

ПРИКАЗ МОНОГРАФИЈЕ

„СИНДРОМ САГОРЕВАЊА НА ПОСЛУ ВАСПИТАЧА: ИЗВЕШТАЈ О РЕАЛИЗОВАНОМ ПИЛОТ ПРОЈЕКТУ”

Јелена Милић, Периша Симоновић

Институт за јавно здравље Србије „Др Милан Јовановић Батут”, Београд, Србија

REVIEW OF THE MONOGRAPH BOOK

“BURNOUT SYNDROME IN THE WORK OF EDUCATORS; REPORT ON THE REALISED PILOT PROJECT”

Jelena Milić, Periša Simonović

Institute of Public Health of Serbia “Dr Milan Jovanovic Batut”, Belgrade, Serbia

Библиографски подаци

Миличевић Карановић, Ј., Шапић, Р., Месаров Живков, А., Маљковић, М., Павлов, С. (2022). Синдром сагоревања на послу васпитача: извештај о реализованом пилот пројекту. Кикинда: Висока школа струковних студија за образовање васпитача у Кикинди.

ISBN: 978-86-85625-69-5

Монографија „Синдром сагоревања на послу васпитача: извештај о реализованом пилот пројекту”, групе аутора коју чине: др Јелена Мићевић Карановић, др Роса Шапић, др Ангела Месаров Живков, др Миланка Маљковић и др Србислава Павлов, написана је на 209 страна у седам поглавља. Поглављима претходе садржај, апстракт и кључне речи, основни подаци о пројекту, предговор и додатно поглавље о уводним разматрањима. Након последњег поглавља следе прилози у оквиру којих аутори приказују инструменте и сагласности коришћене у методологији прикупљања података, као и матично-корелациони приказ процене прикупљених података о сагоревању на послу и задовољству послом.

Bibliography

Miličević Karanović, J., Šapić, R., Mesarov Živkov, A., Maljković, M., Pavlov, S. (2022). Burnout syndrome in the work of educators; report on the realised pilot project. Kikinda: College of Vocational Studies for Teacher Education in Kikinda.

Book code: ISBN: 978-86-85625-69-5

The monograph book "Burnout Syndrome at the Teacher's Work: Report on the Realised Pilot Project", by a group of authors consisting of: Dr. Jelena Mićević Karanović, Dr. Rosa Šapić, Dr. Angela Mesarov Živkov, Dr. Milanka Maljković and Dr. Srbslava Pavlov, was written on 209 pages in 7 chapters. These chapters are preceded by content, abstract and key words, basic project data, preface and additional chapter on introductory considerations, data on burnout at work and job satisfaction.

Увод

Сврха ове књиге је да подигне свест о синдрому сагоревања и помогне да се схвате специфичне околности које утичу да педагози и сви професионалци који учествују у едукацији имају додатне факторе ризика за развитака овога синдрома. Такође, поред промовисања квалитетних информација о његовим узроцима, последицама и третманима, намера књиге је да помогне у отклањању стигме која окружује синдром и његов третман.

Последњих година синдром сагоревања је један од проблема менталног здравља о коме се највише ра-

Introduction

The purpose of this book is to raise awareness about burnout syndrome and to help understand the specific circumstances that causing additional risk factors for the development of both syndromes in educators and all professionals involved in education. In addition to promoting quality information about its causes, consequences and treatments, the purpose of this book is to help remove the stigma surrounding the syndrome and its treatment.

In recent years, burnout syndrome has been one of the most debated mental health problems in modern societies. In a world facing great socio-economic challenges, people

справља у модерним друштвима. У свету суоченом са великим социоекономским изазовима, људи доживљавају све већи притисак у свакодневном животу, посебно на радном месту. Последично, запослени и радници у различитим областима и секторима широм света пате од стреса на послу, умора и исцрпљености, чији се најистакнутији знаци често називају синдромом сагоревања [1].

Ова књига прати дугу струју истраживачких напора да синдром сагоревања проуче и дијагностикују у различитим занимањима (медицинско особље, наставници, социјални радници и људи који раде у финансијском сектору). Раније студије наводе стопе преваленције сагоревања до 69% у датој популацији, на пример: приближно 30% код наставника [2], 31% код студената медицине [3], а између 44% и 68,6% код медицинских онколога [4, 5]. Чак и научно опрезније и конзервативније студије процењују да је преваленца сагоревања изнад 10%. На пример, за 13,7% холандске радне популације се каже да пати од овог стања [6]. Налази сугеришу да је сагоревање заиста озбиљан проблем у данашњем друштву, те су ови подаци дали веома битну основу за истраживање спроведено и приказано у предметној монографској публикацији.

Историјски осврт

Синдром сагоревања је први пут описан у два научна чланка објављена 1974. године, аутора Херберта Фреуденбергера (1974) и аутора Сигмунда Гинсбурга (1974). У наредним је годинама Фројденбергер, амерички психолог и психотерапеут немачког порекла, термин учинио популарним у низу даљих публикација [7–9]. То је разлог услед којег се он сматра оснивачем концепта. Међутим, важно је напоменути да Фројденбергер није измислио термин, већ га је систематски описао анализирајући ментално стање код неких својих колега а које је и сам искусио, а које су његове колеге описале као „изгорело”. Другим речима, у свом оригиналном чланку из 1974. године, Фројденбергер описује синдром сагоревања као „исцрпљивање превеликим захтевима за енергијом, снагом или ресурсима” на радном месту [10]. Према Фројденбергеру, сагоревање карактеришу физички симптоми као што су: исцрпљеност, умор, честе главобоље и гастроинтестинални поремећаји, несаница и кратак дах. Знаци понашања укључују: фрустрацију, љутњу, сумњичав став, осећај свемоћи или претераног самопоуздања, прекомерну употребу транквилизатора и барбитурата, цинизам и знаке депресије. Фројденбергер не само да је описао симптоме сагоревања, већ је навео и факторе личности који предиспонирају људе да пате од сагоревања.

are experiencing increasing pressure in their daily lives, especially at work. As a result, employees and workers in various fields and sectors around the world suffer from stress at work, fatigue and exhaustion, the most prominent signs of which are often called burnout syndrome [1].

This book follows a long stream of research efforts to study and diagnose burnout in a variety of occupations such as medical staff, teachers, social workers and people working in the financial sector. Previous studies have reported burnout prevalence rates of up to 69% in a given population, for example, approximately 30% in teachers [2], 31% in medical students [3], and between 44% and 68.6% in medical oncologists [4,5]. Even more scientifically cautious and conservative studies estimate that the prevalence of burnout is above 10%; 13.7% of the Dutch working population, for example, is said to suffer from this condition [6]. These findings suggest that burnout is a really serious problem in today's society, and these data provided a very important basis for the research conducted and presented in this monograph.

Historical overview

Burnout syndrome was first described in two scientific articles published in 1974, one by Herbert Freudenberger (1974) and one by Sigmund Ginsburg (1974). In the following years, Freudenberger, an American psychologist and psychotherapist of German descent, made the term popular in a number of further publications [7-9]. That is the reason why he is considered the founder of the concept. However, it is important to note that Freudenberger did not invent the term, but systematically described and analyzed the mental state he noticed in some of his colleagues and which he himself experienced, and which his colleagues described as "burned out". In other words, in his original 1974 article, Freudenberger described burnout as "exhaustion from excessive demands on energy, strength, or resources" in the workplace [10]. According to Freudenberger, burnout is characterized by physical symptoms such as exhaustion, fatigue, frequent headaches and gastrointestinal disorders, insomnia and shortness of breath. Behavioral signs include frustration, anger, suspicious attitude, feelings of omnipotence or overconfidence, excessive use of tranquilizers and barbiturates, cynicism, and signs of depression. Freudenberger not only described the symptoms of burnout, but also listed the personality factors that predispose people to suffer from burnout. First of all, those who are too dedicated to work, are the ones who will most likely burn out [10]. He argues that burnout occurs in contexts that require a significant amount of emotional work and empathy, personal engagement, and intrinsic motivation. At the same time, this kind of work is not very

Пре свега, они превише посвећени послу су ти који ће највероватније сагорети [10]. Он тврди да се сагоревање јавља у контекстима који захтевају значајну количину емоционалног рада и емпатије, личног ангажмана и унутрашње мотивације.

Фројденбергеров почетни рад пратио је значајан број психолошких и медицинских студија, почевши од истраживања Кристине Маслах и њених колега касних 1970-их и раних 1980-их година. За разлику од Фројденбергеровог квалитативног приступа, Маслах се фокусира на квантитативно мерење сагоревања. На основу три димензије сагоревања, односно исцрпљености, цинизма и неефикасности, развила је *Maslach Burnout* упитник, који је и данас најчешће коришћен упитник за мерење сагоревања [11].

Сагоревање је постало предмет све већег интересовања научника, клиничара и запослених људи. Клинички психолози су, посебно, почели да усвајају сагоревање као дијагнозу. Данас је сагоревање утврђена медицинска дијагноза коју је Светска здравствена организација класификовала као сагоревање на радном месту у 11. ревизији Међународне класификације болести.

Садржај књиге

Монографију чини неколико основних целина: i) преаналитички садржаји који уводе читаоца у проблематику истраживану у пројекту кроз сажетак, предговор и уводна разматрања (страна 2–16), ii) предмет, садржај и циљ истраживања, стање истраживања у области пројекта, очекиване резултате и могућност применљивости. Следи теоријски и емпиријски концепт истраживаног проблема и приказ резултата истраживања. Теоријски приступ проблему обухвата следеће аспекте: синдром сагоревања, стрес на радном месту и задовољство послом, сагоревање на послу и Балинт радионице и улогу васпитача у савременој предшколској установи. Емпиријски приступ проблему обухвата се приказом метода, инструмената, описом узорака, тока истраживања и статистичке методе обраде података (поглавља 1–4), iii) практични део пројекта се односи на рад Балинт групе сачињене од васпитача који су уједно и студенти Високе школе струковних студија за образовање васпитача у Кикинди, а реализоване су са циљем подстицања свести чланова групе о сопственим осећањима, као и на емпатију према презентеру и/или презентованом клијенту – деци и/или њиховим родитељима (поглавље 5), iv) закључна разматрања, практичне импликације препоруке (поглавља 6–7), v) прилог са детаљним приказом упитника и анкета коришћених у пројекту, сагласности установа за учешће

well paid and exhausting, and those are the working conditions that are typical in both health and social work and education fields.

Freudenberg's initial work was followed by a significant number of psychological and medical studies, starting with the research of Kristina Maslach and her colleagues in the late 1970s and early 1980s, and she is still prominent in this field. Unlike Freudenberg's qualitative approach, she focused on the quantitative measurement of burnout. Based on the three dimensions of burnout, i.e., exhaustion, cynicism and inefficiency, she developed the Maslach Burnout Questionnaire, which is still the most commonly used questionnaire for measuring burnout [11].

Burnout syndrome has become a subject of growing interest among scientists, clinicians and working and employed people. Clinical psychologists, in particular, have begun to adopt burnout as a diagnosis. Today, burnout was a medical diagnosis that the World Health Organization classified as workplace burnout in the 11th revision of the International Classification of Diseases.

Book Content

The monograph book can be considered in several basic parts: i) pre-analytical content that introduces the reader to the issues explored in the project through summary, preface and introductory considerations (pages 2-16), ii) subject, content and goal of research, state of research in the project, expected results and applicability. Theoretical and empirical concept of the researched problem and presentation of research results. The theoretical approach to the problem includes the following aspects: burnout syndrome, stress at work and job satisfaction, burnout at work and Balint workshops and the role of educators in a modern preschool institution. Empirical approach to the problem includes the presentation of methods, instruments, description of samples, research flow and statistical methods of data processing (Chapters 1-4), iii) the practical part of the project related to the work of the Balint group made of educators who are also the students of the College of Vocational Studies for Teacher Education in Kikinda, which was implemented to encourage group members to be aware of their own feelings and show empathy for the presenter and / or presented to the client - children and / or their parents (Chapter 5), iv) Concluding remarks, practical implications of the recommendation (Chapters 6-7), c) Annex with a detailed overview of questionnaires and surveys used in the project, consent of institutions to participate in the project, as well as the correlation matrix of the subscale of instruments for assessing burnout at work and job satisfaction, which was calculated and presented in the project (pages 176-180).

у пројекту, као и корелационе матрице субскеале ин-струмената процене сагоревања на послу и задовољства послом, која је израчуната и приказана у пројекту (странице 176–180).

Методологија истраживања која је примењена је неекспериментално, онлајн анкетно истраживање на узорку васпитача у Србији, као и анкетно истраживање на подзоруку испитаника (иницијално и финално мерење пре и после примене Балинт групе). Рукопис књиге илустрован је са пет слика, од којих је на првој екрански приказ онлајн упитника за испитивање сагоревања васпитача на послу, док остале слике дочаравају атмосферу рада Балинт групе. Посебна вредност ове књиге су 58 табела и 89 графикана. У табелама је јасно представљена структура узорка васпитача класификована према 30 карактеристика и 32 дескриптивна приказа резултата истраживања спроведених у пројекту. У 89 графикана су представљене дистрибуције одговора на питања из анкета коришћених у пројекту, док се у преостала два графикана приказује број фактора по Кателовој методи одрона коришћеној у једној од обрађених анкета.

Критичка евалуација

Критичка евалуација предметног дела указује на успешне напоре аутора да детаљно представе методологију и инструменте истраживања, те сматрамо да ова монографија може бити путоказ будућим истраживачима феномена сагоревања и његових последица. Додатно, како и аутори наводе, професија васпитача, која је етичка, рефлексивна по својој суштини и заснована на сложеним и карактеристичним компетенцијама, те поврх свега изузетно захтевна, излаже појединца који се бави овим позивом ризику од синдрома сагоревања. Могућност да се начини превенције и/или смањење степена сагоревања и ублажавање последица реализују благовремено и засновано на доказима, од виталне је важности. Управо у овој чињеници лежи значајност спроведеног пројекта и добијених резултата.

Актуелност, друштвени и научни значај теме

Тема рада је изузетно актуелна услед чињенице да се ради о новопризнатој дијагнози синдрома сагоревања. Одлука је Светске здравствене организације да премор због изгарања на послу уврсти у листу дијагноза почевши од 1. јануара 2022. године. Наиме, Светска здравствена организација је уврстила стрес на радном месту у 11. издање приручника Међународне класификације болести, као професионални феномен, тако да све државе чланице Светске здравствене организације, међу којима је и Република Србија, у здравственим

The research methodology that was applied was a non-experimental, online survey research on a sample of educators in Serbia as well as a survey research on a subsample of respondents (initial and final measurement - before and after the application of Balint groups). The manuscript of the book is illustrated with 5 pictures, the first of which shows a screenshot / screen display of an online questionnaire for burnout testing at the work of an educator, while the other images evoke the atmosphere of the Balint group. The special value of this book are 58 tables and 89 charts. The tables clearly present the structure of the sample of educators classified according to 30 characteristics and 32 descriptive presentations of the results of research conducted in the project.

Critical Evaluation

Critical evaluation of the subject indicates the successful efforts of the author to present in detail the methodology and the instruments of research, and we believe that this monograph can be a guide for future researchers of this phenomenon and its consequences. In addition, as the authors state, the profession of an educator, which is ethical, reflective in nature and based on complex and characteristic competencies, and above all extremely demanding, exposes the individual who deals with this vocation to the risk of burnout. The ability to prevent and / or reduce the rate of burnout and mitigate the consequences in a timely manner and based on evidence, is vital and in this fact lies the great importance of the project and the results obtained.

The topicality, social and scientific significance of the issue

The topic of the paper is exceptionally current due to the fact that it is a newly-recognized diagnosis of burnout syndrome. The decision of the World Health Organization is to include fatigue due to burnout at work in the list of diagnoses starting from January 1, 2022. Namely, the World Health Organization included workplace stress in the 11th edition of the International Classification of Diseases manual as a professional phenomenon, so that all member states of the World Health Organization, including Serbia, are starting to apply this decision in health institutions from 1st January 2022. The fact that this issue is not sufficiently researched and described contributes to its topicality, social significance, as well as its scientific strength.

Theoretical and methodological framework of work, modernity and scientific relevance of literature

The theoretical and methodological framework of the book is adequately stated: the main aspect of the project and motivation for initiating research and publishing this monograph is the decision of the World Health Organization to

установама почињу да примењују ову одлуку од 1. јануара 2022. Актуелности теме, друштвеном као и њеном научном значају, доприноси и чињеница да она није довољно истражена и описана.

Теоријско-методолошки оквир рада, савременост и научна релевантност литературе

Теоријско-методолошки оквир рада је адекватно наведен: главни аспект пројекта и мотивација за покретање истраживања и публиковања ове монографије је одлука Светске здравствене организације да премор због изгарања на послу уврсти у листу дијагноза, почевши од 1. јануара 2022. године. У раду се користи адекватна методологија за овакав тип истраживања. Аутори се користе релевантном литературом на српском језику, а поједине јединице су на енглеском језику. Разуме се да сви битни текстови из богате библиографије на страним језицима нису могли бити цитирани у овом напису.

Импликације и смернице

Вреди нагласити да су аутори одабрали оптималан тренутак за спровођење пројекта са овом тематиком, с обзиром да у оквиру предшколског васпитања и образовања у Србији постоји намера да се до септембра 2022. године реализује увођење наставка програма – „Године узлета”. Наставак овог пројекта захтева прилагођавања новонасталим околностима, спремност за промене и отвореност за иновације. Дакле, аутори су ускладили потребе окружења са циљевима пројекта и тиме омогућили да целокупној заједници обезбеде, кроз пројекат и објављивање ове монографије, додатне информације које могу помоћи и олакшати реализацију побољшања услова у оквиру предшколског васпитања и образовања у Србији и указати на који начин прилагодити васпитаче систему и окружењу, као и систем едукација и окружење васпитачима. Понајвише је можда вредно нагласити да ће пројекат и књига послужити за смернице да би се побољшало задовољство радним условима и процесом, те и даље смањење ризика од сагоревања, а све у сврхе оптималног развоја детета и подршке добробити детета. Истраживачке смернице аутора су да кроз коришћење овде приказаних инструмената, који показују задовољавајуће метријске карактеристике утврђене у овом пилот-пројекту, даље их примени у модификованој и адаптираној форми у будућем истраживању у оквиру пројекта под називом: „Синдром сагоревања на послу васпитача – студената мастер струковних студија за образовање васпитача у Војводини”.

include burnout at work in the list of diagnoses starting from January 1, 2022. Namely, the World Health Organization included workplace stress in the 11th edition of the International Classification of Diseases manual as a professional phenomenon, so that all member states of the World Health Organization, including Serbia, are starting to apply this decision in health institutions from 1st January 2022. The book/project, uses an adequate methodology for this type of research. The authors use relevant literature in Serbian, and some literature in English. Of course, not all important texts from the rich bibliography in foreign languages could be cited in this article.

Implications and guidelines

It is worth emphasizing that the authors have chosen the optimal moment for the implementation of the project on this topic, given that within preschool education in Serbia, there is an intention to implement the continuation of the program by September 2022 - Year of Rise. The continuation of this project requires adaptation to new circumstances, readiness for change and openness to innovation. Therefore, the authors harmonized the needs of the environment with the goals of the project and thus enabled the entire community to provide, through the project and publication of this monograph book, additional information that can help and facilitate the improvement of conditions in preschool education in Serbia and indicate how to adjust educators' system and environment, as well as education system and environment educators. It may be worth emphasizing that the project and the book will serve as guidelines to improve satisfaction with working conditions and the process, and further reduce the risk of burnout, all for the purpose of optimal child development and support for the child's well-being. Further research guidelines of the authors are that through the use of the instruments presented here, which show satisfactory metric characteristics determined in this pilot project, in further application in a modified and adapted form in future research within the project entitled: Burnout syndrome study for teacher education in Vojvodina.

Conclusion

Monograph book entitled "Burnout syndrome in the work of educators; report on the realized pilot project ", a group of authors consisting of: Dr. Jelena Mićević Karanović, Dr. Rosa Šapić, Dr. Angela Mesarov Živkov, Dr. Milanka Maljković and Dr. Srbslava Pavlov, in our opinion, represents a valuable scientific contribution to our prevention of mental health, given that explains in a scientifically correct way all important segments and aspects of the indicated topic.

Закључак

Монографија под насловом „Синдром сагоревања на послу васпитача: извештај о реализованом пилот пројекту”, групе аутора коју чине: др Јелена Мићевић Карановић, др Роса Шапић, др Ангела Месаров Живков, др Миланка Маљковић и др Србислава Павлов, по нашем мишљењу представља вредан научни допринос превенцији менталног здравља, с обзиром да на научно коректан начин експлицира све битне сегменте и аспекте назначене теме.

Општа запажања о квалитету монографије указују на задовољавајући квалитет. Аутори ове монографске публикације уложили су много времена и труда да један овако свеобухватни проблем, какав је синдром сагоревања на послу васпитача, представе високопрофесионално и стручно.

Закључујемо да ово дело представља квалитетан извор информација за све који су заинтересоване за ову област. Вредности овог дела несумњиво је допринело велико лично професионално знање и искуство аутора у овој области.

General observations on the quality of the monograph indicate satisfactory quality. The authors of this monograph book have invested a lot of time and effort to present such a comprehensive problem as burnout syndrome in the work of educators in a highly professional and expert manner.

We conclude that this work is a quality source of information for all who are interested in this area. by The great personal professional knowledge and experience of the author in the field have undoubtedly contributed to the value of this work.

Литература / References

1. Ahola K, Honkonen T, Isometsä E, Kalimo R, Nykyri E, Aromaa A, Lönnqvist J. The relationship between job-related burnout and depressive disorders—Results from the Finnish Health 2000 Study. *Journal of Affective Disorders* 2005;88:55-62. doi: 10.1016/j.jad.2005.06.004.
2. Rudow B. Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues, and research perspectives. In: Vandenberghe R, Huberman AM, editors. *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice* Cambridge, UK: Cambridge University Press; 1999. pp. 38-58.
3. Santen SA, Holt DB, Kemp JD, Hemphill RR. Burnout in medical students: Examining the prevalence and associated factors. *Southern Medical Journal* 2010;103:758-763. doi: 10.1097/SMJ.0b013e3181e6d6d4
4. Blanchard P, Truchot D, Albiges-Sauvin L, Dewas S, Pointreau Y, Rodrigues M, Kantor G. Prevalence and causes of burnout amongst oncology residents: A comprehensive nationwide cross-sectional study. *European Journal of Cancer* 2010;46:2708-2715. doi: 10.1016/j.ejca.2010.05.014.
5. Ginsburg SG. The problem of the burned-out executive. *Personnel Journal* 1974;48:598-600.
6. Kant IJ, Bültmann U, Schröer KAP, Beurskens AJHM., Van Amelsvoort LGPM, Swaen GMH. An epidemiological approach to study fatigue in the working population: The Maastricht Cohort Study. *Occupational and Environmental Medicine* 2003;60(Suppl. 1): i32-i39. doi: 10.1136/oem.60.suppl_1.i32.
7. Freudenberger HJ. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice* 1975;12:73-78
8. Freudenberger HJ. Burn-out: Occupational hazard of the child care worker. *Child Care Quarterly* 1977;6:90-99.

9. Freudenberger HJ. Burn-out: The organizational menace. Training and Development Journal 1977;31(7):26-27
10. Freudenberger HJ, Richelson G. Burn-out: The high cost of achievement. Garden City, NY: Anchor Press; 1980.
11. Freudenberger HJ. Staff burn-out. Journal of Social Issues 1974;30:159-165.
12. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior 1981;2:99-113



Кореспонденција / Correspondence

Јелена Милић - Jelena Milić
jelena_milic@batut.org.rs