

POVEZANOST DEJAVNIKOV STRESA, SOCIODEMOGRAFSKIH ZNAČILNOSTI IN IZGORELOSTI PRI ZAPOSLENIH

Nataša Sedlar, Tatjana Novak, Lilijana Šprah

Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU

Novi trg 2, Ljubljana, Slovenia, Phone: +386 1 470 64 39, Fax: +386 1 426 14 93, E-mail: Nsedlar@zrc-sazu.si

33. STAR konferenca, Palma de Mallorca, 2.-4.julij 2012

NAMEN IN CILJ:

Številne raziskave na področju izgorelosti [1] kažejo, da se različni izvori stresa na delovnem mestu lahko povezujejo z izgorelostjo, vendar le maloštevilne raziskave temeljijo na kognitivno ergonomskem pristopu, ki poklicni stres proučujejo z vidika vpliva obremenitev na kognitivne procese zaposlenega [2]. Glede povezanosti različnih socio-demografskih spremenljivk z doživljanjem izgorelosti tudi raziskave, ki temeljijo a meta-analitičnem pristopu, ne dajejo enoznačnih zaključkov. Aktualni izsledki raziskav sicer nakazujejo, da več izgorelosti doživljajo osebe, ki niso v partnerski zvezi, posebno še samski moški, in zaposleni z višjo stopnjo izobrazbe [3]. Ugotovitve ki izhajajo iz obširnih meta-analiz tudi nakazujejo, da obstaja šibka negativna povezanost med starostjo in leti delovne dobe ter čustveno izčrpanostjo [4]. Kažejo tudi na pojavljanje razlik med spoloma, in sicer ženske doživljajo nekoliko več čustvene izčrpanosti, moški pa nekoliko več depersonaliziranosti [5].

Namen naše raziskave je bil razviti napovedni model, s katerim bi bilo možno na podlagi izvorov stresa na delovnem mestu in socio-demografskih spremenljivk opredeliti dimenzije izgorelosti pri zaposlenih.

METODE:

Vzorec je vključeval 413 zaposlenih z različnimi poklicnimi profili, ki so izpolnili naslednje vprašalnike:

- Vprašalnik za oceno vrste in stopnje stresa - Occupational Stress Index (OSI) [2], ki ocenjuje izvore stresa na delovnem mestu v okviru 7 dimenzij: monotonost dela, pomanjkanje nagrade; visoke zahteve dela; omejena avtonomnost/strogi standardi dela; zunanji časovni pritisk; izpostavljenost škodljivim okoljskim dejavnikom; čustveno obremenjujoči vidiki dela; konfliktni vidiki dela.
- Vprašalnik izgorelosti OLBI – The Oldenburg Burnout Inventory [4], ki na 4 stopenjski lestvici (1 – zelo se strinjam, 4 – nikakor se ne strinjam) meri dve dimenziji izgorelosti: izčrpanost in umik.
- Sociodemografska vprašanja, ki so vključevala sledeča vprašanja: namera po zapustitvi delovnega mesta; delovna doba; način in obseg zaposlitve; spol; starost; stopnja izobrazbe; stan zaposlenega; otroci; nudenje nege zaposlenega osebi, ki pri vsakodnevnem funkcioniranju potrebuje pomoč; zdravstvene težave zaposlenega v zadnjem letu.

Za ugotavljanje odnosa med dejavniki stresa, socio-demografskimi spremenljivkami in izgorelostjo smo izvedli več hierarhičnih multiplih regresijskih analiz.

REZULTATI:

Tabela 1. Osnovne socialno demografske značilnosti vzorca.

SPOL	%
Moški	52.1
Ženski	47.8
STAROST (leta)	
< 30	11.9
31-40	27.4
41-50	35.9
>50	24.8
STOPNJA IZOBRAZBE	
I.,II. stopnja (osnovna šola, krajše usposabljanje)	15.4
III.,IV.,V. stopnja (poklicna šola, srednja šola)	49.1
V., VI. stopnja (višja, visoka šola)	32.2
VII.,VIII. stopnja (specializacija, doktorat)	3.4
STAN	
Samski, ločen	19.7
Poročen, v razmerju	80.3
OTROCI	
Ne	18.1
Da	81.9
NEGA OSEBE	
Ne	87.7
Da	12.3
OBESEGA ZAPOSLOTITVE	
Polni delovni čas	98.5
Skrajšan delovni čas	1.5
VRSTA POGODBE	
Nedoločen čas	91.5
Določen čas	8.5
NAMERA PO ZAPUSTITVI DELOVNEGA MESTA	
Ne	81.6
Da	18.4

Tabela 2. M in SD merjenih spremenljivk.

DIMENZIJE STRESA	M	SD
Monotonost, pomanjkanje nagrade	6.3	2.8
Visoke zahteve dela	17.9	5.5
Omejena avtonomnost, strogi standardi dela	12.3	3.3
Zunanji časovni pritisk pri delu	4.7	1.6
Izpostavljenost škodljivim okoljskim vplivom	5.4	3.8
Čustveno obremenjujoči vidiki dela	4.8	2.7
Konfliktni vidiki dela	9.4	4.0
Indeks delovnega stresa	61.3	10.7
DIMENZIJE IZGORELOSTI		
Izčrpanost	22.4	3.2
Umik	21.4	3.0
ZDRAVSTVENE TEŽAVE V ZADNJEM LETU (Σ)	2.7	2.2
DELOVNA DOBA V POKLICU (leta)	16.7	10.7

Za ugotavljanje, v kolikšni meri dejavniki stresa in socio-demografske spremenljivke napovedujejo dimenziji izgorelosti 'Umik' in 'Izčrpanost', smo izvedli dve hierarhični multipli regresijski analizi (Table 3). Prediktorje smo vključevali v več korakih, in sicer smo najprej vključili dejavnike stresa (korak 1), nato osnovne socio-demografske značilnosti - spol, starost, izobrazbena stopnja (korak 2), nato stan, otroke, nego osebe (korak 3), zdravstvene težave v zadnjem letu (korak 4) in nazadnje osnovne značilnosti zaposlitve – obseg zaposlitve, vrsta pogodbe, namera po zapustitvi zaposlitve in delovna doba v poklicu (korak 5). Vsi vključeni napovedniki so pojasnili 13,8% variance na dimenziji 'Umik' in 7,1% variance na dimenziji 'Izčrpanost', pri čemer so pomembne dodatne deleže variance pojasnile dimenzije stresa in osnovne socio-demografske značilnosti (spol, starost, stopnja izobrazbe).

Tabela 3. Multipla korelacija pri hierarhičnem vključevanju prediktorjev in njena statistična pomembnost za obe dimenziji izgorelosti ('Izčrpanost', 'Umik').

Model	R	R ²	F change (df1, df2)	p
Kriterij: Umik				
1	0.253 ^a	0.064	3.571 (7, 365)	0.001
2	0.359 ^b	0.129	3.821 (7, 358)	0.001
3	0.365 ^c	0.133	0.565 (3,355)	0.638
4	0.367 ^d	0.135	0.606 (1, 354)	0.437
5	0.371 ^e	0.138	0.318 (4, 350)	0.866
Kriterij: Izčrpanost				
1	0.142 ^a	0.020	1.066 (7, 365)	0.385
2	0.243 ^b	0.059	2.124 (7, 358)	0.040
3	0.259 ^c	0.067	1.040 (3,355)	0.375
4	0.259 ^d	0.067	0.008(1, 354)	0.931
5	0.266 ^e	0.071	0.337 (4, 350)	0.853

^a dimenzije stresa

^b dimenzije stresa, starost, spol, stopnja izobrazbe

^c dimenzije stresa, starost, spol, stopnja izobrazbe, stan, otroci, nega osebe

^d dimenzije stresa, starost, spol, stopnja izobrazbe, stan, otroci, nega osebe, zdravstvene težave

^e dimenzije stresa, starost, spol, stopnja izobrazbe, stan, otroci, nega osebe, zdravstvene težave, obseg zaposlitve, vrsta pogodbe, namera po zapustitvi zaposlitve, delovna doba v poklicu

Tabela 4. Regresijski koeficienti in njihova statistična pomembnost za posamezne napovednike pri pojasnjevanju dimenzije izgorelosti 'Umik' (Multipla linearna regresijska analiza).

R=0.367, R²=0.135, ΔF (14,376)=4.176, p<0.01

Napovednik	B	SE B	β
Konstanta	23.600	1.096	
Monotonost, pomanjkanje nagrade	-0.180	0.063	-0.168**
Visoke zahteve dela	-0.083	0.035	-0.154*
Omejena avtonomnost, strogi standardi dela	-0.018	0.052	-0.019
Zunanji časovni pritisk pri delu	0.195	0.111	0.100
Izpostavljenost škodljivim okoljskim dejavnikom pri delu	-0.067	0.050	-0.087
Čustveno obremenjujoči vidiki dela	-0.054	0.060	-0.050
Konfliktni vidiki dela	-0.077	0.043	-0.102
Ženske v primerjavi z moškimi	0.749	0.324	0.128*
Starost < 30 let v primerjavi >50 let	0.282	0.501	0.041
Starost < 30 let v primerjavi 41-50 let	0.221	0.478	0.036
Starost < 30 let v primerjavi 31-40 let	0.648	0.480	0.100
Osnovna izobrazba v primerjavi s specializacijo/doktoratom	1.959	0.970	0.121*
Osnovna izobrazba v primerjavi z višjo in visoko šolo	2.173	0.563	0.353**
Osnovna izobrazba v primerjavi s srednjo šolo	1.532	0.483	0.262**

** - 1% stopnja pomembnosti; * - 5% stopnja pomembnosti

Tabela 5. Regresijski koeficienti in njihova statistična pomembnost za posamezne napovednike pri pojasnjevanju dimenzije izgorelosti 'Izčrpanost' (Multipla linearna regresijska analiza).

$R=0.265$, $R^2=0.070$, $\Delta F(14,376)=2.029$, $p=0.015$

Napovednik	B	SE B	β
Konstanta	22.295	1.074	
Monotonost, pomanjkanje nagrade	-0.089	0.062	-0.088
Visoke zahteve dela	-0.105	0.034	-0.205**
Omejena avtonomnost, strogi standardi dela	-0.024	0.051	-0.027
Zunanji časovni pritisk pri delu	0.113	0.109	0.061
Izpostavljenost škodljivim okoljskim dejavnikom pri delu	-0.062	0.049	-0.085
Čustveno obremenjujoči vidiki dela	0.029	0.059	0.028
Konfliktni vidiki dela	0.026	0.042	0.036
Ženske v primerjavi z moškimi	0.507	0.318	0.092
Starost <30 let v primerjavi z >50 let	0.352	0.491	0.055
Starost <30 let v primerjavi z 41-50 let	-0.024	0.469	-0.004
Starost <30 let v primerjavi z 31-40 let	0.516	0.471	0.084
Osnovna izobrazba v primerjavi s specializacijo/doktoratom	0.685	0.951	0.045
Osnovna izobrazba v primerjavi z višjo in visoko šolo	1.500	0.552	0.257**
Osnovna izobrazba v primerjavi s srednjo šolo	0.971	0.473	0.176*

** - 1% stopnja pomembnosti; * - 5% stopnja pomembnosti

Prediktorji, ki so pomembno prispevali k izboljšanju napovedi na dimenziji izgorelosti 'Umik', so bili poleg OSI dimenzij stresa 'Monotonost dela, pomanjkanje nagrade' in 'Visoke zahteve dela', še spol in stopnja izobrazbe (Tabela 4). O večjem doživljanju 'Umika' so poročali moški z višjo izobrazbo in nižjo obremenjenostjo na dimenzijah stresa 'Monotonost dela, pomanjkanje nagrade' ($\beta = -0.168$) in 'Visoke zahteve dela' ($\beta = -0.154$). Poleg OSI dimenzije stresa 'Visoke zahteve dela', je bila pomemben prediktor dimenzije izgorelosti 'Izčrpanost' tudi stopnja izobrazbe (Tabela 5). Zaposleni, ki so doživljali manjše zahteve dela ($\beta = -0.205$) in so imeli višjo izobrazbo, so doživljali več izčrpanosti.

ZAKLJUČKI:

Naša raziskava je ena prvih, ki je preučila povezanost med izvori stresa na delovnem mestu in doživljanjem izgorelosti s kognitivno-ergonomskega vidika. Namen raziskave je bil tudi ugotoviti povezanost izgorelosti s širšim naborom socio-demografskih spremenljivk. Rezultati so pokazali, da so bili določeni vidiki doživljanja poklicnega stresa pomembni napovedniki izgorelosti, vendar so pojasnili relativno majhen delež variabilnosti. Rezultati raziskave so tudi skladni z rezultati drugih študij o pomenu socio-demografskih dejavnikov, posebno spola in stopnje izobrazbe [1, 3], pri razvoju izgorelosti. Obenem pa rezultati nakazujejo, da obstajajo še drugi pomembni prediktorji izgorelosti, ki jih nismo vključili v naš napovedni model. Zato bi bilo v nadaljnjih raziskavah treba še dodatno proučiti, kateri dejavniki iz širšega socio-demografskega konteksta lahko potencialno prispevajo k razvoju izgorelosti na delovnem mestu in bi jih bilo zaradi tega smiselno vključevati v ukrepe preprečevanja izgorelosti.

ZAHVALA:

Raziskava je del 'Programa podpore za delodajalce in zaposlene pri odpravljanju stresa povezanega z delom in pri zmanjševanju njegovih posledic', ki ga delno sofinancira Evropski socialni sklad. Projekt se izvaja v okviru Operativnega programa razvoja človeških virov za obdobje 2007-2013, 1. razvojne prioritete »Spodbujanje podjetništva in prilagodljivosti« in 1. 4. prednostne usmeritve »Pospeševanje razvoja novih zaposlitvenih možnosti.

VIRI:

- [1] Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- [2] Belkić, K. & Savić, C. (2008). The occupational stress index: An approach derived from cognitive ergonomics applicable to clinical practice. *Scandinavian Journal of Work and Environmental Health*, 6, 169-175.
- [3] Schaufeli, W. B., Leiter, P. M., & Maslach, C. (2009). Burnout: thirty five years of research and practice, *Career Development International*, 14(3), 204-220.
- [4] Brewer, E. W. & Shapard, L. (2004). Employee burnout: A meta-analysis of the relationship between age or years of experience. *Human Resource Development*, 3(2), 102-123.
- [5] Purvanova, R. K. & Muros, J. (2010). Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 77(2), 168-185. [6] Demerouti, E., Bakker, A.B., Vardakou, I., & Kantas, A. (2003). The convergent validity of two burnout instruments: A multitrait-multimethod analysis. *European Journal of Psychological Assessment*, 18, 296-/307.