

DOI 10.51558/2490-3647.2024.9.2.1345

UDK 159.944.4:316.356.2

Primljeno: 20. 08. 2024.

Pregledni rad

Review paper

Anida Vrcić Amar

MAJČINSKI BURNOUT-SINDROM: SAGOREVANJE U ULOZI MAJKE

Zadovoljstvo ispunjenjem roditeljske uloge smatra se važnom komponentom doživljaja roditeljske kompetentnosti. Pojam sagorevanja je prvi put definisan u domenu poslovne psihologije dok se u Evropi koncept roditeljskog sagorevanja pojavljuje početkom 21. veka i to u kontekstu roditelja deca sa poteškoćama u razvoju. Nakon roditeljskog sagorevanja u psihološkoj stvarnosti posebno se iskristalisao koncept majčinskog sagorevanja. Pojam majčinskog sagorevanja aktuelan je u poslednjih pet godina, a istraživačima je posebno atraktivan zbog posledica koje postaju sve transparentnije. U ovom radu biće predstavljen širi diskurs majčinstva sa posebnim akcentom na majčinsko sagorevanje. Budući da se korelati koncepta majčinskog sagorevanja još istražuju, smatramo važnim razumevanje konteksta majčinstva kroz kulturološko-psihološku dimenziju. Feminističke teorije majčinstva takođe pomažu da razumemo izazove savremene majke, dok je kompatibilnost postpartalne depresije sa majčinskim sagorevanjem posebno značajno istražiti.

Ključne reči: majčinsko sagorevanje; roditeljsko sagorevanje; majčinstvo; postpartalna depresija

1. UVOD

Istorijski posmatrano majčinstvo se u ranijim civilizacijama, najpre u staroj Grčkoj, posmatralo kao podređena uloga žene u društvu, osuđene isključivo i samo na brigu o deci i porodici te prostu reprodukciju. Slično razmišljanje je zahvaljujući crkvenoj dogmi održavano sve do generalnog procvata nauke u periodu između 18. i 19. veka. Odent (2007) nas je podsetio da smo 20. vek proveli u istraživanju potreba deteta, a da bi u 21. veku trebali se posvetiti istraživanju potreba majke. Posledično, brojna istraživanja na temu majčinstva su polarizovana i to tako da se danas možemo složiti u stavu da je majčinstvo jedan od temelja ličnog ispunjenja, razvoja i sreće, ali je istovremeno i izvor najvećeg straha, anksioznosti, ograničenja i podređenosti (Čudina-Obradović i Obradović 2006). Prema Višić (2013), majčinstvo se razume kao biološka nužnost i ideološki fundiran kriterijum za određivanje rodni uloga u društvu. Kulture dovode do (re)definisanja identiteta pojedinca kao neraskidivog dela porodice, ali je sudbina žene povezana s njenom biološkom ulogom u reprodukciji, čime ona prestaje biti samostalna osoba jer je povezana s drugom osobom – svojim detetom (Akujobi 2011).

Aktuelna su i pitanja postojanja materinskog instikta u biološkom smislu ili se pak govori o kulturološkom mitu koji različito tumače zapadne i istočne kulture. Krećući se od zapada prema istoku slika majke postaje sve idealnija te se majka nastoji prikazati kao primarni (neretko i jedini), pravi i ispravni negovatelj, preplavljena etikom brige o detetu i za dete, kroz neiscrpno davanje energije, ljubavi, sredstava i vremena za svoju decu (Leskošek 2011). Kulturološki okvir majčinstva kroz istoriju je predstavljao majčinstvo kao ispunjavajuću ulogu žene koje nijedno drugo iskustvo ne može nadomestiti. Na žene se, stoga, gledalo kao na osobe koje mogu bez napora da se uključe u zadatak emocionalnog davanja te će se verovatno osećati neadekvatno (osećati krivima) kada ne mogu ispuniti ovaj ideal ili kada njihova deca imaju problem. S druge strane majčinstvo je jedan od ključnih aspekata ženskog identiteta na individualnoj i socijalnoj razini (Srđić Srebro 2014) odnosno kriterijum društvene definicije prave žene. Ujedno je i ključni kriterijum polne podela rada jer upravo uloga majke snažno utiče na život žene, ideologiju o ženama i na reprodukciju polne nejednakosti (Vrcelj 2019).

Ne treba zanemariti ni novi trend *SMC – Single Mother by Choice*, koji podrazumeva majčinstvo bez prisustva partnera karakteristično za žene iznad trideset godina, finansijski situirane i sa stabilnim izvorom prihoda (Volgsten i Schmidt 2019). *SMC* model nastao je u Americi početkom 80-tih godina prošlog veka i podrazumeva

one majke koje su preuzele inicijativu i odlučile da postanu samostalne, a namera da postanu majke bez partnera realizuje se u potpunosti bez partnera i sa tendencijom da se ostvare u majčinstvu, što ih ujedno razlikuje od žena koje su razvodom ili raskidom postale samohrane majke.

Psihološka tumačenja gotovo je nemoguće započeti bez psihodinamskih teorijskih postavki, gde je uticaj majke jedan od značajnijih faktora u razvoju i izgradnji ličnosti. U duhu psihoanalize, psihoanalitičar Daniel Stern je proučavao šta znači postati majka, te je rituale prelaza na majčinski period života nazvao sazvežđe majčinstva (Ćeranić 2005) koje je definisano kao sopstveno biološko stanje spremnosti primarnog negovatelja. Stern tvrdi da se sazvežđe majčinstva pojavljuje tokom trudnoće i podrazumeva novi mentalni sklop koji oblikuje ženino viđenje sebe. Ritualni prelaz u majčinski period života uključuje niz psiholoških i bioloških promena za koje sve žene nisu spremne te je pojava psihopatoloških stanja poput depresije i anksioznosti očekivana (Ibidem).

Vinikot smatra da majke moraju razviti primarnu materinsku preokupaciju – senzitivnost koja se gradi nekoliko nedelja pre i nekoliko nedelja posle porođaja (Ibidem). Dakle, žene sa primarnom materinskom preokupacijom će biti u stanju da omoguće svojoj bebi da prolazi kroz spontano iskustvo i bude „vlasnik postojećih senzacija”, za šta dobija odobrenja na početku svog života. Ako majka svojim senzibilitetom izlazi u susret detetovim instinktivnim pulzijama, ako dozvoli da id funkcionisanje postane iskustvo ega bez straha, dete može razviti „pravi self” i takav self nije rezultat odbrane niti rezultat povinovanja majčinskoj nemogućnosti da reaguje na njegove potrebe empatijski i pouzdano. Onda kada majka ne uspe u svojoj ulozi, detetove najranije anksioznosti se doživljavaju kao pretnja od uništenja.

Nakon psihoanalitičara, psihološkoj stvarnosti majčinstva bili su posvećeni brojni eksperimenti u domenu razvojne psihologije, nastojeći da opišu proces stvaranja identiteta majke kao primarne negovateljice u prvih nekoliko godina razvoja deteta sa naglaskom na važnost prisustva, davanja i deljenja osećanja i potreba. Psihološka paradigma savremenog majčinstva nametnula je pitanja poput: imaju li žene imaju prostora da se pripreme za ulogu koja ih u psihološkom i kulturološkom aspektu razlikuje od muškaraca, da li uopšte istinski žele da podnesu teret majčinstva koje postaje sve kompleksnije te da li se plaše potencijalnih posledica nedovoljne spremnosti za ulogu? U ovom radu fokusiraćemo se na nekoliko savremenih pojmova trenutno aktuelnih u humanističkim naukama, gde ćemo kroz prikaz novih konstrukata pokušati da prikažemo složenost majčinstva danas.

2. MAJČINSTVO IZ UGLA FEMINIZMA – SENZITIVNOST POJMOVA

Feministička tumačenja i razumevanje majčinstva smatramo važnom komponentom u stvaranju šire slike o kompleksnosti pojma majčinskog sagorevanja budući da se slika žene (majke) u poslednjih 50 godina značajno menja. Oduvek su majčinstvo i reprodukcija bili u fokusu feminističkih spoznaja. U svom diskursu feminizam se, kada je u pitanju majčinstvo, može podeliti na tri perioda. Tokom prvog i drugog feminističkog talasa dominirala je paradigma majčinstva u smislu biološke reprodukcije, dok se u trećem talasu, liberarnog feminizma, insistira na odabiru slobode majčinstva u svetu savremene medicinski potpomognute oplodnje. Feministkinje tvrde da je pojava potpomognute oplodnje razgradila biološko majčinstvo isticanjem u prvi plan pojma reprodukcije, a za uzvrat se vraća momenat slobode u odabiru da li i u kojem momentu žena želi postati majka (Neyer i Bernardi 2011).

Jedan od aspekata feminističkog tumačenja majčinstva jeste proširenje i senzitivnost terminologije. Tako u anglosaksonskoj literaturi susrećemo dva pojma koji opisuju majčinstvo – *motherhood* i *mothering*. Ne koriste se nazimeno već se *motherhood* odnosi na *opresivnu instituciju pod kontrolom muškaraca koja getoizira i degradira potencijale žene*, dok se *mothering* odnosi na *žensko iskustvo bivanja majkom koje je izvor moći i osnaživanja žena*. U našoj terminologiji ova razlika ne postoji, a za identifikovanje pojma majčinstva je svakako prihvatljiviji pojam *mothering* (Pavliček 2016). Feministkinje se u suštini pitaju zašto se momenat povišene brige u roditeljstvu vezuje uglavnom ili isključivo za ženu.

Feministički pojmovnik dopunjuje pojam matricentrični feminizam (*eng. mantricentric feminism*) u trećem talasu feminizma. Ovaj koncept se definiše kroz princip osnaženog majčinstva koje karakteriše autonomija i sloboda izbora kroz prizmu blagostanja (O'Reilly 2016). Matricentrični feminizam omogućava majkama da izvrše stvarnu i trajnu promenu na personalnom i društvenom planu, a posebno kroz interakciju sa svojim detetom onda kada nemaju pritisak društvenih ili patrijarhatom uslovljenih institucija (Ibidem), što smatramo posebno važnim u kontekstu majčinskog sagorevanja. Feministkinje najčešće zameraju što se gotovo ne obraća pažnja na izneverena očekivanja koje majka može imati, a odnose se na primer na vaspitanje dece. Vaspitavanje dece može biti praćeno emocijama kao što su ravnodušnost, okrutnost, zavist, posesivnost i ogorčenost, a od majki se očekuje da instinktivno znaju kako odgajati svoju decu, dok se neretko negativne promene raspoloženja tumače kao zabranjene i nepoželjne. Posledično, kada stvari krenu u

suprotnom pravcu, obično se majke okrivljuju za neadekvatno ponašanje deteta (Green 2020), te je češće i sagorevanju u ulozi majke.

Pojam rodne ravnopravnosti je takođe značajan produkt feminističkog pokreta pa se pojam majčinstva i roditeljskog sagorevanja posmatrao i iz ove perpektive. Istraživanje sprovedeno na blizu 12.000 žena iz 40 zemalja imalo je nameru proveriti da li je u zemljama koje drže do principa rodne ravnopravnosti na društvenoj razini majčinsko sagorevanje izraženije. Budući da se princip rodne ravnopravnosti posebno ceni u zapadnoj kulturi sa tendencijom izjednačavanja rodnih uloga i zahteva koje društvo postavlja pred ženu i muškarca, pokazalo se da reprekusije sagorevanja mogu biti vidljive na individualnoj razini kroz sagorevanje majki te da je visok stepen rodne ravnopravnosti na društvenom nivou povezana sa visokim sagorevanjem na individualnom nivou, a posledice se očituju u domenu sagorevanje majki (Roskam i sar. 2021).

Majke su u većem riziku od sagorevanja zbog kontinuiranog prilagođavanja zahtevima svoje dece i ograničenja ličnih aktivnosti, što je u skladu sa O'Relijevim konceptom matricentričnog majčinstva. Nadalje, broj male dece u kući akumulira veći stres i niži nivo kontrole, a u konačnici monotonija beskrajnih svakodnevnih zadataka modelira nivo emocionalne, fizičke i instrumentalne iscrpljenosti (Le Vigouroux i sar. 2017). Analizirajući neravnopravnu dimenziju roditeljstva, feministkinje podsećaju da je briga suštinski deo ljudskih odnosa i da ne bi trebala biti ograničena samo na majke u roditeljskoj dijadi (Climaco 2020). Stoga smatramo da je važno u kontekstu majčinskog sagorevanja stalno podsećati na ovu značajnu psihološku instancu.

Zaključno, pozicioniranje majčinstva u feminističkim teorijama kreće od radikalnog feminističkog odbacivanja majčinstva na osnovu inherentnog utiska o ženama izraženog stavom da „majčinstvo ima veze sa istorijom u kojoj žene ostaju nemoćne reprodukujući svet muškaraca“ (Allen 1983), do umerenijih prikaza te ambivalentnosti koji upozoravaju na „skorašnji pozitivan feministički fokus na majčinstvo“ koji romantizuje majčinstvo oslanjajući se u velikoj meri na seksističke stereotipe (Takševa 2018).

3. RODITELJSKO SAGOREVANJE

Pre definisanja same sintagme osvrnućemo se na motivaciju za roditeljstvom. Koncept motivacije za roditeljstvom podrazumeva zadovoljenje minimum jednog od četiri motiva koji nas vode ka ostvarenju u roditeljskoj ulozi i to kroz: altruistički,

fatalistički, narcistički i instrumentalni motiv (Grijak Soleša i Fazlagić 2015). Istraživanja pokazuju kako žene prijavljuju instrumentalni motiv kao primarni roditeljski motiv, i u nešto manjoj meri narcistički motiv, dok su muškarci više skloni fatalističkim motivima (Ibidem). Instrumentalni motiv podrazumeva da je dete roditelju instrument da ostvari određene životne ciljeve i potrebe poput potvrđivanja sebe, produženja porodične loze, očuvanja braka i rodoljublja. Fatalistički motiv podrazumeva uverenje da je rađanje obaveza čoveka, sastavni deo života i sudbine svake odrasle osobe, dok narcistički motiv podrazumeva da dete potvrđuje roditeljsku reproduktivnu sposobnost ili socijalno-psihološku adekvatnost (Rabin 1965, prema Grijak Soleša i Fazlagić 2015).

Dominantnost instrumentalne motivacije za roditeljstvo kod studenkinja potvrđuje psihološko-emocionalnu i socijalno-normativnu dimenziju vrednosti koje dete ima za potencijalne roditelje (Suckow i Klaus 2002). U kontekstu ove motivacije detetom se razvija pojam o sebi, dostiže besmrtnost kroz porodično ime, kroz uverenja i običaje koje roditelji prenose na decu. Dakle, hereditetna i kulturološka uporišta roditeljstva uslovljavaju razvijanje svesti o roditeljstvu kao neodovojivom od sistema čovekovog funkcionisanja mnogo pre nego i postanemo roditelji. Međutim, često je na društvenom i individualnom planu neprihvatljivo izvestiti o poteškoćama i teskobnom stanju koje roditelji doživljavaju.

Značajno teorijsko uporište konceptu roditeljskog sagorevanja je Brofenbrennerov ekološki model (Ren, Chai i Wang 2024) prema kojem porodica čini jedan mikrosistem u kojem roditelji imaju ulogu u smislu da su crte ličnosti koje roditelji sa sobom nose odlučujuće za proces sagorevanja budući da modeliraju kvalitet roditeljstva. Crte ličnosti poput neuroticizma, savesnosti i prijatnosti čine bazične resurse koji adekvatnim doziranjem mogu zaštititi roditelje od sagorevanja. Posebno neuroticizam utiče na sagorevanje kod roditelja jer emocionalna nestabilnost utiče na regulaciju emocija i kontrolu impulsa, a emocionalno nestabilni roditelji su reaktivniji na životne događaje koji mogu dovesti do sagorevanja (Alarcon, Eschleman, Bowling 2009). Nadalje, visoka prijatnost kao crta ličnosti doprinosi višim nivoima pozitivnih i fleksibilnih kognitivnih strategija suočavanja i nižim nivoima izbegavajućih strategija. Na taj način stvara se stabilan recipročan sistem između dece i roditelja, jer roditelji dobijaju kvalitetnu relaciju sa detetom, a dete dobija osećaj kompetentnosti i samopouzdanja, što posledično smanjuje izgaranje kod roditelja.

Dugoročna prisutnost simptomatologije može voditi ka roditeljskom sagorevanju. Roditeljsko sagorevanje se definiše kao stanje intenzivne iscrpljenosti povezane sa roditeljskom ulogom u kojem osoba postaje emocionalno udaljena od svoje dece i

ima smanjen doživljaj roditeljskog postignuća (Paula i sar. 2021). Naime, početkom 20. veka, nakon uvida koji su stečeni u organizacijskoj psihologiji i spoznajama o profesionalnom burnoutu, istraživači i kliničari prijavljuju sličnu simptomatologiju i kod roditelja. Kao posledica dugoročne izloženosti stresu koji posledično vodi nemogućnosti kompenzacije ograničenih resursa i visokih zahteva, javlja se sindrom roditeljskog sagorevanja (Mikolajczak i sar. 2023). Kada roditelji kontinuirano prijavljuju iscrpljenost, umor i gubitak energije u roditeljskoj ulozi tada zadovoljavaju prvu kategorijalnu dimenziju sindroma roditeljskog sagorevanja iscrpljenost (Lebert-Charron i sar. 2021). Onda kada se postepeno smanjuje pažnja, uključenost u odgoj, gubitak volje za provođenje vremena sa decom te poteškoće u iskazivanju ljubavi prema deci, tada govorimo o dimenziji emocionalnog udaljavanja. Treća dimenzija se odnosi na osećaj smanjenog roditeljskog postignuća ili kompetentnosti u roditeljskoj ulozi koju karakteriše sumnja u vlastite roditeljske sposobnosti što podrazumeva spoznaju da je njihova kompetentnost oslabila te da se ne mogu nositi sa problemima i ispunjavati zahteve u roditeljskoj ulozi (Mikolajczak i sar. 2018a). Na posletku, četvrti faktor koji se odskora pojavljuje, uključuje još i dimenziju kontrasta koja podrazumeva nejednakost uvida u roditeljstvo nekada i sada (Roskam, Brianda i Mikolajczak 2018).

Istraživači navode da onda kada roditelji zadrže kompetentnost u roditeljskoj ulozi, ali izgube osećaj zadovoljstva i ispunjenosti roditeljskom ulogom, možemo govoriti o roditeljskom sagorevanju (Roskam, Brianda i Mikolajczak, 2018), dok učestalost ovih simptoma i intenzitet javljanja ukazuju na prisutnost sindroma i njegovu ozbiljnost (Mikolajczak i Roskam 2021).

Prema izveštajima istraživanja roditeljsko sagorevanje je povezano i sa zloupotrebom supstanci i poremećajima spavanja (Mikolajczak i sar. 2018a; Sarionandia-Pena 2019), depresijom i poremećajem rada hipotalamusne hipofizne osnove (Brianda, Roskam i Mikolajczak 2020). Depresija je zasigurno najjači korelat roditeljskog sagorevanja, što je podržano rezultatima koji govore u prilog smanjenom zadovoljstvu životom i opštim padom blagostanja (Zou i sar. 2022).

Kada su pitanju interpersonalne relacije u porodici u procesu sagorevanja je karakteristična pojačana agresivnost prema deci, zanemarivanje i nasilno ponašanje prema deci (Mikolajczak i Roskam 2021; Kalkan i sar. 2022), a na nivou relacija i odnosa sa partnerom smanjeno zadovoljstvo porodičnim i partnerskim relacijama među supružnicima (Mikolajczak i sar. 2018b; Chen i sar. 2019).

Trenutno su širom sveta aktuelna istraživanja koja pokušavaju identifikovati razinu, prisutnost i opravdanost postojanja ovog sindroma kao zasebnog entiteta.

Ranija istraživanja su upućivala na različite prevalencije koje se kreću od 1% do 30% (Lindström, Aman i Norberg 2011), a s obzirom na rasprostranjenost i mogućnosti dijagnostike noviji podaci su oprezniji u izveštavanju. Naime, u istraživanju provedenom u 42 zemlje roditeljsko sagorevanje proživi oko 5% sa tendencijom rasta u zapadnim zemljama na 9% (Ren, Chai i Wang 2024). Postavlja se pitanje zašto je rast prisutan u zapadnoj kulturi? Odgovor se može naslutiti kroz koncept društvenog uređenja gde je individualističko opredelenje značajan psihološki prediktor u procesu sagorevanja (Roskam i sar. 2022). Zapadne zemlje su sklonije propagandi (a i sam kulturološki okviru je takav) koja intezivira roditeljska očekivanja čime raste psihološki pritisak na roditelje (Faircloth 2014). Apostrofira se momenat instrumentalizacije roditeljstva u domenu normativnih propisa i opšteg javnog interesa, što svakako nije deo javne politike i tradicije nezapadnih kolektivističkih kultura (Geinger, Vandenbroeck i Roets 2014). Autori jedne studije izveštavaju da su samo evropski i američki roditelji protagonisti ere „intezivnog majčinstva/roditeljstva sa posebnim fokusom na dete“ a ovaj koncept karakteriše stručno vođeno, emocionalno upijajuće, radom intezivno i finansijski skupo roditeljstvo (Hays 1996, prema Roskam i sar. 2021).

4. MAJČINSKO SAGOREVANJE

Kako smo u uvodnom delu napomenuli, koncept majčinskog sagorevanja potiče iz domena profesionalnog sagorevanja. Autori Maslach i Jackson (1981) upućuju na paralelu između profesionalnog i roditeljskog sagorevanja kroz zadatke koje odrasli imaju na poslu i svakodnevne obaveze i zadatke u roditeljskoj ulozi. Koncept sagorevanja podržan je transakcionim modelom gde je proces izgaranja najčešće posledica povezanosti percipiranog stresa i emocionalne iscrpljenosti što vodi lošem izboru strategija. Kontinuirani stres povezan sa svakodnevnom brigom o detetu kod majki sa niskim ličnim postignućem i emocionalnom iscrpljenošću može pro-uzrokovati sagorevanje (Boujut i sar. 2016).

Majke su u većem riziku od sagorevanja u odnosu na očeve jer su uključnije i posvećenije ulozi majke (Norberg 2007). Jedno od objašnjenja može biti i u Helgesonovom i Fricovom (1998) modelu preterane posvećenosti drugima. Reč je o osobini ličnosti koja podrazumeva posvećenost drugima do isključenja samog sebe i karakteristična je za ženski rod. Dodatno, preterana posvećenost je pozitivno povezana sa negativnim međuljudskim interakcijama i socijalnom ranjivošću (Bruch 2002), te inter- i intrapersonalnim konfliktima koji vode ka sagorevanju. Prema

Séjourné i sar. (2018) sagorevanje majke je psihološko, emocionalno i fiziološko stanje koje nastaje kao rezultat akumulacije različitih stresora koje karakterišu umerena, ali hronična i ponavljajuća stanja premorenosti. Razlozi koji se najčešće navode kao uzroci povećane vulnerabilnosti odnose se na psihosomatske tegobe i značajni akutni ili hronični stresor roditeljstva kao što je npr. težak temperament deteta (Matvienko-Sikar, Murphy i Murphy 2018). Majke dece koja su preživela rak mozga (Norberg 2007), roditelji dece sa cerebralnom paralizom (Basaran i sar. 2013) kao i majke dece sa dijabetesom tipa 1 prijavljuju roditeljsko/majčinsko sagorevanje (Lindström, Aman, Norberg 2011) upravo zbog konstantne izloženosti stresorima povezanim sa neizvesnošću. Osiromašena ekspresija, regulacija i verbalizacija emocija povezana je sa većim sagorevanjem kod majki dece sa autizmom (Li 2012). Majke sa alekstimijom koriste više prekrivajućih strategija kao što su izbegavanje i samookrivljavanje da bi izbegle stres, ali dugoročno ih ove strategije vode ka sagorevanju (Aaron i sar. 2020). Kao mogući uzročnik majčinskog sagorevanja u literaturi se navodi i internalizacija majčinske motivacije kroz model autonomne motivacije koja pozitivno korelira sa odsustvom sagorevanja i kontrolišuće motivacije koja pozitivno korelira sa visokim nivoom sagorevanja. Dakle, majke koje sa više interesne motivacije prilaze deci i roditeljstvu imaće i manje sagorevanje u roditeljskoj ulozi (Chen, Gan i Guo 2014).

U studiji u kojoj je ispitivano 1306 francuskih majki starijih od 18 godina identifikovani su faktori majčinskog sagorevanja uz pokušaj određivanja granične linije između majki koje su u riziku i onih koje nisu (Lebert-Charron i sar. 2021). Analizom klastera je utvrđeno da se spram afektivnih varijabli (depresija, anksioznost, postpartalna depresija i teret) i ljubavnog odnosa u kojem se procenjivala intimnost strast i posvećenost, razlikuje pet grupa majki prema tipu sagorevanja. Prvu grupu čine majke bez roditeljskog sagorevanja, zatim majke sa srednjim nivoom sagorevanja, majke koje razvijaju emocionalnu distancu, potom majke sa visokom manifestacijom sagorevanja i na kraju majke sa ekstremnim nivoom sagorevanja. Visoka i ekstremno visoka manifestacija roditeljskog sagorevanja prisutna je kod majki koje imaju izraženu jednu ili više afektivnih dimenzija, dok takva razlika nije uočljiva kada se u pitanju ljubavni odnosi. Tako rezultati ove studije izveštavaju da je za majke koju pokazuju odsustvo roditeljskog sagorevanja karakterističan nizak nivo anksioznosti (Ibidem). Ovi rezultati u skladu sa sa ostalim istraživanjima koja dosledno pokazuju da majke koje imaju visok nivo majčinskog sagorevanja imaju i izraženiju dodatnu simptomatologiju (Kawamoto, Furutani i Alimardani 2018; Mikolajczak i sar. 2018b). Neka ranija istraživanja upućuju i na povezanost stila

vezivanja i majčinskog sagorevanja. Kada se suoče sa stresom roditeljskih aktivnosti majke sa anksioznom privrženosti češće imaju osećaj emocionalne iscrpljenosti i odvojenosti od deteta, što uzrokuje brže sagorevanje (Pines 2004).

Kada su u pitanju sociodemografske varijable značajnu povezanost sa nivoom sagorevanja pokazali su nivo obrazovanja i ekonomska (materijalna) situacija u porodici. Viši nivo obrazovanja povezan je sa nižim nivoom sagorevanja, gde se navodi da roditelji višeg obrazovanja uključuju i više strategija suočavanja sa potencijalnim stresorima koji vode ka sagorevanju. Logično, roditelji većeg obrazovanja imaju po pravilu i veća primanja koja posebno u situacijama kada porodice imaju jedno ili više bolesne dece, smanjuju broj stresogena povezanih sa materijalnim poteškoćama u lečenju (Vigouroux i Scola 2018).

Značajno bi bilo u budućnosti proveriti da li i na koji način zaposlenost majki utiče na razvoj sagorevanja. Oprečni nalazi govore da nezaposlene majke brže razvijaju majčinski burnout budući da nemaju "svoje" produktivno vreme, već su u kontinuitetu i u potpunosti posvećene deci, a time i izložene dodatnim stresorima. S druge strane, posebno je važno ispitati uticaj različitih društvenih normi koje mogu stvarati pritisak kod zaposlenih majki da "postanu i ostanu" dobre majke (Meeussen i Van Laar 2018)

4.1. Majčinsko sagorevanje i postpartalna depresija – sličnosti i razlike

Postpartalna depresija se definiše kao depresivno raspoloženje majki karakteristično za period do šest nedelja nakon porođaja sa razlikama u prijavi simptoma u odnosu na društveni milje. U kolektivističkim kulturama porodilje prijavljuju simptome postpartalne depresije dve nedelje nakon porođaja, dok je za zapadnu individualističku kulturu karakterističan period do šest nedelja nakon porođaja sa prevalencom 6-20% (Mughal, Azhar, i Siddiqui 2022).

Majčinsko sagorevanje i postpartalna depresija nesumnjivo imaju sličnosti, a istraživači nastoje da potvrde potencijalne razlike tretirajući ova dva koncepta kao dva različita stanja, dok se deo istraživača slaže da je sagorevanje majke mogući oblik depresije (Schonfeld i Bianchi 2016). Kada se usporede ova dva koncepta postoje izvesna preklapanja u simptomatologiji. Naime, sagorevanje karakterišu ekstremna iscrpljenost, društveni zamor, smanjenje performansi, pad energije, poteškoće u koncentraciji, agitacija ali često i fizički problemi poput glavobolje (Mikolajczak i sar. 2018a). Simptomatologija postpartalne depresije uključuje perzistentno depresivno raspoloženje praćeno gubitkom volje za svakodnevne aktivnosti i aktivnosti

vezane za dete, nizak nivo zadovoljstva tokom dana, hipo- ili hipersomniju, psihomotornu agitaciju, bezvrednost i bezvoljnost, suicidalne ideje ili pokušaje suicida (Karl i sar. 2020). Uopšteno, majke sa simptomima depresije su emocionalno nestabilne što se prenosi i oseti u roditeljstvu, a neretko se nerado bave zahtevima vezanim za decu budući da ih smanjeni emocionalni i bihevioralni kapaciteti u tome sprečavaju (Huang i sar. 2023).

Razlika može biti u težini simptoma ali je sigurno da se kod majčinskog sagorevanja suicid ne prijavljuje kao učestali i značajni simptom. Jedna od razlika može i biti što sagorevanja utiče samo na to kako se majke osećaju i kako se nose sa stresnim situacijama na svakodnevnom nivou, dok depresija više perzistira kao stanje. Takođe, postpartalna depresija se može dijagnostikovati do šest meseci postpartalno, a majčinsko sagorevanje se može pojaviti i prijaviti u bilo kom period majčinstva. Razlike mogu biti u tretmanu budući da je za sagorevanje karakteristična socijalna podrška (Huang i sar. 2023). Hereditetno, postpartalna depresija je dokazano uzorkovana hormonskim promenama, dok kod majčinskog sagorevanja još uvek nemamo takve dokaze (Hem-Lee-Forsyth i sar., 2023).

Istraživanja pokazuju da je usled složenosti majčinske (roditeljske) uloge u postpartalnom periodu povećana vulnerabilnost za roditeljsko sagorevanje kod majki (Huang i sar. 2023). Najčešća objašnjenja jesu posledice koje stvaraju psihosomatske tegobe u postpartalnom periodu porodilje u kombinaciji sa roditeljskim stresorima vezanim za rast i razvoj novorođenčeta. Takođe u jednom istraživanju ispitivane su relacije između majki u postpartalnom periodu i roditeljskog sagorevanja na uzorku od 375 žena u postpartalnom periodu, a rezultati su pokazali da su simptomi postpartalne depresije u pozitivnoj korelaciji sa svim dimenzijama roditeljskog sagorevanja, što je slučaj i sa rezultatima na globalnom nivou (Séjourné i sar. 2018; Nisar i sar. 2020).

Uopšteno, poređenje ova dva fenomena usporava nedovoljan broj lognitudinalnih istraživanja majki sa postpartumom i reperkusije koje se mogu očitovati kasnije u majčinstvu. Stoga stoji preporuka budućim istraživačima da u formiranju svojih nacrti razmisle o ovom tipu istraživanja.

5. ZAKLJUČAK

Ovaj rad imao je cilj da u kontekstu majčinstva kroz istorijsku, psihološku, feminističku i roditeljsku dimenziju razume koncept majčinskog sagorevanja. Podsećanje populacije da je briga kao kognitivna komponenta izražena kod žena, ali

i da u dijadnom roditeljskom odnosu ona treba podjednako da se podeli na roditeljski savez kako bi se tokom rasta i razvoja i roditelji i deca osećali dobro, vidimo kao imperativ savremenog roditeljstva.

Kako bismo u potpunosti razumeli sindrom sagorevanja majki, opasnosti i uzroke, dodatno je važno istraživati i koncept savremenog roditeljstva i kulturološki okvir koji se stvara u procesu globalizacije kako u individualističkim, tako i u kolektivističkim društvima. Istraživanja prikazana u ovom radu sugerišu da su normativni diskurs i praksa majčinstva različiti s obzirom na kulturološki milje.

Iako se značajan broj istraživanja osvrće na sagorevanje kod majki dece sa teškoćama u razvoju ili somatskim teškoćama, verujemo da bi značajno bilo istražiti i kakvo je sagorevanje kod majki dece sa psihičkim poremećajima ili ograničenjima, kao i majki dece sa nekom sociopatijom.

U kontekstu postpartalne depresije istraživači bi se trebali usmeriti na razumevanje razlika između pojmova majčinskog sagorevanja i postpartalne depresije kako bi i dijagnostikovanje i tretman ovih poremećaja bili adekvatni. Pojačana vulnerabilnost u postpartalnom periodu i visok nivo sagorevanja u istom predstavljaju okosnicu za odabir istraživačkih ciljeva. Naime, većina istraživanja u domenu majčinskog burnouta rađena je sa majkama starije dece, dok je mali broj istraživanja tokom prve godine postpartuma. Stoga je preporuka autorima da fokus potencijalnih istraživačkih varijabli pozicioniraju u ovaj period jer bi razumevanje potreba i poteškoća porodilja dodatno pomoglo u kreiranju, adaptaciji i implementaciji stručnih programa podrške i/ili pripreme. Odustvo longitudinalnih studija onemogućava praćenje efekata postpartalne depresije na razvoj majčinskog sagorevanja, te bi veći broj istraživanja ovog tipa studija poboljšao uvid u uzročnost i eventualne posledice.

LITERATURA

1. Aaron, Rachel V., Scott D. Blain, Matthew A. Snodgress, Sohee Park (2020), "Quadratic Relationship Between Alexithymia and Interoceptive Accuracy, and Results From a Pilot Mindfulness Intervention", *Frontiers in Psychiatry*, 11:132.
2. Akujobi, Remi (2011), "Motherhood in African Literature and Culture", *CLCWeb: Comparative Literature and Culture*, 13(1), 2-9.
3. Alarcon, Gene, Kevin J. Eschleman, Nathan A. Bowling (2009), "Relationships between personality variables and burnout: A meta-analysis", *Work & Stress*, 23(3), 244-263.
4. Allen, Jennifer (1983), "Motherhood: The Annihilation of Women", In: Joyce Trebilcot (ed.), *Mothering*, Rowman and Allanheld, Totowa, NJ, 315–330.
5. Basaran, Aynur, K. I. Karadavut, Ozden Sukran Uneri, Özlem Balbaloğlu, N. Atasoy (2013), "The effect of having a children with cerebral palsy on quality of life, burn-out, depression and anxiety scores: A comparative study", *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 49(6), 815-822.
6. Boujut, Emilie, Annika Dean, Amélie Grouselle, Emilie Cappe (2016), "Comparative study of teachers in regular schools and teachers in specialized education schools in France, working with students with an Autism Spectrum Disorder: stress, social support, coping strategies and burnout", *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 46(9), 2874–2889.
7. Brianda, Maria Elena, Isabelle Roskam, Moïra Mikolajczak (2020), "Hair cortisol concentration as a biomarker of parental burnout", *Psychoneuroendocrinology*, 117:104681.
8. Bruch, Monroe A. (2002), "The relevance of mitigated and unmitigated agency and communion for depression vulnerabilities and dysphoria", *Journal of Counseling Psychology*, 49(4), 449–459.
9. Čeranić, Spasenija (2005), *Normalni razvoj ličnosti i patološka uplitanja*, Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, Istočno Sarajevo
10. Chen, Ying, Jess Haines, Brittany M. Charlton, Tyler J. VanderWeele (2019), "Positive parenting improves multiple aspects of health and well-being in young adulthood", *Nature Human Behaviour*, 3(7), 684–691.
11. Climaco, Júlia Campos (2020), "Análise das construções possíveis de maternidades nos estudos feministas e da deficiência", *Revista Estudos Feministas*, 28(1), 542-535.

12. Čudina-Obradović, Mira, Josip Obradović (2006), *Psihologija braka i obitelji*, Golden marketing – Tehnička knjiga, Zagreb
13. de Paula, Ana Júlia, Paulo César Condeles, André Luiz Moreno, Maria Beatriz Guimarães Ferreira, Luciana Mara Monti Fonseca, Mariana Torreglosa Ruiz (2021), "Parental burnout: A scoping review", *Revista Brasileira de Enfermagem*, 75, e20210203.
14. Faircloth, Charlotte (2014), "Intensive parenting and the expansion of parenting", In: E. Lee, J. Bristow, C. Faircloth, & J. Macvarish (Eds.), *Parenting culture studies*, Palgrave Macmillan, 25-50.
15. Geinger, Freya, Michel Vandebroek, Griet Roets (2014), "Parenting as a performance: Parents as consumers and (de) constructors of mythic parenting and childhood ideals", *Childhood*, 21, 488–501.
16. Green, Fjoy (2020), "Practicing Matricentric Feminist Mothering", *Journal of the Motherhood Initiative*, 10(1&2), 83-99.
17. Grijak Soleša, Đurđa, Anida Fazlagić (2015), "Dimenzije motivacije za roditeljstvo studentkinja", *Zbornik matice srpske za društvene nauke*, XXVI, 153(4/15), 753-761.
18. Helgeson, Vicki S., Heidi L. Fritz (1998), "A theory of unmitigated communion. Personality and social psychology review", *Personality and Social Psychology Review*, 2(3), 173-183.
19. Hem-Lee-Forsyth, Shivaughn, Josane Gabriel, N'Diera Viechweg, Min-Hong Lee, Sehee Kim, Feimatta Sowa, Kelsea Bainey (2023), "Postpartum Burnout Among Women of Childbearing Age: A Neglected Global Public Health Problem", *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 6(09), 4396-4404.
20. Huang, Yongqi, Fangxiang Mao, Xuan Zhang, Juan Wang, Zhaojuan Xu, Fenglin Cao (2023), "Exploring the relationship between postnatal depressive symptoms and parental burnout from the perspective of the population and individual level", *BMC Psychiatry*, 23, 409.
21. Kalkan, Rana Begum, M. Annelise Blanchard, Moira Mikolajczak, Isabelle Roskam, Alexandre Heere (2022), "Emotional exhaustion and feeling fed up as the driving forces of parental burnout and its consequences on children: Insights from a network approach", *Current Psychology*, 42(26), 22278-22289.

22. Karl, Marlene, Ronja Schaber, Victoria Kress, Marie Kopp, Julia Martini, Kerstin Weidner, Susan Garthus-Niegel (2020), "Precarious working conditions and psychosocial work stress act as a risk factor for symptoms of postpartum depression during maternity leave: Results from a longitudinal cohort study", *BMC public health*, 20, 1-11.
23. Kawamoto, Taishi, Kaichiro Furutani, Maryam Alimardani (2018), "Preliminary validation of Japanese version of the parental burnout inventory and its relationship with perfectionism", *Frontiers in Psychology*, 9:970.
24. Le Vigouroux, Sarah, Céline Scola, Marie-Emilie Raes, Moira Mikolajczak, Isabelle Roskam (2017), "The big five personality traits and parental burnout: protective and risk factors", *Personality and Individual Differences*, 119, 216–219.
25. Lebert-Charron, Astrid, Géraldine Dorard, Jaqueline Wendland, Emilie Boujut (2021), "Who are and are not the burnout moms? A cluster analysis study of French-speaking mothers", *Journal of Affective Disorders Reports*, 4, 100091.
26. Leskošek, Vesna (2011), "Historical Perspective on the Ideologies of Motherhood and its Impact on Social Work", *Social Work and Society*, 9(2), 1-10.
27. Li, N. (2012), *The study on the relationship between adult attachment, jealousy and emotion regulation*, Master's thesis, China Master's Theses Full-text Database, Northwest Normal University, Gansu, China
28. Lindström, Caisa, Jan Aman, Annika Lindahl Norberg (2011), "Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with Type 1 diabetes mellitus", *Acta paediatrica*, 100(7), 1011–1017.
29. Maslach, Christina, Susan E. Jackson (1981), "The measurement of experienced burnout", *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113.
30. Matvienko-Sikar, Karen, Gillian Murphy, Mike Murphy (2018), "The role of prenatal, obstetric, and post-partum factors in the parenting stress of mothers and fathers of 9-month old infants", *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 39(1), 47–55.
31. Meeussen, Loes, Colette Van Laar (2018), "Feeling Pressure to Be a Perfect Mother Relates to Parental Burnout and Career Ambitions", *Frontiers in Psychology*, 9:2113.
32. Mikolajczak, Moira, Isabelle Roskam (2021), "Conséquences du burn-out parental sur le parent et les enfants" [Consequences of parental burnout on

- the parent and the children], *Soins Pédiatrie/Puériculture*, 42(323), 25–27.
33. Mikolajczak, Moïra, Maria Elena Brianda, Hervé Avalosse, Isabelle Roskam (2018a) Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence, *Child Abuse Negl.*, 80, 134–145.
 34. Mikolajczak, Moïra, Marie-Emilie Raes, Hervé Avalosse, Isabelle Roskam (2018b), "Exhausted Parents: Sociodemographic, Child-Related, Parent-Related, Parenting and Family-Functioning Correlates of Parental Burnout", *Journal of Child and Family Studies*, 27, 602–614.
 35. Mikolajczak, Moïra, Kaisa Aunola, Matilda Sorkkila, Isabelle Roskam (2023), "15 Years of Parental Burnout Research: Systematic Review and Agenda", *Current Directions in Psychological Science*, 32(4), 276–283.
 36. Mughal, Saba, Karen Carlson, Yusra Azhar, Waquar Siddiqui (2022), *Postpartum Depression*, StatPearls Publishing
 37. Neyer, Gerda, Laura Bernardi (2011), "Feminist Perspectives on Motherhood and Reproduction", *Historical Social Research / Historische Sozialforschung*, 36(2 (136)), 162–176.
 38. Nisar, num, Juan Yin, Ahmed Waqas, Xue Bai, Duolao Wang, Atif Rahman, Xiaomei Li (2020), "Prevalence of perinatal depression and its determinants in Mainland China: A systematic review and meta-analysis", *Journal of Affective Disorders*, 277, 1022–1037.
 39. Norberg, Annika Lindahl (2007), "Burnout in mothers and fathers of children surviving brain tumour", *Journal of clinical psychology in medical settings*, 14, 130-137.
 40. O'Reilly, Andrea (2016), *Matricentric Feminism: Theory, Activism, and Practice*, Demeter Press
 41. Odent, Michel (2007), *Birth and Breastfeeding: Rediscovering the Needs of Women During Pregnancy and Childbirth* (2nd edition), Clairview books, Forest Roe, East Sessx.
 42. Pavliček, Tijana (2016), *Intimno, realno, irealno i ironijsko u dramskom stvaralaštvu Lade Kaštelan, Ivana Vidića i Mate Matišića*, Doktorska disertacija, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku - Filozofski fakultet, Osijek
 43. Pines, Ayala Malach (2004), "Adult attachment styles and their relationship to burnout: a preliminary, cross-cultural investigation", *Work & Stress*, 18(1), 66–80.

44. Ren, Xiaohe, Yingying Cai, Jingyi Wang, Ou Chen (2024), "A systematic review of parental burnout and related factors among parents", *BMC Public Health*, 24, 376.
45. Roskam, Isabelle, Joyce Aguiar, Ege Akgun et al. (2021), "Parental Burnout Around the Globe: a 42-Country Study", *Affective Science*, 2, 58–79.
46. Roskam, Isabelle, Laura Gallée et al. (2022), "Gender Equality and Maternal Burnout: A 40-Country Study", *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(2), 157-178.
47. Roskam, Isabelle, Maria-Elena Brianda, Moira Mikolajczak (2018), "A Step Forward in the Conceptualization and Measurement of Parental Burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA)", *Frontiers in Psychology*, 9:758.
48. Sarrionandia-Pena, Ainize (2019), "Effect size of parental burnout on somatic symptoms and sleep disorders", *Psychotherapy Psychosomatics*; 88, 111–112.
49. Schonfeld, Irvin Sam, Renzo Bianchi (2016), "Burnout and Depression: Two Entities or One?", *Journal of Clinical Psychology*, 72(1), 22-37
50. Séjourné, Natalène, Sanchez Rodriguez, A. Leboulenger, S. Callahan (2018), "Maternal burn-out: an exploratory study", *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 36(3), 1-13.
51. Srdić Srebro, Anđa (2014), "Materinstvo: prirodni zakon ili sociokulturni konstrukt?", *Etnološkoantropološke sveske*, 23(12), 37-50.
52. Suckow, Jana, Daniela Klaus (2002), "Value of Children in Six Cultures", *Proceedings of Symposium organized by the Faculty of Social Studies, Masaryk University*, 19–21.
53. Takševa, Tatjana (2018), "Motherhood Studies and Feminist Theory", *Journal of the motherhood initiative*, (9)1, 177-194.
54. Vigouroux, Sarah Le, Céline Scola (2018), "Differences in Parental Burnout: Influence of Demographic Factors and Personality of Parents and Children", *Frontiers in Psychology*, 9:887
55. Višić, Tanja (2013), "Nacionalne populacione politike i konstrukcija materinstva u postsocijalističkoj Srbiji", u: Velenica, Ana (ur.), *Postajanje majkom u vreme neoliberalnog kapitalizma*, Uzbuna, Beograd, 91-131.
56. Volgsten, Helena, Lone Schmidt (2019), "Motherhood through medically assisted reproduction – characteristics and motivations of Swedish single mothers by choice", *Human Fertility*, 24(3), 219–225.
57. Vrcelj, Sofija (2019), "Majčinstvo – podloga familijarizacije odgojno-obrazovnih procesa", *Jahr*, 10(1), 109-128.

58. Zou, Rong, Xiaobin Hong, Gaoxia Wei, Xia Xu, Jiajin Yuan (2022), "Differential Effects of Optimism and Pessimism on Adolescents' Subjective Well-Being: Mediating Roles of Reappraisal and Acceptance", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7067.

BURNOUT SYNDROME IN MATERNAL ROLE

Summary:

Satisfaction with fulfilling the parental role is considered a crucial component of experiencing parental competence. The concept of burnout was initially defined within the domain of occupational psychology, while in Europe, the concept of parental burnout emerged in the early 21st century, particularly in the context of parents of children with developmental challenges. Following parental burnout, the concept of maternal burnout has become particularly crystallized in psychological reality. The concept of maternal burnout has been relevant in the past five years, attracting researchers due to increasingly transparent consequences. This paper will present a broader discourse on motherhood with a specific emphasis on maternal burnout. Since correlates of maternal burnout are still underresearched, understanding the context of motherhood through a cultural-psychological dimension is deemed important. Feminist theories of motherhood also assist in understanding the challenges faced by contemporary mothers, while the current moment highlights the compatibility of postpartum depression with maternal burnout as particularly significant to explore.

Keywords: maternal burnout; parental burnout; motherhood; postpartum depression

Author's address

Adresa autorice

Anida Vrcić Amar

Državni univerzitet u Novom Pazaru

anvrcic@np.ac.rs