

Marija Zotović¹
i Jelica Petrović

Filozofski fakultet u
 Novom Sadu,
 Odsek za psihologiju

**PREVLADAVANJE STRESA U
 ADOLESCENCIJI: RELACIJE SA
 KARAKTERISTIKAMA LIČNOSTI I
 MENTALNIM ZDRAVLJEM**

Rezime

Istraživanje prikazano u okviru ovog rada sprovedeno je da bi se dobili odgovori na tri istraživačka pitanja. Prvo pitanje odnosi se na strukturu prevladavanja kod adolescenata – koje dimenzije ili stilovi prevladavanja se mogu identifikovati na osnovu odgovora ispitanika o upotrebi različitih strategija prevladavanja? Drugo pitanje odnosi se na mogućnost predikcije upotrebe identifikovanih stilova prevladavanja na osnovu dimenzija ličnosti prema modelu Velikih pet. U okviru trećeg pitanja ispituje se značaj stilova prevladavanja kao prediktora nekih aspekata mentalnog zdravlja adolescenata. Istraživanje je izvršeno na uzorku od 225 učenika prvog i četvrtog razreda srednjih škola. Ispitivanjem strukture prevladavanja registrovane su bazične dimenzije prevladavanja. Strategije usmerene na emocije grupisale su se u okviru istoimenog faktora, dok su se u okviru prevladavanja usmerenog na problem diferencirale pristupajuće od izbegavajućih strategija. Osobine savesnost, emocionalna stabilnost i prijatnost izdvojile su se kao prediktori stilova prevladavanja usmerenih na problem, koji su se pokazali povezanim sa odsustvom problema u ponašanju i psihološkim blagostanjem. Neuroticizam, i u manjoj meri ekstraverzija, pokazali su se kao prediktori prevladavanja usmerenog na emocije, čija je upotreba, prema rezultatima ovog istraživanja, u negativnoj vezi sa indikatorima mentalnog zdravlja.

Ključne reči: prevladavanje stresa, osobine ličnosti, mentalno zdravlje

¹ E-mail: zotovic@yahoo.com

Primljeno: 14.11.2011.

Prihvaćeno za štampu: 19.12.2011.

Uvod

Kada je uočen značaj koji ima u okviru stres procesa, prevladavanje stresa je privuklo veliku pažnju teoretičara i istraživača. U savremenoj literaturi preovlađuje shvatanje da prevladavanje predstavlja medijator stresa. To znači da stres i različiti poremećaji nisu u direktnoj vezi, već stres predstavlja činilac koji pokreće prevladavajuća ponašanja, a ona su ta koja su u vezi sa ishodima stresa. Aldwin (1994) smatra da više nego stres sam, prevladavanje je ključni koncept koji nam omogućava da razumemo adaptaciju i poremećaje adaptacije, jer ne izaziva stres sam po sebi poremećaje, nego načini na koje se ljudi bore sa stresom.

Prema široko prihvaćenom određenju, prevladavanje stresa uključuje sve ono što osoba čini na kognitivnom i bihevioralnom planu sa ciljem rešavanja problema i/ili smanjenja intenziteta psihofiziološke reakcije u okviru stres procesa (Lazarus & Folkman, 1984).

Kada je u pitanju struktura, postoji hijerarhija koncepata kojima se opisuje prevladavanje. Krohne (1993) razlikuje bihevioralni od konceptualnog nivoa, a svaki od njih sadrži dve potklase. Reakcije i akti sačinjavaju bihevioralni nivo koji se nalazi na dnu hijerarhije. Reakcija prevladavanja odnosi se na jedan bihevioralni element (npr. prebacivanje sa informativnog na muzički program u laboratorijskim eksperimentima). Nekoliko sličnih reakcija čini akt (npr. neko ponašanje usmereno na rešavanje problema). Na konceptualnom nivou može se identifikovati niz akata koji čine strategiju prevladavanja, kao što je korišćenje socijalnih resursa ili okretanje religiji. Može se reći da postoji veliki broj strategija koje su identifikovane u radovima različitih autora, jer one u dobroj meri zavise od konteksta u kome je prevladavanje ispitivano.

Strategije mogu biti podvedene pod superstrategije, koje se nazivaju i stilovima prevladavanja. Stilovi prevladavanja su lične tendencije da se reaguje na uobičajeni ili preferirani način u različitim stresnim situacijama koje imaju slične osnovne karakteristike. Stilovi prevladavanja stresa predstavljaju opšte dispozicije za određeni način ponašanja u (potencijalno) stresnim okolnostima.

U literaturi postoji veliki broj klasifikacija stilova prevladavanja, koje se zasnivaju na različitim kriterijumima. Klasifikacija nastala na osnovu funkcije prevladavanja Lazarusa i Folkman (Lazarus & Folkman, 1984) sadrži dva fundamentalno različita stila prevladavanja: na problem usmereno prevladavanje i na emocije usmereno prevladavanje. Na problem usmereno prevladavanje obuhvata napore koji su usmereni ka izmeni situacije koja se doživljava kao stresna (tj. procenjuje kao gubitak, pretnja ili izazov). Napori mogu biti usmereni na promenu samog stresora, kognitivno redefinisane situacije, umanjivanje posledica koje situacija

može imati, traženje alternativnih rešenja i dr. Na emocije usmereno prevladavanje obuhvata napore usmerene na regulaciju afekta uzrokovanog situacijom, kao i pokušaje pripisivanja novog značenja situaciji. Reč je o strategijama koje ne menjaju samu situaciju (što ne implicira njihovu pasivnost).

Klasifikacija nastala na osnovu fokusa pažnje, stilove prevladavanja deli na usmeravanje pažnje i kognitivno izbegavanje. Stil usmeravanja pažnje karakteriše upotreba strategija intenzivnog prikupljanja i obrade informacija vezanih za stresni događaj. Kognitivno izbegavanje karakteriše upotreba strategija odvratanja pažnje od bilo kakvih znakova vezanih za stresni događaj. Autor ove klasifikacije, Krohne (1993), smatra da je reč o ortogonalnim dimenzijama.

Još neki autori, iako su imenovali svoje stilove drugačije nego što je to učinio Krohne, manje ili više eksplicitno navode da je reč o stilovima usmeravanja pažnje ka problemu ili od njega. Roth i Cohen (1986) prave razliku između pristupajućeg (approach) i izbegavajućeg (avoidance) prevladavanja. Pristupajuće strategije uključuju direktne napore ka promeni stresne situacije, dok strategije izbegavajućeg prevladavanja uključuju izbegavanje situacije, njeno poricanje, gubljenje nade i ne podrazumevaju napor da se promeni situacija.

Neki autori prave razliku između aktivnog prevladavanja i pasivnog prevladavanja. Glavna razlika je u tome što kod aktivnog prevladavanja osoba pristupa samom stresoru i emocijama koje su povezane sa njim, dok kod pasivnog prevladavanja osoba pokušava da se distancira od stresora i pratećeg afekta (Connor-Smith & Compas, 2002).

Na kraju ovog pregleda, koji svakako nije iscrpan, pomenimo da postoje klasifikacije i na osnovu metoda prevladavanja (npr. Moos, 1993), gde se uzima u obzir da li je prevladavanje na kognitivnom ili bihevioralnom nivou; kao i neki modeli koji izdvajaju kao poseban stil onaj koji uključuje socijalne vidove prevladavanja (npr. Amirkhan, 1990).

Tokom adolescencije se javljaju brojne socijalne, biološke i psihološke promene, što definiše dati razvojni period kao razdoblje u kome su uvećani zahtevi za prevladavanjem stresa. Smatra se i da uspešno razvijanje adaptivnih strategija prevladavanja u ovom periodu predstavlja osnovu za uspešno prilagođavanje u odrasloj dobi (Griffith, Dubow, & Ippolito, 2000).

Za adolescenciju bi se moglo reći da predstavlja ključni period za razvoj veština prevladavanja. S obzirom na značaj sposobnosti adaptivnog prevladavanja životnih problema, razvijaju se brojni programi namenjeni razvoju veština prevladavanja za adolescente (Clarke, 2006). Ovi programi promovišu adaptivno prevladavanje i posebno ističu upotrebu aktivnih strategija kao što je rešavanje problema, asertivna komunikacija i traženje socijalne podrške.

Problem istraživanja

Istraživanje prikazano u okviru ovog rada sprovedeno je da bi se dobili odgovori na tri istraživačka pitanja.

Prvo pitanje odnosi se na strukturu prevladavanja kod adolescenata – koje dimenzije ili stilovi prevladavanja se mogu identifikovati na osnovu odgovora ispitanika o upotrebi različitih strategija prevladavanja?

Drugo pitanje odnosi se na mogućnost predikcije upotrebe identifikovanih stilova prevladavanja na osnovu dimenzija ličnosti prema modelu Velikih pet. Prema transakcionistačkom modelu stresa, osobine ličnosti predstavljaju kategoriju činilaca koji modifikuju stres proces, tako što utiču na njegove komponente (procenu događaja i prevladavanje) i na taj način determinišu i konačan ishod stres procesa (De Longis & Holtzman, 2005; Lee-Bagley, Preece, & DeLongis, 2005; Vollrath, 2001).

U okviru trećeg pitanja ispituje se značaj stilova prevladavanja kao prediktora nekih aspekata mentalnog zdravlja adolescenata, a to su odsustvo problema u ponašanju i psihološko blagostanje.

Metod

Uzorak

Ispitanici su bili učenici prvog i četvrtog razreda srednjih škola u Novom Sadu: SŠS "Svetozar Miletić" i SŠS "Mihajlo Pupin" i u Titelu, STŠ "Mileva Marić". Broj ispitanika u kategorijama u odnosu na pol i razred dat je u tabeli 1.

Tabela 1.
Broj ispitanika u odnosu na pol i razred

		razred		
		I	IV	
pol	muški	47	51	98
	ženski	66	61	127
Ukupno		113	112	225

Instrumenti i postupak

1. Za identifikovanje osnovnih strategija prevladavanja i ponašanja u susretu sa razvojnim stresovima u adolescenciji korišćen je instrument A COPE (Patterson & McCubbin, 1987). Sastoji se od 54 ajtema, a odgovara se na petostepenoj skali Likertovog tipa.

Većina koeficijena pouzdanosti u istraživanju autora instrumenta prelazila je vrednost od .70. Faktori dobijeni u originalnom istraživanju su: Ventiliranje osećanja, Traženje preokupacije (seeking diversions), Razvijanje samopouzdanja i optimizma, Razvijanje socijalne podrške, Rešavanje porodičnih problema, Izbegavanje problema, Traženje duhovne podrške, Traženje bliskih prijatelja, Traženje profesionalne pomoći, Angažovanje u zahtevnim aktivnostima, Humor i Opuštanje. Na uzorku adolescenata (N = 709) ovaj inventar je validiran longitudinalnom studijom ponašanja rizičnih po zdravlje.

2. BFI (Big Five Inventory; John i Srivastava, 1999) predstavlja operacionalizaciju modela Velikih pet dimenzija ličnosti. Inventar se sastoji od 44 ajtema na koje se odgovara na skali Likertovog tipa.
3. CHQ (Child Health Questionnaire; Landgraf, Abetz, & Ware, 1996). Upitnik za procenu različitih aspekata zdravlja deteta je multidimenzionalan upitnik, sačinjen od 50 ajtema, namenjen proceni različitih domena dečijeg psihosocijalnog funkcionisanja, fizičkog zdravlja i blagostanja.

Za potrebe ovog istraživanja korišteni su suptestovi za ispitivanje odsustva problema u ponašanju i psihološkog blagostanja, kao instrumenti za procenu indikatora mentalnog zdravlja. Subtest za ispitivanje odsustva problema u ponašanju sastoji se od 16 ajtema koji opisuju nekonstruktivne oblike ponašanja, neprilagođene i nekonstruktivne emocionalne reakcije. Suptest za ispitivanje blagostanja sačinjen je od 15 ajtema koji govore o učestalosti javljanja prijatnih i neprijatnih osećanja. Pouzdanost korišćenih skala, izražena Krombah Alfa koeficijentom se kretala od .719 do .931.

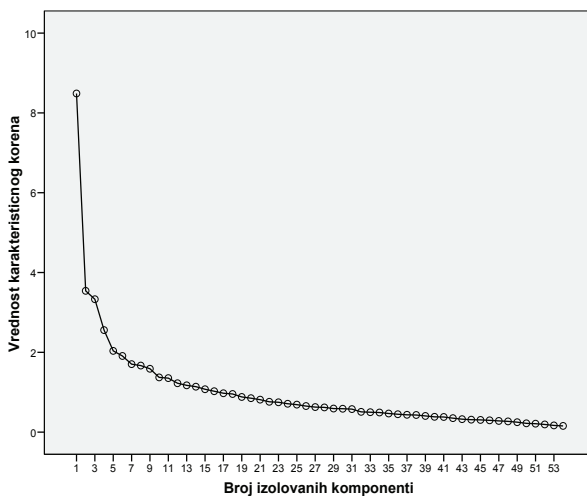
Ispitivanje se odvijalo u školama, grupno. Ispitivanje je trajalo od 15 do 25 minuta.

Rezultati

Struktura prevladavanja kod adolescenata

Sa ciljem ispitivanja strukture prostora merenja upitnika A COPE nad dobijenim odgovorima ispitanika je primenjena faktorska analiza (metod glavnih komponenti). Na osnovu Scree kriterijima, moguće je ekstrahovati 9 faktora prvog reda,

koji zajedno objašnjavaju 50% ukupne varijanse sistema varijabli. Rezultati su prikazani na grafikonu 1.



Grafikon 1. Scree test u okviru analize glavnih komponenata upitnika A COPE

Izolovanih 9 faktora prvog reda su dovedeni u Promax poziciju i izvršeno je njihovo imenovanje na osnovu matrice sklopa.

U okviru prvog faktora prvog reda grupisala su se ponašanja usmerena na održavanje svakodnevne rutine (Ispunjavam zahteve roditelja i pridržavam se pravila [.668], Pomažem u kući [.535], Vredno radim i učim [.473]) ali i na očuvanje socijalnih odnosa (ne prebacuje se odgovornost i krivica na druge [.688], ne ispoljava se bes na druge ljude [.537]). Za ovaj faktor odabran je naziv *Održavanje rutine i socijalnih odnosa*.

Drugi faktor obuhvatao je ponašanja usmerena na odvratanje pažnje od izvora stresa, angažovanjem u različitim, najčešće fizičkim aktivnostima. Ajtemi koji su imali najveće korelacije sa faktorom su sledeći: Bavim se fizičkim aktivnostima (.862), Bavim se hobijem (.638), Vozim bicikl (.596). Drugi faktor je, u skladu sa sadržajem ajtema, dobio naziv *Fizičke aktivnosti*.

Treći faktor prvog reda opisuju ponašanja usmerena na ispoljavanje osećanja u krugu bliskih ljudi, kao što su braća, sestre, prijatelji i druge bliske osobe (Izduvam se tako što se požalim prijateljima [.872], Pričam sa prijateljima o onome što me muči [.865], Pričam sa bratom i sestrom [.507], Provodim vreme sa osobom do koje mi je stalo [.481]). Primetna je orijentacija na socijalne vidove prevladavanja. Čini se dominantnom upravo usmerenost na ekspresiju emocija, u skladu sa čime je i odabran naziv *Emocionalna ventilacija u krugu prijatelja*.

Četvrti faktor prvog reda opisuju aktivni postupci koji su usmereni na primanje podrške od primarne porodice. Ajtemi koji su imali najveće korelacije sa faktorom su sledeći: Izduvam se tako što pričam sa nekim u porodici (.788), Razgovaram sa mamom o onome što me muči (.689), Razgovaram sa tatom o onome što me muči (.628), Pokušavam da razjasnim situaciju sa roditeljima (.567). Četvrti faktor je, u skladu sa sadržajem ajtema, dobio naziv *Traženje roditeljske podrške*.

Kada je reč o petom faktoru prvoga reda, možemo reći da obuhvata strategije za koje je karakterističan pasivan odnos prema problemu (Spavam [.674], Jedem [.598]) i izbegavajuća orijentacija (Gledam TV [.588], Idem u kupovinu [.586], Slušam muziku [.453]). Celokupan sklop faktora čini se da ukazuje na pokušaje distanciranja ili negiranja problema, zbog čega je faktor imenovan kao *Negiranje problema*.

Šesti faktor prvog reda uključuje aktivne strategije usmerene na podršku od strane sveštenih lica i stručnih lica. Ajtemi koji čine faktor su sledeći: Odlazim u crkvu i pričam sa sveštenim licima (.822), Idem u crkvu (.803), Molim se (.690), Razgovaram sa psihologom u školi (.338). Za šesti faktor je odabran naziv *Traženje duhovne podrške*.

Sedmi faktor prvog reda uključuje pretežno kognitivne napore usmerene na odvratanje pažnje od stresora i na minimiziranje situacije (Okrećem sve na šalu [.733], Šalim se i zadržavam smisao za humor [.637], Ubeđujem sebe da problem nije bitan [.540]). U ovaj faktor ulaze i strategije usmerene na redefinisane, tj. pokušaje da se sagledaju pozitivni aspekti situacije (Pokušavam da u teškim situacijama vidim nešto dobro [.499], Pokušavam da mislim na lepe stvari [.456]). Uzimajući u obzir čitav sklop faktora predložen je naziv *Održavanje optimizma*.

Osmi faktor prvog reda uključuje aktivne postupke i preduzimanje direktnih akcija u rešavanju svojih i tuđih problema (Pokušavam sam da donesem odluku [.684], Sam pokušavam da rešim svoje probleme [.602], Pokušavam da pomognem drugima da reše svoje probleme [.414]). Zbog toga je faktor imenovan kao *Preuzimanje odgovornosti*.

Deveti faktor prvog reda uključuje postupke usmerene na emocionalnu ventilaciju i traženje podrške, kao što je odlazak psihologu (.756) ili plakanje (.379), ali i zloupotrebu supstanci (Koristim lekove koje mi nije prepisao lekar [.746], Pušim [.374]). Na osnovu dobijenog sklopa za faktor je predlažen naziv *Pokušaji emocionalne regulacije*.

Dobijenih devet faktora imaju velike sličnosti sa faktorima, tj. supskalama instrumenta koje su registrovali autori skale. U ovom istraživanju neki od dobijenih faktora obuhvataju dva faktora o kojima govore autori skale. Faktor *Traženje duhovne podrške* u ovom istraživanju obuhvata obraćanje i sveštenim licima, ali i stručnjacima; dok autori skale govore o dve posebne strategije prevladavanja. *Održavanje optimizma* se u ovom istraživanju pojavljuje zajedno sa korišćenjem

humora u okviru istog faktora, dok autori skale izveštavaju o dve posebne kategorije. I na kraju, *Fizičke aktivnosti* u ovom istraživanju sadrže elemente dve supskale iz originalnog instrumenta: Traženje preokupacije (engl. „seeking diversions“) i Opuštanje.

Na faktorskim skorovima, primenjena je faktorska analiza drugog reda (metod glavnih komponenti). Izolovana su 3 faktora drugoga reda, na osnovu Gutman-Kajzerovog kriterijuma, koji zajedno objašnjavaju 55% ukupne varijanse.

Faktori su dovedeni u Promax poziciju i interpretirani na osnovu matrice sklopa.

Struktura prvog faktora drugog reda prikazana je u tabeli 2.

Tabela 2.

Struktura prvog faktora drugog reda

Faktori prvog reda koji čine F1_2	Faktorska zasićenja
Traženje roditeljske podrške	.869
Održavanje rutine i socijalnih odnosa	.615
Preuzimanje odgovornosti	.535
Traženje duhovne podrške	.306

Može se primetiti da svaki od uključenih faktora predstavlja aktivne napore prevladavanja i da je većina usmerena ka problemu. U okviru ovog faktora je primetno oslanjanje na socijalne vidove prevladavanja. Faktor je imenovan kao na problem usmereno pristupajuće prevladavanje, ili kraće: ***Pristupanje problemu.***

Struktura drugog faktora drugog reda prikazana je u tabeli 3.

Tabela 3.

Struktura drugog faktora drugog reda

Faktori prvog reda koji čine F2_2	Faktorska zasićenja
Pokušaji emocionalne regulacije i zloupotreba supstanci	.830
Emocionalna ventilacija u krugu prijatelja	.806
Negiranje problema	.370

Dominantna orijentacija strategija u okviru drugog faktora drugog reda jeste uspostavljanje emocionalne regulacije, pa je faktor imenovan kao ***Na emocije usmereno prevladavanje.***

Struktura trećeg faktora drugog reda prikazana je u tabeli 4.

Tabela 4.*Struktura trećeg faktora drugog reda*

Faktori prvog reda koji čine F3_2	Faktorska zasićenja
Održavanje optimizma	.827
Fizičke aktivnosti	.811

Za treći faktor drugog reda možemo reći da uključuje napore sa ciljem izbegavanja problemske situacije, zato je faktor imenovan kao na problem usmereno izbegavajuće prevladavanje, ili kraće: **Izbegavanje problema**.

U daljoj obradi podataka su korišteni faktori drugog reda, kao predstavnici različitih stilova prevladavanja stresa.

Relacije osobina ličnosti i stilova prevladavanja stresa

Sa ciljem ispitivanja relacija osobina ličnosti i stilova prevladavanja stresa primenjena je multipla regresiona analiza. Nezavisne varijable (prediktori) u analizi su bile osobine ličnosti modela Pet Velikih, a zavisne varijable (kriterijumi) stilovi prevladavanja stresa dobijeni na upitniku A COPE.

Testiran je model u celini i sva tri koeficijenta multiple regresione analize su značajna. Rezultati su prikazani u tabeli 5.

Tabela 5.*Testiranje modela u celini*

Kriterijumi – stilovi prevladavanja	R	R²	F	p
Pristupanje problemu	,421	,178	9,453	0,000
Na emocije usmereno prevladavanje	,348	,121	6,028	0,000
Izbegavanje problema	,382	,146	7,478	0,000

Kako bi postigli uvid u parcijalne doprinose osobina ličnosti računati su standardizovani beta koeficijenti i testirana je njihova značajnost.

Kada je kriterijum pristupanje problemu, osobine ličnosti koje značajno doprinose predviđanju kriterijuma su *savesnost* (beta=,346, p<.01) i *prijatnost* (beta=.136, p<.05). Obe osobine ukazuju na pozitivan doprinos kriterijumu, odnosno, ukazuju da osobe koje su savesnije i prijatnije više koriste pristupanje problemu kao stil prevladavanja stresa.

Kada je kriterijum na emocije usmereno prevladavanje, osobine koje značajno doprinose predviđanju su *neuroticizam* ($\beta = .313$, $p < .01$) i *ekstraverzija* ($\beta = .174$, $p < .01$).

I konačno, osobine koje značajno doprinose predviđanju upotrebe izbegavanja problema su *neuroticizam* ($\beta = -.249$, $p < .05$) i *savesnost* ($\beta = .147$, $p < .05$). Iz dobijenih rezultata proizilazi da osobe koje su emocionalno stabilnije i savesnije preferiraju izbegavanje problema kao stil prevladavanja.

Relacije stilova prevladavanja stresa i indikatora mentalnog zdravlja

Sa ciljem ispitivanja relacija između odsustva problema u ponašanju i stilova prevladavanja stresa, primenjena je multipla regresiona analiza. Kao prediktori su korišteni stilovi prevladavanja stresa, dobijeni na upitniku A COPE, a kriterijum je skor na testu koji procenjuje odsustvo problema u ponašanju. Model je testiran u celini i dobijen je statistički značajan koeficijent multiple korelacije. Rezultati su prikazani u tabeli 6.

Tabela 6.

Testiranje modela u celini

Kriterijum	R	R²	F	p
Odsustvo problema u ponašanju	,363	,132	11,184	,000

Stilovi prevladavanja koji značajno predviđaju odsustvo problema u ponašanju su *na problem usmereno prevladavanje*, pre svega *pristupajuće* ($\beta = .317$, $p < .01$), ali i *izbegavajuće* ($\beta = .173$, $p < .01$). Rezultati ukazuju da osobe koje koriste prevladavanje usmereno na problem, pre svega pristupajuće, imaju manje problema u ponašanju.

Za ispitivanje relacija između blagostanja kao indikatora mentalnog zdravlja i stilova prevladavanja stresa je takođe primenjena multipla regresiona analiza. Kao prediktori su korišteni stilovi prevladavanja stresa, a kao kriterijum skor na testu koji procenjuje blagostanje. Model je testiran u celini i dobijeni koeficijent multiple korelacije je statistički značajan. Rezultati analize prikazani su u tabeli 7.

Tabela 7.*Testiranje modela u celini*

Kriterijum	R	R²	F	p
Psihičko blagostanje	,426	,181	16,332	,000

Stilovi prevladavanja koji predviđaju blagostanje su *izbegavanje problema* ($\beta = .344$, $p < .01$) i *na emocije usmereno prevladavanje* ($\beta = -.250$, $p < .01$). Prema dobijenim rezultatima, osobe koje preferiraju izbegavanje problema i manje učestalo koriste na emocije usmereno prevladavanje, postižu više skorove na testu koji procenjuje psihološko blagostanje.

Diskusija

Ispitujući bazične dimenzije prevladavanja stresa kod adolescenata metodom hijerarhijske faktorske analize dobijeno je rešenje sa tri faktora drugog reda, koji su imenovani kao *pristupanje problemu*, *na emocije usmereno prevladavanje* i *izbegavanje problema*. Dobijeno rešenje uključuje kombinaciju dva dvodimenzionalna modela. Prvi je model Lazarus-a, prema kome postoje dve dimenzije prevladavanja sa različitom *funkcijom*: prevladavanje usmereno na problem i prevladavanje usmereno na emocije (Lazarus & Folkman, 1984). Prema drugom modelu moguće je razlikovati dimenzije prevladavanja prema *usmerenosti pažnje*. S obzirom na ovaj kriterijum, prevladavanje može biti pristupajuće (approach) i izbegavajuće (avoidance); ili aktivno, odnosno pasivno (Krohne, 1993; Miller, Combs, & Kruss 1993). Iako se dve koncepcije u određenoj meri preklapaju, one se ipak ne mogu sasvim poistovetiti, o čemu u prilog govore i rezultati istraživanja u ovom radu. Realna prevladavajuća ponašanja nekada je teško svrstati samo u dve kategorije, bez obzira o kom od dva modela je reč. Na primer, na emocije usmerene strategije mogu potencijalno da uključe i pristupajuće i izbegavajuće strategije. Osoba može da ulaže aktivan napor da smanji intenzitet negativne emocionalne reakcije, npr. kroz promene kognicije; ili može izbegavati kontakt sa svojim emocijama, tako što će se prepustiti sanjarenju. Zato je možda realnosti primerenije razlikovanje *četiri odvojene dimenzije*, koje predstavljaju kombinaciju dve dimenzije prema funkciji prevladavanja i dve dimenzije s obzirom na usmerenost pažnje.

U ovom radu nisu registrovane sve četiri dimenzije prevladavanja. Moguće je da je razlog za to što je ispitivanje vršeno na nekliničkom uzorku adolescenata, koji nisu u većoj meri bili izloženi nerazvojnim stresnim događajima. Razvojni, očekivani stresni događaji se u većoj meri, u poređenju sa nerazvojnim, akcidentnim, percipiraju kao podložni kontroli, a u takvim situacijama češće se koriste strategije

prevladavanja usmerene na problem (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen, & Wadsworth, 2001; Folkman, 1984). Veća preferencija ovakvih strategija mogla je dovesti do toga da se ove strategije grupišu u više posebnih faktora i kategorija faktora; u poređenju sa strategijama usmerenim na emocije.

Za razliku od ovog istraživanja, u ispitivanju strukture prevladavanja stresa kod adolescenata tokom bombardovanja Jugoslavije 1999. dobijeno je rešenje sa dva faktora koja su obuhvatila prevladavanje usmereno na emocije i samo jedan faktor koji je uključivao prevladavanje usmereno na problem (Zotović, 2004). Ovakav rezultat protumačen je tada karakteristikama situacije bombardovanja koja je bila uglavnom nepodložna kontroli, te su prevladavajuća ponašanja bila pre svega usmerena na emocije.

Ispitivanjem doprinosa dimenzija ličnosti modela Pet Velikih u predviđanju načina prevladavanja, rezultati ukazuju da su četiri dimenzije ličnosti značajni prediktori pojedinih stilova prevladavanja. Prema dobijenim rezultatima samo dimenzija ličnosti otvorenost ka iskustvu se nije pokazala kao značajan prediktor nijednog ispitivanog stila prevladavanja.

Prediktori upotrebe *pristupanja problemu* su osobine savesnosti i prijatnosti, s tim što dimenzija savesnosti pokazuje veći doprinos predviđanju kriterijuma. Osobe sa visokim skorom na savesnosti pokazuju visoku usmerenost ostvarivanju postavljenih ciljeva, što u uslovima stresa može da se manifestuje kao usmerenost na rešavanje problema. Istraživanja ukazuju na povezanost dimenzije savesnosti sa pristupajućim, aktivnim, na problem usmerenim strategijama prevladavanja, kao i na usmerenost na očuvanje socijalnih odnosa u stresnim situacijama (; DeLongis & Holtzman, 2005; Lee-Bagglely et al., 2005), što je dobijeno i u okviru ovog istraživanja gde pristupanje problemu obuhvata nekoliko faktora koji uključuju „socijalne“ strategije prevladavanja. Kada je u pitanju dimenzija prijatnosti, visoki skorovi govore o osobama koje norme za vlastito ponašanje izvode koristeći više izvora (partnere, prijatelje, duhovne vođe; Smederevac i Mitrović, 2006). Za očekivati je da se takve osobe u stresnim situacijama okreću svojim bližnjima za savet i mišljenje kako bi adekvatnije pristupile problemu, ali i ulažu napor da u stresnim situacijama ne naruše svoje socijalne veze ni svoju svakodnevnu rutinu.

Prediktori upotrebe *na emocije usmerenog prevladavanja* su dimenzije neuroticizma i ekstraverzije. Dimenzija neuroticizma se pokazala kao bolji prediktor tj. daje veći doprinos predikciji datog kriterijuma. U literaturi se povezuje sa upotrebom na emocije usmerenih strategija prevladavanja (Lee-Bagglely et al., 2005), ali i sa lošijim ili neadaptivnijim ishodima stresa. Osobe sa visokim skorom na neuroticizmu su sklonije iskustvu negativnih emocija i potreban im je mali broj stimulusa niskog intenziteta koji ih dovode do stanja uznemirenosti (Smederevac i Mitrović, 2006). Na osnovu operacionalizacije dimenzije čini se logičnom upotreba upravo strategija usmerenih na emocije. Dimenzija ekstraverzije se pokazala kao prediktor na emocije usmerenog stila prevladavanja. U literaturi nije u potpunosti

jasan doprinos ove dimenzije kada je reč o procesu prevladavanja, iako se moglo očekivati da se ekstraverti više koriste „socijalnim“ strategijama prevladavanja. Objašnjenje povezanosti ekstravertije sa prevladavanjem usmerenim na emocije u okviru ovog rada moglo bi se potražiti u činjenici da su ekstraverti osobe koje teže pozitivnim emocijama, pa kod ovakvih osoba negativni afekat u stresnoj situaciji mobilize napore usmerene na emocionalnu ventilaciju.

Prediktori *izbegavanja problema* kao stila prevladavanja stresa su osobine emocionalna stabilnost i savesnost. Emocionalno stabilne osobe se opisuju kao osobe koje nisu impulsivne, koje ne paniče u stresnim situacijama; to su osobe koje životno iskustvo doživljavaju na racionalnom nivou (Smederevac & Mitrović, 2006). S obzirom na to da broj i intenzitet stimulusa mora biti visok kako bi proizveo uznemirenost kod ovih osoba, o emocionalnoj stabilnosti se govori kao osobini koja predstavlja činilac otpornosti na stres (Arehart-Treichel, 2005; McCrae, 1990; Zotović, 1999). Činjenicu da je ova osobina dobar prediktor upotrebe *izbegavanja problema* možda možemo dovesti u vezu sa manjim stepenom uznemirenosti, koji značajno ne remeti kognitivno i bihevioralno funkcionisanje. Samim tim ne postoji dovoljan motiv da se naponi usmere na upotrebu aktivnih i pristupajućih strategija prevladavanja, već se pribegava upotrebi strategija sa *izbegavajućom* orijentacijom. Dimenzija ličnosti koja se pokazala kao značajan prediktor *izbegavanja problema* kao stila prevladavanja je i savesnost, za razliku od istraživanja u kome se ista dimenzija povezuje sa malom verovatnoćom upotrebe *izbegavajućih* strategija (Watson & Hubbard, 1996). Ovakav rezultat možda možemo objasniti činjenicom da savesne osobe pokazuju visoku usmerenost na ciljeve i samodisciplinovanost, što im omogućava da ne razmišljaju o problemu. Savesnost je jedina dimenzija ličnosti kod koje je isti pol dobar prediktor dva stila prevladavanja, koja su oba usmerena na problem, ali se u zavisnosti od ostalih osobina ličnosti problemu ili aktivno pristupa, ili se on izbegava.

U okviru ovog rada ispitivano je i pitanje da li stilovi prevladavanja doprinose predikciji nekih od aspekata mentalnog zdravlja, kao što su problemi u ponašanju i psihološko blagostanje.

Problemi u ponašanju uključuju nekonstruktivne oblike ponašanja (krađa ili bežanje od kuće), nekonstruktivne emocionalne reakcije (ispoljavanje besa ili potištenosti u situacijama neostvarenja želja) i neprilagođene emocionalne reakcije (svađa, teškoće da se boravi u društvu i da se u njega uklopi). Stilovi prevladavanja koji daju doprinos u predviđanju *odsustva* problema u ponašanju su na problem usmereni, pristupajući i *izbegavajući*. Veći broj istraživanja ukazao je na pojavu da je na problem usmereno prevladavanje povezano sa boljim ishodima u uslovima kada je stresna situacija podložna kontroli (Compas et al., 2001; Folkman, 1984). S obzirom na to da je u pitanju uzorak adolescentne populacije čiji pripadnici nisu bili izloženi stresu u velikoj meri, tj. da njihova stresna iskustva uglavnom obuhvataju razvojne stresore koji su u dobroj meri kontrolabilni, povezanost na

problem usmerenog prevladavanja sa odsustvom problema u ponašanju može se smatrati očekivanom. Takođe, ne treba zanemariti činjenicu da na problem usmereno prevladavanje stresa u ovom istraživanju obuhvata i „socijalne“ strategije prevladavanja, o čijem značaju za pozitivne ishode prevladavanja stresa govore mnogobrojna istraživanja i teorijske koncepcije (DeLongis & Holtzman, 2005).

Kao indikator mentalnog zdravlja je korišteno i blagostanje, tj. prisustvo prijatnih osećanja, kao što je sreća, uživanje u obavljanju nekih aktivnosti, razdraganost, nasuprot pojavi neprijatnih osećanja, kao što je tuga, strah, zabrinutost, usamljenost. Kao prediktor blagostanja, izdvojilo se izbegavanje problema, kao i tendencija da se ne koristi na emocije usmereno prevladavanje. Prethodne analize su pokazale da emocionalno stabilne osobe preferiraju izbegavanje problema i nisu sklone upotrebi na emocije usmerenih strategija prevladavanja. Ovakav sklop osobina i preferirani stil prevladavanja mogu voditi dobrim ishodima na planu mentalnog zdravlja, iako je istraživanjima pokazano da dugoročno izbegavanje problema ne predstavlja efikasan način suočavanja sa stresom (Folkman, Lazarus, Dunkel-Schetter, De Longis, & Gruen, 1986; Kaplan, 1996; Lazarus i Folkman, 1984). Da bi se ispitalo da li je registrovana povezanost stabilna ili dolazi do promena u njenom intenzitetu i/ili smeru, trebalo bi da bude sprovedeno longitudinalno istraživanje o efektima preferiranih stilova prevladavanja.

Dobijeni rezultati podržavaju transakcionističku koncepciju stresa, prema kojoj osobine ličnosti, zajedno sa situacionim činiocima, utiču na izbor strategija prevladavanja stresa; i na taj način, preko prevladavanja kao medijatora, ostvaruju uticaj i na ishode stresa na planu mentalnog zdravlja. Rezultati su u skladu i sa rezultatima nekih prethodnih istraživanja koji ukazuju na povezanost pristupanja problemu sa boljom adaptacijom i manjom učestalošću poremećaja (Clarke, 2006; Cunningham, 2002; Hampel & Petermann, 2005); dok bi ulogu izbegavanja problema i na emocije usmerenog prevladavanja trebalo ispitati dodatnim istraživanjima.

Na kraju, napomenimo da je nedostatak ovog istraživanja to što nisu prikupljeni podaci o konkretnim stresnim iskustvima ispitanika i što ovi podaci nisu uključeni u statističke analize. Zbog toga se rezultati ovog istraživanja mogu smatrati korisnim početnim korakom za dalje ispitivanje složene povezanosti komponenta stres procesa sa ishodima na planu mentalnog zdravlja, a čiji bi krajnji cilj bilo identifikovanje efikasnih načina prevladavanja, s obzirom na to da se radi o bihevioralnim činiocima, na koje je moguće uticati odgovarajućim edukativnim aktivnostima.

Literatura

- Aldwin, C.M. (1994). *Stress, coping, and development*. New York: Guilford Press.
- Amirkhan, J.H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1066-1074.
- Arehart-Treichel, J. (2005). Resilience shown in youth protects against adult stress. *Psychiatric News*, 40, 14.
- Clarke, A. (2006). Coping with interpersonal stress and psychosocial health among children and adolescents: A meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 11-24.
- Compas, B.E., Connor-Smith, J.K., Saltzman, H., Thomsen, A.H., Wadsworth, M.E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127, 87-127.
- Connor-Smith, J.K., & Compas, B.E. (2002). Vulnerability to social stress: Coping as a mediator or moderator of sociotropy and symptoms of anxiety and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 39-55.
- Cunningham, E.G. (2002). Developing a measurement model for coping research in early adolescence. *Educational and Psychological Measurement*, 62, 147-163.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- DeLongis, A., & Holtzman, S. (2005). Coping in context: The role of stress, social support, and personality in coping. *Journal of Personality*, 73, 1633-1656.
- Folkman, S. (1984) Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., De Longis, A., Gruen, R.J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992-1003.
- Griffith, M., Dubow, E., & Ippolito, M. (2000). Developmental and cross-situational differences in adolescents' coping strategies. *Journal of Youth and Adolescence*, 29, 183-204.
- Hampel, P., & Petermann, F. (2005). Age and gender effects on coping in children and adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 73-83.

- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In: L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford.
- Kaplan, H. B. (1996). *Psychosocial stress*. New York: Academic Press.
- Krohne, H. W. (1993). *Attention and avoidance: Strategies in coping with aversiveness*. Seattle, WA: Hogrefe & Huber.
- Landgraf, J. M., Abetz, L., & Ware, J. E. (1996). *The CHQ user's manual* (1st ed.). Boston, MA: The Health Institute, New England Medical Center.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Lee-Baggley, D., Preece, M., & DeLongis, A. (2005). Coping with interpersonal stress: Role of Big Five traits, *Journal of Personality*, 73, 1141.
- McCrae, R. R. (1990). Measuring Life Stress: Controlling neuroticism in the measurement of stress. *Stress Medicine*, 6, 237-241.
- Miller, S. M., Combs, C., & Kruss, L. (1993). Tuning in and tuning out: Confronting the effects of confrontation. In: H.W. Krohne (Ed.), *Attention and avoidance: Strategies in coping with aversiveness*. Seattle, WA: Hogrefe & Huber.
- Moos, R. H. (1993). *Coping Responses Inventory: Adult Form Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Patterson, J. M., & McCubbin, H. I. (1987). Adolescent coping style and behaviors - Conceptualization and measurement. *Journal of Adolescence*, 10, 163-186.
- Roth, S., & Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41, 813-819.
- Smederevac, S., & Mitrović, D. (2006). *Ličnost: metodi i modeli*. Beograd: Centar za primenjenu psihologiju.
- Vollrath, M. (2001). Personality and stress. *Scandinavian Journal of Psychology*, 42, 335-347.
- Watson, D., & Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: Coping in the context of the five-factor model. *Journal of Personality*, 64, 737-774.
- Zotović, M. (1999). *Ratni stres. Postoje li otporna deca?*. Beograd: Zadužbina Andrejević
- Zotović, M. (2004). *Stres i mentalno zdravlje dece: studija posledica bombardovanja*. Beograd: Zadužbina Andrejević.

**Marija Zotović
& Jelica Petrović**

Faculty of Philosophy,
Department of
Psychology, Novi Sad

COPING WITH STRESS IN ADOLESCENCE: RELATIONS WITH PERSONALITY CHARACTERISTICS AND MENTAL HEALTH

Abstract

The research has been conducted to provide answers to three research questions. The first question concerns structure of coping – which dimensions or styles could be identified on the basis of the coping strategies inventory scores? The second refers to possibility of predicting coping styles by using personality characteristics as predictors. The third one examines possibility of predicting some aspects of mental health using coping styles as predictors. The sample consisted of 225 high school students. Basic dimensions of coping were registered, including emotion focused coping, problem approaching and problem avoidance. Conscientiousness, emotional stability and agreeableness were predictors of problem focused coping, which predicted less behavioral problems and greater well-being. Neuroticism, and in less extent extraversion, were predictors of emotion focused coping, which was in negative association with mental health, according to results of this study.

Key words: coping with stress, personality characteristics, mental health