelje i njihovu djecu koji su pogođeni stresom zbog različitih životnih prilika, pa tako i zaposlenosti. Zaključno, smatram kako bi se daljnjim istraživanjem ove teme i područja uvelike potpomogli zaposleni roditelji jer bi se time mogli senzibilizirati svi koji bi svojim djelovanjem mogli uvelike promijeniti situaciju i tako pomoći roditeljima koji se suočavaju sa stresom koji je uzrokovan zaposlenošću ili pak nezaposlenošću.

## LITERATURA

1. Ajduković, D., Ajduković, M. (1996). Izvori profesionalnog stresa i sagorijevanje pomagača. U Ajduković, D. (Ur), *Pomoć i samopomoć u skrbi za mentalno zdravlje pomagača*, 29-37.
2. Ajduković, M., Kregar Orešković, K., Laklija, M. (2007). Značaj teorije privrženosti za konceptualizaciju javne skrbi za djecu. *Ljetopis socijalnog rada*, 14(1), 93-118.
3. Baumrid, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preeschool behaviour. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 43-88.
4. Baumrid, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental psychology*, 4(1, Pt.2), 1-103.
5. Berk, L.E. (2008). Psihologija cjeloživotnog razvoja. Jastrebarsko: Naklada Slap.
6. Berk, L. E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
7. Bratko, S., Henich, V., Obraz, R. (1996). *Prodaja*. Zagreb: Narodne novine.
8. Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775.
9. Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
10. Brkić, I., Rijavec, M. (2011). Izvori stresa, suočavanje sa stresom i životno zadovoljstvo učitelja razredne i predmetne nastave. *Napredak: Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju*, 15(2), 211-225.
11. Buble, M., (2000). *Management*. Split: Ekonomski fakultet.
12. Buble, M., (2009). *Međunarodni menadžement*. Zagreb: Lares plus.
13. Cooklin, A. R., Westrupp, E., Strazdins, L., Giallo, R., Martin, A., Nicholson, J. M. (2014). Mothers' work–family conflict and enrichment: associations with parenting quality and couple relationship. *Child: care, health and development*, 41(2), 266–277.
14. Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2000). Obitelj i zaposlenost izvan kuće: međusobno ometanje i/ili pomaganje. *Revija za socijalnu politiku*, 7(2), 131-145.
15. Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2001). Sukob obiteljskih i radnih uloga: uzroci, posljedice i nerijšeni istraživački problemi. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 10(4-5), 54-55.
16. Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2003). Potpora roditeljstvu: izazovi i mogućnosti. *Revija za socijalnu politiku*, 10(1), 45-68.
17. Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden Marketing – Tehnička knjiga.
18. Deković, M., Raboteg-Šarić, Z. (1997). Roditeljski odgojni postupci i odnosi adolescenata s vršnjacima. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 6(4-5)(30-31), 427-445.

19. Državni statistički zavod (2012). *Statistički ljetopis Republike Hrvatske*. Zagreb: Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske.  
<[https://www.dzs.hr/Hrv\\_Eng/ljetopis/2012/sljh2012.pdf](https://www.dzs.hr/Hrv_Eng/ljetopis/2012/sljh2012.pdf)> Preuzeto: 19. 6. 2020.
20. Državni statistički zavod (2013). *Statistički ljetopis Republike Hrvatske*. Zagreb: Državni zavod za statistiku Republike Hrvatske.<[https://www.dzs.hr/Hrv\\_Eng/ljetopis/2013/sljh2013.pdf](https://www.dzs.hr/Hrv_Eng/ljetopis/2013/sljh2013.pdf)> Preuzeto: 19. 6. 2020.
21. Eret, L. (2012). Odgoj i manipulacija: razmatranje kroz razvojnu teoriju ekoloških sustava. *Metodički odgledi*, 19(1), 143-161.
22. Eclectica (2014). Nerođena djeca – koji je uzrok „bijele kuge“?  
<<https://eclectica.hr/2014/11/26/nerodena-djeca-koji-je-uzrok-bijele-kuge/>> Preuzeto: 19. 6. 2020.
23. Friedman, S. (2018). *How our careers affect our children?* Harvard bussines review.  
<<https://hbr.org/2018/11/how-our-careers-affect-our-children>> Preuzeto: 15. 6. 2020.
24. Frone, M. R., Russell, M., Cooper, M. L. (1992). Antecedents and outcomes of work-family conflict: Testing a model of the work-family interface. *Journal of Applied Psychology*, 77(1), 65–78.
25. Gjurić, L. (2018). Sagorijevanje na poslu (Burnout). Zagrebačko psihološko društvo.  
<<https://zgpdp.hr/2018/03/25/sagorijevanje-na-poslu-bournout/>>Preuzeto: 24. 6. 2020.
26. Grgurić, J., Misir Galić, L. (2010). Utjecaj zaposlenosti roditelja na rodnu masu novorođenčeta. *Paediatrica Croatica*, 54(2),
27. Hadzic, R., Magee, C. A., Robinson, L. (2013). Parental employment and child behaviors: Do parenting practices underlie these relationships? University of Wollongong of Australia. <<https://ro.uow.edu.au/sspapers/303/>> Preuzeto: 14. 6. 2020.
28. Heathfield, S. M. (2019). What People Want From Work: Motivation What People Want to Obtain From Work for Personal Motivation.<<https://chicagolegalsearch.com/articles/what-people-want-work-motivation-what-people-want->>Preuzeto: 15. 6. 2020.
29. Howes, C., Ritchie, S. (1999). Attachment organizations in children with difficult life circumstances. *Development and Psychopathology*, 11(2), 251–268.
30. Hudek-Knežević, J., Kardum, I. (2006). *Psihosocijalne odrednice tjelesnog zdravlja: stres i tjelesno zdravlje*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
31. Jackson, A., Bentler, P., Franke, T. (2008). Low-wage maternal employment and parenting style. *Social work*. 53, 78-267.
32. Janković, J., Laklija, M., Berc, G. (2012). Percepcija sukoba radne i obiteljske uloge u kontekstu nekih obilježja obitelji i posla. *Kriminologija i socijalna integracija: časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju*, 20(1), 23-34.
33. Kardum, G. (2020). Psihologija odgoja i obrazovanja. <<https://bookdown.org/gkardum/poo/>> Preuzeto: 21. 4. 2020.
34. Kovač, M., Poredoš, D. (2004). Stres i psihološko zlostavljanje na radnom mjestu. *Ljetopis socijalnog rada*, 12(2), 333-346.



35. Koračević, K. (1999). Novije promjene u življenju i shvaćanju braka i obitelji. *Bogoslovska smotra*, 69(2-3), 271-283.
36. Kuppens, S., Ceulemans, E. (2019). Parenting styles: a closer look at a well-known concept. *Journal of child and family studies*, 28(1), 168-181.
37. Lazarus, R. S., Folkman, S. (2004). *Stres, procjena i suočavanje*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
38. Lacković-Grgin, K. (2011). Doživljaj i praksa roditeljstva u različitim životnim razdobljima. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 20(4), 1063-1083.
39. Ljubotina, A. (2016). *Sve boje stresa*. Split: Redak
40. Ljubotina, O. D., Sabolić, T., Kletečki Radović, M. (2017). Život obitelji s djecom u uvjetima siromaštva iz perspektive roditelja. *Ljetopis socijalnog rada*, 24(2), 243-277.
41. Ljubetić, M. (2006). Obitelj u povijesnom i suvremenom kontekstu. [http://inet1.ffst.hr/images/50013806/Ljubetic\\_022006.pdf](http://inet1.ffst.hr/images/50013806/Ljubetic_022006.pdf) Preuzeto: 22. 3. 2020.
42. Ljubetić, M. (2007). *Biti kompetentan roditelj*. Zagreb: Mali profesor.
43. Maleš, D. (2011). Obitelj i obiteljski odgoj u suvremenim uvjetima. *Dijete, vrtić, obitelj: Časopis za odgoj i naobrazbu predškolske djece namijenjen stručnjacima i roditeljima*, 18(67), 13-15.
44. Maleš, D. (2012). Nove paradigme ranoga odgoja. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja* 58(27), 277-281.
45. Maglica, T. (2017). Obilježja roditeljstva i odnos roditelja prema kockanju kao prediktori kockanja muške djece. Doktorski rad. Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
46. Miljković, D., Rijavec, M. (2017). *Kako biti bolji – priručnik iz pozitivne psihologije*. Zagreb: IEP-D2, Učiteljski fakultet.
47. Matešić, K. (2003). Zašto emocionalna inteligencija? *Napredak: časopis za pedagošku teoriju i praksu*, 144(4), 421-432.
48. McLeod, S. (2020). Maslow's Hierarchy of Needs. Simply Psychology. <https://www.simplypsychology.org/maslow.html> Preuzeto: 15. 6. 2020.
49. Nekić, I. (2002). Socijalne posljedice nezaposlenosti. Psihološki aspekti nezaposlenosti: zbornik radova XII. ljetne psihologijske škole, Silba. <http://mjesec.ffzg.hr/nezaposlenost/3.3.html> Preuzeto: 28. 3. 2020.
50. Payne, R. L., Graham Jones, J. (1987). The effects of long-term unemployment on attitudes to employment. *Journal of organizationa behavior*, 8(4), 351-358.
51. Pernar, M. (2010). Roditeljstvo. *Medicina Fluminensis : Medicina Fluminensis*, 46(3), 255-260.

52. Pećnik, N. (Ur.) (2013). Kako roditelji i zajednice brinu o djeci najmlađe dobi u Hrvatskoj. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku. <[https://www.unicef.hr/wp-content/uploads/2015/09/Kako\\_roditelji\\_i\\_zajednice\\_brinu\\_o\\_djeci\\_najmlade\\_dobi.pdf](https://www.unicef.hr/wp-content/uploads/2015/09/Kako_roditelji_i_zajednice_brinu_o_djeci_najmlade_dobi.pdf)>Preuzeto: 24. 4. 2020.
53. Petani, R., Bošnjak, M. (2011). Nova generacija odnosa: roditelji i djeca. U Vantić-Tanjić, M. (Ur.), *Unapređenje kvalitete života djece i mladih*, 155-164. Tuzla: Udruženje za podršku i kreativni razvoj djece i mladih.
54. Pfeifer, S. (2012). Interna skripta za kolegij „Menadžment“. Ekonomski fakultet Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku. <<http://www.efos.unios.hr/menadzment/wp-content/uploads/sites/205/2019/01/Interna-skripta-9.pdf>> Preuzeto: 17. 6. 2020.
55. Pintar, Ž. (2018). Roditeljstvo u otporu. *Školski vjesnik: časopis za pedagošku teoriju i praksu*, 67(2), 287-298.
56. Ptičar, M. (2016). Upravljanje stresom i psihosocijalnim rizicima na radnom mjestu - planirane aktivnosti. Hrvatski zavod za zaštitu zdravlja i sigurnost na radu. <<http://www.hzzzsr.hr/wp-content/uploads/2016/11/Upravljanje-stresom.pdf>> Pruzeto: 7. 6. 2020.
57. Puhovski, S. (2018). Abraham Maslow . Zagrebačko psihološko društvo. <<https://zgpd.hr/2018/07/31/abraham-maslow/>>Preuzeto: 11. 6. 2020.
58. Raboteg-Šarić, Z., Pećnik, N. (2006). Bračni status, financijske poteškoće i socijalna podrška kao odrednice roditeljske depresivnosti i odgojnih postupaka. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 15(6), 961-985.
59. Raboteg-Šarić, Z., Merkaš, M., Majić, M. (2011). Family characteristics, hope and optimism as determinants of academic achievement among adolescents. U Miljković, D., Rijavec, M. (Ur.), *Positive psychology in education, book of selected papers*, 73-88.
60. Reić-Ercegovac, I. (2015). Obrasci privrženosti u ranoj dobi. <<http://inet1.ffst.hr/images/50013806/Obrasci%20privrzenosti%20u%20ranoj%20dobi.pdf>> Preuzeto: 15. 3. 2020.
61. Rogić, A. M. (2015). Povezanost oblika cjeloživotnoga učenja nastavnika i njihove motivacije, stavova i zadovoljstva poslom. *Školski vjesnik*, 64(1), 64-90.
62. Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill.
63. Statistička izvješća za 2015. godinu, Ministarstvo za demografiju, obitelj, mlade i socijalnu politiku. <<https://mdomsp.gov.hr/pristup-informacijama/statisticka-izvjesca-1765/statisticka-izvjesca-za-2015-godinu/2291>> Preuzeto: 17. 6. 2020.
64. Stoltzfus, J., Karraker, K. (2011). Goodness of fit between parenting style and child temperament: Special challenges with slow to warm up infants. *Handbook of parenting: Styles, stresses and strategies*, 87-100.
65. Šimac, S. (2007). Postupanje sa zahtjevnim strankama i smanjenje stresa. Pravosudna akademija. Visoki trgovački sud Republike Hrvatske. <<http://pak.hr/cke/obrazovni%20materijali/Postupanje%20sa%20te%C5%A1kim%20strankama%20i%20Upravljanje%20stresom.pdf>> Preuzeto: 11. 6. 2020.

66. Šimič-Šašić, S., Klarin, M., Proroković, A. (2011). Socioekonomske prilike obitelji i kvaliteta obiteljske interakcije kao prediktori školskog uspjeha srednjoškolaca u Hrvatskoj, Bosni i Hercegovini i Makedoniji. *Ljetopis socijalnog rada*, 18(1), 31-62.
67. Tatalović Vorkapić, S. (2013). *Razvojna psihologija*. Rijeka: Učiteljski fakultet.  
<<https://www.bib.irb.hr/783313>> Preuzeto: 15. 3. 2020.
68. Udruga roditelja Korak po korak (2018). Rezultati istraživanja: Ravnoteža između posla i obitelji. <<https://www.udrugaroditeljaprk.hr/brzo-posao-obitelji/543-rezultati-istrazivanja-o-ravnotezi-posla-i-obitelji>> Preuzeto: 2. 4. 2020.
69. Vasta, R., Haith, M. M., Miller, S. (1998). *Dječja psihologija: moderna znanost*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
70. Vujić, V. (2005). *Menadžment ljudskog kapitala*. Opatija: Sveučilište u Rijeci - Fakultet za menadžment u turizmu i ugostiteljstvu.

## **Izjava o izvornosti diplomskog rada**

Izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristio drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

---

(vlastoručni potpis studenta)