

**ПРОФЕСИОНАЛНО СОГОРУВАЊЕ, ИЗВОРИ НА СТРЕС И ЖИВОТНО
ЗАДОВОЛСТВО КАЈ ВОСПИТНО-ОБРАЗОВНИОТ КАДАР ВО
СРЕДНОТО ОБРАЗОВАНИЕ ВО РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА**

Крајика содржина

Во ова истражување имавме цел да одговориме на прашањето дали постои разлика во поглед на професионалното согорување, извориите на стрес и животното задоволство помеѓу воспитно-образовниот кадар во средните училишта во Република Македонија во однос на местото на работата, полот и должината на работниот стаж. Примерокиот офака 440 просветни работници од кои 220 се од средните училишта од внатрешноста на Република Македонија, а 220 се од средните училишта во Скопје. Истражувањето беше спроведено во периодот помеѓу февруари – април 2018 година.

Резултатите од истражувањето укажуваат дека не постои статистички значајна разлика во степенот на изразеност помеѓу професионалното согорување, извориите на стрес и животното задоволство помеѓу воспитно-образовниот кадар од внатрешноста на Република Македонија во споредба со Скопје. Истражувањето покажа дека возрастта и годините на работен стаж значајно корелираат со професионалното согорување и нивоите на доживеан стрес, така што повозрасната група со најмногу години на работен стаж е најодложна на влијанието на професионално согорување и на извориите на наставничкиот стрес.

Клучни зборови: ПРОФЕСИОНАЛНО СОГОРУВАЊЕ, ИЗВОРИ НА СТРЕС И ЖИВОТНО ЗАДОВОЛСТВО

Вовед

Живеејќи во време на постојан техничко-технолошки развој, сè повеќе се наметнува потребата од современо образование кое е спремно да ги следи, приспособува и модернизира наставните содржини, методи и техники и да развива клима во која секој учесник во воспитно-образовниот процес ќе се чувствува корисно, исполнето и креативно, да не биде само пасивен дел, туку активен фактор во рамките на големата и сложена целина наречена „образование“.

Проучувањето на изворите на стресот и професионалното согорување може да придонесе кон појасно согледување на моменталните состојби во образованието во Република Македонија и да овозможи понатамошно интервенирање и преземање одредени мерки кои ќе овозможат намалување или отстранување на нега-

тивните влијанија, а со тоа и зголемување на животното задоволство кај наставниот кадар во средното образование, што ќе овозможи зголемување на ефикасноста и квалитетот на воспитно-образовниот процес.

Современото општество во 21 век се карактеризира со брз научно-технолошки развој кој условува и продолжено работно време, што значи дека современиот човек на своето работно место поминува повеќе од 8 часа. Продолженото работно време и темпото на живот придонесуваат кон зголемување на стресот. Луѓето често својата работа ја доживуваат стресна до тој степен што се рефлектира врз мотивацијата и ентузијазмот за работа. Луѓето ја губат желбата за повторно доаѓање на работа, а една од крајните негативни последици на стресот на работата, според Havelka (Хавелка) (истакнува Andelković A. 2012), е синдромот на согорување.

Поимот „burnout“, што на македонски значи „согорување“, има англосаксонско потекло и како таков се користи во повеќе земји во светот па и кај нас. Првпат го вовел Фројденбергер (Freudenberger) во 1974 година, сакајќи да ја опише спреченоста од ефикасно функционирање и дејствување во работата како последица на пролонгираната и напорна работа поврзана со стресот (Dogman, 2003).

Професионалното согорување најчесто е реакција на професионалниот стрес кој се јавува како последица на неможноста од адекватно приспособување на барањата кои ги поставува работното место. Според Екстенд и Фагербергер (Ekstend&Fagerberger, 2005) Анѓелковиќ (Andelković, 2012) истакнува дека синдромот на согорување се јавува кај оние личности кои биле подолго време изложени на вонредни психосоцијални стресори на работното место, кај личности кои посветени на својата работа ќе сфатат дека нивното жртвување било безуспешно, бидејќи не се постигнале саканите цели и ефекти. Едни од причините за јавување на емоционалната исцрпеност се преголемите очекувања, од една страна, а од друга страна, обемните и претешки работни обврски кои вработените си ги поставуваат пред себе, при што се јавува чувство на емоционална исцрпеност и чувство на неадекватна работна средина. Притоа, се менува и односот кон колективот и колегите и се јавува т.н. безличен однос кој се карактеризира со отуѓување, што е последица на рамнодушниот и негативен однос кон професионалните стресори. Се јавува и намалување на работната ефикасност и личното ангажирање кое ја зголемува тенденцијата кон самоомаловажување. Сето тоа условува и предизвикува губење на чувството на способност, постигнување и продуктивност на работата (Maslach et al., 2001).

Претходните анализи поврзани со јавувањето на стресот укажуваа на тоа дека тие се со мултифакторијална природа и зависат од индивидуалните, интерперсоналните и организациските фактори. Како одредени стимулуси ќе влијаат во голем степен зависи и од нивото на когнитивна обработка, што е поврзано со личните цели, уверувањата, ставовите и др. Чабаркапа (2009) истакнува дека повеќето истражувања поврзани со проучување на синдромот на согорување наставниците ги гледаат како хомогена група со што ги занемаруваат различните пристапи кон работата, индивидуалните разлики и копинг-стратегии кои вработените ги применуваат во надминување на професионалниот стрес.

Во последните неколку децении стресот претставува еден од најпроучуваните поими. Насочувајќи го фокусот на вниманието кон стресот и неговите манифестации, беа развиени различни теориски пристапи кои од различен аспект ставаа акцент на физиолошките или, пак, на психолошките манифестации. Една од првите теории за стресот е Валтер – Кановата теорија која во себе ги вклучува и физиолошките и психолошките реакции. Според оваа теорија, стресот се сфаќа како емоционален и физиолошки одговор на опасноста. Како резултат на тоа, организмот според нив може да реагира на два начина: со спротивставување и борба или, пак, со бегство. Еден од најпознатите застапници на физиолошкиот модел на стресот и татко на модерниот стрес Ханс Сели (Sely) гледа на стресот како на општ адаптивен синдром кој се одвива преку хипоталамо – хипофизо – надбубрежната оска, врз основа на што стресната реакција е придружена со пораст на концентрацијата на кортизолот во плазмата.

Сепак, Селиовиот „модел на општа адаптација“ бил критикуван поради занемарувањето на психолошките фактори во обликувањето на одговорите на надворешната опасност, како и за „униформноста на реакциите на стресот“.

Воспитно-образовната работа е комплексен систем на меѓусебно поврзани воспитни и образовни активности во кои не само што влегува подучувањето на учениците, туку тоа е и сложен систем на комуникација со учениците, родителите, колегиите и раководството на училиштето. Во рамките на остварувањето на наставната дејност, наставникот е оној што мора да внимава и на спроведувањето и почитувањето на етичкиот кодекс, да ја чува етиката на својата професија, професионално да се усовршува и да биде во тек со општествено-технолошкиот развој. За наставничката професија Поповски (1998) истакнува дека „постои една општопозната и прифатена карактеристика според која професијата наставник, како и многу други, е препознатлива во сите современи демократски општества, а тоа е, пред сè, нејзината култивираниост (тесностручни знаења, општостручни и општообразовни)“ (Поповски, 49).

Кирјачи (Kuriacou, 2001, според Brkic et al. 2011) истакнува и други фактори кои се основни причинители за појавување на стресот кај наставниците, како што се соочување со ученици кои манифестираат лош однос кон училиштето и имаат недостаток на мотивација, непослушните ученици и одделенската дисциплина, воопшто, брзите промени во курикулумот и организацијата, лошите работни услови, притисоци поврзани со временски рокови, судири со колегите и чувство на потценетост во општеството како резултат на нискиот статус на наставничката професија. Бојл и соработниците (Boyle et al., 1995, според Brkic et al. 2011) врз основа на емпириските истражувања укажуваат на постоење на најмалку четири главни димензии на наставничкиот стрес, и тоа:

- ✓ неприспособеното однесување на учениците;
- ✓ временскиот притисок и лошите работни услови;
- ✓ потребата од професионално признание;
- ✓ лошите односи со колегите.

Претходната дискусија околу причините за појавувањето на стресот укажува на неговата мултифакторијалност, така што многу од истражувањата поврзани со наставничкиот стрес имаат бројни дефиниции. Газиел (Gaziel, 1993), при конструирањето на својата дефиниција за наставничкиот стрес, поаѓа од индивидуализацијата, бидејќи стресните реакции кај секоја личност се различни. Ворал и Меј (Worral & May, 1989) укажуваат на тоа дека личноста, најверојатно, различно реагира на стресот одвреме-навреме во зависност од нејзината емоционална состојба и ситуацијата во која се наоѓа (според Мк Kenzie K, 2009). Во врска со наставничкиот стрес, Кирјачи (Kujasou, 1998) поставува четири главни претпоставки поврзани со автентичноста на дефинирањето на кој било стрес кај наставниците.

Стресот кај наставниците ни укажува на главниот проблем во образованието поради бројни причини. Дискутирајќи за изворите на стрес во наставната дејност и нивната мултифакторијалност, се наметнува прашањето дали и последиците и самите ефекти од стресот се мултифакторијални и се поврзани со повеќе аспекти од животот и работата на наставникот. Врз основа на емпириските истражувања, се наметнува констатацијата дека стресот не влијае само на наставникот и неговата ефикасност во извршувањето на својата дејност, туку влијае и на училиштето како организација, на неговите професионални постигнувања и на психосоцијалниот статус, како и на неговото семејство. Доколку стресорите имаат пролонгирано дејствување, тогаш се јавуваат одредени симптоми поврзани со анксиозност, депресија, фрустрираност, непријателско однесување кон учениците и колегите, емоционална исцрпеност и прекумерна напнатост.

При проучувањето на задоволството од животот, Динер, Лукас и Оши (Diener, Lucas & Oishi, 2002) укажуваат на влијанието и поврзаноста со субјективната благосостојба и доживувањето на среќата. Тие укажуваат дека субјективната благосостојба е широк концепт кој во себе го вклучува доживувањето пријатни емоции, ниското ниво на негативно расположение и високо животно задоволство.

Според „botton-down“ теориите, луѓето имаат тенденција кон доживување на реагирањата и на позитивен и на негативен начин. Според тоа, постои општа тенденција различни ситуации да се доживуваат позитивно или негативно во зависност од влијанието на одредени животни подрачја. Овие теории се насочени кон особените на личноста, ставовите и останатите фактори кои влијаат на интерпретацијата на животните искуства (Diener, 1984, според Rijavec и сор., 2008, според Mišaliček S. 2011). Со тоа, овие теории укажуваат дека врз животно задоволство во голем степен може да влијае задоволството од животните подрачја. Разликата помеѓу овие две теоретски гледишта се состои во тоа што во „booton-up“ теоријата, процената на задоволството од животот во голем степен може да зависи од влијанието на едно доминантно животно подрачје. Така, на пример, индивидуата која е со високо задоволство од професионалниот живот може да има високо животно задоволство, под услов доколку професионалниот живот е важен аспект на животно задоволство гледано во целина. Додека „botton-down“ теориите претпоставуваат каузална поврзаност на животно задоволство со задоволствата од различните

подрачја. Така, доколку индивидуата генерално е задоволна од животот, животните подрачја ќе ги проценува попозитивно за разлика од индивидуата која генерално не е задоволна. Дајнер објаснува дека овие теории не се единствените каузални модели кои ја објаснуваат релациската поврзаност помеѓу животното задоволство и задоволството од посебните подрачја, бидејќи причината поради каузалната поврзаност може да се базира и врз друга варијабла која независно влијае и на двете компоненти, како на пример невротизмот како фактор на личноста кој негативно може да влијае врз животното задоволство и врз задоволствата од различните подрачја. Ријавец, Миљкович и Брдар (Rijavec, Miljković и Brdar, 2008, според Mihalicek S., 2011) истакнуваат дека „животното задоволство во голема мера зависи од тоа дали сме во состојба да одбереме одредени цели во животот и да преземеме сè што е потребно за да останеме на тој пат“. Поврзувањето на животното задоволство и среќата, а посебно барањето со среќата претставува важна животна цел. Селигман, Паркс и Стрин (Seligman, Parks & Steen, 2006, според Mihalicek S., 2011) потенцираат три начини преку кои луѓето се обидуваат да ја остварат среќата: удобен живот, ангажиран живот и смислен живот. Удобниот живот се темели на хедонистичките потреби од забава, добра храна, пиене, купување, играње, одморање, олабавување. Ангажираниот живот се темели на активности кои предизвикуваат состојба на занесеност, како што се читање книги, подучување, се занимава со одреден инструмент, решавање тешки проблеми и сл. Смислениот живот се однесува на користење на нашите способности и вештини за нешто што е поголемо од нас самите – знаење, правда, социјална средина, семејство, општо добро и сл.

Проблем на истражувањето

Основен проблем на оваа истражување е испитување на поврзаноста и степенот на изразеноста на професионалното согорување, изворите на стрес и степенот на нивното влијание врз животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар во средното образование во Република Македонија.

Општата хипотеза гласи дека постои статистички значајна разлика помеѓу степенот на изразеноста на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар во средното образование кој работи во градовите од внатрешноста на Република Македонија за разлика од Скопје.

Во рамките на ова истражување беа користени следниве инструменти:

- **Burnout test** – За испитување на нивото на согорување ќе биде користен *Maslach Burnout Inventory*. Овој прашалник е составен од 22 прашања и понудени одговори во вид на шестстепен скала од Ликертов тип.
- **Скала за мерење на изворите на стрес кај наставниците** – Оваа скала е конструирана од Бојл и сор. (Boyle et al., 1995), а е адаптирана од Микуландра и Сориќ (Mikulandra&Sorić, 2002), а

за потребите на оваа истражување е само преведена на македонски јазик. Скалата има 25 тврдења на кои се одговара со помош на петостепената скала од Ликертов тип.

- **Скала за мерење на животното задоволство** – За мерење на степенот на животното задоволство ќе се користи пригодената скала од Пенезиќ (Penezić). Оваа „скала се состои од 20 ајтеми од кои 17 ајтеми се однесуваат на процената на глобалното задоволство додека три ајтеми служат за процена на задоволството во однос на ситуацијата. Скалата покажува висока позитивна поврзаност со самопочитувањето и оптимизмот, додека има висока негативна поврзаност со мерките на осаменост, пессимизам и анксиозност од иднината“ (Penezić, 20). Испитаниците одговараат со помош на петостепената скала од Ликертов тип (Penezić, 2002).

Од вкупно 440 испитаници, 50 % се воспитно-образовен кадар од училиштата во внатрешноста на Република Македонија, а 50 % се од училиштата од Скопје. Примерокот е распределен еднакво и во однос на половата структура.

Во однос на изразеноста на зависните варијабли, најпрво ќе бидат прикажани резултатите за сите испитаници во однос на степенот на изразеност на нивото на согорување, изворите на стрес и животното задоволство.



График 1. Растојание на скоровите и просечната изразеност на скалите кај синдромот на согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај целиот примерок

Врз основа на податоците наведени во График 1, се гледа дека средната вредност на синдромот на согорување добиена кај целиот примерок 68,90 (спрема 66) укажува дека е малку повисока од теоретската средна вредност и укажува на зголемени резултати во однос на согорувањето. Во однос на другите скали за мерење на нивото на стрес и животното задоволство се добиени слични резултати, т.е. во однос на скалата за мерење на изворите на стрес средната вредност е 76,93 и е повисока во однос на теоретската која изнесува 62,5, што значи дека испитаниците имаат зголемени вредности на доживеаниот стрес од нормално. Во однос на скалата на животното задоволство, каде што аритметичката средина е 67,58 споредено со теоретската средна вредност која е 50, ни покажува дека повеќето испитаници имаат повисоки резултати и чувствуваат задоволство од животот. Кај сите нив може да се забележи отстапување на средната вредност од теоретската средна вредност кај сите три теста.

Разлика во однос на поврзаноста и степенот на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар кој работи во градовите од внатрешноста на Република Македонија за разлика од Скопје

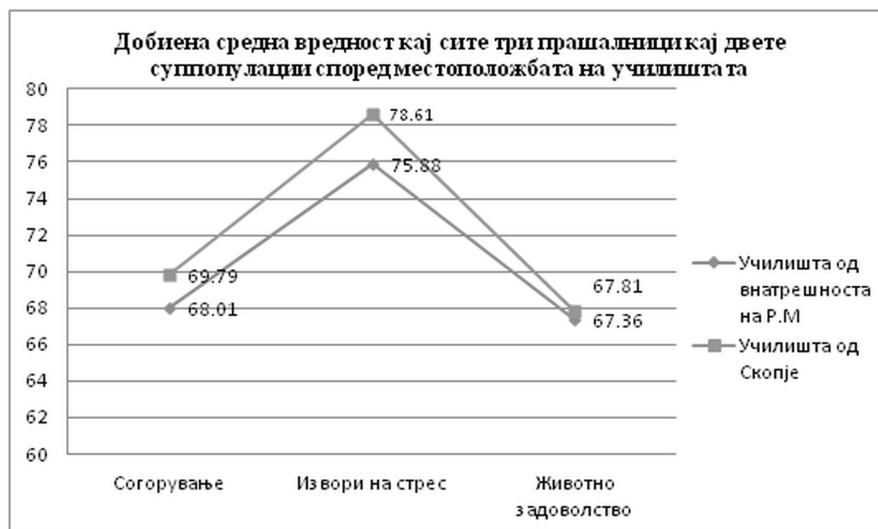


График 2. Распон на скоровите и просечната изразеност на скалите кај синдромот на согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај просветните работници прикажани одделно според местоположбата на училиштето од внатрешноста и од Скопје

Врз основа на График 2 може да се види дека просечните резултати добиени кај тестот на согорување и мерење на изворите на стрес се поголеми кај просветните работници од Скопје ($M = 69,79$ и $M = 78,61$) споредено со просветните работници од внатрешноста ($M = 68,01$ и $M = 75,88$), додека кај тестот за мерење на животното

то задоволство аритметичката средина е пониска кај воспитно-образовниот кадар од внатрешноста ($M = 67,36$) за разлика од воспитно-образовниот кадар од Скопје ($M = 67,81$).

Врз основа на податоците добиени од пресметувањето на Т-тестот (Табела 1), може да се види дека не постои статистички значајна разлика во степенот на изразеноста на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство помеѓу воспитно-образовниот кадар кој работи во училиштата во внатрешноста на Република Македонија и воспитно-образовниот кадар кој работи во средните училишта во Скопје.

Табела 1. Растојание на скоровите, просечната изразеност на скалите и Т-тестот кај синдромот на согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај просветните работници прикажани одделно според местоположбата на училиштето од внатрешноста и од Скопје

Варијабли	Местоположба на училиштето	N	Min	Max	M	SD	T-test	Sig
Согорување	Училишта од внатрешноста	120	44	116	68,01	12,541	1.114	0.266
	Училишта од Скопје	120	32	100	69,79	12,252		
Извори на стрес	Училишта од внатрешноста	120	31	119	75,88	15,597	1.277	0.203
	Училишта од Скопје	120	34	113	78,61	17,508		
Животно задоволство	Училишта од внатрешноста	120	36	91	67,36	13,398	.281	0.779
	Училишта од Скопје	120	38	91	67,81	11,307		

На ниво на сите три скали во однос на нашите суппопулации, не постои статистички значајна разлика во однос на степенот на изразеност на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство со што поставената хипотеза целосно се отфрла.

Дискусија и заклучок

Современите трендови на живот проследени преку постојаниот техничко-технолошки развој условуваат промени кои во голем степен се отсликуваат во образовниот систем и неговите составни компоненти. Сето тоа условува и стекнување нови вештини и знаења кои се неопходни за професионално усовршување кое ќе овозможи интегрирање на наставникот во променетите услови на образовниот систем. Овој процес на реинтегрирање на наставниот кадар во променетите услови на образовниот систем кај дел од нив може да предизвика дополнителен стрес кој мо-

же да биде основа за професионално согорување. Овие промени може да предизвикаат јавување непријатни чувства, како што се страв, напнатост, некомпетентност, осаменост и сл. Овие манифестации во голем степен може да влијаат врз зголемувањето на појавата на стрес и професионално согорување кај воспитно-образовниот кадар, кој според голем број испитувања укажуваат дека се сè почести кај услужните професии, а посебно кај наставничката професија (Крњанич, 222).

Целта на оваа испитување е да се проучат степенот на изразеноста и поврзаноста на професионалното согорување, изворите на стресот и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар во Република Македонија. Со оглед на тоа што вакво истражување не е правено на територијата на Република Македонија, може да придонесе кон појасно согледување на моменталните состојби во средното образование во Република Македонија и да овозможи понатамошно интервенирање и преземање одредени мерки кои ќе овозможат намалување или отстранување на негативните влијанија, а со тоа и зголемување на ефикасноста и квалитетот на воспитно-образовниот процес.

Основната претпоставка на истражувањето се однесува на тоа дека постои статистички значајна разлика во поглед на изразеноста на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар кој работи во Скопје, за разлика од градовите во внатрешноста во средното образование на Република Македонија. Покрај тоа, истражувањето опфаќаше испитување на изразеноста на основните варијабли на истражувањето, поврзаноста помеѓу професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај испитуваните групи, како и разликата во однос на нивната изразеност во однос на полот, годините на старост и должината на работниот стаж.

Во понатамошната анализа ќе ги дискутираме добиените резултати во согласност со поставената хипотеза – *ипотеза за статистички значајна разлика помеѓу состојбата на изразеноста на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар во средното образование во градовите во внатрешноста на Република Македонија за разлика од Скопје.*

Основната претпоставка се однесуваше на тоа дека постои статистички значајна разлика помеѓу степенот на изразеност на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство помеѓу воспитно-образовниот кадар кој работи во средното образование во градовите во внатрешноста на Република Македонија за разлика од воспитно-образовниот кадар во Скопје. Резултатите од анализата на Т-тестот за сите три скали укажуваат дека не постои статистички значајна разлика така што можеме да заклучиме дека не постои статистички значајна разлика во однос на степенот на изразеност на професионалното согорување, изворите на стрес и животното задоволство помеѓу воспитно-образовниот кадар од внатрешноста и од Скопје (Табела 1), со што поставената хипотеза не е потврдена.

Постојаниот техничко-технолошки и општествен развој ја наметнува потребата од осовременување на образовниот процес и негово приспособување и следење на континуираните развојни трендови, кои ќе овозможат подобрување на ква-

литетот во образованието. Тоа посебно е предвидено во Националната програма за развој на образованието во Република Македонија 2005 – 2015 година. Во таа смисла, сите педагошки кадри, а особено наставниот кадар се наоѓаат во центарот на современите настојувања за подобрување на квалитетот и подигање на ефикасноста на педагошката работа. Во рамките на Националната програма се предвидени инструментите и условите со кои ќе се следи и евалуира воспитно-образовната работа на училиштата, а со тоа и на наставниот кадар.

Со тоа пред наставниот кадар се поставија нови задачи кои бараат промена не само во примената на новите наставни форми и технологии, туку и промена на улогата на наставникот во самиот наставен процес. Овој процес на реинтегрирање на наставниот кадар во променетите услови на образовниот систем кај дел од нив може да предизвика дополнителен стрес кој може да биде основа за професионално согорување.

Покрај проблемот на професионално согорување кој во голем степен ја намалува ефикасноста и квалитетот на наставниот процес, големо влијание има и наставничкиот стрес кој како поим првпат се среќава во осумдесеттите години на минатиот век. Стресот влијае врз сите аспекти на животот на наставникот, како што се релациите и комуникацијата со учениците, со колегите, администрацијата, фамилијата и пријателите.

Имајќи ги предвид последиците и негативните ефекти кои може да ги предизвикаат стресот и професионалното согорување, како и фактот што проблемот на професионалното согорување во Република Македонија многу малку е истражуван, а посебно кога станува збор за образованието, тогаш може да се каже дека сме на самите почетоците од неговото проучување. Значајно е да се согледа во колкав степен наставничкиот стрес и професионалното согорување може да влијаат врз задоволството со животот. Проучувањето на животното задоволство преку проучување на факторите кои влијаат на задоволството од работа кај воспитно-образовниот кадар е особено значајно, посебно ако го имаме предвид фактот дека тоа директно може да се рефлектира врз квалитетот на воспитно-образовната работа, комуникациите и релациите кои наставниците ги воспоставуваат со учениците, родителите и колегите, како и врз односите со своите најблиски во рамките на семејниот систем.

Целта на оваа истражување е да се согледа степенот на застапеноста и поврзаноста на професионалното согорување, наставничкиот стрес и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар кој работи во средното образование во Република Македонија и да се согледа во колкав степен другите демографските карактеристики, како што се возраста, работниот стаж и полот, влијаат на застапеноста на овие појави. Целта на оваа истражување е и да се издвојат поединечните извори на стрес кои во најголем степен придонесуваат за јавување на наставничкиот стрес.

Добиените резултати укажуваат на тоа дека кај целиот примерок се јавуваат повисоки резултати во однос на професионалното согорување, наставничкиот стрес и животното задоволство спореден со теоретската средна вредност. Во рам-

ките на тестот за професионално согорување е испитано поединечното влијание на компонентите на емоционалната исцрпеност и деперсонализација, кое укажува дека тие во најголем степен влијат врз степенот на согорување. Со оглед на тоа дека основната цел која беше поставена во оваа истражување е да се проучат степенот на изразеноста и поврзаноста на професионалното согорување, изворите на стресот и животното задоволство кај воспитно-образовниот кадар во Македонија во однос на местоположбата на училиштата во кои работат, можеме да заклучиме дека во однос на трите зависни варијабли помеѓу воспитно-образовниот кадар од внатрешноста и Скопје не постои статистички значајна разлика. Тоа значи дека повисоките резултати кои се јавуваат кај воспитно-образовниот кадар од Скопје во однос на воспитно-образовниот кадар од внатрешноста не се статистички значајни.

Во нашето истражување може да се согледа дека наставниците од Скопје покажале повисоки резултати на скалите на професионално согорување, наставнички стрес, но и на скалата на животно задоволство во која се поизразени добиените податоци на супскалата која го мери моменталното задоволство, но тоа не е случај со скалата која го мери генералното задоволство кај која овие наставници покажале пониски вредности, а добиената разлика е статистички значајна, што значи дека наставниците од внатрешноста се позадоволни во процената на генералното животно задоволство.

Литература

- Andelković, A. (2012). *Sindrom izgaranja, lokus kontrole i motiv postignuća kodprosvetnih radnika i lekara hitne pomoći*. Završni-master rad, Univerzitet u Nišu.
- Brkić I. et al. (2011). Izvori stresa, suočavanje sa stresom i životno zadovoljstvo učitelja razredne i predmetne nastave. *Napredak* 152(2) Zagreb, 211-225.
- Dorman, J. (2003). Testing Model for Teacher Burnout. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, Vol.3, (2003), 35-47.
- Mihalček, S. (2011). Zadovoljstvo i sreća učitelja. *Napredak* 152(3-4) 389 – 402.
- Mikulandra, I. и Sorić, I. (2002). Skala za mjerenje izvora nastavnčkog stresa. *Zbirka psihologijskih skala i upinika*. Svezak I, Zadar: Filozofski Fakultet.
- Penezić, Z. (2002). Skala zadovoljstava životom. *Zbirka psihologijskih skala i upinika*. Svezak I, *Zbirka psihologijskih skala i upinika*. Svezak I, Zadar: Filozofski Fakultet.
- Крњанић, С. (2003). Наставник под стресом. во *Зборник институција за педагошка испитивања*, Београд, 35, 222 – 224.
- Поповски, К. (1998). *Успешен наставник – самооценување и оценување*. Скопје: Просветен работник.
- Чабаркапа, М. (2009). Синдром изгарања на послу код наставника. *Настава и васпитање*, 2, 268-285.