

Uštedite u Magenta mjesecu

Popusti na uređaje koje ste čekali - Magenta mjesec je stigao

Hrvatski Telekom

Kupite o



Napisao: [Ljubica Jurič](#) • 11.11.2025.

NEVIDLJIVE RUKE SUSTAVA

Skrb s granicama: kada briga o drugima postane ugroza vlastitog zdravlja

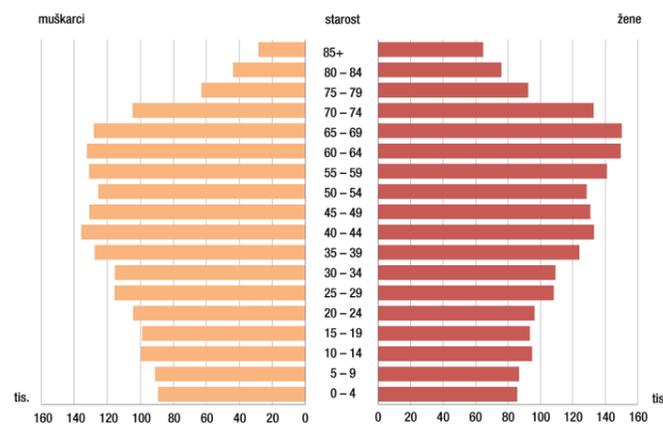
U Hrvatskoj, kao i u većini zemalja Europske unije, sektor skrbi za starije suočava se s ozbiljnom krizom kadrova, kapaciteta i sustavne podrške. Posebno su pogođene žene, koje čine većinu zaposlenih u domovima za starije, radeći u tišini, u emocionalno i fizički iscrpljujućim uvjetima.

Iako Hrvatska broji nešto manje od četiri milijuna stanovnika, u svojim statistikama bilježi gotovo 24 posto starijih od 65 godina te više od 1,2 milijuna umirovljenika. Podaci Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike pokazuju da u zemlji djeluje **više od 680 pružatelja smještaja za starije osobe**, od čega je čak 624 privatnih ili obiteljskih domova, uz tri državna i 56 županijskih, odnosno gradskih ili općinskih ustanova. Ukupni kapacitet smještaja je 30.348 korisnika.



AdChoices

G-3. STANOVNIŠTVO REPUBLIKE HRVATSKE PREMA SPOLU I STAROSTI, PROCJENA SREDINOM 2023.



Evidentno je da potrebe višestruko nadmašuju mogućnosti sustava, a s rastom potražnje rastu i cijene smještaja. Prema prognozi Europske komisije, do 2070. godine broj stanovnika EU-a smanjit će se za 22 posto, dok će se životni vijek produljiti za šest godina, što će dodatno povećati pritisak na zdravstvene i socijalne sustave u cijeloj Europi, pa tako i u Hrvatskoj.

U sklopu serijala [„Nevidljive ruke sustava - žene koje drže društvo, ali ne i moć“](#), ovu temu posvećujemo **njegovateljicama u domovima za starije osobe** - ženama koje svakodnevno nose najveći dio tereta skrbi, često bez priznanja i podrške.

Kriza kadra i nevidljivi teret skrbi

U Hrvatskoj, kao i u većini zemalja Europske unije, sektor skrbi za starije suočava se s ozbiljnom krizom kadrova, kapaciteta i sustavne podrške. Posebno su pogođene žene, koje čine većinu zaposlenih u domovima za starije, radeći u tišini, u emocionalno i fizički iscrpljujućim uvjetima.

Više ne prikazuj taj oglas

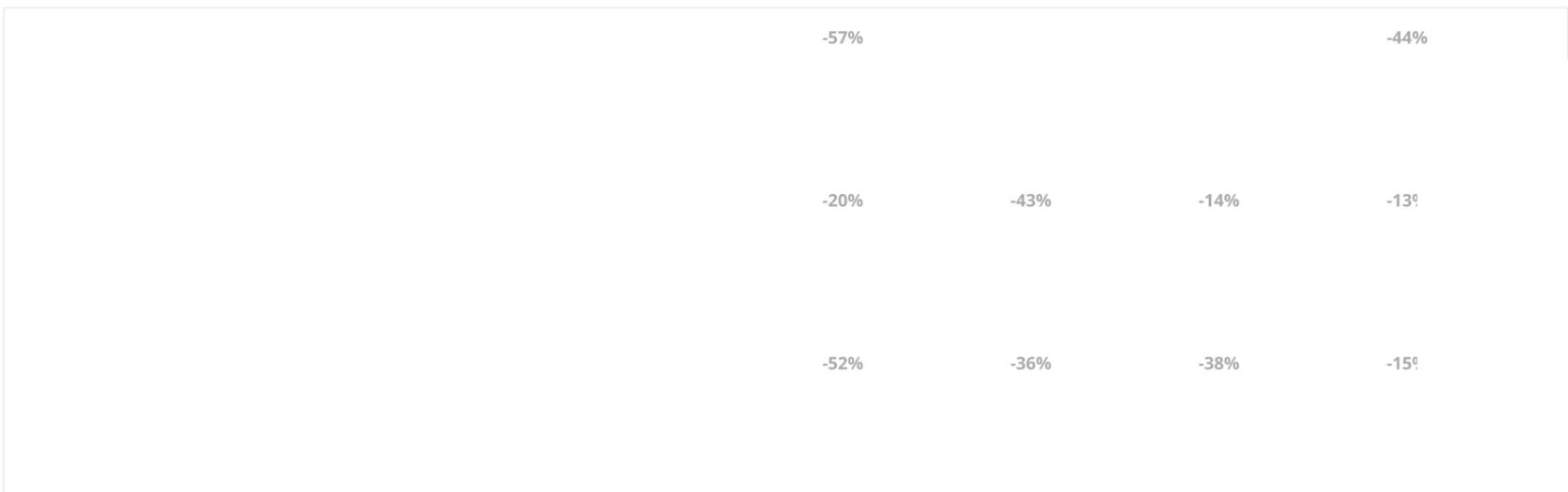
Zašto ovaj oglas? ⓘ

Jedna od mojih sugovornica, koja radi u privatnom domu za starije, opisuje njihovu svakodnevicu: *“Rade u smjenama od 8 ili 12 sati, danju ih je više, noću svega dvije. Svakodnevno održavaju osobnu higijenu korisnika, pomažu u hranjenju, oblačenju i pritom ostaju s njima dovoljno dugo da se, s vremenom, emocionalno povežu. Korisnici često s nama provode zadnje faze života, a njihovo pogoršanje zdravstvenog stanja snažno utječe i na nas. Teško je ostati ravnodušan.”*

U gradskom domu, opis rada malo drugačiji: *“Radni dan njegovateljica traje 24 sata. Smjene se izmjenjuju bez pauze - od jutarnjih higijenskih postupaka, hranjenja i njege, do večernjih obilazaka i noćnih poziva korisnika. Okretanje, podizanje, kupanje, hranjenje... Sve to traži snagu, ali i smirenost. Radimo u smjenama 7 - 15, 7 - 19 i 19 - 7 sati, da bi korisnici imali njegu 24 sata dnevno.”*

Pritisци, granice i emocionalna cijena

U takvom radnom ritmu granica između profesionalne brige i ugroze vlastitog zdravlja postaje sve tanja. /ako, kako kaže sugovornica iz privatnog doma, s vremenom naučiš gdje postaviti emocionalne granice, osjećaj gubitka i tuge ne može se u potpunosti izbjeći.



“Naravno da postoji rizik od sindroma sagorijevanja, ponekad to i prepoznamo, a ponekad kolege jednostavno odu na neka druga radna mjesta. Srećom, u zadnje vrijeme imamo dovoljno radnika pa se ne nakupljaju prekovremeni sati. To se odmah vidi i na njihovom raspoloženju, ali i na kvaliteti rada”, objašnjava.

Sindrom sagorijevanja realna je prijetnja, osobito kada nedostaje osoblja ili kad obitelji korisnika stvaraju dodatni pritisak.

“Korisnici nas najviše cijene, ali pritisak često dolazi od članova obitelji koji se teško mire s bolešću svojih bližnjih i imaju nerealna očekivanja.”

Sugovornica iz gradskog doma dodaje: *“Sve više se prepoznaje važnost rada u djelatnosti socijalne skrbi, osobito u skrbi o starijima. No taj posao traži stalnu empatiju, strpljenje i prisutnost. Njegovateljice se svakodnevno suočavaju s patnjom i gubitkom korisnika, što često izaziva osjećaj bespomoćnosti, osobito kada ne mogu ublažiti bol ili tugu. Uz fizički napor prisutan je i emocionalni umor te potreba za odmakom od svakodnevnih zadataka. Komunikacija je dodatno otežana kad se korisnici, zbog demencije, moždanog udara ili drugih bolesti, ne mogu jasno izraziti. Takve situacije dovode do frustracije i iscrpljenosti, a promjene raspoloženja korisnika - od depresije do agresije - dodatno opterećuju njegovateljice.”*

Podrška koja (još uvijek) nije sustavna

U privatnom domu u kojem radi sugovornica postoji određeni sustav podrške - svakodnevne primopredaje, razgovori s voditeljima, povremene grupne psihoterapije - no, kako kaže, to nije uvijek dovoljno. *“Najvažnije je da postoji otvorena komunikacija. Kod nas su vrata ureda uvijek otvorena i kolege znaju da mogu reći kad im je teško.”*

No u gradskim domovima situacija je ponešto drukčija: *“Osim internih edukacija koje se povremeno provode u manjim grupama, njegovateljicama zasad nisu dostupni oblici sustavnog stručnog usavršavanja niti supervizija koja bi im pružila psihološku podršku. Podrška se uglavnom ostvaruje kroz povremene radionice u sklopu projekata EU fondova i tematske događaje. Unatoč tomu, njegovateljice i ostali djelatnici sami nastoje održati osjećaj zajedništva, često se druže i izvan radnog vremena, pružajući si međusobno potporu i razumijevanje.”*

Osobito je problematično što se emocionalni rad žena u ovim zanimanjima rijetko prepoznaje ili vrednuje.

Premda tradicionalna uloga žene kao njegovateljice nije uvijek izravno nametnuta, mnoge djelatnice tu ulogu nastavljaju i u privatnom životu, gdje se od njih često očekuje da budu skrbnice i unutar vlastitih obitelji. Iako ima i muških kolega, briga o drugima i dalje se najčešće doživljava - i društveno, i osobno - kao ženska odgovornost.



Google oglasi

Više ne prikazuj taj oglas

Zašto ovaj oglas? ⓘ

Motivacija, plaća i smisao

Djelatnici u državnim i gradskim domovima imaju sigurne radne uvjete i ostvaruju prava propisana na državnoj razini, no visina plaće ostaje ključan motivacijski faktor.

„Kada bi plaće njegovateljica u Hrvatskoj bile usporedive s onima u drugim europskim zemljama, vjerujemo da bi bilo znatno manje odlazaka iz struke. Povećanje standarda, odnosno boljeg omjera broja zaposlenih i korisnika, dodatno bi pridonijelo kvaliteti rada i većem zadovoljstvu djelatnica. Na duže staze, ovo je fizički i emocionalno iscrpljujući posao, zbog čega su bolovanja česta i često dugotrajna”, ističe sugovornica iz gradskog doma.

Motivacija za nastavak rada, međutim, ne dolazi iz vanjskog priznanja, nego iznutra, iz osjećaja smisla i zahvalnosti.

“Iz iskustva se može zaključiti da su njegovateljice iznimno motivirane za svoj rad. Važno im je poticajno okruženje, stručni tim, podrška kolegica. Najveće zadovoljstvo osjećaju kada dobiju izraz zahvalnosti od korisnika ili njihove obitelji, kada vide da je njihov trud učinio nečiji život dostojanstvenijim. Upravo ti trenuci vraćaju osjećaj svrhe i potvrđuju da njihov rad ima duboku ljudsku i moralnu vrijednost.”



Google oglasi

Više ne prikazuj taj oglas

Zašto ovaj oglas? ⓘ

Granice koje štite i one koji skrbe

Unatoč naporima unutar samih ustanova da se stvori podržavajuće okruženje, pravo rješenje mora doći s viših razina - zakonodavstva, lokalne uprave, zdravstvenog i socijalnog sustava. Sustavno ulaganje u kadrove, priznanje emocionalnog rada i omogućavanje ravnoteže između privatnog i profesionalnog života ključni su za očuvanje zdravlja djelatnica u skrbi.

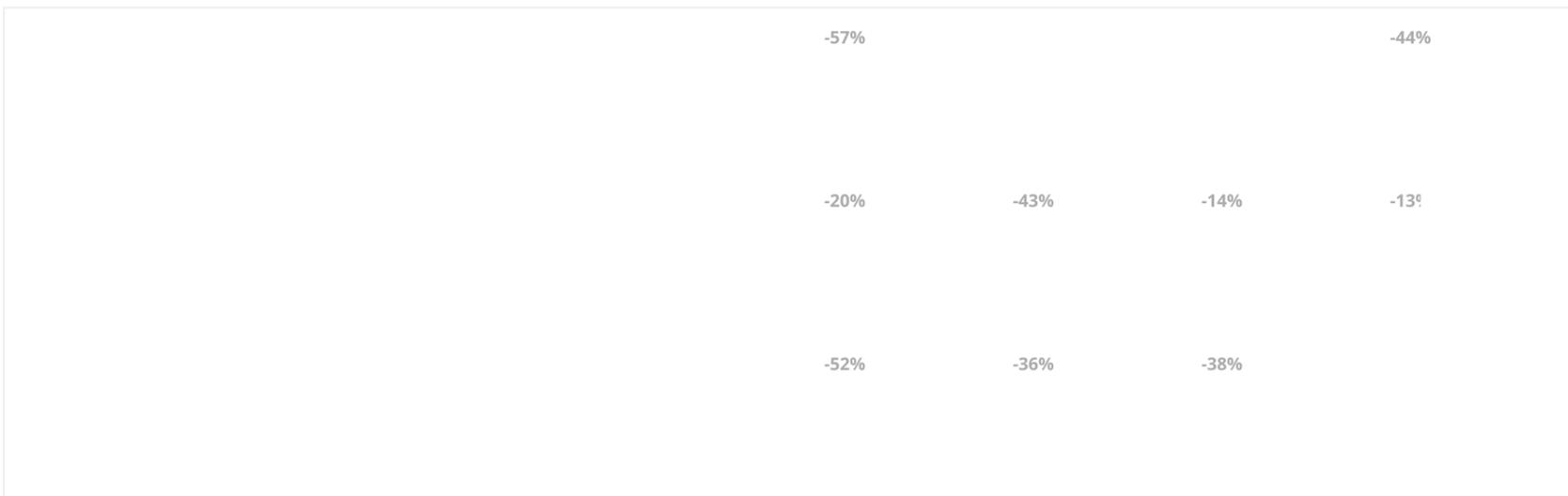
Jer briga o drugima ne smije biti teret koji ugrožava zdravlje onih koji pomažu.

A da bi skrb bila održiva - mora imati granice. Granice koje štite i one koji primaju, i one koji daju.

Izradu i objavljivanje serijala tekstova pod naslovom „Nevidljive ruke sustava - žene koje drže društvo, ali ne i moć”, autorice Ljubice Jurič, financijski je podržala Agencija za elektroničke medije kroz projekt Poticanja novinarske izvrsnosti za 2025. godinu.

**U tekstu su izneseni osobni stavovi i savjeti autora i/ili autorovih sugovornika koji se ne mogu ni pod kojim uvjetima smatrati službenim stavovima Savjeti.hr-a. Savjeti.hr ne preuzima odgovornost za sadržaj ovog teksta.*

Ako želite još zanimljivih poslovnih i životnih savjeta, **prijavite se** na naš dvomjesečni [newsletter](#).



Sandero Stepway već od 16.490€

Otkrijte Dacia Sandero Stepway: svestran i udoban crossover za svaku avanturu.

Dacia

Ot

[Postavke privatnosti i kolačića](#)

Upravlja Google. Usklađeno s IAB-ovim TCF-om. ID CMP-a: 300