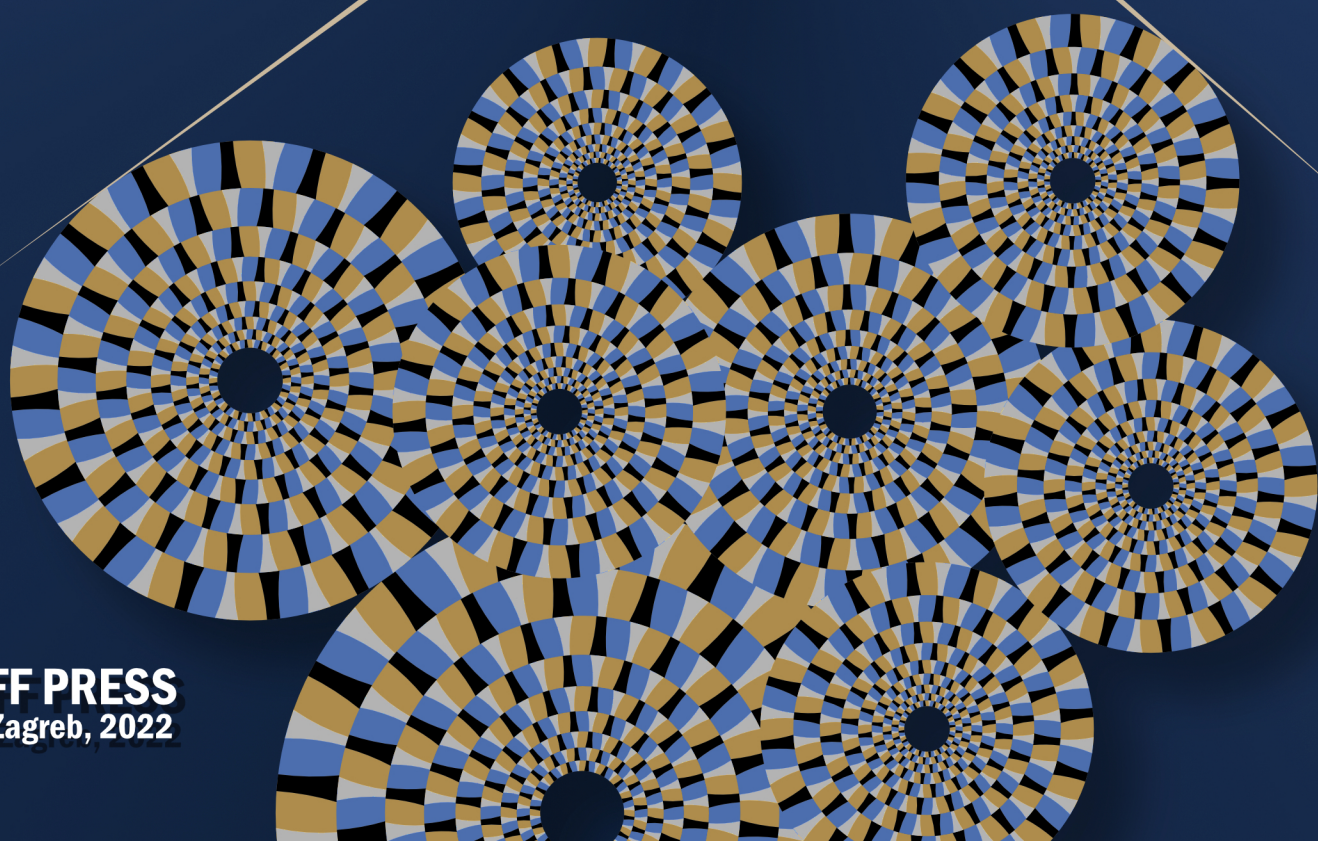


Damir Ljubotina

DOŽIVLJAJ KONTROLE U PSIHOLOGIJI

teorije, metode i istraživanja



FF PRESS
Zagreb, 2022

Damir Ljubotina

Doživljaj kontrole u psihologiji
Teorije, metode i istraživanja

Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu
Odsjek za psihologiju
FF press

Za izdavača

Izv. prof. dr. sc. Domagoj Tončinić

Godina elektroničkog izdanja: 2022.

Autor

Prof. dr. sc. Damir Ljubotina

Recenzenti

Prof. dr. sc. Gordana Kuterovac Jagodić
dr. sc. Vladimir Takšić, profesor emeritus

Lektorica

dr. sc. Jadranka Brnčić

Računalni slog

Boris Bui

Grafičko oblikovanje naslovnice

Zoran Mudronja

ISBN

978-953-379-046-6

<https://www.doi.org/10.17234/9789533790466>



Djelo je objavljeno pod uvjetima [Creative Commons Autorstvo-Nekomercijalno-Bez prerada 4.0 Međunarodne javne licence \(CC-BY-NC-ND\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) koja dopušta korištenje, dijeljenje i umnažanje djela, ali samo u nekomercijalne svrhe i uz uvjet da se ispravno citira djelo i autora, te uputi na izvor. Dijeljenje djela u prerađenom ili izmijenjenom obliku nije dopušteno.

Damir Ljubotina

Doživljaj kontrole u psihologiji

Teorije, metode i istraživanja

 FF press

Sadržaj

i. Predgovor	13
ii. Uvod	17
A. Prvi dio - Teorije i metode u području istraživanja koncepta kontrole	
1. Koncept doživljaja kontrole u psihologiji	27
1.1. Kontrola i ljudsko ponašanje	28
1.2. Različiti konstrukti vezani uz kontrolu	31
1.3. Primjeri teorija i modela koji uključuju kontrolu	33
1.4. Različite vrste procjena vezanih uz doživljaj kontrole	37
1.4.1. Opća procjena osobne kontrole	37
1.4.2. Percepcija vjerojatnosti ostvarenja ishoda	38
1.4.3. Procjena vjerojatnosti pozitivnih i negativnih ishoda	38
1.4.4. Lokus kontrole	38
1.4.5. Atribucija faktora koji utječu na ostvarenje zadanog cilja (percepcija kauzalnosti)	39
1.4.6. Potreba za kontrolom	39
1.4.7. Samokontrola	39
1.5. Inzistiranje na osobnoj kontroli ili upravljanje kontrolom?	40
1.6. Individualna ili grupna kontrola	42
1.7. Faze u procesu procjene mogućnosti kontrole	43
1.8. Sažetak prvog poglavlja	46
2. Lokus kontrole	49
2.1. Rotterova teorija socijalnog učenja	49
2.1.1. Teorija socijalnog učenja i psihopatologija	52
2.2. Važnost ishoda ponašanja ili potkrepljenja	53
2.3. Koncept lokusa kontrole - tko kontrolira ishode ponašanja	56
2.4. Unutarnji lokus kontrole	58
2.5. Vanjski lokus kontrole	59
2.6. Neke preporuke za rješavanje metodoloških i konceptualnih problema vezanih uz istraživanje lokusa kontrole	61
2.7. Sažetak drugog poglavlja	62
3. Pregled instrumenata za mjerenje lokusa kontrole	65
3.1. Mjere generaliziranog lokusa kontrole	65
3.2. Mjere lokusa kontrole za djecu	69
3.3. Mjere lokusa kontrole u području zdravlja	70

3.4. Mjere lokusa kontrole za specifična područja ponašanja	73
3.5. Sažetak trećeg poglavlja	78
4. Istraživanja lokusa kontrole	83
4.1. Lokus kontrole, tjelesno i mentalno zdravlje.....	83
4.1.1. Mehanizmi povezanosti lokusa i zdravstvenih ishoda	84
4.1.2. Lokus kontrole i posljedice boravka u progonstvu	87
4.2. Lokus kontrole i akademsko postignuće	88
4.2.1. Akademska kontrola.	89
4.3. Lokus kontrole i poremećaji ponašanja	90
4.4. Lokus kontrole i religioznost	92
4.5. Lokus kontrole u roditeljstvu	95
4.6. Sažetak četvrtog poglavlja	97
5. Atribuiranje uzročnosti	101
5.1. Proces atribuiranja uzročnosti	101
5.2. Procjena mogućnosti kontrole ("kontrolabilnosti")	104
5.3. Atribucije uzroka – analitičnost ili automatizam.....	105
5.4. Pogreške pri atribuiranju	106
5.4.1. Praznovjerna ponašanja.....	106
5.4.2. Osnovna atribucijska pogreška	107
5.4.3. Atribucije u vlastitu korist.....	107
5.4.4. Razlika u atribucijama iz uloge izvođača i promatrača.....	108
5.4.5. Neki oblici obrambenih atribucija	108
5.4.6. Iluzorne korelacije.....	108
5.5. Sažetak petog poglavlja.....	109
6. Različiti koncepti koji uključuju kontrolu	113
6.1. Želja ili potreba za kontrolom	113
6.1.1. Mjerenje želje (potrebe) za kontrolom.....	114
6.1.1.1. Upitnik želje za kontrolom (DCS – Desirability of Control Scale)	115
6.1.1.2. Drugi instrumenti za mjerenje potrebe za kontrolom.....	115
6.1.2. Istraživanja u području želje (potrebe) za kontrolom.....	116
6.2. Potreba za strukturom	118
6.2.1. Mjerenje potrebe za strukturom	120
6.3. Samokontrola.....	121
6.3.1. Određenje koncepta samokontrole	121
6.3.2. Determinante razvoja samokontrole	123
6.3.3. Istraživanja samokontrole	124
6.3.4. Samokontrola u svakodnevnom životu	125
6.3.5. Mjerenje samokontrole	126

6.3.6. Kako zakon regulira odgovornost za kontrolu vlastitog ponašanja?	127
6.4. Kontrola i regulacija emocija.	128
6.5. Samoregulacija	131
6.6. Sažetak šestog poglavlja	133
7. Doživljaj gubitka kontrole i bespomoćnost	137
7.1. Primjeri doživljaja bespomoćnosti i doživljaja gubitka kontrole	138
7.2. Moguće reakcije u situaciji doživljaja gubitka kontrole	140
7.3. Stanje stvarne bespomoćnosti	144
7.4. Primjeri situacija u kojima osobe doživljavaju bespomoćnost.....	145
7.4.1. Zlostavljanje djece u obitelji	145
7.4.2. Nasilje u obitelji i partnerskim vezama	146
7.4.3. Dijagnoza teško izlječive bolesti	147
7.4.4. Tortura ili mučenje	148
7.5. Naučena bespomoćnost	148
7.5.1. Mjerenje (naučene) bespomoćnosti	152
7.6. Sažetak sedmog poglavlja.....	154
8. Društvo i kontrola	157
8.1. Politički sustav i kontrola	158
8.2. Kultura i lokus kontrole	159
8.3. Suvremena tehnologija i kontrola	160
8.4. Potreba za kontrolom u interpersonalnoj komunikaciji.....	162
8.5. Sažetak osmog poglavlja.....	165
9. Lokus kontrole kod adolescenata.....	173
9.1. Metodologija istraživanja	173
9.1.1. Opis uzorka	173
9.1.2. Provedba istraživanja	174
9.1.3. Mjerni instrumenti	175
9.2. Upitnik lokusa kontrole za adolescente – LKA	178
9.3. Deskriptivna statistika rezultata dobivenih primjenom Upitnika LKA.....	182
9.3.1. Raspodjela procjena za pojedine karakteristike s obzirom na unutarnji, neutralni i vanjski lokus kontrole	183
9.3.2. Procjene zadovoljstva i važnosti za pojedine karakteristike	185
9.4. Provjera latentne strukture upitnika LKA.....	189
9.4.1. Konfirmatorna faktorska analiza Upitnika LKA.....	193
9.5. Izražavanje rezultata na subskalama i deskriptivna statistika za subskele.....	194
9.6. Analiza ukupnih rezultata u Upitniku LKA u slučaju kada se kao mjera lokusa kontrole koristi prosječan rezultat u cijelom upitniku (k = 20)	195
9.7. Procjena općeg utjecaja na događaje u životu	196
9.8. Razlike na mjerama kontrole s obzirom na spol i srednjoškolsko usmjerenje	197

9.9. Kriterijska i konvergentna valjanost mjera lokusa kontrole.....	200
9.10. Posredujuća uloga lokusa kontrole na odnos između razine stresnih dogadaja i internaliziranih problema	206
9.11. Predikcija rezultata na Upitniku lokusa kontrole za adolescente (LKA).....	208
9.12. Zaključci i sažetak devetog poglavlja	210
10. Potreba za kontrolom kod adolescenata	215
10.1. Razvoj upitnika za mjerenje potrebe za kontrolom.....	215
10.2. Metodologija istraživanja	218
10.2.1. Opis uzorka	218
10.2.2. Provedba istraživanja.....	218
10.2.3. Mjerni instrumenti	218
10.3. Rezultati primjene Upitnika potrebe za kontrolom (UPK).....	220
10.4. Provjera latentne strukture Upitnika potrebe za kontrolom.....	221
10.5. Konfirmatorna faktorska analiza Upitnika potrebe za kontrolom	222
10.6. Izražavanje ukupnih rezultata u Upitniku potrebe za kontrolom	223
10.7. Razlike u potrebi za kontrolom prema spolu učenika i školskom usmjerenju	223
10.8. Razlike u procjeni lokusa kontrole prema spolu učenika i školskom usmjerenju	223
10.9. Korelacije između mjera potrebe za kontrolom i lokusa kontrole.....	224
10.10. Korelacije mjera kontrole s varijablama akademskog uspjeha i samopoimanja	225
10.11. Predikcija razine samopoštovanja na osnovi spola, akademskog uspjeha i mjera kontrole	226
10.12. Razlika u samopoštovanju između osoba s različitim razinom opće potrebe za kontrolom i percipirane stvarne kontrole nad vlastitim životom.....	227
10.13. Zaključci i sažetak desetog poglavlja.....	229
11. Atribucije uspjeha u životu kod adolescenata	233
11.1. Razvoj Upitnika atribucija uspjeha u životu.....	233
11.2. Metodologija istraživanja	236
11.2.1. Opis uzorka	236
11.2.2. Mjerni instrumenti	236
11.3. Rezultati primjene Upitnika atribucija uspjeha u životu (AUŽ).....	238
11.4. Provjera latentne strukture upitnika atribucija uspjeha u životu	241
11.5. Razlike u atribucijama u funkciji spola i srednjoškolskog usmjerenja.....	243
11.5.1. Razlike na dimenziji Razvijanje sposobnosti i znanja	244
11.5.2. Razlike na dimenziji Upornost i asertivnost	244
11.5.3. Razlike na dimenziji Socijalna podrška	245
11.5.4. Razlike na dimenziji Poštivanje moralnih načela	245
11.5.5. Razlike na dimenziji Sreća i sudbina	246
11.5.6. Razlike na dimenziji Traženje veza i snalaženje.....	246
11.5.7. Razlike na dimenziji Unutarnjih atribucija	246
11.5.8. Razlike na dimenziji vanjskih atribucija	247
11.6. Povezanost atribucija uspjeha u životu s religioznošću, vrijednostima i delinkventnim ponašanjem ..	247

11.7. Predikcija rezultata na dimenzijama atribucija uspjeha u životu	250
11.8. Procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva	251
11.9. Atribucije i izbor vlastitog ponašanja	253
11.10. Predikcija procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva	254
11.11. Zaključci i sažetak jedanaestog poglavlja	256
12. Literatura	261
13. Napomene	285
14. O autoru	287
Iz recenzije	288

Ne možete kontrolirati sve što vam se događa, ali možete kontrolirati koliko će te stvari utjecati na vas.

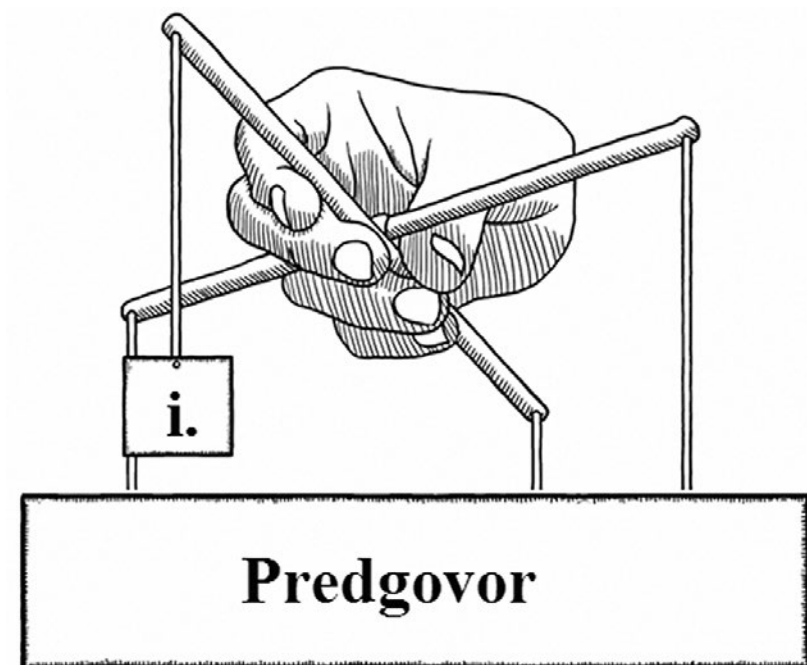
M. Angelou

Prestanite pokušavati kontrolirati stvari koje nije moguće kontrolirati.

F. Sonneberg

Ne možemo upravljati vjetrom, ali možemo podesiti jedra tako da plovimo u željenom smjeru.

Odustati je jedna stvar. Otići jer nije vrijedno vašega truda je sasvim druga stvar. Nastojte razlikovati ove dvije stvari.



Predgovor

U trenutku dovršavanja ovoga teksta o doživljaju kontrole u psihologiji moram priznati da ideja o konačnom sadržaju i opsegu teksta nije bila u potpunosti pod mojom kontrolom. Početna zamisao bila je prikazati rezultate tri veća istraživanja vezana uz ispitivanje lokusa kontrole, potrebe za kontrolom i atribucije uspjeha u životu provedena na uzorcima adolescenata. Tijekom pisanja tog teksta nit koja je povezivala sva tri istraživanja bila je kontrola u najširem smislu značenja te očekivanja koja proizlaze iz doživljaja mogućnosti utjecaja na životne događaje. Pregled opsežne literature i istraživanja u području kontrole upućuje na činjenicu da se koncepti kontrole javljaju u različitim teorijskim okvirima i granama psihologije, uključujući područje ličnosti, kognitivne psihologije, motivacije, emocija, učenja ili kliničke psihologije. Uvid u psihološka istraživanja ukazuje na dominaciju koncepta lokusa kontrole i brojne metodološke probleme vezane uz lokus, pri čemu su važni koncepti, poput potrebe za kontrolom, samokontrolom ili općeg doživljaja kontrole, znatno manje korišteni. Širi koncepti kao što su samoregulacija, bespomoćnost ili stres u značajnoj mjeri uključuju procese vezane uz doživljaj kontrole i upravljanje procesima. Tako se rodila ideja da pokušam objediniti različite pojmove vezane uz kontrolu, prikazati različite teorijske okvire i modele u kojima se javljaju te opisati metodološke probleme vezane uz njihovo mjerenje. Paralelno s pisanjem tog dijela teksta bilo je jasno da bi bilo korisno dodati i poglavlje o posljedicama koje gubitak kontrole i doživljaj bespomoćnosti ostavljaju na psihološkom funkcioniranju pojedinca. Pored toga, dodano je i poglavlje o procesima atribucije koji su važni za točnost procjena vezanih uz kontrolu.

Posljednje poglavlje koje sam uključio u knjigu, odnosi se na kulturalne razlike u doživljaju kontrole te posljedice koje suvremena tehnologija, pomalo neprimjetno, unosi u naše živote kroz uvođenje mogućnosti kontrole gotovo svih aspekata života uporabom pametnih telefona, interneta, umjetne inteligencije, čipova, satelita i drugih tehnoloških „čudesa“ što nose ogromne promjene u ljudsku psihologiju. Čini se da se radi o području istraživanja koje će u budućnosti imati veliki značaj za funkcioniranje društva i ljudsko ponašanje. Tako bi ukratko izgledao opis nastanka knjige u sadašnjem obliku.

U kontekstu propitivanja osobne motivacije autora za odabir teme za knjigu i područje istraživačkog interesa ponekad se može čuti i hipoteza da se autori bave određenim područjem istraživanja s kojim i sami imaju određene probleme i nedoumice. Kako rezultati provjere ove hipoteze nisu jednoznačni, ostavit ću je za sada po strani, ali mi se osobno čini da ova pretpostavka opravdava daljnje provjere.

Knjiga je u prvom redu namijenjena akademskoj zajednici, istraživačima u području psihologije i srodnih disciplina koji proučavaju ljudsko ponašanje i doživljavanje. Vjerujem da će biti korisna i studentima preddiplomskih i diplomskih studija, kao i poslijediplomantima kao dodatna literatura u području metodologije istraživanja kontrole u najširem značenju riječi.

Tekst u znatnom dijelu razmatra metodologiju istraživanja koncepata vezanih uz kontrolu i upravljanje te probleme njihova mjerenja. Grčka riječ *methodos* može se poetski prevesti kao „put kojim treba ići“. Izreka kaže da „onaj tko vidi cilj, ne može izgubiti put“, ali jednako vrijedi da odabir dobrog puta sigurnije vodi k cilju.

Ponekad se pojam kontrola koristi u kontekstu opće metodologije istraživanja te se odnosi na metodološke i statističke postupke čiji je cilj povećanje valjanosti rezultata istraživanja. Ova knjiga se ne bavi tim značenjem pojma kontrole. Pored toga, knjiga ne sadrži jednostavne preporuke namijenjene širokom krugu čitatelja o tome kako ostvariti kontrolu nad svakodnevnim životnim događajima ili vlastitim životom u cjelini (npr. „Kako ostva-

riti kontrolu u pet jednostavnih koraka“ ili „Kontrola za početnike“). Unatoč znanstvenom stilu kojim je pisan, ipak vjerujem da tekst može pomoći i široj publici u promišljanju i rješavanju svakodnevnih dilema vezanih uz probleme kontrole.

U tekstu je korištena terminologija uvriježena u domaćoj literaturi vezanoj uz kontrolu, iako pojedine riječi nisu u potpunoj harmoniji sa standardnim hrvatskim jezikom. To se odnosi na pojam *lokusa* kontrole koji u osnovi predstavlja mjesto na kojemu su smješteni faktori odgovorni za ishode određenog ponašanja uzimajući u obzir dimenziju unutarnje - vanjsko. Za opis ove dimenzije ponekad su korišteni i termini *internalno - eksternalno* koji su također uvriježeni u stručnoj literaturi. Pored toga, u tekstu se koristi i termin *kontrolabilno* pokrivajući značenje podložnosti kontroli. Iz pozicije istraživanja kontrole i lingvistike zanimljivo je zapažanje da u hrvatskom jeziku nije zaživio termin koji bi opisivao ponašanja ili događaje podložne kontroli (kao npr. *controllable* u engleskom jeziku).

U knjizi su korišteni APA standardi citiranja literature i prikaza rezultata, ali imam potrebu naglasiti da preporuke i standarde valja poznavati i uvažavati, ali sam izgled tablice ne smije postati važniji od sadržaja.

Pregled i pokušaj integracije rezultata i zaključaka velikog broja radova u području procesa kontrole ukazuje na neke opće probleme suvremene znanstvene psihologije. Hiperprodukcija znanstvenih radova (pre)često vodi prema zaključcima kako su „različiti istraživači u različitim uvjetima došli do različitih rezultata“. Ova paradigma potiče kvantitetu, no, ne olakšava generalizaciju rezultata i izvođenje zaključaka koji bi imali veći stupanj univerzalnosti. Pojedina pitanja u području lokusa kontrole i dalje se čine otvorenim i nakon više desetljeća istraživanja te se čini kao da nedostaje viši stupanj konvergencije u istraživanjima koja se provode.

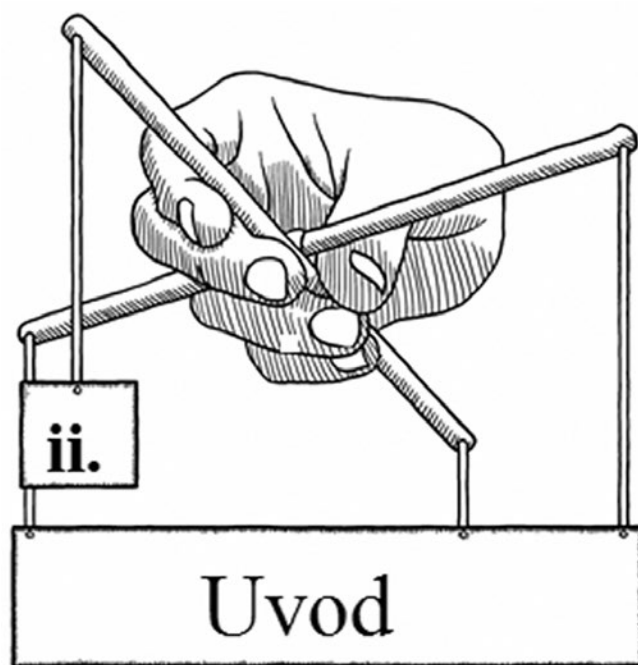
Neki dijelovi teksta možda otvaraju više pitanja nego što nude jednoznačne odgovore.

Napredak u znanosti započinje postavljanjem dobrih pitanja i problema te njihovim kritičkim promišljanjem. Jedno od otvorenih pitanja odnosi se na optimalnu količinu kontrole. Tako, primjerice, indijski duhovni učitelj Sadhagaru kaže: „Ne razumijem zašto ljudi nastoje kontrolirati vlastite misli. Ja ih želim osloboditi“. S jedne strane, nedostatak kontrole povećava vjerojatnost pogreške, ali s druge strane, A. Einstein navodi kako „osoba koja nikad nije napravila pogrešku, nikada nije pokušala nešto novo“. Mirno more neće stvoriti dobrog moreplovca.

Studiranje se ne smije svoditi na mehaničko pamćenje definicija i činjenica, što se ponekad događa u sustavima obrazovanja. Prema jednoj izreci, „najbolji učitelji su oni koji nam pokazuju kamo treba gledati, ali nam ne govore što moramo vidjeti“, dok druga naglašava „da su učenicima/studentima važni kritičari, ali su im još potrebniji uzori“. Obje izreke posredno uključuju procese kontrole. U knjigu sam uvrstio i neke, nadam se inspirativne, misli i stihove iz područja umjetnosti, duhovnosti ili filozofije koji na ponešto drugačiji način promišljaju i opisuju tajne ljudskoga ponašanja. Za pojedine izreke izvori ukazuju na različite autore pa sam ih radije ostavio bez potpisa autora.

Nakon što je tekst dovršen, pronašao sam mnoge zanimljive i korisne sadržaje koji ipak nisu uključeni u ovu verziju teksta. Ako knjiga potakne istraživače na kritičko promišljanje nekih koncepata ili na pisanje drugačijeg teksta o kontroli, vjerujem da će ispuniti svoju svrhu. Pored toga, u drugom dijelu knjige opisana su tri nova instrumenta za mjerenje lokusa kontrole, potrebe za kontrolom i atribucija uspjeha u životu za koje se nadam da mogu biti koristan alat u istraživanjima ili praksi.

Na kraju zahvaljujem recenzentima, profesorici Gordani Kuterovac-Jagodić i profesoru emeritusu Vladimiru Takšiću, na korisnim komentarima i sugestijama koji su pomogli da konačna verzija teksta bude kvalitetnija i logičnije posložena te da se isprave pogreške i nejasnoće u ranijim verzijama. Kako me s recenzentima ove knjige veže i dugogodišnje prijateljstvo, zahvaljujem im i na tome što su mi uvijek bili blizu u nekim važnim životnim trenucima. Pravi prijatelji su kao zvijezde – i kada ih ne vidiš, znaš da su tu negdje. Kolegi Ivanu Kranjčiću također zahvaljujem na pomoći oko pripreme rukopisa. Nadam se da ću obitelji uspjeti vratiti barem dio vremena koje sam posudio i koristio za pisanje ovoga teksta.



Uvod

Ovaj tekst zamišljen je kao okvir za promišljanje koncepta kontrole u psihologiji i ljudskom ponašanju općenito. Sadržaj i namjena knjige usmjereni su prije svega prema čitateljima iz akademske i znanstvene zajednice, ali pojedini dijelovi mogu biti zanimljivi i korisni svima koje zanima područje kontrole u psihologiji.

Prvi dio knjige uključuje pregled širih i užih teorijskih koncepata i paradigmi koje se koriste pri razmatranju kontrole i srodnih procesa. Kroz prvih osam poglavlja opisani su različiti konstrukti vezani uz kontrolu te raspravljani metodološki aspekti ispitivanja i mjerenja u području kontrole. Uz prikaz teorija, metoda i istraživanja u području kontrole svrha teksta jest da potakne istraživače, kliničare, studente i ostale koji se bave ljudskim ponašanjem da kritički vrednuju različite modele i konstrukte, kao i njihovu heurističku vrijednost. Drugi dio knjige sadrži detaljan prikaz tri istraživanja autora ovog teksta koja se odnose na ispitivanje važnosti lokusa kontrole, potrebe za kontrolom i atribucija uspjeha u životu kod adolescenata.

U znanstvenoj psihologiji mogu se razlikovati različite paradigme koje su različito vrednovale mogućnosti pojedinca da utječe na svoje ponašanje. Od tradicionalnih psihoanalitičkih koncepata prema kojima čovjek nije svjestan brojnih faktora koji upravljaju njegovim ponašanjem, preko različitih teorija učenja koje su ponašanje pojedinca razmatrale kao rezultat brojnih nagrada, kazni i potkrepljenja kojima je bio izložen, pa sve do kognitivne i humanističke psihologije koje čovjeku pridaju visok stupanj autonomije pri odlučivanju i izboru ponašanja. Analize rezultata brojnih istraživanja ukazuju na prednosti integracije različitih paradigmi jer svaka od njih objašnjava samo dio istraživačkih i praktičnih problema, ali čini se da ni jedna ne predstavlja sveobuhvatan okvir za objašnjenje cjelokupnog ljudskog ponašanja.

Interes za istraživanja u području kontrole potaknut je radovima J. Rottera (1916-2014) šezdesetih godina prošlog stoljeća. Podaci iz citatnih baza pokazuju da je koncept kontrole jedan od najčešće istraživanih u bihevioralnim znanostima. U knjizi je znatan dio prostora posvećen pojmu lokusa kontrole koji je, možda nepravedno, potisnuo ostale koncepte vezane uz kontrolu. Iako je koncept lokusa kontrole vjerojatno najčešća asocijacija uz opći pojam kontrole u psihologiji, iz cjelokupnog teksta je razvidno da je to samo jedan (ne uvijek i najprikladniji) od niza koncepata vezanih uz kontrolu. Rotter u tekstovima i intervjuima u kojima rezimira svoj znanstveni doprinos, navodi da je i sam iznenađen brojem istraživanja koje je potaknuo koncept lokusa kontrole te da on osobno smatra da njegova teorija socijalnog učenja predstavlja značajniji doprinos. Moglo bi se reći da je lokus kontrole tijekom vremena izmaknuo njegovoj kontroli.

Koncepti vezani uz kontrolu koriste se u vrlo različitim područjima psihologije, uključujući motivaciju, osobine ličnosti, percepciju, emocije, kognitivne procese, psihopatologiju i druge discipline suvremene psihologije te se stoga činilo izazovnim napisati tekst koji bi u središte postavio samu ideju kontrole i integrirao različita područja istraživanja. Pregled literature i istraživanja vrlo brzo je pokazao da taj izazov nadilazi mogućnosti razumne kontrole nad opsegom i sadržajem teksta. Samo u selektivnoj bazi Web of Sciences (WOS) pretraga pojma „lokus kontrole“ rezultira s više od 139.000 pronađenih članaka i tekstova, dok u manje selektivnoj bazi Google Scholar broj jedinica prelazi 4 milijuna (kolovoz 2022). Širi koncept „kontrole“ javlja se u još većem broju članaka. Pokušaji integracije i sinteze rezultata istraživanja ukazuju na jedan od problema suvremene istraživačke paradigme. Provođi se i objavljuje ogroman broj istraživanja uz uporabu različite metodologije, na različitim uzorcima i u različitim teorijskim okvirima. Koliko je ta raznolikost heuristički vrijedna, jednako toliko otežava sintezu i konvergenciju zaključaka proizašlih iz različitih istraživanja.

↪ O kontroli

Određenje koncepta kontrole na najširoj razini podrazumijeva nekoliko bitnih aspekata. Kontrola uključuje **opažanje ili percepciju** određenog stanja i **usporedbu (vrednovanje) opaženog stanja s nekom očekivanom (referentnom) vrijednošću**. Pojam kontrole najčešće uključuje i mogućnost **korekcije ili regulacije** procesa ili ponašanja za koje je utvrđeno odstupanje od očekivanih parametara. Kontrola i regulacija dobivaju svrhu ako omogućuju da se kontroliranim procesom ostvari **zadani cilj** koji ima određenu **vrijednost/važnost** za onoga koji provodi kontrolu. Ova opća paradigma podudara se s osnovnim značajkama kibernetičkih modela i, uz određene modifikacije, uključena je u brojne psihološke modele i teorije.

U psihološkom kontekstu u središtu ovog procesa jest **procjena osobe o faktorima koji utječu na odvijanje procesa i karakteristike ishoda**, pri čemu je posebice važno uvjerenje ili doživljaj pojedinca o **mogućnosti osobnog utjecaja na proces i ostvarenje zadanog cilja**.

Navedimo neke primjere iz svakodnevnog života:

Primjer A: Roditelji provjeravaju je li se njihovo dijete vratilo kući do dogovorenoga vremenskog roka, a ako nije, poduzimaju aktivnosti da se dijete vrati kući s ciljem izbjegavanja potencijalnih opasnosti i osiguravanja sigurnosti djeteta, što u ovom slučaju za roditelje predstavlja važan ishod.

Primjer B: Student provjerava je li tijekom dana proučio predviđeni broj stranica ispitne literature te, ako nije, nastoji produljiti vrijeme učenja kako bi ostvario plan i položio ispit čije polaganje za njega ima određenu vrijednost.

Primjer C: Čovjek provjerava je li pokazao preveliku ljutnju prema prijatelju koji je zaboravio na njihov dogovor i pokušava mu se ispričati kako bi sačuvao njihovo prijateljstvo koje mu je važno.

U stvarnom životu ovi ciklusi kontrole mogu završiti zadržavanjem procesa i ishoda u željenim okvirima, ali se mogu pojaviti i problemi u gotovo svim fazama procesa. Tako, primjerice, osoba može krivo (pristrano) opažati stvarno stanje, pripisati ga krivim uzrocima, koristiti pristrane referentne vrijednosti za vrednovanje opaženog stanja, ustanoviti da ne raspolaže mehanizmima kojima bi se proces vratio u očekivane okvire ili osobna vrijednost ostvarenja cilja može biti preniska kako bi motivirala osobu na ponašanje. U primjerima A i C moguće je da se uključeni akteri ne bi složili niti oko jednoga navedenog aspekta događaja. Treba uzeti u obzir da i dijete i prijatelj, u opisanim situacijama, nastoje uspostaviti kontrolu promatrajući događaje iz vlastite perspektive. U sljedećim poglavljima detaljnije su opisani različiti procesi i mehanizmi uključeni u pokušaje ostvarivanja kontrole u različitim područjima života koji uključuju potrebu za kontrolom, važnost ishoda, samokontrolu, percepciju kauzalnosti, samoregulaciju i druge koncepte.

↪ O sadržaju knjige

Knjiga je podijeljena u dvije šire cjeline. Prva se sastoji od osam poglavlja u kojima su opisani različiti teorijski koncepti i paradigme vezani uz kontrolu, uz naglasak na metodološke aspekte istraživanja i mjerenja u području kontrole.

U okviru prvog poglavlja definiran je koncept kontrole i razmotreni različiti konstrukti koji na posredan ili neposredan način uključuju kontrolu. Opisane su neke osnovne teorijske paradigme i modeli koji uključuju kontrolu te raspravljani argumenti koji sugeriraju pomak od tradicionalnog imperativa osobne kontrole ka upravljanju kontrolom u zadanom kontekstu. Naglašen je značaj doživljaja zajedničke ili grupne kontrole, koji se rijetko spominje u literaturi, i opisane su osnovne faze u procesu uspostavljanja kontrole.

Drugo poglavlje posvećeno je konceptu lokusa kontrole koji je najčešće istraživani konstrukt u širokom području istraživanja kontrole. Opisane su osnovne postavke Rotterove teorije socijalnog učenja te neki osnovni koncepti vezani uz lokus kao što su: važnost ishoda ponašanja, uloga potkrepljenja i nagrade te konceptualne razlike između unutarnjeg i vanjskog lokusa. Iako se vanjski lokus kontrole tradicionalno opisuje kao manje poželjan, opisana je važnost povjerenja u vanjske faktore kada osoba sama nije u mogućnosti kontrolirati ishode događaja. Naglašeno je da u većini istraživanja ljudi procjenjuju utjecaj i vanjskih i unutarnjih faktora, pri čemu je ekstremno unutarnji ili ekstremno vanjski lokus razmjerno rijedak. U završnom dijelu opisani su metodološki problemi vezani uz mjerenje lokusa kontrole.

U trećem poglavlju opisani su različiti instrumenti za mjerenje lokusa kontrole i opisani potencijalni problemi vezani uz Rotterovu RIE skalu, koja je i dalje najčešće korištena mjera lokusa.

U četvrtom poglavlju opisani su rezultati dijela istraživanja lokusa kontrole u području zdravlja, akademskog postignuća, poremećaja u ponašanju, religioznosti te roditeljstva.

Kako je proces atribucije uzroka događaja iznimno važan za procjenu mogućnosti kontrole, u petom poglavlju opisani su neki osnovni aspekti teorija atribucije i procesa percepcije uzročnosti. Opisane su i neke od uobičajenih pogrešaka i pristranosti koje ljudi čine pri interpretaciji povezanosti uzroka i ishoda.

U šestom poglavlju detaljnije su opisani konstrukti vezani uz područje kontrole kao što su: želja ili potreba za kontrolom, potreba za strukturom, samokontrola, samoregulacija i regulacija u području emocija. Uz svaki konstrukt opisani su instrumenti za njihovo mjerenje i rezultati istraživanja.

Sedmo poglavlje razmatra posljedice nedostatka ili gubitka kontrole nad događajima u vlastitom životu. Opisane su različite situacije koje karakterizira gubitak kontrole, različiti stupnjevi gubitka kontrole i strategije suočavanja s takvim situacijama. Definiran je pojam stvarne bespomoćnosti i opisane neke životne situacije koje karakterizira doživljaj bespomoćnosti kao što su: zlostavljanje djece u obitelji, obiteljsko nasilje, suočavanje s dijagnozama teško izlječivih bolesti i izloženost torturi i mučenju. U završnom dijelu opisan je koncept naučene bespomoćnosti.

U osmom poglavlju propituju se posljedice izloženosti pojedinca kontroli okoline i društva. Opisane su različite metode kojima društvo, država i politički sustav nastoje kontrolirati ponašanje članova društva. Kratko je opisan i mogući utjecaj života u različitim kulturama i tradicijama na potrebu pojedinca za kontrolom i uvjerenja o lokusu kontrole. Opisani su izazovi koje donose mogućnosti kontrole ponašanja zahvaljujući suvremenoj tehnologiji i moguće posljedice na život ljudi u sljedećim desetljećima. U završnom dijelu opisani su neki aspekti potrebe za kontrolom u području interpersonalne komunikacije, s posebnim naglaskom na štetne utjecaje u području međuljudskih odnosa i u sustavu obrazovanja.

Drugi dio knjige predstavlja prikaz rezultata tri šira istraživanja koja se bave ispitivanjem važnosti uvjerenja o kontroli kod adolescenata. Opisana je operacionalizacija, konstrukcija i validacija triju novih mjernih instrumenata te opisani rezultati istraživanja u području lokusa kontrole, potrebe za kontrolom i atribucije uspjeha u životu.

Deveto poglavlje predstavlja prikaz novog instrumenta za mjerenje lokusa kontrole kod adolescenata (LKA) te rezultate ispitivanja povezanosti lokusa kontrole s mjerama psihološkog zdravlja, izvorima stresa, akademskog uspjeha, strategijama suočavanja sa stresom i općim samopoimanjem.

U desetom poglavlju opisan je novi instrument za mjerenje potrebe za kontrolom (UPK) te rezultati ispitivanja odnosa doživljaja kontrole i potrebe za kontrolom, posljedice neusklađenosti ovih dvaju konstrukta, kao i odnos potrebe za kontrolom na neke mjere samopoimanja kod adolescenata.

U jedanaestom poglavlju opisan je novi instrument za mjerenje atribucija uspjeha u životu te opisani rezultati ispitivanja hijerarhije atribucija na uzorku adolescenata, kao i ispitane mogućnosti predikcije atribucija. U završnom dijelu opisana su očekivanja adolescenata vezana uz vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva i povezanost očekivanja sa strukturom atribucija.

Analiza čestine javljanja pojedinih ključnih pojmova u tekstu posredno ukazuje na sadržaj obuhvaćen knjigom. Nakon pojma kontrole koji se javlja više od dvije tisuće puta, slijede pojmovi lokus (797 pojava u tekstu),

vanjski/eksternalni (450), cilj (390), unutarnji/internalni (340), atribucija (300), slučaj (275), uspjeh (247), sposobnost (216), emocije (172), motiv (143), bespomoćnost (137), upravljanje/regulacija (119), neuspjeh (96), uzrok (87), potkrepljenje (77), samoregulacija (62), pomoć (56) itd.

↳ Kontrola i gubitak kontrole u svakodnevnom životu

Ljudi nastoje ostvariti kontrolu u gotovo svim sferama života: u području vlastitog ponašanja i motivacije, emocija i kognicije, socijalnih odnosa, zdravlja, vlastitog izgleda, akademske ili profesionalne karijere, dojma koji ostavljaju pred drugim ljudima, materijalnog statusa, navika prehrane, čestitosti i morala, iz čega se oblikuje opće uvjerenje o doživljaju kontrole nad životom u cjelini.

Brojne su situacije u kojima raspoložemo samo djelomičnom mogućnosti utjecaja na događaje, dok u pojedinim slučajevima dolazi do potpunog gubitka kontrole. Posljedice gubitka kontrole ovise o **subjektivnoj važnosti** koju potencijalni ili stvarni negativni ishodi gubitka imaju za pojedinca. Jedan od problema odnosi se na razlikovanje **subjektivnog doživljaja ili percepcije** stupnja kontrole u odnosu na hipotetsku **stvarnu mogućnost kontrole**. Ljudi se ponekad upuštaju u rizična ponašanja u kojima je stvarna mogućnost kontrole niska, ali je njihov doživljaj (iluzija) kontrole dovoljno visoka da se upuste u takvo ponašanje.

Važno je razlikovati gubitak kontrole i bespomoćnost u situacijama u kojima je osoba suočena s **opasnim i prijetećim događajima** (npr. potres) koji ugrožavaju život i tjelesno zdravlje, od situacija u kojima osoba ne može ostvariti neki željeni cilj, što primarno narušava samopoštovanje i opću sliku o sebi.

Nedostatak ili gubitak kontrole povezani su s osjećajem bespomoćnosti, neizvjesnosti i lošijom psihološkom prilagodbom. Takve situacije mogu se odnositi na vremenski ograničene epizode ponašanja (gubitak kreditne kartice na putovanju), šire životne cikluse (npr. bolest djeteta, dugotrajni gubitak primanja) pa sve do događaja na makrorazini (pandemija vezana uz Covid-19, klimatske promjene, globalna ekonomska kriza i dr.).

Strah od gubitka kontrole i neizvjesnog ishoda ljude potiče na izbjegavanje određenih ponašanja kao što su let zrakoplovom, delegiranje poslova drugim članovima tima ili upuštanje u socijalne odnose s nepoznatim osobama. U osmom poglavlju kratko su opisani izazovi s kojima ljude suočava uporaba moderne tehnologije. U novije vrijeme česte su situacije da se pri uporabi digitalnih sustava korisnici suočavaju s porukama „*neispravan PIN – imate još jedan pokušaj*“, „*neispravna lozinka – pristup podacima nije odobren*“, „*vaše pravo pristupa aplikaciji je isteklo*“, „*vaši podaci su trajno izbrisani*“ i sl. U tim slučajevima korisnik doživljava gubitak kontrole i često ne raspolože strategijama za ponovno uspostavljanje kontrole. Tek slijede istraživanja u kojima će se ispitati spremnost ljudi da kontrolu nad vozilom prepuste sustavima umjetne inteligencije, a oni se udobno smjeste na stražnjem sjedalu.

U svakodnevnom životu jedna od kompetencija odnosi se na odabir optimalne razine kontrole te razlikovanje situacija u kojima je kontrola poželjna od situacija u kojima kontrole nije nužna ili moguća.

Zanimljive su individualne i kulturalne razlike u potrebi za kontrolom u različitim područjima života. Tako npr. u New Yorku živi zajednica ortodoksnih Židova hasida kod kojih još uvijek vrijedi pravilo da roditelji biraju partnere vlastitoj djeci (koja pritom imaju određenu slobodu prihvaćanja ili odbijanja ponuđenog partnera/ice). Lingvistica Gabi Abramac, koja je provela neko vrijeme u toj zajednici, navodi da hasidima, iz njihove perspektive, nije jasno kako roditelji u zapadnom svijetu nisu angažirani oko odabira budućeg partnera svoje djece. Njima se čini nezamislivim da njihovo dijete negdje slučajno upozna drugu osobu, zaljubi se i dovede je roditeljima. Oni smatraju da je takvo ponašanje roditelja neodgovorno.

↳ Kolika je stvarna mogućnost osobne kontrole nad događajima

U osnovi, kontrola omogućuje utjecaj na vlastito ponašanje i zbivanja u okolini, predviđanje ishoda događaja i općenito pozitivno utječe na psihološku dobrobit. Kada govorimo o kontroli vlastitog ponašanja, otvaraju se

pitanja o uzrocima i etiologiji ponašanja te stvarnoj prirodi unutarnjih i vanjskih faktora koji utječu na ponašanje i ishode ponašanja. Kolika je stvarna mogućnost utjecaja na vlastito ponašanje i svijet u kojemu živimo? Kod događaja koje nismo u mogućnosti samostalno kontrolirati, važno je vjerovati u pomoć vanjskih faktora (npr. drugih ljudi), podijeliti kontrolu s drugim osobama ili na prikladan način prihvatiti činjenicu da kontrola nije moguća.

Dok čitate ovaj tekst, planet na kojemu se nalazite kreće se brzinom od približno 108.000 kilometara na sat na svom putu oko Sunca i pritom se rotira oko svoje osi brzinom nešto većom od 1600 km/h (na ekvatoru). Mogućnost individualnog utjecaja na ove procese zanemariva je, ali kako se oni razmjerno stabilno ponavljaju milijunima godina, većina ljudi se ne zabrinjava zbog mogućnosti da se Zemlja zaustavi ili napusti svoju putanju oko Sunca.

Čovjek nema mogućnost upravljanja brojnim vitalnim funkcijama kao što su npr. rad vlastitog srca, bubrega ili pluća, stoga je od iznimnog značaja povjerenje u te sustave i njihov ispravan rad. Razvoj znanosti rezultirao je utvrđivanjem brojnih faktora koji utječu na ponašanje, a koji su povezani s neurofiziološkim, hormonalnim ili biokemijskim čimbenicima. Sama podjela na autonomni (vegetativni) i somatski živčani sustav vodi k razlikovanju funkcija koje omogućuju određeni stupanj voljne kontrole i regulacije osobe i funkcija što ih samostalno regulira organizam. Autonomni živčani sustav uključen je u regulaciju različitih procesa čiji je cilj održavanje homeostaze organizma. U ovom slučaju podjela na unutarnje i vanjske faktore dobiva novo značenje jer je jasno da nismo u mogućnosti u potpunosti upravljati vlastitim organizmom. Sama rečenica: „Želim razumjeti što utječe na moje ponašanje“ vodi k određenju koncepta „ja“ u odnosu na vanjske faktore. Kada se kaže: „Želim razumjeti kako moj mozak funkcionira“, većina ljudi odvaja koncept „ja“ od vlastitog mozga (kortikalnih struktura), iako će se neuroznanstvenici složiti da mozak predstavlja neuroanatomsku podlogu za psihičko funkcioniranje pojedinca. Vjerojatno je logičnija formulacija da „sam mozak nastoji ispitati način na koji funkcionira“, ali ovo odvajanje „sebe“ od neuroanatomskog supstrata psihičkog ostavlja pojedincu doživljaj autonomije i neke vrste nadzora nad vlastitim mozgom. Rečenica: „Moje srce ubrzano kuca“ zvuči točno jer „ja“ opažam tu promjenu u radu svog organizma. Međutim rečenica: „Ja ne mogu isključiti svoj mozak ili prestati razmišljati barem na trenutak“ otvara pitanje gdje osoba smješta svjesni dio sebe „koji sa strane opaža rad mozga“. Odvajanje svijesti i voljnog djelovanja od mozga kao organa koji omogućuje postojanje psihičkih procesa izazov je za neuroznanost, psihologiju, filozofiju, ali i religiju.

Mogućnosti kontrole kognitivnih procesa također su ograničene. Česte su situacije u kojima je osoba uvjeren da „zna“ određeno ime ili pojam, ali ga se ne može dosjetiti, tj. nema kontrolu nad povlačenjem informacija pohranjenih u vlastitom mozgu. Poznata je priča o čovjeku kojemu je čarobnjak obećao ispuniti najveću životnu želju, ali uz jedan uvjet. Uvjet je bio da u trenutku kada zaželi želju, ne smije misliti na bijelog medvjeda. Naravno, čovjek se svaki puta u kritičnom trenutku prisjetio upravo bijelog medvjeda iako je na sve načine to pokušavao izbjeći. U stvarnom životu sličan je problem nastojanje da ne razmišljamo o uznemirujućim događajima, što za posljedicu ima da upravo o njima cijelo vrijeme razmišljamo.

Kontrola i regulacija emocija predstavljaju poseban izazov za istraživače, ali i za ljude u svakodnevnom životu. D. Goleman (Goleman, 1997) svoju knjigu *Emocionalna inteligencija* započinje Aristotelovim citatom iz *Nikomahove etike*: „Svatko se može naljutiti – to je lako. Ali naljutiti se na pravu osobu, do ispravnog stupnja, u pravi trenutak, zbog ispravnog razloga i na ispravan način – to nije lako“.

Možemo li utjecati na to hoćemo li se zaljubiti u konkretnu osobu ili na to presudno utječu naši hormoni? Tradicionalno ljubav iskazujemo držanjem za srce, ali ubrzani rad srca je samo posljedica aktivnosti struktura smještenih nešto više u području limbičkog sustava. Vjerojatno bi bilo prikladnije, kao izraz ljubavi, uhvatiti se za glavu, ali bi to okolina moglo krivo protumačiti.

☞ Kontrola nad vlastitim životom i predviđanje budućnosti

Doživljaj kontrole omogućuje interpretaciju i predviđanje događaja, što kod ljudi smanjuje anksioznost, zabrinutost i osjećaj neizvjesnosti. Ljudi su oduvijek nastojali saznati što ih čeka u budućnosti.

Nije zanemariv broj ljudi koji u manjoj ili većoj mjeri vjeruju u snove, horoskop ili tarot, traže pomoć i savjete „vidovnjaka“ ili na druge načine pokušavaju saznati što ih čeka u budućnosti. Istraživanja pokazuju da 63% ljudi u Hrvatskoj vjeruje u postojanje sudbine, 50% u čuda i ukazanja, 20% u astrologiju i „svega“ 11% u postojanje uroka (Marinović-Jerolimov (2005)).

Možda bismo se mogli složiti da bi samo jedna stvar mogla biti psihološki neugodnija od osjećaja neizvjesnosti. To bi vjerojatno bila mogućnost potpune spoznaje o vlastitoj budućnosti. Mogli bismo očekivati da bi mali broj ljudi pristao na mogućnost da saznaju sve detalje vezane uz vlastitu budućnost ili da saznaju što točno očekuje njihove bližnje, djecu i prijatelje, tko će pobijediti na sljedećem sportskom natjecanju ili hoće li osoba koja im se sviđa pristati na poziv na romantično druženje. Možemo pretpostaviti da je na razini cjelokupnog života poželjna jedna optimalna količina izvjesnosti, a ostatak uz pomoć nade, vjere i optimizma, iskustva i uvjerenja o vlastitim mogućnostima kontrole, potporu okoline (i malo sreće), život čini zanimljivim i uzbudljivim putovanjem i jedinstvenom avanturom.

Ova čežnja za kontrolom nad događajima u vlastitom životu lijepo je opisana u romanu *Alkemičar* P. Coelho (Coelho, 1996, str. 86):

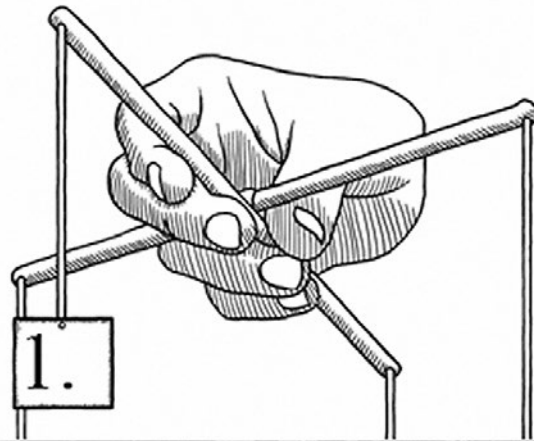
...gonič nije bio ratnik, pa se već obraćao vidovnjacima za savjet. Mnogi su mu točno rekli, no mnogi su i griješili. Dok ga jedan od njih, najstariji, kojeg su se ljudi najviše bojali ne upita zašto ga toliko zanima da dozna budućnost.

- Da znam što mi je činiti – odvratni gonič. I da promijenim ono što ne bih volio da mi se dogodi.
- Onda to više ne bi bila tvoja budućnost – odgovori vidovnjak.
- Možda bih onda htio znati budućnost da se pripreim za to što će doći.
- Ako ti pretkažem lijepe stvari, bit će ti to ugodno iznenađenje – reče vidovnjak. – No ako budu ružne, patit ćeš još mnogo prije nego se one dogode.

Na kraju uvodnog dijela usudit ćemo se parafrazirati Artistotelovo promišljanje o emocijama i zaključiti da je poželjno „kontrolirati stvari koje su uistinu važne i koje je moguće kontrolirati, u pravom trenutku i s mjerom, na ispravan način, kako bismo ostvarili cilj koji nam je uistinu važan“.

A) Prvi dio

**Teorije i metode u području
istraživanja koncepta kontrole**



Koncept doživljaja kontrole
u psihologiji

1. Koncept doživljaja kontrole u psihologiji

Koncept kontrole (franc. *contrôle*) koristi se u različitim područjima psihologije te je uključen u veliki broj modela i teorija kojima se nastoji opisati, objasniti i predvidjeti ljudsko ponašanje. Brojni psihološki koncepti, posredno ili neposredno, uključuju različite mehanizme kojima ljudi nastoje ostvariti kontrolu nad vlastitim ponašanjem i doživljavanjem, ali i vlastitom okolinom. Kontrola se može odnositi na opažanje i regulaciju različitih aspekata vlastitog ponašanja s ciljem ostvarivanja zadanih ciljeva, na kontrolu vlastitih emocija i kognicija, na ponašanje drugih ljudi, ali i šire zajednice u kojoj pojedinac živi. **Doživljaj kontrole** nad različitim životnim događajima, kao i vlastitim životom u cjelini, od osobite je važnosti za razvoj i ponašanje pojedinca, mentalno zdravlje, kao i opću kvalitetu života.

Mnogi autori smatraju da je potreba za ostvarivanjem kontrole jedan od temeljnih motiva čovjeka koji nastoji ostvariti i u uvjetima kada kontrola realno nije moguća (Bandura, 1989; Rothbaum i sur., 1982).

Potreba za kontrolom javlja se u gotovo svim područjima ljudskog djelovanja. U širem kontekstu kontrola uključuje opažanje i registraciju određenog stanja, utvrđivanje mogućih odstupanja od predviđenih ili očekivanih vrijednosti te pokretanje aktivnosti kojima bi se proces, u slučaju potrebe, vratio u očekivane okvire, odnosno ostvarila kontrola. Svaki od tri navedena aspekta važan je za uspješno upravljanje ili kontrolu nad određenim procesom.

Ljudsko ponašanje, u najvećem broju slučajeva, usmjereno je ostvarenju određenog cilja. Ti ciljevi mogu imati različit značaj i važnost za pojedinca, a ostvarenje postavljenih ciljeva utječe na opće zadovoljstvo i psihološku dobrobit pojedinca. Ponašanja koja se mogu **planirati** i čiji se ishodi mogu **predvidjeti** poželjnija su od onih ponašanja čiji su ishodi neizvjesni, odnosno čije posljedice nije moguće kontrolirati. Ljudi s manjim ili većim stupnjem točnosti mogu predviđati ishode određenih ponašanja te u skladu s tim odabrati ono ponašanje koje ima najveću vjerojatnost ostvarenja zadanog cilja. Spoznaja da ishode nekih događaja i ponašanja nismo u mogućnosti predvidjeti znači da nam nisu poznati faktori važni za ostvarenje tih ciljeva, ne raspoložemo potrebnim resursima ili na ishod djeluju faktori koje nije moguće kontrolirati. Situacije i ponašanja u kojima pojedinac procjenjuje da ne može predvidjeti ishod, ovisno o njihovoj vrsti i važnosti posljedica, dovode do stanja neugode i neizvjesnosti, napetosti, anksioznosti i straha, odnosno općenito do problema prilagodbe. **Razumijevanje procesa** i mogućnost **predviđanja ishoda bitne su pretpostavke** doživljaja kontrole nad događajima te posljedično izbora prikladnog ponašanja, doživljaja osobne uspješnosti i efikasnosti, kao i općeg zadovoljstva pojedinca.

U svakodnevnom životu svjedočimo brojnim oblicima kontrole (nadzora, provjere i sl.) kojima smo izloženi u različitim situacijama. Primjeri kontrole ponašanja i aktivnosti ovlaštenih službi mogu biti provjere kontrole brzine u cestovnom prometu, kontrole putnih isprava ili voznih karata, kontrole dolaska zaposlenika na posao, provjere znanja u sustavu školstva, provjere sposobnosti kod prijema na studij ili posao, provjere zdravstvenog stanja, provjere tehničke ispravnosti vozila, provjere kreditne sposobnosti itd. U suvremenom društvu tehnologija omogućuje sve precizniji nadzor nad različitim procesima i događajima, ali i nad ponašanjem građana. Ta intenzivna izloženost kontroli, s jedne strane, povećava sigurnost i kvalitetu odvijanja određenih procesa (npr. u prometu ili zdravstvu), ali, s druge strane, može utjecati i na smanjenje osjećaja osobne slobode i privatnosti. U osmom poglavlju knjige ukratko su opisani neki aspekti izloženosti pojedinca kontroli društva i sve veće mogućnosti kontrole ponašanja koju omogućuje suvremena tehnologija.

U područje tehnologije kao i upravljanja sustavima (npr. zračni promet, veliki gradovi, luke, proizvodni procesi i sl.) bez kontrole nije moguće kvalitetno upravljati procesima i osigurati pozitivan konačni ishod. **Sustavi za automatizaciju** imaju za cilj održavanje ili mijenjanje zadanog stanja prema zadanom algoritmu. Sustav registrira zadane parametre, uspoređuje ih s referentnim vrijednostima i na osnovi opažene razlike „odlučuje“ o eventualnim promjenama u odvijanju procesa. Ovaj opisani element automatiziranog sustava naziva se **povratna veza** te je ključan za regulaciju i održavanje procesa. Kvalitetne informacije o parametrima procesa nužne su za nadzor i upravljanje sustavom. Suvremeni sustavi zasnovani na umjetnoj inteligenciji omogućuju samostalno odvijanje vrlo složenih procesa kao što su let zrakoplova, vožnja automobila bez nadzora vozača, izvođenje operativnih zahvata i sl.

1.1. Kontrola i ljudsko ponašanje

Pri razmatranju ljudskog ponašanja doživljaj ili procjena mogućnosti kontrole nad događajima ima velik značaj. U kontekstu znanstvenih i primijenjenih istraživanja koncept kontrole ključan je za razumijevanje različitih oblika ljudskog ponašanja, dok je u kliničkoj psihologiji, savjetovanju i psihoterapiji jedan od temeljnih ciljeva uspostava narušene ili izgubljene kontrole nad vlastitim životom ili pojedinim aspektima života. Ljudi su motivirani odabrati ponašanja kojima mogu ostvariti ciljeve koji su za njih osobno važni i za koje procjenjuju da ih mogu uspješno ostvariti. Osobna procjena mogućnosti kontrole može proizlaziti iz ranijih osobnih iskustava, različitih oblika učenja, iskustava drugih ljudi, različitih informacija koje omogućuju predviđanje ishoda ili iz uvida u procese koji omogućuju ostvarenje cilja. Osoba mora raspolagati barem minimalnom razinom informacija o faktorima koji utječu na ostvarenje pozitivnog ishoda **kako bi njezina procjena vjerojatnosti ostvarenja cilja bila realistična ili barem veća u odnosu na slučajno pogađanje**. U suprotnom, osoba se može upustiti u ponašanja koja ne omogućuju ostvarenje cilja ili mogu biti rizična za samu osobu i njezinu dobrobit. Realna procjena osobne kontrole važna je za uspješno upravljanje vlastitim životnim aktivnostima.

U psihologiji se vrlo često od ljudi zahtijeva da procjene stupanj u kojemu mogu utjecati na ishod određenog ponašanja ili događaja. Pojedine procjene izvan su iskustva pojedinca i ne zasnivaju se na relevantnim informacijama te predstavljaju subjektivni doživljaj pojedinca o vjerojatnosti kontrole nad ishodom događaja i podložne su različitim vrstama pristranosti. U nastavku je navedeno nekoliko različitih primjera aktivnosti i ciljeva koje treba ostvariti, a koji se razlikuju prema opsegu i području.

Pokušajte za svaki od postavljenih ciljeva procijeniti stupanj u kojemu možete kontrolirati ostvarenje pozitivnog ishoda navedenih događaja. Za procjenu koristite ljestvicu s postocima, pri čemu 0% označava potpunu **nemogućnost utjecaja na ishod**, a 100% potpunu **mogućnost utjecaja** na ishod zadane aktivnosti. Ako ste neki od navedenih ciljeva već ostvarili, pokušajte procijeniti vjerojatnost da taj cilj ponovno ostvarite.

a) primjeri koji se odnose na ciljeve iz svakodnevnog života

pripremiti ukusnu večeru za prijatelje	%
provesti ugodan vikend s obitelji ili prijateljima	%
odabrati prijatelju/ici dar za rođendan koji će ih oduševiti	%
dobiti odličnu ocjenu iz matematike na državnoj maturi	%
provesti sutrašnji dan u dobrom raspoloženju	%
provesti romantičnu večer s osobom koja vam se sviđa, ali se još niste službeno upoznali	%
sljedećih sedam dana provesti bez zdravstvenih problema	%
tijekom sljedećeg mjeseca zaraditi iznos od 5000 eura	%

Analizirajte u kojem rasponu se kreću vaše procjene kontrole nad ostvarenjem pojedinih ciljeva. Razmotrite koji su razlozi u osnovi nižih procjena, tj. zbog čega ste procijenili da mogućnost vaše osobne kontrole nije potpuna.

b) primjeri koji se odnose na ostvarenje dugoročnijih osobnih ciljeva

upisati željenu srednju školu ili studij	%
pronaći partnera/partnericu s kojom/kojim biste osnovali obitelj	%
u dobrom zdravlju doživjeti devedeset godina života	%
ostvariti ugled i poštovanje među kolegama na poslu	%
imati dobro plaćen posao u kojemu ćete uživati	%
kupiti vlastiti stan ili kuću	%
imati vlastitu djecu	%
osigurati uvjete za kvalitetan život u mirovini	%
ostvariti u životu svoje želje i planove	%
biti sretan u životu	%

Opisani ciljevi odnose se na ishode čije ostvarenje podrazumijeva dulje vremensko razdoblje i različite podciljeve koji im prethode. Ponovno analizirajte raspon u kojemu se kreću vaše procjene i razloge koji su u osnovi različitog stupnja kontrole. U opisanim primjerima teže je definirati kriterije uspješnog ostvarenja pojedinih ciljeva (npr. ostvariti osobne želje i planove) u odnosu na neke druge (upisati željenu školu ili studij).

c) primjeri koji se odnose na ciljeve koji mogu biti izvan uobičajenog iskustva većine ljudi

popeti se na najviši alpski vrh Mont Blanc	%
biciklom proći udaljenost od Zagreba do Splita	%
skočiti s padobranom iz aviona s visine od 4000 m	%
naučiti plesati tango	%
preplivati dionicu od 10 km	%
naučiti japanski jezik do razine konverzacije	%
naučiti svirati violinu	%
posjetiti karneval u Rio de Janeiru	%

U prethodnim primjerima navedeni su ciljevi za koje većina ljudi nema dovoljno informacija ili osobnog iskustva potrebnih za realističnu procjenu osobne kontrole potrebne za njihovo ostvarenje. I pored toga moguće je procijeniti stupanj osobne kontrole koji može biti podcijenjen ili precijenjen u odnosu na neku hipotetsku stvarnu mogućnost kontrole.

d) primjeri koji se odnose na kontrolu događaja i procesa u široj zajednici

smanjiti razinu korupcije u društvu	%
smanjiti razinu diskriminacije prema manjinama u društvu	%
potaknuti političare na smanjenje zagađenja okoliša	%
poboljšati kvalitetu života umirovljenika u našoj zemlji	%
kroz društvenu/političku aktivnost utjecati na poboljšanje uvjeta života u svojoj zemlji	%
doprinijeti očuvanju prirode u kraju u kojemu živite	%
utjecati na izmjene programa srednjoškolskog obrazovanja	%
utjecati na izbor političkog vodstva koje će odgovarati vašim vrijednostima i ciljevima	%

Ciljevi opisani u posljednjoj tablici odnose se na događaje i procese u široj društvenoj zajednici u kojoj pojedinac živi, a specifični su s obzirom na mogućnost individualnog utjecaja na njihovo ostvarenje. Za većinu navedenih ciljeva nužno je zajedničko djelovanje većeg broja članova jer je izgledno da pojedinac teško može samostalno ostvariti kontrolu nad opisanim procesima.

U svim navedenim primjerima na procjenu kontrole ishoda može utjecati veći broj faktora koji međusobno mogu biti u različitim odnosima i interakcijama. Neki od faktora odnose se na iskustvo pojedinca vezano uz ostvarenje ranijih ishoda, uvid u bitne pretpostavke za uspješno ostvarenje ishoda, procjenu vlastitih potencijala, sposobnosti i motiva, očekivanu podršku okoline, procjenu mogućeg utjecaja sreće i slučajnih faktora, a mogu poslužiti iskustva i uspješnost drugih ljudi u sličnim situacijama.

Kod procjena osobne kontrole važan je i **osobni značaj ostvarenja pojedinog ishoda** za osobu koja vrši procjenu. Za sve ranije primjere ciljeva moguće je neovisno procijeniti osobnu važnost ili značaj ostvarenja pojedinog cilja. Tako npr. niska procjena kontrole nad učenjem plesa može imati različite posljedice ovisno o osobnoj važnosti tog cilja za procjenjivača. U slučaju da je ovladavanje vještinom plesa važno za pojedinca, činjenica da je ostvarenje tog cilja izvan njegove kontrole, može utjecati na opći doživljaj nezadovoljstva, narušeno samopoštovanje te opće psihološko blagostanje pojedinca. U slučaju kada ostvarenje pojedinog specifičnog cilja nije značajno za pojedinca, posljedice niske procjene kontrole imat će manji značaj na njegovo psihološko funkcioniranje.

Percepcija visoke osobne kontrole nad ponašanjem i događajima općenito se povezuje s različitim vrstama pozitivnih ishoda kao što su pozitivni afekti (Helzer i Jayawickreme, 2015), dobro psihičko i tjelesno zdravlje (Greenaway i sur., 2015), točnije postavljanje i ostvarivanje osobnih ciljeva (Haase i sur., 2009), bolja samoregulacija ponašanja (Vohs i Baumeister, 2004), pozitivnije samopoimanje (Saadat i sur., 2012), pa čak i duljina života (Langer i Rodin, 1976). Percepcija mogućnosti kontrole djeluje protektivno pri suočavanju s ugrožavajućim i stresnim događajima (Greenaway i sur., 2014), kao i na odabir efikasnijih strategija suočavanja sa stresnim događajima (Gueritault-Chalvin i sur., 2000). Kao što je doživljaj kontrole važan za psihološko zdravlje, tako je i gubitak kontrole povezan s negativnim posljedicama te može izazvati stres i neugodu (Krause, 2005), doživljaj bespomoćnosti (Seligman, 1975), ali i potaknuti ljude na ponašanja kojima će nastojati ponovno uspostaviti doživljaj kontrole (Kay i sur., 2010). Znatno dio autora, iz različitih teorijskih perspektiva, smatra da kod ljudi postoji temeljni motiv ili potreba za ostvarivanjem kontrole (Bandura, 1989), a Burger ukazuje na mogućnost mjerenja individualnih razlika u želji ili potrebi za ostvarivanjem kontrole (Burger, 1992). Preniska ili previsoka potreba za kontrolom mogu imati loše posljedice na adaptivnost ponašanja (Amoura i sur., 2014) i voditi prema razvoju različitih problema s percepcijom realne kontrole kao što su iluzija kontrole (Fats i sur., 2009) ili praznovjerno ponašanje (Greenway i sur., 2013). Ugrožavajuće situacije koje ne omogućuju kontrolu poput potresa, gubitka tla pod nogama, turbulencija za vrijeme leta zrakoplovom, plovidbe za vrijeme oluje na moru, boravka na otvorenom prostoru za vrijeme grmljavine, iščekivanja liječničkih dijagnoza, bolesti bliskih osoba i sl., predstavljaju izvore stresa i mogu imati negativan učinak na mentalno zdravlje pojedinca.

Pojedini medicinski zahvati (npr. odlazak stomatologu, pojedini dijagnostički postupci i sl.) izazivaju strah i nelagodu jer su povezani s doživljajem boli, ali i nedostatkom osobne kontrole. Percepciji kontrole može pomoći kvalitetno informiranje pacijenta o prirodi i trajanju zahvata, komunikacija s pacijentom tijekom zahvata, kao i mogućnost da pacijent (ako je to moguće) zatraži kraći odmor ili izvještava o intenzitetu neugode tijekom tretmana. Generalizacija doživljaja izostanka kontrole nad specifičnim događajima na život u cjelini, negativno utječe na cjelokupnu psihološku prilagodbu i funkcioniranje pojedinca.

1.2. Različiti konstrukti vezani uz kontrolu

Elen A. Skinner (1996) daje sustavan prikaz više od 100 različitih konstrukata povezanih s konceptom „kontrola“. Autorica naglašava teorijska preklapanja u operacionalizaciji, mjerenju i uporabi srodnih koncepata što dovodi do teškoća u generalizaciji zaključaka. Jedan dio konstrukata neposredno uključuje pojam kontrole, kao što je slučaj kod percepcije kontrole, osobne kontrole, osjećaja/doživljaja kontrole, lokusa kontrole, kognitivne kontrole, vikarijske kontrole, iluzije kontrole, kontrole ishoda, primarne i sekundarne kontrole, kontrole pri donošenju odluka, prediktivne kontrole, samokontrole, potrebe za kontrolom i sl. U drugi skup konstrukata, koji posredno uključuju mehanizme i procese kontrole, mogu se svrstati: bespomoćnost, efikasnost, samoregulacija, djelotvornost, ovladavanje područjem, autonomija, samoodređenje, kompetencija, kauzalna atribucija, eksplanatorni stil, odgovornost, vjerojatnost uspjeha, očekivani ishod i sl. Skinner (1996) predlaže konceptualni okvir za klasifikaciju različitih konstrukata povezanih s kontrolom s obzirom na neka njihova bitna obilježja. Uporaba različitih termina za srodne ili identične koncepte dovodi do kumuliranja rezultata koji nisu integrirani jer se koriste unutar različitih istraživačkih područja i teorijskih paradigmi. Skinner preporučuje usmjeravanje pozornosti na same procese i operacionalizaciju korištenih mjera, a manje na terminologiju ili specifični teorijski kontekst.

Jedna od podjela zasniva se na razlikovanju **objektivne** (stvarne) i **subjektivne** (percipirane) kontrole. Objektivna kontrola se može procijeniti samo u određenim slučajevima kroz izračun vjerojatnosti nekog ishoda (npr. u igrama na sreću, vjerojatnosti oboljenja od određene bolesti i sl.). Većina koncepata vezanih uz kontrolu u psihološkim istraživanjima predstavlja subjektivnu percepciju ili uvjerenje ispitanika o mogućnosti kontrole nad događajima u nekoj stvarnoj ili hipotetskoj situaciji. Ta percipirana kontrola može biti precijenjena u slučajevima kada objektivna kontrola ili nije moguća ili je znatno manja od percipirane. U takvim slučajevima može se raditi o „iluziji kontrole“ koja može potaknuti rizična ponašanja i ugroziti dobrobit osobe (Langer, 1975). Ovo može biti slučaj kod ponašanja u prometu, kockanja, nezdrave prehrane i sl. Drugi oblik poremećaja odnosa objektivne i subjektivne kontrole predstavlja percepcije gubitka kontrole u situacijama u kojima je objektivna kontrola moguća, kao što je slučaj kod naučene bespomoćnosti (Abramson i sur., 1978). Većina istraživača suglasna je oko zaključka kako je percipirana kontrola snažniji prediktor ponašanja od stvarne mogućnosti kontrole i da stvarni gubitak kontrole ima psihološki značaj tek kada ga pojedinac percipira na takav način (npr. Burger, 1989). U uvjetima u kojima ne postoji objektivna kontrola, uvjerenje pojedinca da je kontrola moguća ipak može potaknuti određeno ponašanje (Averill, 1973).

Drugi važan aspekt kontrole odnosi se na **iskustvo pojedinca vezano uz raniju kontrolu** nad ishodima koji su predmet procjene, tj. uspješnost u ranijim pokušajima da se ostvare neki poželjni ili izbjegnu nepoželjni ishodi. Chanowitz i Langer (1980) razlikuju situacije procjene vjerojatnosti uspjeha u zadanoj situaciji **zasnovane na iskustvu** („Ja sam to već uspio ostvariti“) od **procjene mogućnosti ostvarenja** („Ja bih to mogao ostvariti“). Nejednako iskustvo s predmetom procjene može uključivati različite procese. Iskustvo kontrole rezultat je vanjskih činitelja (stupnja povezanosti između ponašanja i ishoda) i subjektivne interpretacije (npr. uvjerenja je li presudila sposobnost pojedinca ili sreća) kao i nekih drugih kontekstualnih faktora (iskustva drugih ljudi, stabilnost ranijih iskustava i dr.). Tako npr. mlađi i stariji pojedinci imaju različito iskustvo pri procjeni kontrole nad vlastitim zdravljem. Thompson (1981) opisuje koncept retrospektivne kontrole koja uključuje uvjerenja o faktorima koji su utjecali na ranije događaje, dok drugi autori razlikuju i prediktivnu kontrolu koja se odnosi na predviđanja budućih događaja (Rothbaum i sur., 1986).

Važna distinkcija, koja je u teoriji i istraživanjima često zanemarena, odnosi se na razlikovanje **kontrole nad samim ponašanjem i ishodima ponašanja**. Osoba može imati doživljaj kontrole nad vlastitim ponašanjem, tj. očekivanje da će tjedan dana prije ispita učiti 8 sati dnevno, ali to ostvareno ponašanje ne mora nužno jamčiti da će ishod ispita biti pozitivan ili u skladu s očekivanjima. U području zdravstvenog ponašanja ostvarenje određenog ponašanja (režima prehrane, tjelesne aktivnosti, organizacije ponašanja i sl.) samo po sebi predstavlja cilj i može uključivati različite mehanizme kontrole u odnosu na opću kontrolu ishoda ponašanja. Odnos između uvjerenja o kontroli, samog ponašanja i kvalitete ishoda nije uvijek jednoznačan. Kontrola nad vlastitim ponašanjem bliska je konceptu samokontrole ili samodiscipline detaljnije opisanom u šestom poglavlju.

Procjene kontrole mogu se odnositi na različito široke **domene i područja ponašanja** te zahvaćati specifične aktivnosti od rješavanja pojedinog zadatka, uže domene ponašanja (npr. uspjeh na ispitu), preko širih domena (kao što je roditeljstvo ili uspjeh na poslu) do globalnih procjena kontrole nad vlastitim životom. Ponekad se na osnovi niza specifičnih procjena kontrole nastoji procijeniti generalizirano uvjerenje o mogućnosti kontrole, kao što je slučaj kod Rotterovog koncepta lokusa kontrole (Rotter, 1990). Iako je opći doživljaj osobne kontrole nad vlastitim životom poželjan, razumna je pretpostavka da je za prilagođeno ponašanje također korisno razlikovanje područja u kojima osoba doživljava visoku kontrolu od područja u kojima je opažena kontrola niska. To omogućuje izbor ponašanja u kojima je vjerojatnost uspjeha veća te izbjegavanje situacija u kojima je izgledna vjerojatnost neuspjeha.

Osim toga, procjena kontrole može se odnositi na različite vrste **specifičnih procesa** koji su predmet kontrole kao što su kontrola emocija, kognitivna kontrola, kontrola izvedbe, kontrola motivacije ili ponašanja i sl. Pri **objašnjavanju samog procesa procjene stupnja kontrole** koriste se različiti koncepti kao što su potreba za kontrolom, potreba za strukturom, autonomija ili samoodređenje, dok se za **objašnjenje procjena kontrolabilnosti** mogu koristiti koncepti metakognicije, samomotrenja, stupnja sigurnosti, perfekcionizma, samopoštovanja i dr.

Skinner (1996) izdvaja tri dimenzije na osnovi kojih je moguće dodatno razlikovati koncepte vezane uz kontrolu. Prvi se odnosi na vrste **ishoda** ponašanja ili aktivnosti koji su predmet kontrole (i poželjne i nepoželjne). Druga dimenzija odnosi se na **izvršitelje kontrole**, što se može odnositi na različite pojedince i skupine, dok treća dimenzija uključuje **procese i mehanizme provedbe kontrole**. Skinner opisuje posljedice uključivanja različitih kombinacija navedenih dimenzija na zaključivanje i mogućnosti usporedbe rezultata.

Judge i suradnici (2002) opisuju koncept temeljnog ili sržnog samovrednovanja (engl. *core self-evaluation*) koje predstavlja temeljnu procjenu osobe o vlastitim vrijednostima, efikasnosti i sposobnostima. Autori sržno samovrednovanje opisuju kao latentnu osobinu višeg reda u čijoj osnovi se nalaze četiri povezane i često ispitivane dimenzije: lokus kontrole, samopoštovanje, opća samoeфикаsnost i neuroticizam. Metaanalize ukazuju na povezanost lokusa kontrole s mjerama emocionalne stabilnosti od .40, samopoštovanjem .52 te općom samoeфикаsnosti .56, što potvrđuje pretpostavke da se radi o temeljnim aspektima samoprocjene i samopoimanja unutar šireg konativnog prostora. Istraživanja ukazuju na prediktivnu vrijednost ovog koncepta za mjere zadovoljstva na radu i radne uspješnosti (Judge i sur., 2002).

Koncept kontrole ima važnu ulogu u području motivacije i odluka o izboru, pokretanju i intenzitetu određenih vrsta ponašanja. Vanjska kontrola smanjuje potencijal osobe da sama pokrene određenu aktivnost i da u njoj uživa. Osjećaj osobne kontrole povezan je s kvalitetom motivacije te osobnom hijerarhijom potreba, kognicijama i motivacijom. Ryan i Deci (2000) pridaju osobit značaj konceptima samokontrole i percipirane kontrole u okviru teorije samoodređenja. Kontrola igra značajnu ulogu u kontekstu određenja samoregulacije, autonomije ponašanja te razlikovanja intrinzične i ekstrinzične motivacije. **Samoodređenje** uključuje potencijal osobe da sama vrši izbore optimalnih oblika ponašanja bez vanjskih utjecaja.

U okviru kognitivnih modela i teorija namijenjenih razumijevanju i predviđanju ljudskog ponašanja često se koriste različiti koncepti koji ukazuju na doživljaj kontrole, a koji se operacionaliziraju na različite načine i djelomično se preklapaju. Rodgers, Conner i Murray (2008) navode koncepte percipirane kontrole (PC – *perceived control*), percipirane težine (PD – *perceived difficulty*) i uvjerenja o vlastitoj samoeфикаsnosti (SE – *self-efficacy*). Autori nude empirijske dokaze da se radi o različitim, ali povezanim konstruktima, naglašavaju važnost konteksta istraživanja te navode da su se mjere samoeфикаsnosti pokazale kao najbolji prediktor zdravstvenih namjera i ponašanja. Liu i suradnici (2007) ispituju odnos između percipirane težine, samoeфикаsnosti i kontrolabilnosti. Zaključuju da percipirana težina i samoeфикаsnost mogu predstavljati dvije dimenzije općeg nadređenog koncepta, pri čemu procjena kontrolabilnosti utječe na stupanj njihova preklapanja.

Percipirana kontrola odnosi se na uvjerenje o mogućnosti pojedinca da samostalno utječe na izvedbu ponašanja ili različite faktore odgovorne za uspješno ostvarenje ishoda. Pojedinac će se upustiti u određeno ponašanje tek ako je uvjeren da raspolaze potrebnim resursima kao što su vještine, kompetencije, potrebno vrijeme i novac, podrška drugih osoba, jasan plan aktivnosti, kao i strategije upravljanja potencijalnim rizičnim faktorima.

Kontrolabilnost se u visokom stupnju podudara s konceptom **samoefikasnosti**. Bandura (1977) u kontekstu socijalno-kognitivne teorije definira samoefikasnost kao uvjerenje pojedinca o potencijalu za uspješno izvršavanje nekog specifičnog zadatka. Samoefikasnost posredno uključuje i doživljaj kontrole nad ponašanjem kojim se može ostvariti postavljeni zadatak ili cilj. Ovisno o načinu mjerenja, samoefikasnost može biti više usmjerenja na individualne potencijale rješavanja samog zadatka, dok kontrolabilnost može zahvaćati i druge resurse potrebne za ostvarenje uspješnog ishoda. Bandura razlikuje dvije vrste očekivanja: a) **očekivanja vezana uz osobnu efikasnost** (*self-efficacy expectancy*) u izvršavanju ponašanja potrebnog za ostvarenje zadanog cilja i b) **očekivanja ostvarenja ishoda** (*outcome expectancy*) koja se odnose na uvjerenje da će zadano ponašanje dovesti do očekivanog ishoda („Ja mogu ustrajati na određenom režimu prehrane, ali ne znam u kojoj mjeri će to ponašanje rezultirati očekivanim gubitkom težine“). Na procjenu osobne efikasnosti pri rješavanju konkretnih zadataka utječu i metakognitivni procesi. Metakognicija se, u širem smislu, odnosi na uvid koji pojedinac ima o vlastitoj kogniciji, znanju i procesima koji su u podlozi učenja i rješavanja problema. Kognitivne sposobnosti omogućuju rješavanje problema ili zadatka dok metakognicija omogućuje razumijevanje procesa ili načina na koji je zadatak riješen (Schraw i sur., 2006) i može olakšati procjenu kontrolabilnosti budućih sličnih zadataka. Pri rješavanju kognitivnih problema metakognicija je važna jer uključuje motrenje vlastitih kognitivnih procesa, evaluaciju ispravnosti rješenja, ali omogućuje i upravljanje tim procesima s ciljem efikasnijeg rješavanja problema (Ljubotina, 2021).

Percipirana težina može se operacionalizirati kao procjena stupnja težine izvedbe zadanog ponašanja ili aktivnosti. Na procjenu težine utječu barem dva faktora: individualne karakteristike pojedinca potrebne za izvršenje zadatka te objektivna težina i zahtjevnost zadatka. U različitim modelima „procjena težine“ zadatka ili ponašanja koristi se kao medijator povezan s emocijama, motivacijom i samim ponašanjem. Percepcija srednje težine može pojačati motivaciju i izvedbu, dok visoka percipirana težina može povećati vjerojatnost odustajanja ili ometati izvedbu kroz djelovanje negativnog afekta i frustracije (Brunstein i Schmitt, 2010). Pojedinac koji procjenjuje da ima sposobnosti završetka vrlo zahtjevnog studija možda ga neće upisati jer mu se napor koji mora uložiti čini nerazmjernim vrijednosti nagrade ili potkrepljenja („Mogu to kontrolirati, ali mi se ne čini vrijednim truda“). Procjena težine zadatka u kombinaciji s metakognitivnom procjenom osobne efikasnosti može biti važan faktor u procesu odluke ispitanika hoće li ustrajati u rješavanju testovnog zadatka ili će odustati (Ljubotina, 2013).

S druge strane, visoka samoefikasnost i važnost ostvarenja konkretnog zadatka mogu umanjiti efekt težine i zahtjevnosti zadatka (Malmberg i sur., 2013). Nuutila i suradnici (2021) nalaze razmjerno nisku povezanost između samoefikasnosti i percipirane težine (između -0.20 i -0.35), a početna procjena težine pokazala se prediktivnom za uradak u zadatku, ali različita od opće motivacije i kompetencije.

S obzirom da se koncept kontrole koristi u različitim teorijskim tradicijama, može se opisati kroz termine percepcije, kognitivne procjene, specifičnog ili generaliziranog očekivanja, kauzalne atribucije, procjene kontingencije, eksplanatornog stila ili osobine ličnosti (Skinner, 2017).

1.3. Primjeri teorija i modela koji uključuju kontrolu

Koncept kontrole uključen je na različitim razinama u brojne teorije i modele kojima se nastoji objasniti i predviđati ljudsko ponašanje i doživljavanje. U nastavku su ukratko navedeni neki teorijski okviri koji mogu poslužiti kao primjer različitih paradigmi tretmana kontrole u različitim područjima istraživanja ljudskog ponašanja.

a) opća teorija sustava

Kao konceptualni okvir za razmatranje općih načela upravljanja sustavima može poslužiti kibernetika, čiji je utemeljitelj Norbert Wiener koji 1948. objavljuje knjigu *Cybernetics: Control and communication in the animal and the machine*. Kibernetika (grč. *kybernáo* – upravljam, kormilarim) u najširem smislu uključuje niz teorijskih i primijenjenih disciplina koje proučavaju upravljanje i vođenje složenih dinamičkih sustava. Opća paradigma funkcioniranja kibernetičkog sustava uključuje barem tri cjeline: podsustav koji prikuplja informacije o trenutačnom stanju, podsustav koji trenutačno stanje uspoređuje sa zadanim stanjem i podsustav koji utječe na proces ili

ponašanje s ciljem smanjenja detektirane razlike. Razmjena informacija među dijelovima sustava i koncept povratne veze u osnovi su kibernetičkih sustava. Wiener se, kao matematičar, bavio problemom preciznosti usmjeravanja raketa tijekom Drugoga svjetskog rata te razmatrao modele koji prate let rakete nakon ispaljivanja i korigiraju putanju, čime se značajno povećava preciznost.

Iz temeljnih postavki kibernetike izvedene su teorija odlučivanja, teorija povratne veze, teorija komunikacije i druge discipline. Područje kibernetike dijelom se podudara s *općom teorijom sustava* koja proučava zakonitosti postanka, razvoja, organizacije i ponašanja sustava na općoj razini. **Sustav** se može razmatrati kao skup povezanih podsustava koji djeluju kao cjelina, pri čemu ta cjelina može biti dio većeg nadsustava (okoline) s kojim razmjenjuje informacije. Kako bi sustav mogao ostvarivati ciljeve, njime se mora upravljati, pri čemu je koncept kontrole jedan od ključnih.

Opća teorija sustava nalazi primjenu u različitim područjima poput inženjerstva, biologije, medicine, ekonomije, sociologije, pa se tako počela primjenjivati i psihologiji. U ovom kontekstu čovjek i njegovo ponašanje mogu se analizirati primjenom općih načela (samo)regulacije sustava.

b) Powersova perceptivna teorija kontrole

W.T. Powers, na osnovi Wienerovih načela kibernetike, sredinom prošlog stoljeća razvija perceptivnu teoriju kontrole (PCT – *perceptual control theory*) s ciljem objašnjenja funkcioniranja živih bića. Za razliku od umjetnih sustava, kod živih bića ulazne informacije zasnivaju se na procesu percepcije, a jedan od ključnih koncepata predstavlja negativna povratna veza ili petlja (Powers, 2005). Ulazne informacije se uspoređuju s referentnim vrijednostima koje su kreirane unutar sustava, pri čemu je predviđeno istovremeno postojanje većeg broja kontrolnih sustava koji su zasnovani na hijerarhiji. Paradigma na osnovi koje se objašnjava ponašanje, različita je u odnosu na biheviorizam i kognitivnu psihologiju. Ponašanje je vezano uz kružne cikluse povratnih veza i usporedbu opaženog stanja s referentnim vrijednostima, a ne uz jednostavne odnose podražaj-odgovor. Teorija veći naglasak stavlja na kontrolu ulaznih informacija, nego na kontrolu ponašanja, dok se cjelokupno ponašanje razmatra kao svrhovito, a ne samo reaktivno.

c) teorija kontrole Carvera i Scheiera

Preuzimajući i integrirajući dio postavki opće teorije sustava i Powersove teorije, Carver i Scheier (1982) predlažu *teoriju kontrole* kao široki okvir za analizu ljudskog ponašanja, s naglaskom na konceptu samoregulacije, odnosno održavanju ponašanja usmjerenog ostvarenju zadanog cilja u skladu s određenim kriterijima. Primjena ove kibernetičke teorije kontrole u području ljudskog ponašanja zasniva se na pretpostavci da ljudi upravljaju vlastitim ponašanjem kroz ponavljajuće cikluse usporedbe trenutnog stanja s određenim standardima, nakon kojih slijede ponašanja čiji je cilj smanjenje eventualnih diskrepancija ili odstupanja (Carver i Scheier, 1982). Osnovni koncept kibernetičke teorije kontrole predstavlja tzv. **negativna povratna veza ili petlja** čija je funkcija poništavanje ili smanjenje odstupanja od zadanih standarda. Prvi korak u procesu upravljanja sustavom predstavlja **ulazna senzorna funkcija** (percepcija) čija je uloga registracija trenutnog stanja. U drugom koraku se registrirano stanje uspoređuje s referentnom vrijednošću pomoću **sustava za usporedbu** (autori ga nazivaju „comparator“). Stanje može odgovarati referentnoj vrijednosti ili odstupati u pozitivnom ili negativnom smjeru, tj. rezultirati nepodudaranjem ili diskrepancijom. U slučaju registriranog odstupanja aktivira se izlazna funkcija čiji je cilj smanjenje ili uklanjanje opaženog odstupanja djelovanjem na okolinu ili faktore koji su doveli do odstupanja. Opći cilj sustava jest minimalizirati odstupanja u odnosu na referentne vrijednosti kroz cikluse koji se ponavljaju. Ovaj opći konceptualni model često je korišten pri analizi samoregulacije i kontrole u različitim područjima psihologije jer omogućuje prilagodbu na različite specifične situacije. Ciljevi sustava mogu biti višestruki i hijerarhijski organizirani te se mogu odnositi na različito široke domene ponašanja (npr. od provedbe specifičnih motoričkih aktivnosti do održavanja općeg zdravlja organizma). Određenje referentnih vrijednosti može biti povezano s različitim faktorima i podložno promjenama. Model predviđa dvije razine kontrole. Prva se odnosi na aktivnosti, a druga na afekte koji su povezani s uspjehom prilagodbe sustava okolini tijekom vremena. Aktivnosti mogu biti usmjerene

na okolinske faktore kao i na izbjegavanje, dok afekti mogu utjecati na izmjenu prioriteta koji usmjeravaju ponašanje te potaknuti simultano odvijanje aktivnosti (Carver, 2004).

d) teorija planiranog ponašanja

Ajzen (1991) razvija teoriju planiranog ponašanja (TPB – *theory of planned behavior*) čiji je cilj razumijevanje i predviđanje ljudskog ponašanja, a koja predstavlja proširenje teorije razložnog ponašanja (TRA – *reasoned action approach*, Ajzen i Fishbein, 1980). Konkretno ponašanje povezano je s namjerom o pokretanju ili promjeni ponašanja („Namjeravam kupiti novi mobitel“), pri čemu se namjera može predvidjeti s tri skupine faktora: **percipiranom bihevioralnom kontrolom** („Ja raspoložem svim resursima potrebnim za kupnju mobitela“), **stavom** prema zadanom ponašanju („Važno mi je imati novi model mobitela“) te **subjektivnom normom** koja uključuje percepciju odnosa drugih relevantnih ljudi prema zadanom ponašanju („Većina mojih prijatelja ima nove modele mobitela“). U Ajzenovom modelu planiranog ponašanja percipirana bihevioralna kontrola predstavlja jedan od glavnih prediktora namjere ponašanja, a time posredno i samog ponašanja. Ajzen u okviru teorije razmatra **uvjerenja o kontroli** kao uvjerenja o faktorima koji mogu olakšati ili ometati izvedbu ponašanja. Percipirana bihevioralna kontrola u različitim fazama razvoja teorije operacionalizirana je na različite načine, a konceptualizacija i mjerenje percepcije bihevioralne kontrole izazivaju određene metodološke i konceptualne probleme. Dio istraživača provjerava pretpostavku o višedimenzionalnosti ovog konstrukta. Kraft i suradnici (2005), na osnovi konfirmatorne faktorske analize, zaključuju da mjere kontrole ukazuju na tri povezana, ali ipak zasebna faktora (percipiranu kontrolu, težinu i uvjerenje o efikasnosti). Drugi provjeravani model ukazuje na dva povezana faktora opisana kao samoeфикаsnost (uključuju težinu i uvjerenje o efikasnosti) i percipiranu kontrolu.

Dio istraživača čak izražava sumnju o mogućnosti razlikovanja percipirane kontrole od koncepta namjere (Rhodes i Courneya, 2003). U ranijim fazama razvoja teorije planiranog ponašanja koncept kontrole više je usmjeren na težinu izvedbe i uključivao je unutarnje (vještinu, motivaciju i dr.) i vanjske faktore (suradnju s drugima) te je korišten kao jednodimenzionalni konstrukt. Novija istraživanja ukazuju da je percipirana bihevioralna kontrola faktor višeg reda koji se sastoji od dvije povezane dimenzije –samoeфикаsnosti i kontrolabilnosti, iako se ponekad koriste nazivi percipirana težina i percipirana kontrola. Komponenta samoeфикаsnosti mjeri se kroz procjenu težine („Za mene je to ponašanje lako/teško“) i uvjerenje osobe može li izvršiti zadatak ako želi („Ako želim, mogu/ne mogu izvršiti taj zadatak“). Percipirana kontrola ispituje se uvjerenjem o osobnoj kontroli nad ponašanjem („Izvedba tog ponašanja u potpunosti je pod mojom kontrolom“) ili bliže lokusu kontrole („Izvedba ponašanja ovisi u potpunosti o meni/vanjskim faktorima“). Koncept percipirane kontrole mjeri se kombinacijom opisanih pitanja koje pritom umjereno koreliraju, a unutarnja konzistencija izražena alfa koeficijentom kreće se oko 0.65. Preporuka je da se samoeфикаsnost ispituje u odnosu na zadano ponašanje i cilj.

e) teorija kontrole i vrijednosti

Pekrun (2006) predlaže *teoriju kontrole i vrijednosti* kroz koju naglašava veliki značaj i ulogu emocija u području akademskog postignuća te nastoji ponuditi okvir za integraciju djelovanja emocija, kognicije i motivacije. Kontrola i regulacija emocija tijekom nastave i komunikacije unutar školskog sustava, učenja i ispita, utječu na učenikove kognitivne procese i izvedbu, motivaciju, učinkovitost poučavanja i opće psihičko funkcioniranje (Burić, 2008). Pekrun razlikuje dvije vrste kognitivnih procjena koje se odnose na a) subjektivnu kontrolu nad aktivnostima i ishodima te b) subjektivnu vrijednost aktivnosti i ishoda za učenika. Subjektivna kontrola zasniva se na dvije vrste procjena vezanih uz percepciju kauzalnog odnosa između vlastitog ponašanja i ishoda. **Kauzalna očekivanja** predstavljaju prospektivne procjene o utjecaju ponašanja na buduće ishode, dok **kauzalne atribucije** predstavljaju retrospektivne procjene o odnosu ranijih aktivnosti i njihovih ishoda. Pekrun razlikuje tri vrste kauzalnih očekivanja. Prva vrsta očekivanja odnosi se na mogućnost kontrole samog ponašanja potrebnog za ostvarenje postignuća (*action-control*), druga na očekivanje da će zadano ponašanje rezultirati željenim postignućem (*action-outcome*) i treće je očekivanje o utjecaju vanjskih faktora na ostvarenje postignuća (*situation-outcome*). U okviru modela razlikuju se intrinzične i ekstrinzične vrijednosti zadanih ponašanja i ciljeva. U osnovi optimalna

situacija ostvarena je u slučaju kada je ostvarenje cilja važno za učenika i on procjenjuje da može kontrolirati ostvarenje zadanih ciljeva. U nastavi nisu rijetke situacije u kojima učenici ne razumiju razloge zbog kojih uče određene sadržaje koji im pritom nisu jasno objašnjeni. Takve situacije povezane su s negativnim afektima i frustracijama, što stvara odbojnost prema cijelom sustavu obrazovanja.

f) Glasserova teorija kontrole (izbora)

U području psihoterapije jedan od temeljnih ciljeva jest uspostavljanje narušenog doživljaja kontrole nad vlastitim životom. Američki psihijatar William Glasser autor je realitetne psihoterapije i utemeljitelj teorije izbora, a koncept kontrole ima značajno mjesto u njegovom radu i teoriji. Glasser 1985. objavljuje knjigu *Control Theory: A New Explanation of How We Control Our Lives* u kojoj izlaže svoj koncept važnosti i uloge kontrole u ljudskom ponašanju te specifičnim područjima kao što su psihoterapija, mentalno zdravlje i školski sustav. Od sredine devedesetih Glasser umjesto naziva *teorija kontrole* koristi naziv *teorija izbora* kako bi naglasio važnost izbora pri upravljanju vlastitim životom. Teorija izbora predstavlja teorijsku osnovicu realitetne terapije, a zasniva se na Glasserovom teorijskom i kliničkom radu te dijelom na postavkama Powersove perceptivne teorije kontrole, a uključuje neke koncepte kibernetičkih modela. Za razliku od klasične biheviorističke paradigme o čovjeku koji reagira na vanjske podražaje, teorija izbora ljudsko ponašanje opisuje kao svrhovito, slobodno, pokretano iznutra i usmjereno na kontrolu vlastite okoline. Ponašanje se dominantno doživljava kao proaktivno, a ne reaktivno ili naučeno. Ljudi imaju slobodu izbora ponašanja koje će u konkretnoj situaciji najbolje zadovoljiti zadanu potrebu. Osnovne psihološke ljudske potrebe iz pozicije teorije izbora su potreba za preživljavanjem, potreba za ljubavlju i pripadanjem, potreba za moći i samopoštovanjem, potreba za slobodom (neovisnosti) i potreba za zabavom. Hijerarhija i valencija ovih potreba može se razlikovati među ljudima (Glasser, 2000). Glasser kritizira dominantne teorijske pristupe u području razumijevanja ljudskog ponašanja i naziva ih psihologijom vanjske kontrole. Prema njemu, vanjska kontrola narušava kvalitetu međuljudskih odnosa koje smatra iznimno važnim za mentalno zdravlje.

Teorija izbora naglašava aktivnu ulogu i odgovornost osobe pri izboru ponašanja kojima će uspostaviti kontrolu nad svojim životom. Problemi proizlaze iz odabira nefunkcionalnih ili čak destruktivnih ponašanja koja se javljaju i u situacijama kada postoje bolji izbori. Glasser naglašava da je izbor vezan, ne samo uz ponašanje, već i uz emocionalni doživljaj određenih stanja, poput osjećaja krivnje, doživljaja gubitka kontrole ili bespomoćnosti. Naši osjećaji nisu pod kontrolom drugih ljudi i teške situacije se mogu doživjeti i kao osobna nesreća, ali i kao izazov. Umjesto formulacije da su „događaji osobu učinili depresivnom“, Glasser je bliži objašnjenju da je osoba „sama odabrala takav oblik suočavanja s problemima“ (Glasser, 1997). Ljudi ne trebaju kontrolirati ponašanje drugih osoba, ali mogu nastojati utjecati na njih uz zadržavanje međusobnog poštovanja i dostojanstva. Jedan od ključnih konflikata proizlazi upravo iz potrebe da mijenjamo vanjski svijet i da ga kontroliramo, ali da pritom nas ne kontroliraju vanjski faktori.

Neke od kritika Glasserove teorije usmjerene su na precjenjivanje osobne odgovornosti pojedinca za probleme u funkcioniranju, kao i potencijale osobe da uistinu može odabrati optimalne izbore u različitim životnim situacijama. Osim toga, njegova teorija nema karakter znanstvene, metodološki utemeljene, teorije, već je više skup ideja koje predstavljaju smjernice za razmišljanje o značenju kontrole i izbora ponašanja u ljudskom životu.

S druge strane, Glasser ponašanje razmatra u životnom realitetu (obitelji, školi, radnom mjestu), a ne u strogo kontroliranim uvjetima laboratorija i za razliku od psihoanalize i biheviorizma pokazuje vjeru u potencijale i autonomiju čovjeka na tragu humanističkog pristupa objašnjenju ljudskog ponašanja.

g) teorija kontrole prolaza Melzacka i Walla

Koncept kontrole važan je pri proučavanju fenomena boli. Bol, bilo da se radi o akutnoj ili kroničnoj boli, predstavlja neugodan osjetilni i emocionalni doživljaj koji može znatno narušiti kvalitetu života. Istraživanja ukazuju na značajne individualne razlike u doživljaju intenziteta boli i toleranciji na bolne podražaje, a pokazalo se da percipirana kontrola nad boli može biti povezana s nižim procjenama intenziteta boli (Sullivan i sur., 2001). Melzack i Wall (1965) razvijaju *teoriju kontrole prolaza* (engl. *gate control theory*) koja, pored perifernih faktora

(npr. oštećenja ili upala), naglašava i ulogu središnjeg živčanog sustava pri objašnjavanju mehanizma nastanka i doživljenog intenziteta boli. U osnovi teorije jest pretpostavka o neuralnom mehanizmu u stražnjim rogovima kralježničke moždine koji djeluje kao „vrata“ na način da promjenom propusnosti može pojačati ili umanjiti protok bolnih impulsa prema središnjem živčanom sustavu (Havelka, 1998). Teorija pretpostavlja da osjeti koji nisu bolni mogu smanjiti intenzitet bolnih osjeta jer blokiraju ili ometaju njihov prolaz prema centralnim strukturama. Suvremeni pristupi doživljaj boli opisuju kao rezultat integracije osjetnih, emocionalno-motivacijskih i kognitivno-evaluacijskih čimbenika (Peyron i sur., 1999, prema Ivanec i sur., 2010). Na osnovi postavki teorije kontrole prolaza različiti psihološki procesi poput pažnje, djelovanja distraktibilnih podražaja, očekivanja, afekata i sl., u kombinaciji s bolnim osjetima, djeluju na konačni doživljaj boli. Istraživanja pokazuju da je na taj način moguće, barem u određenom stupnju, utjecati na smanjenje intenziteta doživljene boli.

1.4. Različite vrste procjena vezanih uz doživljaj kontrole

U istraživanjima se koriste različiti oblici procjena kontrole ovisno o teorijskom kontekstu i ciljevima pojedinog istraživanja. Pojedine vrste procjena bit će detaljnije razmotrene u sljedećim poglavljima, a ovdje su opisani neki od najčešće korištenih pristupa koji ukazuju na različite oblike operacionalizacije koncepta kontrole.

1.4.1. Opća procjena osobne kontrole

Uz pojedine oblike ponašanja, stanja i događaja može se zatražiti opća procjena mogućnosti osobne kontrole ili osobnog utjecaja na ishod. Ova procjena ukazuje na uvjerenje pojedinca da samostalno može kontrolirati ishod na osnovi vlastitih potencijala i ponašanja, ali može uključivati i vanjske faktore na koje osoba može utjecati (Skinner, 2017). Ovisno o formulaciji pitanja, osobna kontrola ne mora nužno implicirati samostalno ostvarenje ishoda, već može uključivati uvjerenje pojedinca da će se pri njihovu ostvarenju moći osloniti na pomoć drugih osoba (faktora) važnih za ostvarenje ishoda („Procjenjujem da mogu sam kontrolirati sve faktore važne za ostvarenje ishoda“). Stoga se ova vrsta procjene ne mora u potpunosti preklapati s konceptom unutarnjeg lokusa kontrole („Ja sam ne mogu ostvariti ishod, ali se mogu osloniti na važne druge osobe ili potrebne resurse iz okoline“).

Primjer 1: Procijenite koliko Vi osobno možete utjecati na uspješno polaganje ispita iz matematike na državnoj maturi (kontrola ishoda)

Primjer 2: Procijenite koliko su pripreme za ispit iz matematike na državnoj maturi pod vašom kontrolom (kontrola ponašanja)

U dva prethodna primjera „uspješno polaganje“ može biti doživljeno na različite načine te uključivati prelazak minimalnog praga ili ostvarivanje neke očekivane ocjene.

U istraživanju percepcije nepravde u društvu (Ljubotina i Ljubotina Družić, 2022) opća procjena percepcije osobne kontrole nad događajima u životu ispitana je jednim pitanjem: „Molimo Vas da procijenite u kojoj mjeri općenito možete utjecati na stvari koje Vam se događaju u životu“. Ispitanici su za procjene koristili postotke pri čemu je 0% značilo nultu mogućnost kontrole, a 100% potpunu kontrolu nad događajima u životu. Aritmetička sredina procjena osobne kontrole nad događajima u životu iznosila je $M = 58.41\%$ ($SD = 24.62$). Procjena opće kontrole nad događajima u životu korelirala je s višom procjenom kvalitete života ($.513$; $p < .001$), boljim materijalnim statusom ($.393$; $p < .001$) i višim stupnjem obrazovanja ($.222$; $p < .001$). Istraživanje je provedeno na 393 odrasla ispitanika.

1.4.2. Percepcija vjerojatnosti ostvarenja ishoda

Ponekad se doživljaj kontrole može ispitivati posredno **procjenom vjerojatnosti ostvarenja cilja** bez specifikacije faktora povezanih s ostvarenjem cilja (Heckhausen, 1991). U tom slučaju naglasak je na realizaciji cilja, a ne na faktorima koji utječu na realizaciju zadanog cilja. Implicitna je pretpostavka da uvjerenje o konačnom ostvarenju cilja ukazuje na kontrolu.

Primjer 3: Procijenite vjerojatnost uspješnog polaganja ispita iz matematike na državnoj maturi, tj. prelaska minimalnog praga potrebnog za prolaznu ocjenu? _____%

1.4.3. Procjena vjerojatnosti pozitivnih i negativnih ishoda

Većina istraživanja usmjerena je na procjenu kontrole nad pozitivnim ishodima ponašanja. Brewin i Shapiro (1984) naglašavaju da je vrlo korisno razlikovati procjene kontrole nad pozitivnim i negativnim ishodima. U slučajevima kod kojih je osobna „cijena“ neuspjeha visoka (npr. mogućnost odbijanja od strane potencijalnog partnera/ice, moguća izloženost javnoj kritici i sl.), pojedinac se neće upuštati u aktivnost iako je procjena kontrole nad pozitivnim ishodom razmjerno visoka. U pojedinim situacijama ostvarenje pozitivnog ishoda nužno uključuje i određene negativne posljedice (npr. vojni zapovjednik prilikom pripreme vojne operacije mora računati s određenim gubicima, menadžer pri upravljanju tvrtkom mora otpustiti dio zaposlenika, razvod braka pored rješenja problema s partnerom/icom može uključivati i odvajanje od djece, prihvaćanje bolje plaćenog posla može značiti i manje slobodnog vremena itd.). U takvim slučajevima korisno je procijeniti potencijale za suočavanje s mogućim negativnim ishodima određenih aktivnosti.

Primjer 4: Procijenite koliko uspješno možete kontrolirati posljedice neuspjeha na državnoj maturi

1	2	3	4	5
uopće ne mogu kontrolirati				u potpunosti mogu kontrolirati

Primjer 5: Procijenite koliko možete kontrolirati negativne posljedice odluke da karijeru nastavite izvan Hrvatske

1	2	3	4	5
uopće ne mogu kontrolirati				u potpunosti mogu kontrolirati

1.4.4. Lokus kontrole

Vjerojatno najčešći oblik mjerenja kontrole predstavlja ispitivanje lokusa kontrole u skladu s Rotterovim konceptom (Rotter, 1966; Lefcourt, 1976). Kod ispitivanja lokusa od ispitanika se traži procjena faktora odgovornih za uspješan ishod (potkrepljenje) određenog ponašanja, pri čemu se najčešće razlikuje unutarnji lokus (percepcija pojedinca da sam može utjecati na ishod) i vanjski lokus (percepcija pojedinca da na ishod djeluju vanjski faktori). Koncept lokusa kontrole i metodološki problemi vezani uz mjerenje detaljno su opisani u drugom poglavlju. Primjeri 6. i 7. predstavljaju samo neke od brojnih načina ispitivanja koncepta lokusa kontrole.

Primjer 6: Procijenite koliko na uspješno polaganje ispita iz matematike na državnoj maturi možete utjecati vi osobno, a koliko utječu faktori koji nisu pod vašom kontrolom

1	2	3	4	5
u potpunosti je pod mojom kontrolom		podjednako mogu utjecati sam koliko i vanjski faktori		u potpunosti je pod utjecajem vanjskih faktora

Primjer 7:

- a) Uspješno polaganje državne mature u potpunosti je pod mojim utjecajem točno - netočno
 b) Uspješno polaganje državne mature u potpunosti je pod utjecajem vanjskih faktora točno - netočno

1.4.5. Atribucija faktora koji utječu na ostvarenje zadanog cilja (percepcija kauzalnosti)

U istraživanjima se razmjerno rijetko ulazi u sam proces na osnovi kojega ispitanici procjenjuju vlastita uvjerenja o mogućnosti kontrole, ali uvid u percepciju kauzalnosti može biti vrlo koristan za objašnjenje doživljaja kontrole u konkretnim situacijama. Procjena uzroka povezanih s ishodima ponašanja može se razmatrati u okviru različitih modela i teorija atribucije (Heider, 1958; Weiner, 1992). Različiti aspekti atribucija uzročnosti detaljnije su razmotreni u petom poglavlju.

Primjer 8: Procijenite koliko svaki od navedenih faktora utječe na uspješno polaganje državne mature:

- | | |
|--|-----------------------------|
| 1. Kvaliteta nastave u školi | uopće ne ----- u potpunosti |
| 2. Kognitivne sposobnosti učenika | uopće ne ----- u potpunosti |
| 3. Uloženo vrijeme i trud u pripreme | uopće ne ----- u potpunosti |
| 4. Kontinuirani rad tijekom školske godine | uopće ne ----- u potpunosti |
| 5. Podrška nastavnika izvan redovite nastave | uopće ne ----- u potpunosti |
| 6. Korištenje dodatnih instrukcija | uopće ne ----- u potpunosti |
| 7. Težina zadataka na ispitu | uopće ne ----- u potpunosti |
| 8. Sreća | uopće ne ----- u potpunosti |

1.4.6. Potreba za kontrolom

Istraživanja ukazuju na individualne razlike u razini želje ili potrebe za kontroliranjem faktora važnih za ostvarenje ishoda. Burger i Cooper (1979) razvijaju konstrukt želje ili potrebe za kontrolom, detaljnije opisan u šestom poglavlju i može se konceptualizirati i mjeriti odvojeno od doživljaja kontrole.

Primjer 9: Procijenite koliko je vama osobno važno da pripreme za maturu budu pod vašom kontrolom

1	2	3	4	5
uopće mi nije važno				u potpunosti mi je važno

1.4.7. Samokontrola

Određenje koncepta samokontrole nije jednoznačno, ali u najširem smislu odnosi se na sposobnost pojedinca da kontrolira svoje ponašanje neovisno o vanjskim pritiscima, naučenim ili urođenim automatskim obrascima ponašanja i fiziološkim impulsima (Baumeister i Tierney, 2011). Kod samokontrole ishod ili cilj primarno se odnosi na kontrolu i održavanje samog ponašanja. Koncept i metode mjerenja opisani su šestom poglavlju.

Primjer 10: Procijenite vjerojatnost da tijekom svibnja priprema za maturu posvetite po 7 sati dnevno. _____%

1.5. Ustrajanje na osobnoj kontroli ili upravljanje kontrolom?

*Bože,
daj mi hrabrosti da **promijenim** ono što mogu promijeniti,
daj mi snage da **prihvatim** ono što se ne može promijeniti,
a najviše od svega, daj mi **mudrosti** da razlikujem jedno od drugoga.*

Većina istraživača suglasna je oko zaključka da je uvjerenje o osobnoj kontroli poželjno za adaptivno funkcioniranje pojedinca. Međutim, u brojnim životnim situacijama pojedinac ne može sam ostvariti kontrolu nad događajima, kao što se za neke događaje može zaključiti da ih uopće nije moguće kontrolirati. U kontekstu razmatranja doživljaja kontrole nad vlastitim životom zanimljivo je proučiti tzv. molitvu spokoja (engl. *serenity prayer*) koja se pripisuje različitim izvorima, ali podaci ukazuju da ju je u ovom obliku objavio i koristio američki teolog Reinhold Niebuhr sredinom 20. stoljeća (Shapiro, 2014). Temeljna poruka molitve prisutna je u različitim religijskim i filozofskim tekstovima, od grčkih stoika, preko religijskih tekstova, a ponekad se pripisuje T. Akvinskom, sv. Franji Asiškom ili drugim izvorima. Srž molitve upravo se odnosi na upravljanje kontrolom nad vlastitim životom. Percepcija mogućnosti kontrole nad događajima potiče čovjeka da promijeni sve ono što može pozitivno djelovati na njegovu dobrobit, učiniti ga sretnijim i zadovoljnijim te mu olakšati prilagodbu na zahtjeve okoline. Većina psiholoških istraživanja i teorija naglašava značaj doživljaja osobne kontrole nad svojim ponašanjem i okolinom, a osobna kontrola se često postavlja kao imperativ uspjeha u zapadnoj civilizaciji. Međutim, u situacijama kada objektivno nije moguće ostvariti kontrolu, inzistiranje na osobnoj kontroli može loše utjecati na mentalno zdravlje pojedinca. Ovdje želimo naglasiti da je u situacijama koje se ne mogu promijeniti (gubici bliskih osoba, teške bolesti, posljedice elementarnih nepogoda, različiti oblici traumatskih događaja i sl.) i nad kojima nije moguće ostvariti kontrolu, iznimno važna i **sposobnost ili umijeće prihvaćanja** takve nekontrolabilne situacije. Čini se da ovaj smjer istraživanja izaziva znatno manji interes istraživača, ali je zastupljen u nekim oblicima psihoterapije poput terapije prihvaćanjem i posvećenošću, a djelomično i kroz paradoksalnu teoriju promjene u okviru geštalt terapije.

Heckhausen i Dweck (1998) razvijaju teoriju osobne kontrole koja razmatra upravljanje cjeloživotnim razvojem. Unutar teorije razlikuju koncepte primarne i sekundarne kontrole koje originalno predlažu Rothbaum i suradnici (1982). Na osnovi **primarne kontrole** pojedinac mijenja i prilagođava vlastitu okolinu svojim potrebama i ciljevima te reagira na moguće prijetnje i stresne situacije koje ugrožavaju njegovu dobrobit nastojeći ponovno uspostaviti kontrolu (Heckhausen i Schulz, 1995). **Sekundarna kontrola** ima ulogu da kroz nju pojedinac mijenja sebe i tako se prilagođava zahtjevima okoline u kojoj živi. Primarnu i sekundarnu kontrolu treba razmatrati neovisno o konceptu unutarnjeg i vanjskog lokusa kontrole. Primarna kontrola može uključivati vlastite aktivnosti i ulaganje osobnih resursa, ali i traženje pomoći okoline, dok sekundarna kontrola može uključivati promjenu osobnih prioriteta i ciljeva koji nisu realistični, snižavanje razine aspiracija ili reinterpetaciju cjelokupne situacije. Rothbaum i suradnici (1982) upozoravaju da primarna kontrola može dovesti do velikih uspjeha, ali i neuspjeha. Autori pretpostavljaju da se sekundarna kontrola može očekivati tek kada se primarna kontrola pokazala neuspješnom. Neki od oblika ostvarivanja sekundarne kontrole mogu biti prilagođavanje očekivanja, prihvaćanje sudbine ili korištenje praznovjernog ponašanja s ciljem uspostavljanja kontrole, povezivanje s moćnim drugim osobama koje imaju kontrolu ili reinterpetacija situacije s ciljem uspostavljanja novog značenja. Heckhausen i Schulz (1995) navode da je u situacijama ugroženosti moguća i reakcija odustajanja od kontrole koja može imati obilježja pasivnosti i bespomoćnosti. Autori ni jednu od strategija ne opisuju kao prikladnu ili neprikladnu, već naglašavaju da je adaptivnost strategije potrebno vrednovati u kontekstu situacije u kojoj se pojedinac nalazi. Koncepti primarne i sekundarne kontrole potaknuli su istraživanja kulturalnih razlika u mehanizmima ostvarenja kontrole, kao i ovladavanje kontrolom u duljim vremenskim razdobljima kao što su npr. kronične bolesti, profesionalna karijera ili boravak u zatvoru.

Heckhausen i Schultz (1995) predlažu koncept **optimizacije** koji se odnosi na upravljanje strategijama održavanja kontrole s ciljem osiguravanja dugoročnih pozitivnih ishoda za pojedinca. Privremeno odustajanje od kontrole ponekad može biti korisno u situacijama koje objektivno ne omogućuju kontrolu (pr. ratni sukobi, ekonomske krize, razvod braka i sl.). U skladu s takvim procjenama pojedinac može usmjeriti ponašanja u druga područja u kojima će moći iznova ostvariti osjećaj kontrole (potražiti drugog partnera/partnericu, odabrati drugi posao, promijeniti studij i sl.). Osim toga, prikladnost sekundarne kontrole ovisi o kontekstu i mogućnosti kontrole same situacije.

Optimalna i prikladna kombinacija primarne i sekundarne kontrole praćena kroz životni ciklus čini se funkcionalnijim modelom u odnosu na preferenciju jedne vrste kontrole i može poboljšati opću prilagodbu, kvalitetu života te suočavanje sa životnim izazovima (Weisz i sur., 1984). Lacković-Grgin i suradnici (2001) nalaze da se korištenje primarne kontrole smanjuje s dobi, a sekundarne povećava.

Korist se može očitovati u smanjenju emocionalnog pritiska i određenom predahu koji se može iskoristiti za pripremu novih strategija za rješavanje situacije ili ponovnu uspostavu kontrole na drugoj razini. Lacković-Grgin i suradnici (2001) ovaj pristup nazivaju **tercijarnom kontrolom**, a ona može uključivati strategije racionalizacije, humora, kognitivne reinterpetacije i izbjegavanja. Odustajanje od kontrole može imati i negativni oblik na način da vodi k bespomoćnosti i trajnom odustajanju od adaptivnih oblika suočavanja.

Prepoznavanje niske mogućnosti kontrole u određenom području može prevenirati ulazak u ponašanja u kojima je visoka vjerojatnost neuspjeha. Spoznaja da su neki događaji nepredvidivi ili da nisu pod našom kontrolom (privremeno ili trajno) omogućuje upravljanje ponašanjem na način da takve situacije izbjegavamo te na taj način preveniramo pojavu nepoželjnih ishoda. Tako npr. osoba koja ima uvid u niske sposobnosti u određenom području (npr. matematika, ples, sport) može **izbjegavanjem situacija** u kojima su potrebne te osobine minimalizirati frustraciju ili negativne ishode kojima bi bila izložena. Ovakvo upravljanje vlastitim ponašanjem kroz izbjegavanje nekontrolabilnih i izbor kontrolabilnih situacija može općenito unaprijediti kvalitetu života i zadovoljstvo pojedinca. Ovo upravljanje može se primijeniti kod izbora studija, izbora posla, partnera, odnosno kod većine situacija kod kojih pojedinac ima mogućnost izbora. U ovom kontekstu može se spomenuti i preporuka koju izgovara Vito Corleone u filmu *Kum* prema kojoj treba „prijatelje držati blizu, a neprijatelje još bliže“.

U starom kineskom tekstu *Umijeće ratovanja* skrivene su brojne mudrosti vezane uz strategije planiranja aktivnosti uz uvažavanje vlastitih potencijala i slabosti, karakteristika protivnika kao i promjenjive vanjske okolnosti. Tekst naglašava važnost promišljanja, planiranja i praćenja situacije kako bi se moglo pravovremeno i prikladno reagirati i ostvariti kontrolu nad situacijom:

Učitelj Sun reče:

"Od davnina vješt ratnik
najprije bi osigurao vlastitu neranjivost,
a zatim čekao protivnikovu ranjivost.

Neranjivost ovisi o nama samima
ranjivost o protivniku“.

„Možeš poznavati pobjedu, a ipak je ne postići“.

„Postoje ceste kojima se ne ide.

Postoje vojske koje se ne napadaju.

Postoje gradovi koji se ne opkoljavaju.

Postoje tereni za koje se ne bori.

Postoje zapovijedi gospodara koje se ne izvršavaju.“

(Sun Tzu, *Umijeće ratovanja*, 6. st. pr. Kr.)

Skinner (2017, str. 311), integrirajući veliki broj istraživanja u području percepcije i doživljaja o kontroli izvodi sljedeće zaključke, odnosno smjernice za istraživanja kontrole u životu pojedinca: a) **uvjerenje o kontroli**

širi je koncept od percepcije, ali uži od osobine ličnosti (u osnovi predstavlja unutarnji radni model na osnovi kojega se interpretira okolna stvarnost), b) motivacijsku osnovu doživljaja kontrole čini potreba za osobnom kompetencijom, c) doživljaj kontrole se manifestira kroz motivacijske, emocionalne, kognitivne, voljne i neurofiziološke mehanizme, d) percipirana kontrola razvija se i mijenja u interakciji s materijalnom i socijalnom okolinom pojedinca, e) na osnovi iskustva i povratnih informacija zaključci o kontroli kontinuirano se mijenjaju i prilagođavaju tijekom vremena, f) doživljaj kontrole razvija se tijekom cjelokupnoga životnog ciklusa.

1.6. Individualna ili grupna kontrola

Većina istraživanja usmjerena je na ispitivanje doživljaja kontrole kroz osobni utjecaj ili djelovanje. Razmjerno su rijetka istraživanja koja proučavaju uvjerenje o mogućnosti **ostvarenja kontrole ili zadanih ciljeva kroz pripadnost grupi**, odnosno kroz zajedničko djelovanje s drugim ljudima. Ovakvi slučajevi mogu biti realni u situacijama grupnih sportova, timskog rada, vojnih postrojbi, društvenog djelovanja kroz različite političke i druge organizacije i sl. U brojnim slučajevima pojedinac je svjestan da ne može sam ostvariti osobne ciljeve, ali može imati uvjerenje da ih može ostvariti zajedno s članovima grupe kojoj pripada. Ti ciljevi mogu biti osobni, ali i zajednički. U slučaju gubitka osobne kontrole pojedinac može postati podložniji utjecaju grupe, pri čemu grupni identitet i vrijednosti grupe postaju primarni. Stollberg i suradnici (2015) naglašavaju da se koncept osobnog doživljaja kontrole („Ja to mogu ostvariti“) može dopuniti doživljajem grupnog ili zajedničkog ostvarenja kontrole („Mi to možemo ostvariti“). Fritsche i suradnici (2008) razvijaju model kontrole zasnovane na djelovanju grupe i navode da u slučajevima gubitka doživljaja osobne kontrole, članstvo u grupi može omogućiti povratak uvjerenja o kontroli. Ovaj proces pozitivan je za pojedinca, ali može imati pozitivne i negativne društvene implikacije. Agroskin i Jonas (2010) razmatraju odnos osobne ugroženosti od strane imigranata ili terorista te pojačane sklonosti etnocentrizmu, autoritarnosti i razvoju predrasuda potaknutih grupnim vrijednostima. Pojedinac kao član grupe lakše može percipirati mogućnost ostvarenja osobnih ciljeva, ali i općih vrijednosti. Članstvo u grupi povećava mogućnost kontrole u slučajevima kada ih pojedinac sam ne može ostvariti ili su njegovi raniji individualni pokušaji bili neuspješni. Primjeri ovakvog ostvarivanja kontrole mogu biti članstva u političkim strankama, humanitarnim organizacijama, navijačkim skupinama, vjerskim organizacijama i sl. Ovisno o vrijednostima i ciljevima grupe, ova vrsta proširenja osobne kontrole može imati i pozitivne i negativne efekte na pojedinca. Ovaj oblik uvjerenja o kontroli treba razlikovati od vanjskog lokusa kontrole jer su u njegovoj podlozi drugačiji mehanizmi. U ovom slučaju se ne pretpostavlja da su neki vanjski faktori (drugi moćni ljudi, okolina i sl.) odgovorni za ishode, već je naglasak na zajedničkom djelovanju pojedinca i drugih ljudi na ostvarenju nekog zajedničkog cilja. Preston i Wegner (2005) koriste koncept kolektivnog izvođača („Mi ćemo urediti našu učionicu“) koji je različit od unutarnjih faktora („Ja ću se pobrinuti da se učionica uredi“) ili vanjskih faktora („Uređenje učionice ovisi o školskoj upravi“) kako se uobičajeno razmatraju u okviru koncepta lokusa kontrole. Bandura (1977) opisuje koncept **grupne efikasnosti** (*collective efficacy*) koji predstavlja procjenu zajedničke snage i potencijala grupe.

Razmjerno je malo istraživanja koja proučavaju pozitivne oblike proširenja doživljaja osobne kontrole kroz osjećaj zajedničkog djelovanja. Kako bi se osobni doživljaj kontrole proširio na djelovanje grupe, moraju biti zadovoljeni određeni uvjeti kao što su: osjećaj pripadanja grupi, dijeljenje zajedničkih vrijednosti, grupni identitet, grupna homogenost te djelotvornost grupe (Crawford i Salaman, 2012). Ovi procesi djelomično uključuju i procese tzv. sekundarne kontrole, tj. prilagođavanja sebe pravilima grupe (Stollberg i sur., 2015).

Jedan od mogućih razloga za usmjerenost interesa na individualnu kontrolu može biti usmjerenost zapadne civilizacije na poticanje vrijednosti individualizma, kompeticije i preuzimanja osobne kontrole. Na razini društva i dalje se traženje pomoći stručnjaka ili socijalne okoline razmatra kao oblik osobne slabosti, a ne kao adaptivan proces suočavanja s problemima. Ovdje želimo naglasiti da poticanje **zajedničkog djelovanja, suradnje, solidarnosti i osjećaja zajedništva** može znatno pridonijeti doživljaju kontrole nad događajima i smanjenju osjećaja bespomoćnosti, osobito u situacijama kada je realno da pojedinac sam ne može ostvariti kontrolu. Naša istraživanja pokazuju da između 70% i 80% ispitanika smatra da društvo u kojemu žive nije pravedno i da ne ostvaruje načela socijalne pravde (Ljubotina i Ljubotina Družić, 2022). Za doživljaj osobne kontrole i sigurnosti važan je osjećaj da će u slučaju teškoća s kojima se pojedinac sam ne može suočiti (npr. bolesti, troškova školovanja, odlaska u miro-

vinu, materijalnih problema, elementarnih nepogoda i sl.) moći očekivati solidarnost i pomoć socijalne okoline i društva čiji je član. Za vojnike koji ostanu na neprijateljskom teritoriju iznimno je važno uvjerenje da će ih njihovi suborci nastojati spasiti, što utječe na njihov opći doživljaj kontrole pri ulasku u borbena djelovanja. U grupnim sportovima doživljaj kontrole pojedinca pod utjecajem je uvjerenja o zajedničkom djelovanju i doprinosu svih članova tima.

U istraživanju provedenom na uzorku od 393 odrasla ispitanika ispitivana je procjena očekivane podrške pri realizaciji vlastitih životnih ciljeva (Ljubotina i Ljubotina Družić, 2022). Ispitanici su na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = nimalo; 5 = u potpunosti) procjenjivali stupanj u kojemu se, pri ostvarenju životnih ciljeva, mogu osloniti na pojedine čimbenike iz svoje socijalne okoline. Najveći oslonac ispitanici su procijenili da dolazi od uže obitelji ($M = 3.96$), partnera/partnerice ($M = 3.94$), prijatelja ($M = 3.63$), utjecajnih ljudi koje poznaju ($M = 2.40$) te u najmanjoj mjeri od državnih institucija ($M = 1.97$). U istom kontekstu ispitanici su u najvećem stupnju procijenili oslanjanje na vlastite snage ($M = 4.68$). Važno je naglasiti da se u ovom kontekstu ne radi o procjeni da vanjski faktori utječu na ostvarenje osobnih ciljeva, već da mogu pomoći pojedincu pri njegovu ostvarenju. Viši stupanj uvjerenja u pomoć okoline povezan je s višim stupnjem općeg doživljaja kontrole.

1.7. Faze u procesu procjene mogućnosti kontrole

Na osnovi integracije različitih modela kontrole opisanih u ovom poglavlju opisat ćemo pet općih faza koje je moguće razlikovati tijekom procesa procjene kontrole nad ishodom konkretnog događaja. U realnim životnim situacijama ove faze se ne moraju javljati odvojeno niti imati opisani kronološki slijed. Pored toga, u određenim slučajevima neke od opisanih faza mogu izostati ili se pak ponavljati više puta. U ovom kontekstu treba ih shvatiti kao mogući radni model na osnovi kojega se vrši procjena osobne kontrole nad zadanim događajem i vjerojatnost ostvarenja pozitivnog ishoda.

↳ Prva faza: Određenje cilja i važnosti ostvarenja ishoda

Čovjek koji vidi cilj, ne može izgubiti put.

Kako bismo mogli procijeniti stupanj kontrole nad ishodom nužno je **definirati cilj/ciljeve** koji se žele ostvariti i **individualnu važnost tih ciljeva za pojedinca**. Uvid u vlastite motive i ciljeve važan je i za samu osobu koja nastoji ostvariti kontrolu, efikasnost samoregulacije vlastitog ponašanja, razinu napora koju osoba ulaže u ostvarenje zadanog cilja, užitak koji proizlazi iz samog ponašanja, kao i ostvarenja zadanog cilja (Ryan i Deci, 2000). Različiti ciljevi mogu zahvaćati uže ili šire definirane ishode, kao i očekivanja o kvaliteti tih ishoda. Cilj koji se često postavlja pri ispitivanju generaliziranog lokusa kontrole, odnosi se na procjenu kontrole nad cjelokupnim vlastitim životom. Takva procjena u osnovi je apstraktno definirana i primarno je povezana s općim aspektima samopoimanja kao što su samoefikasnost, samokompetencija ili životni optimizam. Kod specifičnih ponašanja moguće je razlikovati različite vrste ciljeva. Primjer može biti osjećaj gladi koji motivira pojedinca na ponašanje kojim će pronaći hranu i utažiti glad. Pronalazak bilo kakve hrane vjerojatno ne zahtijeva visoku potrebu za izborom prikladnog ponašanja. Međutim, cilj može biti određen preciznije tako da uključuje izbjegavanje prekomjerne tjelesne težine konzumacijom samo zdrave prehrane. Još specifičniji cilj, zasnovan na vrijednostima pojedinca, može se odnositi na konzumaciju vegetarijanske ili veganske hrane. Ova tri cilja mogu biti u međusobnoj interferenciji i otežavati izbor ponašanja kojim bi se zadovoljila potreba za hranom. Izbor kolača u ovom slučaju predstavlja ostvarenje cilja, ali će narušiti doživljaj samokontrole i narušiti opći doživljaj kontrole koju je osoba razvila u opisanoj situaciji jer način ostvarenja cilja narušava njezina očekivanja. Vrlo dobar uspjeh na maturi različite osobe mogu percipirati u rasponu od velikog uspjeha do značajnog neuspjeha jer im ne omogućuje upis željenog studija ili nije u skladu s očekivanjima.

↪ Druga faza: Uvid u ponašanja i procese koji mogu dovesti do ostvarenja zadanog cilja

*Prije braka sam imao tri teorije o odgoju djece.
Sada imam troje djece i nijednu teoriju.*

Kako bi osoba odabrala ponašanje/ponašanja koja omogućuju ostvarenje postavljenog cilja nužno je **analizirati proces(e) i faktore koji omogućuju ostvarenje cilja**. Skinner i Connel (1986) opisuju koncept **razumijevanja kontrole** koji uključuje skup individualnih tumačenja o razlozima koji dovode do pozitivnih i negativnih ishoda u svakodnevnom životu, kao i ulozi osobe u tim kauzalnim procesima.

Vroom (1964) u kontekstu razmatranja motivacije koristi koncept **očekivanja** koji predstavlja subjektivnu vjerojatnost da će određena akcija dovesti do željenog ishoda. Ako je cilj upis željenog studija, iznimno je važno prikupiti informacije o faktorima koji osiguravaju ostvarenje tog cilja. Neki od faktora mogu se odnositi na prosjek ocjena koji je potrebno ostvariti u srednjoj školi, uspjeh na maturi koji se očekuje od kandidata, zahtjeve prijemnog ispita i sl. Raspolaganje ovim informacijama omogućuje kvalitetniju procjenu kontrole ostvarenja postavljenog cilja. Jednostavniji primjer može biti odlazak na koncert omiljene glazbene skupine. Doživljaj kontrole nad uspješnim ostvarenjem ovog cilja povećat će informiranje o mjestu održavanja koncerta, broju raspoloživih karata i interesu za koncert. Slabo informirane osobe odgodit će kupnju do posljednjeg časa i vjerojatno ostati bez karata. Ove koncepcije o načinu ostvarenja postavljenih ciljeva mogu biti manje ili više realistične, a u pojedinim slučajevima nisu utemeljene na racionalnim argumentima ili osoba uopće ne raspolaže potrebnim informacijama. Izostanak pripreme vodi neuspjehu čak i u situacijama kada je ostvarenje cilja bilo vjerojatno. Primjeri loših ishoda povezanih s lošom pripremom i niskom potrebom za kontrolom mogu biti zadržavanje na granici zbog istekle putovnice ili nedostatka potrebne vize, nemogućnost polaganja ispita zbog kasne prijave, kašnjenje na sastanak zbog loše procjene potrebnog vremena za putovanje, zdravstveni problemi zbog loših životnih navika, problemi u odnosu s partnerom/icom uslijed zanemarivanja i ignoriranja njezinih/njegovih potreba itd. Različiti faktori odgovorni za ishode ponašanja tradicionalno se dijele na unutarnje (internalne) i vanjske (eksternalne). Unutarnji se odnose na karakteristike same osobe (sposobnosti, motivaciju, osobine ličnosti i sl.), dok se vanjski odnose na sve faktore izvan same osobe (drugi ljudi, sreća, slučaj, okolnosti i sl.). Ova faza u osnovi uključuje proces atribuiranja faktora povezanih s ishodima određene aktivnosti. Osobe koje razviju uvjerenje o dominantnoj važnosti unutarnjih faktora imaju unutarnji lokus kontrole, dok osobe koje procjenjuju važnost vanjskih faktora imaju vanjski lokus kontrole. Utvrđivanje uzroka povezanih s određenim ishodima pripada u proces atribuiranja.

↪ Treća faza: Razmatranje raspoloživih resursa potrebnih za ostvarenje cilja

Sposobnosti = A
Trud = B
Pomoć okoline = C
 $A + B < A + B + C$
Sreća = D
 $A + B + C < A + B + C + D$

Nakon što je osoba razmotrila faktore povezane s uspjehom u aktivnosti, može procijeniti u kojem stupnju **raspolože pojedinim resursima/faktorima važnim za ostvarenje cilja**. Ova procjena se može odnositi i na unutarnje i na vanjske faktore. Ako je važno raspolagati određenim sposobnostima, vještinama, znanjima ili osobinama, osoba može procijeniti raspolože li tim karakteristikama u stupnju dovoljnom za ostvarenje cilja. Ova faza uključuje koncepte poput **samoefikasnosti** ili **očekivanja o efikasnosti**, tj. uključuje uvjerenje osobe da može izvršiti ponašanje potrebno za ostvarenje zadanog cilja (Bandura, 1977). Isto vrijedi i za vanjske faktore te njihovu raspoloživost u konkretnim uvjetima. Za uspješan upis željenog studija moguće je procijeniti nužnost visokog prosjeka ocjena u srednjoj školi (npr. iznad 4.8), iznadprosječan uspjeh na državnoj maturi iz matematike te visoku motivaciju za vrijeme polaganja ispita mature. Ako se studij nalazi izvan mjesta boravka osobe, potrebno je osigurati i financijska

sredstva za smještaj i životne troškove. Stoga Weiner (1992) u modelu atribucija predlaže i dimenziju kontrolabilnosti. Kandidat može procijeniti da ima visoku motivaciju, ali da njegove sposobnosti nisu dovoljne kako bi ostvario visoke ocjene na maturi. Osoba koja ima niske sposobnosti u osnovi ne može utjecati na tu karakteristiku. Karakteristike kao što su motivacija i marljivost smatraju se podložnijim kontroli, iako i na te karakteristike pojedine osobe teško mogu utjecati. Mogućnost kontrole nad vanjskim faktorima je složenije pitanje jer se u literaturi spominju različite kategorije vanjskih faktora. Na slučaj, sreću i sudbinu nije moguće djelovati, ali na pomoć ili utjecaj drugih važnih osoba moguće je djelomično utjecati. Tako, primjerice, osoba koja nema vlastita financijska sredstva za studij izvan mjesta boravka, može tražiti financijsku pomoć od prijatelja, podići kredit u banci ili zatražiti stipendiju za studij. Iako se ovdje radi o faktorima izvan same osobe, ona može procijeniti da je vjerojatnost utjecaja na ove faktore prihvatljiva. Kod postupka liječenja vanjski faktori mogu se odnositi na utjecaj liječnika. Iako osoba sama ne može provesti operativni zahvat na sebi, može procijeniti da će uz pomoć liječnika i medicinskog osoblja ostvariti željeni ishod. U procesu atribuiranja faktora Weiner predlaže i dimenziju stabilnosti. Tako neki od faktora mogu biti procijenjeni kao stabilni, tj. na jednak način djelovati u duljem vremenskom razdoblju. Primjer mogu biti procijenjene niske sposobnosti koje se neće mijenjati tijekom vremena. S druge strane, prisutnost nekih faktora može se mijenjati i takvi faktori razmatraju se kao vremenski nestabilni. Npr. financijska pomoć prijatelja može se očekivati tijekom tekuće godine, ali sljedeće godine može biti procijenjena neizvjesnom.

↳ Četvrta faza: Procjena mogućnosti kontrole i izbor ponašanja

*Smisao života nije čekati da prođe oluja.
Smisao je naučiti plesati na kiši.*

Vjerojatnost izbora konkretnog ponašanja kojim se nastoji ostvariti zadani cilj rezultanta je različitih faktora uključenih u prethodne dvije faze. Averill (1973) koristi koncept **kontrole izbora** ili **kontrole nad odlukom o ponašanju** koja se odnosi na mogućnost pojedinca da, između više mogućih, sam odabere aktivnost koju procjenjuje najprikladnijom. Ova odluka nije zasnovana nužno na određenom algoritmu, ali predstavlja kombinaciju razmotrenih faktora iz perspektive pojedinca koji odlučuje o izboru ponašanja. Osoba na osnovi analize svih faktora bira ono ponašanje za koje procjenjuje da ima najveću vjerojatnost ostvarivanja očekivanog cilja ili ishoda. U ovoj fazi je važan **doživljaj kontrole koji osoba ima nad cjelokupnim ponašanjem, odnosno situacijom, pri čemu se u obzir uzimaju i vanjski faktori, kao i faktori vezani uz osobu**. U slučaju procjene da je kontrola nad događajem minimalna ili je uopće nema, osoba može i odustati od pokušaja ostvarenja cilja. Odustajanje je moguć izbor u situaciji u kojoj je procijenjena šteta od odustajanja manja od vjerojatnog lošeg ishoda. U slučaju kada procijenjeni gubitak nije ugrožavajući za osobu („Nemam što izgubiti“), ona može odabrati i ponašanje za koje procjenjuje da njegov ishod nije pod kontrolom, odnosno da je vjerojatnost pozitivnog ishoda mala. Problem nastaje u slučaju kada nije moguće odustati od cilja, a procjena mogućnosti kontrole je niska. To može biti slučaj liječenja kod kojega je procjena kontrole niska, a odustajanje vodi ka još težem stanju. Analiza ponašanja pojedine osobe u konkretnom slučaju uključuje sve navedene okolnosti u nekom zadanom vremenu. Ovaj proces se mora razmatrati u dinamičkom odnosu pojedinca i njegove okoline, a ne kao statični skup elemenata koji rezultiraju najvjerojatnijim izborom u matematičkom smislu.

↳ Peta faza: Vrednovanje ishoda u funkciji odabranog ponašanja

*Možeš birati hoćeš li biti tužan zbog svega što nemaš
ili ćeš biti sretan zbog svega što imaš.*

Ako se osoba odluči za određeno ponašanje kojim nastoji ostvariti postavljeni cilj, ona kroz to ponašanje testira svoje polazne pretpostavke i očekivanja. Nakon što je poznat ishod ponašanja, osoba je u mogućnosti vrednovati valjanost svojih polaznih pretpostavki o odnosu ponašanja i ishoda. Ako je ishod ponašanja u skladu s očekivanjima, to će potvrditi uvjerenje osobe o povezanosti ponašanja s pozitivnim ishodom, odnosno potvrditi

hipotezu o doživljaju kontrole nad ishodom ponašanja. U slučaju da je ishod negativan, to će umanjiti uvjerenje osobe o mogućnosti kontrole nad događajem ili voditi k mogućoj reinterpetaciji povezanosti ponašanja i ishoda. Skinner i Connell (1986) opisuju koncept **iskustva kontrole** koji se zasniva na većem broju ciklusa „ponašanje-ishod ponašanja“ te omogućuje pojedincu zaključivanje o efikasnosti pojedinih postupaka (**uvjerenja o kontroli**) i predviđanje mogućnosti kontrole u budućnosti.

1.8. Sažetak prvog poglavlja

U okviru prvog poglavlja definiran je koncept kontrole i razmotreni različiti koncepti koji na posredan ili neposredan način uključuju procese kontrole i upravljanja ponašanjem. U širem kontekstu kontrola uključuje **opažanje i registraciju** određenog stanja, **utvrđivanje mogućih odstupanja** od predviđenih ili očekivanih vrijednosti te **pokretanje aktivnosti** kojima bi se proces, u slučaju potrebe, vratio u očekivane okvire s ciljem upravljanja procesom. U širem značenju pojam kontrole uključuje tri opisana aspekta i omogućuje upravljanje zadanim procesima. Ovakvo određenje procesa kontrole dijelom se podudara s temeljnim značajkama kibernetičkih modela. Dio autora smatra da potreba za ostvarivanjem kontrole predstavlja jedan od temeljnih čovjekovih motiva i uključena je u gotovo sve oblike ljudskog ponašanja.

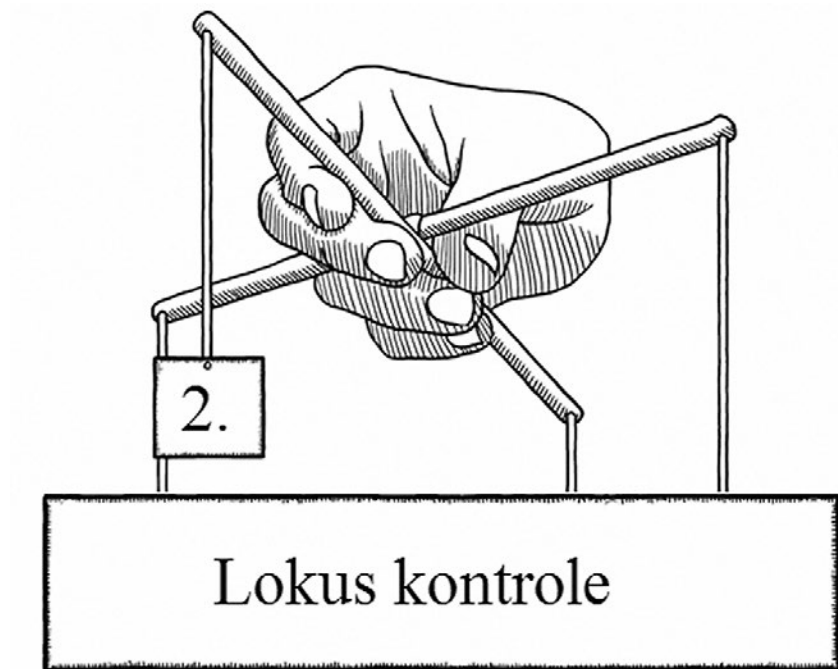
Istraživanja ukazuju na povezanost percepcije visoke osobne kontrole nad ponašanjem i događajima s nizom pozitivnih ishoda kao što su pozitivni afekti, dobro psihičko i tjelesno zdravlje, točnije postavljanje i ostvarivanje osobnih ciljeva, bolja samoregulacija ponašanja, pozitivnije samopoimanje, odabir primjerenih mjera suočavanja i dr. Gubitak ili nedostatak kontrole, ovisno o važnosti ishoda, povezan je s nizom negativnih posljedica kao što su doživljaj bespomoćnosti, strah i anksioznost, nisko samopoštovanje, gubitak motivacije i dr.

Opisani su različiti koncepti koji uključuju kontrolu i pojedina njihova obilježja. Neki od aspekata važnih za razmatranje procesa kontrole odnose se na razlikovanje subjektivne i objektivne kontrole, prospektivnu i retrospektivnu procjenu mogućnosti kontrole, kontrolu nad ishodima ponašanja ili nad samim ponašanjem, područje nad kojim se nastoji ostvariti kontrola, mehanizme ostvarenja kontrole, faktore koji utječu na ostvarenje ishoda i dr.

Opisani su neki modeli i teorije koji uključuju procese kontrole, primjerice: opća teorija sustava, perceptivna teorija kontrole, teorija kontrole Carvera i Scheiera, teorija planiranog ponašanja, teorija kontrole i vrijednosti, Glasserova teorija kontrole i teorija kontrole prolaza u području doživljaja boli. Rotterov koncept lokusa kontrole i teorija socijalnog učenja detaljno su opisani u drugom poglavlju. U nastavku su opisane neke specifične vrste procjena koje se koriste u istraživanjima procesa kontrole, a koje zahvaćaju različite procese vezane uz kontrolu. U tom kontekstu izdvojeni su opća procjena osobne kontrole (nad ponašanjem ili ishodima), percepcija vjerojatnosti ostvarenja ishoda (uz moguće razlikovanje pozitivnih i negativnih ishoda), procjena lokusa kontrole, atribucija faktora koji utječu na ostvarenje zadanog cilja (percepcija kauzalnosti), procjena potrebe za kontrolom i procjena samokontrole.

Razmotrene su posljedice inzistiranja na ostvarenju osobne kontrole u odnosu na koncepte upravljanja kontrolom tijekom vremena, oslanjanja na vanjsku pomoć kada je prikladna te prihvaćanje onih situacija koje objektivno nisu podložne kontroli. U ovom kontekstu moguće je razlikovati koncepte primarne i sekundarne kontrole te upravljanja procesom kroz različite faze ostvarivanja kontrole te prihvaćanja i izbjegavanja s ciljem optimalnog korištenja osobnih i vanjskih resursa. Opisana je razlika između individualne i grupne kontrole te naglašeno da se u određenim situacijama kontrola može efikasnije ostvariti zajedničkim djelovanjem članova grupe, što je konceptualno različito u odnosu na tradicionalni vanjski lokus kontrole.

U završnom dijelu poglavlja opisane su opće faze u procesu ostvarivanja kontrole koje uključuju određenje cilja i procjenu osobne važnosti ostvarenja pozitivnog ishoda, uvid u ponašanja i procese nužne za ostvarenje zadanog cilja, razmatranje raspoloživih resursa, procjenu mogućnosti kontrole i izbor prikladnog ponašanja te vrednovanje kvalitete ishoda.



2. Lokus kontrole

Koncept lokusa kontrole predstavlja jednu od najčešće istraživanih varijabli u psihologiji (Rotter, 1990) i najčešću operacionalizaciju šireg pojma kontrole u psihologijskim istraživanjima. Ideja o lokusu kontrole javlja se početkom šezdesetih godina 20. stoljeća u radovima istraživačkog tima na sveučilištu Connecticut pod vodstvom J. Rottera i povezana je s razvojem njegove teorije socijalnog učenja. Julian B. Rotter rođen je 1916. u Brooklynu i u ranom razdoblju njegove karijere na njega utječu radovi Adlera i Freuda. Proživljava razdoblje velike ekonomske krize u Americi i postaje svjestan društvene nepravde i značaja okolinskih faktora na psihološko funkcioniranje ljudi. Na Sveučilištu Iowa sluša predavanja Kurta Lewina, koji također utječe na njegov kasniji razvoj. Rotter doktorira 1941. temom iz područja kliničke psihologije vezanom uz razinu aspiracija. Značajan je u području edukacije kliničkih psihologa jer se čvrsto zalaže za obrazovanje kliničara u okviru psihologije, i to bez supervizije psihijatarata. Na Sveučilištu Iowa radi na razvoju teorije socijalnog učenja, čije osnove objavljuje 1954. u knjizi *Social Learning and Clinical Psychology*. Teorija u širem kontekstu predstavlja integraciju teorije učenja s teorijama ličnosti. Rotter 1963. godine prelazi na Sveučilište Connecticut na kojemu vodi programe iz kliničke psihologije, a intenzivno se bavi i konceptom lokusa kontrole. Rotter je uvršten u popis 100 najznačajnijih psihologa 20. stoljeća, a Haggblom i sur. (2002) navode da je 18. po ukupnoj frekvenciji citata.

2.1. Rotterova teorija socijalnog učenja

U vrijeme pojave teorije socijalnog učenja unutar kliničke psihologije prevladava Freudov psihoanalitički koncept u kojemu dominiraju nesvjesni porivi i motivi, a potencijal pojedinca da sam svjesno kontrolira svoje ponašanje nema ozbiljniju potporu istraživača. I u području učenja dominiraju objašnjenja koja izostavljaju kognitivne procese i potencijale pojedinca, a naglašava se zadovoljavanje potreba kroz sustave potkrepljivanja i kažnjavanja. Rotter, kroz razvoj teorije socijalnog učenja čini odmak od psihoanalitičkih i biheviorističkih konceptata. Može se reći da u biheviorističkom paradigmatu S-R veza unosi nove kognitivne varijable, daje veći značaj autonomiji pojedinca te kao okvir koristi i Lewinovu teoriju polja. Rotter uključuje analizu individualnih razlika među pojedincima, kao i faktore okoline, što teoriju približava realnim situacijama svakodnevnog života. Jedna od individualnih osobina pojedinca, koju Rotter stavlja u središte interesa, odnosi se na očekivanje osobe o faktorima odgovornim za potkrepljenje koje slijedi određeno ponašanje. Rotter razlikuje unutarnje nasuprot vanjskom mjestu kontrole potkrepljenja (engl. RI-E – *Rotter's Internality-Externality*). Koncept lokusa kontrole jedan je od elemenata u „jedadžbi ponašanja“ koja opisuje vjerojatnost pojave određenog ponašanja.

Pri objašnjavanju motivacije, Rotter koristi tzv. zakon efekta prema kojemu pojedinca motivira potreba za traženjem pozitivnih stimulacija ili potkrepljenja, kao i potreba za izbjegavanjem neugodnih stanja. Prema teoriji socijalnog učenja, **ličnost predstavlja interakciju pojedinca i njegove okoline**. Nije moguće objašnjavati ličnost neovisno o okolini, niti je moguće ponašanje razmatrati kao automatski odgovor na objektivne podražaje iz okoline. Kako bismo razumjeli ponašanje, treba uzeti u obzir karakteristike pojedinca (ranija iskustva i povijest učenja), kao i karakteristike okoline (tj. podražaje kojih je osoba svjesna i na koje reagira). Rotter ličnost opisuje kao razmjerno stabilan skup potencijala za reagiranje na svojstven način u konkretnim situacijama. U kontekstu

Rotterove teorije, ličnost pojedinca, a time i njegovo ponašanje, podložni su promjenama. Promjenom okoline i promjenom načina na koji osoba percipira okolinu, promijenit će se i ponašanje. Rotter ne smatra da postoji kritično razdoblje za formiranje ličnosti, ali iz teorije proizlazi da će se teže mijenjati ponašanja zasnovana na većoj količini osobnih iskustava. Rotter u osnovi prilazi objašnjavanju ljudskog ponašanja na optimističan način, prihvaćajući da osoba može upravljati vlastitim životom te se nadovezuje na koncepte humanističke psihologije tog vremena. Čovjek je, prema Rotteru, usmjeren prije svega na ostvarivanje pozitivnih ciljeva ili potkrepljenja, a manje na izbjegavanje kažnjavanja.

U okviru teorije Rotter koristi četiri ključna elementa potrebna za predviđanje ponašanja: potencijal za ponašanje (BP – *behavior potential*), očekivanje (E – *expectancy*), vrijednost potkrepljenja (RV – *reinforcement value*) i psihološku situaciju (S – *psychological situation*).

Potencijal za pojavu ponašanja predstavlja vjerojatnost izbora, odnosno započinjanja određenog ponašanja u zadanoj situaciji. U brojnim situacijama postoji veći broj raspoloživih ponašanja, a očekuje se da će se u ponašanju pojaviti ono za koje postoji najveći potencijal. Tako, primjerice, prije polaganja ispita student može odabrati izlazak na ispit, odgoditi izlazak za sljedeći rok ili odustati od ispita.

Očekivanje se odnosi na subjektivnu vjerojatnost kojom pojedinac procjenjuje da će konkretno ponašanje rezultirati konkretnim ishodom ili potkrepljenjem. Ova vjerojatnost može varirati od vrlo niske do vrlo visoke što će, u najvećoj mjeri, ovisiti o ranijim iskustvima. U slučaju kada su ishodi ponašanja procijenjeni podjednako atraktivnim, odabrat ćemo ono ponašanje za koje postoji veća vjerojatnost da će nakon njega uslijediti očekivani ishod. Na visoku razinu očekivanja utjecat će uvjerenje pojedinca da raspolaže resursima za ostvarenje ponašanja i uvjerenje da će određeno ponašanje rezultirati očekivanim potkrepljenjem. Teorija dopušta da se očekivanja zasnivaju i na opažanjima pojedinca o iskustvima drugih osoba u jednakoj situaciji, tj. nije nužno imati osobno iskustvo u određenoj situaciji.

Rotter naglašava da se ovdje radi o subjektivnoj procjeni vjerojatnosti, odnosno o osobnim očekivanjima koja ne moraju biti povezana sa stvarnim stanjem. Značajan izvor problema u ponašanju zasniva se upravo na netočnim ili iracionalnim očekivanjima. Subjektivne procjene mogu biti pristrane na način da podcjenjuju ili precjenjuju stvarnu vjerojatnost ishoda u konkretnoj situaciji. Važno je naglasiti da ideja o hipotetskoj objektivnoj vjerojatnosti ponekad može biti teško dostupna zbog velikog broja parametara uključenih u ponašanje. Ako zaposlenik ima iskustvo da je vrijeme polaska na posao u 7.30 dovoljno da stigne na vrijeme, onda će vjerojatno i kretati u to vrijeme. Drugi primjer može biti vrijeme predviđeno za obavljanje određenog posla (priprema ispita, popravak uređaja i sl.) koje osoba može procijeniti na približno pet dana. U oba slučaja „objektivnu“ procjenu vjerojatnosti uspjeha nije moguće jednoznačno izračunati jer ovisi o većem broju faktora, a realnost osobnog očekivanja moguće je vrednovati retroaktivno.

Vrijednost potkrepljenja odnosi se na osobnu procjenu poželjnosti ili važnosti očekivanog ishoda/potkrepljenja/nagrade koji slijede konkretno ponašanje. Potkrepljenje ili ishod koji nam više znači, koji nam je važniji, stvara višu razinu ugone i sl., imat će veću vrijednost. Ako je vjerojatnost pojave više ishoda podjednaka, odabrat ćemo ono ponašanje za koje očekujemo da će rezultirati vrijednijim potkrepljenjem. Kao što ime teorije socijalnog učenja i sugerira, socijalna okolina, u kojoj pojedinac funkcionira, ima primarnu važnost u oblikovanju ponašanja. Socijalno obojeni ishodi poput ljubavi, odbijanja, postignuća, socijalnog priznanja ili ugleda, snažno utječu na naše ponašanje i predstavljaju važne potkrepljivače. Kao i očekivanje, i vrijednost potkrepljenja je subjektivna i svojstvena pojedincu i njegovom specifičnom iskustvu. Tako npr. u sportu, uspjeh sportaša na natjecanju, ali i pohvala trenera, roditelja, prijatelja ili navijača, mogu predstavljati potkrepljenja i motivirati sportaša za ulaganje daljnijeg truda u trening.

Psihološka situacija je koncept koji, pri objašnjavanju ponašanja, naglašava da je iskustvo okoline za svakog pojedinca jedinstveno. Psihološka situacija nije direktno uključena u Rotterovu formulu za predviđanje ponašanja, ali je važno uzeti u obzir da različiti pojedinci različito interpretiraju istu situaciju. Rotter originalno predlaže sljedeću formulu za predviđanje ponašanja koje će pojedinac odabrati u konkretnoj situaciji:

$$BP = f(E \& RV)$$

Ovaj obrazac u osnovi nije matematički definirana formula već okvir na osnovi kojega je **vjerojatnost odabira** (BP) određenog ponašanja funkcija **subjektivnih očekivanja** (E) pojedinca o vjerojatnosti da će konkretno ponašanje rezultirati očekivanim ishodom ili potkrepljenjem te njegovom **procjenom vrijednosti potkrepljenja** (RV). Ovaj obrazac omogućuje predviđanje izbora ponašanja koje pojedinac može učiniti u kakvoj zadanoj situaciji. Tako npr. pri izboru više studija koje osoba procjenjuje podjednako atraktivnim, ova formula predviđa da će biti odabran studij uz koji postoji najveća osobna procjena vjerojatnosti završetka. Obrnuto, ako je procjena vjerojatnosti završetka više studija podjednaka, bit će odabran studij čiji je završetak za osobu najvrjedniji. Izračunavanje različitih preostalih kombinacija uključuje vrijednosti očekivanja i vrijednosti potkrepljenja.

Kao primjer možemo opisati realnu životnu situaciju u kojoj osoba razmatra mogućnosti nastavka karijere nakon završetka studija. U tom slučaju mogućnosti mogu biti potraga za poslom u mjestu boravka, u mjestu studija ili npr. odlazak u neku stranu zemlju. Usporedba vrijednosti potkrepljenja u ova tri slučaja nije jednoznačna jer uključuje i pozitivne i negativne ishode. Odlazak u neku stranu zemlju može biti povezan s lakšim zaposlenjem i većim primanjima, ali pored toga znači odvajanje od obitelji i prijatelja, odgađanje zasnivanja vlastite obitelji, potrebu za privremenim smještajem, boravak u stranom socijalnom okruženju i sl. Ostanak u mjestu boravka može uključivati teži pronalazak zaposlenja, niža primanja, ali i prednosti vlastitog smještaja, života u poznatoj socijalnoj okolini itd. Pri ovakvoj analizi istraživači uključuju niz drugih varijabli poput strukture vrijednosti osobe, ekonomskih uvjeta, partnerskih odnosa i sl. Cjelokupni kontekst u kojemu se donosi procjena odgovora Rotterovom konceptu psihološke situacije. Međutim, način uključivanja „psihološke situacije“ u analizu nije jasno konceptualiziran u okviru teorije. Pored toga osoba u ovakvoj situaciji ima tek okvirnu ideju o očekivanjima vezanim uz svako od odabranih ponašanja, nema osobna iskustva, a iskustva drugih osoba mogu biti nedostupna ili teško usporediva.

Ako analiziramo ponašanje vozača u prometnoj gužvi, uočiti ćemo da se jedan dio vozača pridržava propisa i čeka u koloni, dok drugi dio nepropisno obilazi kolonu i nastoji se „ubaciti“ ispred svih ostalih. Ovdje je očito da je kršenje propisa najvjerojatniji način brzog prolaska kroz prometnu gužvu, pri čemu je potkrepljenje brzi nastavak puta. Što predstavlja potkrepljenje vozačima koji čekaju u koloni? Kod njih je vjerojatno da pridržavanje propisa i pristojno ponašanje predstavljaju pozitivno potkrepljenje. Međutim, kada osoba uoči da se većina ostalih vozača ponaša na način da krši propis, može promijeniti i valenciju navedenog potkrepljenja koje s vremenom gubi na vrijednosti. U ovoj situaciji je važna subjektivna procjena važnosti pozitivnog ishoda, ali i osobna valencija negativnog ishoda (kazna, ljutnja ostalih vozača i sl.).

Primjer uporabe zaključivanja o ponašanju može biti i ponašanje djeteta koje dobiva malu količinu pažnje od roditelja. Takvo dijete može agresivnim ponašanjem provocirati roditeljsko kažnjavanje koje će u tom kontekstu imati višu vrijednost od zanemarivanja ili ignoriranja. Visoka ocjena kod konkretnog profesora može imati visoku vrijednost kao potkrepljenje ako je učeniku/studentu upravo taj profesor važan kao uzor ili ako mu je taj predmet važan za nastavak školovanja. Roditelj je u određenim slučajevima prisiljen birati između sastanka važnog za napredovanje na poslu ili školske priredbe na kojoj sudjeluje njegovo dijete. Neka potkrepljenja ili ciljevi mogu biti važni jer vode drugim još značajnijim ishodima ili potkrepljenjima. Mnogi učenici moraju ostvariti visok prosjek ocjena kako bi upisali željeni studij, što znači da im je važno ostvariti odlične ocjene i u predmetima koji za njih nisu posebice važni, ali im omogućuju ostvarenje daljnjih važnijih ciljeva.

Potkrepljenje nije uvijek moguće odrediti u dihotomnim kategorijama „ostvareno/nije ostvareno“ već se može raditi o kontinuumu. Tako npr. polaganje ispita može biti uspješno, ali rezultirati ocjenom nižom od očekivane. Prema teoriji socijalnog učenja, najmanja količina potkrepljenja, koja još uvijek predstavlja pozitivnu vrijednost, naziva se *minimalni cilj*. Ako ljudi ostvare ishod ili potkrepljenje koje je jednako minimalnoj vrijednosti njihovog minimalnog cilja (ili je veće), procijenit će da je njihovo ponašanje bilo uspješno. U suprotnom doživjet će osjećaj neuspjeha, odnosno doživljena razina potkrepljenja neće biti procijenjena pozitivnom. Time se mogu objašnjavati različite razine zadovoljstva učenika ostvarenim ocjenama. Za pojedine učenike ocjena vrlo dobar doživljava se neuspjehom jer je njihovo očekivanje bilo više u odnosu na ostvareni ishod. U ovom kontekstu je poželjno uvesti varijable poput motiva za postignućem ili razine aspiracije.

Većina teorija ili modela namijenjenih predviđanju ponašanja specificiraju mogućnost generalizacije predikcije ponašanja s užega područja ponašanja (npr. polaganje jednog ispita) na širu cjelinu (npr. cijeli studij ili akademsku karijeru ili uspjeh u životu). Mogućnost generalizacije osobito je važna kod definiranja koncepta očekivanja te koncepta percipirane kontrole. Na razini ispitivanja i mjerenja, očekivanja se odnose na razmjerno specifične obrasce ponašanja, ali teorija očekuje da se percepcija kontrole može generalizirati na širu razinu ponašanja, a, u konačnici, i na opći doživljaj mogućnosti kontrole nad vlastitim životom. Očekivanje koje postoji uz određenu situaciju, omogućava predviđanje ponašanja u toj konkretnoj situaciji, dakle situacijski je specifično. Često su takva mjerenja jednostavnija, ali je njihova mogućnost generalizacije na druge situacije ograničena. Potencijalna prednost teorije socijalnog učenja jest u očekivanju da se specifična očekivanja mogu generalizirati na druge situacije. U okviru teorije kombiniraju se specifični i generalni konstrukti.

2.1.1. Teorija socijalnog učenja i psihopatologija

Kako je Rotter imao izražen interes za područje kliničke psihologije, jedan od ciljeva teorije socijalnog učenja jest i objašnjavanje različitih oblika poremećaja u ponašanju, psihopatologije te postupaka za tretman i liječenje. Rotter psihološke probleme razmatra primarno kao neprilagođeno ponašanje koje proizlazi iz povijesti neadekvatnih potkrepljenja. Osoba koja anticipira kaznu ili neuspjeh može nastojati izbjeći takvu situaciju fizički, potiskivanjem ponašanja ili uporabom drugih strategija poput racionalizacije, maštanja i sl. (Rotter, 1966). Simptomi poremećaja ponašanja u osnovi su naučeni te se stoga i terapija sastoji u učenju zdravih oblika ponašanja kojima se mijenjaju oni patološki. Rotter naglašava važnost kvalitetnog odnosa i povjerenja između klijenta i terapeuta jer time pozitivne reakcije terapeuta postaju vrijedno pokrepljenje za klijenta, što dodatno utječe na njegovu motivaciju. Neke od osnovnih postavki kognitivno-bihevioralne terapije imaju svoje korijene u teoriji socijalnog učenja. Patološki oblici ponašanja i reagiranja mogu biti vezani uz ma koji element formule za predikciju ponašanja. U određenim slučajevima osoba kroz proces razvoja nije imala priliku naučiti prikladne oblike ponašanja. Djeca ponekad odrastaju u obitelji i socijalnom okruženju u kojima je nasilje i zanemarivanje uobičajen način funkcioniranja. Jedan od postupaka u takvim slučajevima može predstavljati tehnika igranja uloga da se pojedinac stavi u ulogu koju ranije nije imao prilike iskusiti. Učenje zdravih i prilagođenih oblika reagiranja važan je dio i edukacije i tretmana.

Problem može biti i u neadekvatnim očekivanjima koja mogu biti pristrana. U slučaju kada su očekivanja preniska osoba, neće niti ulaziti u određena ponašanja jer ne vjeruje da ih može uspješno ostvariti. Nisko povjerenje u vlastite mogućnosti smanjuje motivaciju i opće zalaganje, što posljedično dovodi do lošeg ishoda. Također je moguć pogrešan izbor ponašanja koja neće omogućiti realizaciju potencijala. Osoba koja sebe smatra neatraktivnom, rijetko će ulaziti u romantične veze, a ako i pokuša ostvariti blisku vezu, zbog anksioznosti i niskog povjerenja u sebe, ishod takve veze bit će upitan. Ovaj krug se može razriješiti tako da terapeut poveća povjerenje klijenta u vlastite potencijale stvaranjem uvida u neadekvatna očekivanja i poticanjem ponašanja koja klijent izbjegava. Terapeut u okviru teorije socijalnog učenja nastoji ojačati klijentova očekivanja vezana uz potkrepljenje. U okviru teorije važan aspekt predstavlja i razmatranje potkrepljenja i nagrada važnih za pojedinca. Definiranje i osvješćivanje razumnih i ostvarivih standarda kojima osoba teži, važno je za prilagođeno ponašanje. Prema teoriji, fleksibilnost u postavljanju minimalnih ciljeva jedan je od pokazatelja mentalnog zdravlja. Osoba koja nema adekvatno postavljene ciljeve, imat će trajan problem u njihovoj realizaciji. Jedna od preporuka jest razrada većeg broja manjih ciljeva koji vode ostvarenju nekog većeg cilja. Terapeut nastoji s klijentom razmatrati dugoročne posljedice i ishode ponašanja nasuprot kratkoročnim. U određenim slučajevima je moguće prihvatiti i određeni broj neugodnih ishoda koji vode kakvom većem i vrijednom potkrepljenju. Priprema i polaganje ispita koji nisu zanimljivi studentu, zahtijevaju trud i napor čije ishode student neće vrednovati kao osobito vrijedne, ali će njihova realizacija omogućiti uspješno polaganje studijske godine, što je pretpostavka za završetak studija i nastavak karijere.

2.2. Važnost ishoda ponašanja ili potkrepljenja

Jedan od ključnih elemenata pri razmatranju lokusa kontrole odnosi se na **ishod ili posljedicu određenog ponašanja** ili točnije, na način na koji je pojedinac percipirao ishod konkretnog ponašanja ili događaja. Doživljaj kontrole zasniva se upravo na procjeni osobe u kojoj mjeri može utjecati na temeljne karakteristike očekivanog ishoda vlastitog ponašanja ili nekoga zadanog događaja. Rotter (1975) navodi da je interes unutar same teorije socijalnog učenja bio usmjeren upravo na predviđanje mehanizma na koji potkrepljenje mijenja očekivanja pojedinca. U tom kontekstu se lokus pokazao kao važna posredujuća varijabla, iako nije bila u središtu interesa, kako navodi Rotter. U ovom kontekstu razmotrit ćemo i termine koji se koriste za opisivanje posljedica ponašanja, pri čemu nam se čini da je, s obzirom na sveobuhvatnost, prikladan pojam **ishoda ponašanja** jer uključuje različite uže koncepte. Na osnovi tradicije teorija učenja, Rotter koristi koncept **potkrepljenja**. U širem značenju potkrepljenje predstavlja sve ono što povećava vjerojatnost pojave nekog oblika poželjnog ponašanja ili izostanka nepoželjnog ponašanja. U svakodnevnom životu to mogu biti različiti ishodi ponašanja koje pojedinac doživljava ugodnim i pozitivnim, poput novčane nagrade, ostvarenja postavljenog cilja, pohvale, pozitivne ocjene, ispunjenog očekivanja ili doživljava osobnog zadovoljstva zbog ostvarenog uspjeha. **Pozitivno potkrepljenje** „djeluje na način da pojačava očekivanje osobe da će specifično ponašanje ili događaj u budućnosti biti praćeni potkrepljenjem ili nagradom“ (Rotter, 1966). Već smo spomenuli da se na taj način mogu ojačati i neki oblici ponašanja koji nisu adaptivni i koji dugoročno mogu izazvati štetne posljedice, što je osobito važno pri razmatranju samokontrole. Ono što je ugodno, ne mora nužno biti i prikladno. Teorije učenja vrlo često polaze od premise da netko izvana određuje treba li neko ponašanje pojačati ili inhibirati, što u stvarnom životu nije uvijek slučaj. Osoba kojoj alkohol ili duhan stvaraju ugodu, nastaviti će s konzumacijom, iako takva ponašanja imaju značajne štetne posljedice.

Korisno je razlikovati koncept pozitivnog potkrepljenja od **nagrade** jer u određenim slučajevima nema eksplicitnog ishoda koji se može opisati kao nagrada (npr. ocjena, novac i sl.), već samo ponašanje izaziva ugodu i zadovoljstvo. Najjednostavniji primjer nagrade može biti situacija u kojoj dijete vrati svoju igračku nakon igre u kutiju i za to dobije nagradu u obliku pohvale roditelja ili npr. neki slatkiš. Na taj način se podržava i učvršćuje pozitivno ponašanje. Drugi primjer može biti osoba koja odlazi u kino i ne dobiva za to vanjsku nagradu, ali odlazak u kino sam po sebi može izazivati ugodu i osoba će nastaviti s tim ponašanjem. Osoba koja uspješno odradi trening može dobiti trenerovu pohvalu, ali je isto tako moguće da nakon samostalnog treninga sportaš bude zadovoljan, tj. osjeti zadovoljstvo jer je na taj način pozitivno potkrijepio vlastito samopoštovanje ili sliku o sebi kao osobi koja zdravo živi. Ovaj koncept na tragu je intrinzične motivacije kako je opisuju Deci i Ryan u svojoj teoriji samoodređenja (Deci i Ryan, 2008). Teorije učenja za pozitivno potkrepljenje ponekad naglašavaju da je individualizirano i prilagođeno očekivanjima pojedinca, dok je nagrada češće jednaka za sve pojedince. U svakodnevnom životu jednaka nagrada ne mora predstavljati jednako snažno potkrepljenje za različite pojedince. Tako npr. jednaka novčana nagrada za određeni posao može biti doživljena kao adekvatna ili kao nedostatna, srebrna medalja na natjecanju može se doživjeti kao veliki uspjeh, ali i kao veliko razočaranje, ocjena vrlo dobar kod pojedinih učenika može biti doživljena kao neuspjeh, kao ostvarenje očekivanja, ali i kao veliki uspjeh.

↳ Što se događa kada ishod nije pozitivan?

Dio autora navodi da se pri razmatranju lokusa kontrole nedovoljna pažnja posvećuje **negativnim ishodima** i njihovim interpretacijama (Brewin i Shapiro, 1984). Negativni ishod predstavlja svaki oblik neuspjeha pri pokušaju ostvarivanja očekivanog cilja, doživljaj neugode, ali i vanjske kazne. **Kazna** predstavlja neugodan ishod koji slijedi nakon određenog ponašanja, čime se to ponašanje nastoji inhibirati ili smanjiti vjerojatnost njegove pojave. Kaznu najčešće kreira vanjska okolina (roditelji, nastavnik, država, škola, poslodavac i dr.) i nužno je da ju osoba percipira povezanom s konkretnim ponašanjem. Npr. za izostanak s nastave učenik može dobiti neopravdani sat ili opomenu, zaposlenik može dobiti manju plaću za određeni prekršaj, a dijete zabranu izlaska. Kazna može predstavljati bolni ili averzivni akt (tjelesno kažnjavanje, prijekor, vrijeđanje i sl.), ali se može sastojati i od uskraćivanja

neko oblika pozitivnog ishoda (npr. odlaska na izlet ili izlaska s prijateljima). Postoje i slučajevi kada osoba sama sebe može kazniti zbog određenog nepoželjnog ponašanja te u tom slučaju govorimo o samokažnjavanju.

Važno je razlikovati mehanizme djelovanja kazne i negativnog potkrepljenja. Koncept **negativnog potkrepljenja** u literaturi nije uvijek jednoznačno definiran, a svrha mu je inhibicija, gašenje, smanjenje ili odgoda nekog oblika nepoželjnog ponašanja. Negativno potkrepljenje odnosi se na situacije u kojima osoba doživljava da će izostanak nepoželjnog ponašanja rezultirati izostankom neugodnog ili averzivnog ishoda ili kazne. Učenik koji se nije agresivno ponašao prema vršnjaku, time je izbjegao kaznu ili negativan ishod. Zaposlenik koji je došao na vrijeme na posao izbjegao je određene sankcije, tj. tim ponašanjem izbjegao je neugodan ishod.

Potkrepljenja i ishodi često se razmatraju dihotomno kao pozitivni ili negativni. Brojne su situacije kod kojih osoba doživljava **i pozitivne i negativne aspekte** određenog ponašanja, a konačan doživljaj ne mora nužno predstavljati prosjek različitih aspekata. Npr. u slučaju nediscipline u učionici kao istovremeni ishodi mogu se pojaviti kazna u obliku opomene od strane nastavnika i nagrada u obliku smijeha vršnjaka kojima je to bilo simpatično. U tom slučaju status ova dva ishoda ovisi o procjeni učenika koji od dva ishoda je njemu osobno važniji, odnosno koliko je moguća kazna za njega ugrožavajuća.

Pri razmatranju posljedica negativnih ishoda važna je osobna interpretacija kauzalnosti samog ishoda. Neuspjeh u određenoj aktivnosti (npr. loša ocjena) može se atribuirati unutarnjim faktorima što vodi ka samookrivljanju, doživljaju niske samoefikasnosti i narušavanju opće vjere u sebe. Atribucija neuspjeha može biti usmjerena na vanjske nekontrolabilne čimbenike poput nedostatka sreće ili slučajne faktore. Loša ocjena ne mora se nužno doživjeti kao rezultat vlastite neuspješnosti, već kao rezultat nepravednog ili neobjektivnog ocjenjivanja. Zadatak koji osoba nije izvršila može dovesti do određenih sankcija ili formalne kazne, ali u pojedinim slučajevima teže posljedice može imati doživljaj krivnje i neugode zbog činjenice da je iznevjerila vlastita očekivanja. Sama negativna ocjena ne mora imati takve psihološke posljedice na učenika kao npr. povratna informacija nastavnika u kojoj se naglašava opća nesposobnost učenika da uspješno izvrši zadatak. Izjava usmjerena na nesposobnost učenika, a ne na kvalitetu uratka, može snažno utjecati na samopoštovanje i opći gubitak kontrole nad situacijom.

Primjenom kazne nastoji se spriječiti nepoželjno ponašanje, ali ponekad osoba može imati čvrsto uvjerenje da njezino ponašanje nije bilo neprihvatljivo ili negativno. To može biti slučaj kada roditelji zabranjuju vezu djeteta s partnerom/icom za koje oni vjeruju da nisu prihvatljivi. Država može kažnjavati i zabranjivati širenje određenih ideja koje su za pojedine članove osobito vrijedne. Takve zabrane mogu upravo učvrstiti borbu za takve ideje ili ciljeve. U određenim slučajevima izostanak sankcija ili kazne ili očekivanje o izostanku takvih posljedica može pojačati vjerojatnost nekih neprihvatljivih oblika ponašanja kao što su korupcija, prijevare, kršenje zakona i sl.

↪ Neke značajke djelovanja potkrepljenja

*Dva miša razgovaraju u laboratoriju:
– Znaš li da sam uspio izdresirati našeg istraživača?
– Kako to?
– Pa kad god pritisnem ovo dugme, on mi donese komad sira!*

Primjeri iz svakodnevnog života često nisu tako jednostavni kao što su to situacije u istraživačkim laboratorijima. U kontekstu biheviorističke teorije uobičajeno se razmatra odnos podražaja i reakcije (tzv. S-R veze) pri čemu uporaba termina potkrepljenje može biti preusko definirana i odvlačiti pažnju istraživača od supstancijalnog značenja koje ishod ima za pojedinca.

Ponašanja koja ispitanici procjenjuju u kontekstu istraživanja lokusa kontrole razlikuju se prema **složenosti i duljini**. Što je opažani obrazac ponašanja dulji, to je i procjena ishoda složenija. Npr. završetak srednje škole općenito predstavlja uspješan ishod, ali ujedno predstavlja završetak jedne životne faze i suočavanje s novim izazovima (upis studija, rastanak s vršnjacima, nove životne obaveze i dr.). S obzirom na vremensku dimenziju potkrepljenja mogu biti **neposredna** (npr. ocjena nakon ispita) ili **odgođena** (npr. profesionalna karijera), pri čemu je zadovolj-

stvo ishodom moguće procijeniti tek naknadno. **Stupanj osobnog zadovoljstva** potkrepljenjem može se izraziti na ljestvici od vrlo niskog do vrlo visokog, a moguće je zatražiti procjenu i pozitivnih i negativnih ishoda (nasuprot dihotomiji ostvareno/nije ostvareno). Tako npr. roditeljstvo može biti povezano i s pozitivnim i s negativnim ishodima razmatrano tijekom duljega vremenskog razdoblja odrastanja djece.

Teorije učenja ponekad zanemaruju situacije u kojima izostaje bilo kakvo vanjsko potkrepljenje ili pretpostavljaju da će se takvo ponašanje ugasiti. U pojedinim životnim situacijama izostanak posljedica može ojačati neka negativna ponašanja koja za pojedinca imaju određenu vrijednost. Drugi primjer može predstavljati izostanak pozitivnih posljedica ili nagrade nakon ponašanja koje osoba doživljava pozitivnim, što može dovesti do smanjenja motivacije za takvo ponašanje, ali i doživljaja nepravde.

Djelovanje potkrepljenja je uglavnom učinkovitije u slučajevima kada se javlja neposredno nakon ponašanja i kada je logično povezano s ponašanjem ili događajem. Problem u realnim životnim situacijama može biti slučaj kada osoba ne povezuje na jasan način ponašanja i ishode, tako da može doći do generalizacije sa specifičnog ponašanja na širu situaciju u kojoj se to ponašanje pojavilo.

Pri analizi ponašanja važno je razumjeti očekivanja koja je osoba razvila uz moguće ishode određenog ponašanja. Očekivanje negativnih ishoda može voditi ka izbjegavanju takvih ponašanja, ali može i učvrstiti određena pozitivna ponašanja s ciljem izbjegavanja negativnih ishoda. Kod ekstrinzične motivacije osoba može izvršavati obaveze zbog straha od negativne evaluacije okoline, primjedbi poslodavca ili straha od gubitka posla. Na sličan način supružnici mogu ostati u braku s kojim nisu zadovoljni kako bi izbjegli negativne posljedice razvoda.

U kontekstu operantnog uvjetovanja istraživanja pokazuju da je **povremeno potkrepljivanje** ili nagrađivanje učinkovitije od redovitog potkrepljivanja ili barem dovodi do sporijeg gašenja naučenog ponašanja. U realnim životnim situacijama ovakav oblik povremenog potkrepljivanja smanjuje mogućnost predviđanja ishoda te opći doživljaj kontrole i njegov efekt treba razmatrati u interakciji s drugim faktorima poput značaja ishoda. Bandura (1971) opisuje i mogućnost učenja putem indirektnog (vikarijskog) potkrepljenja koje se zasniva na opažanju ponašanja drugih ljudi i posljedica njihovog ponašanja. Istraživanja su pokazala da postoje individualne razlike u osjetljivosti na potkrepljenja, odnosno na utjecaj nagrade i kazne. Gray (1970) razvija teoriju osjetljivosti na potkrepljenje (RST) koja u osnovi razmatra reaktivnost neurobiološkog sustava povezanog s motivacijskim sustavom. Podražaji sličnog intenziteta neće izazivati jednaku snagu ekscitacije kod različitih pojedinaca, što znači da se razlikuju prema pragu ekscitacije. Ove razlike povezuju se i s osobinama ličnosti, pa dio istraživanja pokazuje da su introverti podložniji averzivnom kondicioniranju od ekstroverta jer imaju veću osjetljivost na kaznu, dok su ekstroverti superiorniji kod kondicioniranja ugodnim podražajima (Gupta i Nagpal, 1978). Razvijeni su i mjerni instrumenti za mjerenje osjetljivosti na kaznu i osjetljivosti na nagradu, kao što je npr. upitnik SPSRQ (Luman i sur., 2012). Primjer čestice u takvom upitniku je „Velika vjerojatnost dobivanja nagrade snažno me motivira na neke aktivnosti“ ili „Često se suzdržavam od činjenja nečega zbog straha da se ne osramotim“. Šarić (2017) ispituje odnos osjetljivosti na nagradu i kaznu i agresivnosti kod adolescenata te nalazi značajne povezanosti.

Neurofiziološku osnovu ugone predstavljaju kortikalne strukture (centri za ugodu). Kod eksperimentalnih životinja mogućnost samopodraživanja tih dijelova korteksa dovodila je do potpunog gubitka kontrole nad ponašanjem i kontinuiranog samopodraživanja. Iz evolucijske perspektive ovi sustavi mogu voditi učvršćivanju ponašanja koja izazivaju ugodu i izbjegavanju neugodnih podražaja ili ponašanja koja rezultiraju neugodom. U osnovi brojnih poremećaja ponašanja nalazi se problem neposrednog ostvarivanja ugone ili izbjegavanja neugode kroz ponašanja koja mogu biti autodestruktivna, poput ovisnosti o drogama, kockanja, pretjerane potrebe za seksom, hranom, videoigrama i sl. Neuroznanost ukazuje na važnu ulogu dopaminskog sustava unutar mezotelencefalona pri objašnjavanju procesa samopodraživanja (Pinel, 2002).

Umjesto zaključka treba naglasiti da je subjektivni doživljaj ishoda pojedinog ponašanja iznimno važan za procjenu uspješnosti kontrole, ali da zahtijeva uključivanje i razmatranje niza kontekstualnih varijabli.

2.3. Koncept lokusa kontrole – tko kontrolira ishode ponašanja?

Razgovaraju dva prijatelja:

- *Moj stariji sin potpuno liči na mene.*
- *To ti je zbog utjecaja genetskih faktora.*
- *A zašto onda mlađi sin tako liči na susjeda?*
- *E, to ti je zbog utjecaja okoline.*

Lokus kontrole (lat. *locus*: mjesto i franc. *contrôle*: nadzor) predstavlja uvjerenje pojedinca o faktorima odgovornim za njegova ponašanja i ishode tih ponašanja. Originalna ideja proizašla iz teorije socijalnog učenja jest da se faktori koji utječu na naše ponašanje i njegove ishode, mogu smjestiti na dimenziji omeđenoj s dva pola, što se uobičajeno opisuje kao unutarnji (internalni) i vanjski (eksternalni) lokus (ili mjesto kontrole). Kada osoba uzroke ponašanja ili ishoda pripisuje pretežito vlastitim karakteristikama kao što su sposobnosti, namjere, osobne odluke, trud i sl., govorimo o **unutarnjem lokusu kontrole** ili o internalnoj orijentaciji. Kod osoba s unutarnjim lokusom kontrole prevladava osjećaj da same mogu utjecati na ono što im se događa u životu, tj. imaju doživljaj osobne kontrole nad događajima. U slučaju kada osoba procjenjuje da su ishodi događaja ili njezinog ponašanja uzrokovani vanjskim okolnostima, slučajem, srećom, djelovanjem drugih ljudi i sl., radi se o **vanjskom lokusu kontrole** ili o eksternalnoj orijentaciji. U tom slučaju osoba percipira da ishodi nisu pod njezinom kontrolom, već ovisе o djelovanju vanjskih faktora, odnosno faktora nad kojima osoba nema utjecaj. Kod osoba s vanjskim lokusom kontrole stoga prevladava doživljaj da stvari koje im se događaju uglavnom nisu pod njihovim utjecajem.

Sam Rotter navodi: „Kada neki pojedinac interpretira potkrepljenje, koje slijedi njegovo konkretno ponašanje, kao nepovezano ili neovisno od svojega ponašanja, tada se u našoj kulturi takav ishod uobičajeno objašnjava kao rezultat sreće, slučaja, sudbine, kao posljedica utjecaja drugih, moćnih ljudi ili kao nepredvidiv događaj zbog složenosti okolinskih sila. Kada netko tumači događaje na ovakav način, to se uobičajeno naziva **vjerom u vanjsku kontrolu**. U slučaju kada pojedinac neke događaje interpretira kao ovisne o vlastitom ponašanju i djelovanju ili ovisne o vlastitim, relativno stabilnim karakteristikama, takvo tumačenje opisat ćemo kao **vjeru u unutarnju kontrolu**” (Rotter, 1966, str. 1). Koncept lokusa kontrole potaknuo je brojna istraživanja usmjerena na provjeru samog konstrukta, razvoj brojnih mjernih instrumenata za mjerenje lokusa i srodnih koncepata te ispitivanje povezanosti lokusa kontrole s različitim kriterijskim varijablama. Jedno od temeljnih pitanja odnosi se na stupanj generalnosti lokusa.

↳ Globalno - specifično

Koncept lokusa kontrole može se ispitivati uz različite specifične situacije, ali je originalna Rotterova ideja da lokus predstavlja generalizirano očekivanje pojedinca o položaju faktora koji kontroliraju ishode ili potkrepljenja u njegovom životu. Na takvu operacionalizaciju upućuju i tvrdnje u Rotterovom upitniku eksternalnosti-internalnosti: „Uvijek će biti ratova, bez obzira na to koliko uporno ih ljudi nastojali spriječiti“ ili „...ljudi su odgovorni za lošu vlast i na lokalnoj i nacionalnoj razini“. Rotter je upozoravao da lokus predstavlja kontinuum, a ne dihotomiju na koju upućuje česta uporaba termina internalno-eksternalno (Rotter, 1975). Problem generalnosti koncepta predstavlja jedno od središnjih istraživačkih pitanja. Različita istraživanja nisu jednoznačna oko mogućnosti prijenosa **generalizacije** specifičnih uvjerenja o lokusu vezanih uz konkretna ponašanja (npr. uspjeh u poslu) na opći lokus vezan uz kontrolu nad ponašanjima i događajima u vlastitom životu. Brojni istraživači odmaknuli su se od Rotterovoga početnog koncepta i interes usmjerili upravo na ispitivanje doživljaja lokusa u specifičnim područjima života. Razvijene su brojne mjere lokusa usmjerene na specifična područja ponašanja kao što su npr. zdravstveni, akademski, bračni, radni, roditeljski lokus, odnosno lokus vezan uz konzumaciju alkohola, održavanje tjelesne težine, vožnju, seksualne odnose, promet i dr. (Lefcourt, 1991). Neke od različitih mjera specifičnih lokusa opisane su u trećem poglavlju. Turnipseed (2014) navodi da mjere specifičnih lokusa omogućuju bolju predikciju specifičnih ishoda, ali da je originalni Rotterov lokus konceptualiziran kao stabilna dispozicijska osobina ličnosti. Autori su suglasni da je kod većine specifičnih mjera lokusa jedan dio varijance objašnjiv general-

nim lokusom koji ukazuju na dispoziciju. Informacija o generaliziranim očekivanjima vezanim uz lokus kontrole može biti korisnija u situacijama koje su za osobu nepoznate i nejasne (Turnipseed, 2014).

Značajan doprinos razvoju i validaciji konstrukta dao je i H. Lefcourt. On naglašava važnost očekivanja koje podrazumijeva da je ishod poželjan ili važan za pojedinca, da pojedinac razumije i vjeruje sustavu nagrade te da izbjegava negativne i neprihvatljive ishode. Ako pojedinac doživljava sebe kao kreatora vlastitog života i sudbine, to je od iznimne važnosti za kvalitetno psihološko funkcioniranje (Lefcourt, 1982). U situacijama u kojima postoji uvjerenje o nedostatku kontrole, moguće je izbjegavanjem, privremenim odgađanjem, modifikacijom ponašanja ili pronalaženjem boljih pristupa zadržati određeni stupanj osobne kontrole. Lefcourt u svojim radovima i konceptualizaciji nastoji lokus približiti složenijim životnim situacijama bližima procesima nego jednokratnim odnosima podražaj-potkrepljenje (Lefcourt i sur., 1981). Uporaba eksperimentalnih termina podražaj, reakcija, potkrepljenje i sl. u svakodnevnim složenim životnim situacijama često vodi prema simplificiranim zaključcima koji isključuju činjenicu da većina ponašanja predstavlja procese s vlastitom vremenskom dinamikom i višestrukoum uzročnosti. U kontekstu koncepta naučene bespomoćnosti, Abramson i suradnici (1978) predlažu uvođenje dimenzije globalno-specifično, s ciljem razlikovanja globalnog doživljaja gubitka kontrole (bespomoćnosti) u odnosu na specifični gubitak kontrole u nekom području, odnosno kronični nasuprot akutnom gubitku kontrole. Ovaj smjer analize dopušta mogućnost da pojedinac u nekom specifičnom području izgubi doživljaj mogućnosti utjecaja na događaje te da sustavno izbjegava ulazak u takvu vrstu aktivnosti, ali da se to ne generalizira nužno na opći lokus kontrole. Rotter navodi da je važno razlikovati situacijski eksternalni i internalni lokus od općega individualnog uvjerenja o izvorima kontrole (Rotter, 1975). Iz Rotterovih tekstova može se zaključiti da nije imao osobit interes za specifične vrste lokusa vezane uz pojedina područja ponašanja.

Gurin i Brim (1984) nude nešto drugačiju perspektivu lokusa kontrole razmatrajući ga u kontekstu cjeloživotnog razvoja. Prema njima, doživljaj kontrole predstavlja funkciju kauzalnog rezoniranja i uključuje procjenu vjerojatnosti ishoda uz različite antecedente. Pojedinac razumije da određeni uvjeti dovode do određenih ishoda, kao i da sam može utjecati na kreiranje određenih poželjnih uvjeta. Na tragu ovog smjera razmišljanja lokus kontrole povezuje se s Bandurinom teorijom samoeфикаsnosti.

↪ Jednodimenzionalno - višedimenzionalno

Rotter je lokus zamislio kao **jednodimenzionalni** bipolarni konstrukt. Rezultati mjerenja pokazuju da je većina ljudi na sredini te dimenzije, što znači da percipiraju značaj i unutarnjih i vanjskih faktora, odnosno da imaju „neutralni“ lokus kontrole. U istraživanju na adolescentima, opisanom u devetom poglavlju ove knjige, svega 1.8% ispitanika iskazuje ekstremnu eksternalnu orijentaciju, a 10% ekstremnu internalnu. Informacije o izrazitoj unutarnjoj ili vanjskoj orijentaciji vjerojatno su od većeg značaja za individualni i klinički rad. Ideja o jednoj dimenziji teorijski je plauzibilna ako je cilj izdvojiti osobe s jednom **dominantnom orijentacijom**, kao što je npr. vanjski lokus kontrole. Provjere latentnog prostora mjera lokusa kontrole često ukazuju na višedimenzionalnost, što može biti povezano s metodom mjerenja ili specifičnom operacionalizacijom konstrukta. U slučaju kada se ispitanicima ponudi mogućnost odvojene procjene unutarnjih i vanjskih faktora češće se dobiva niska povezanost između te dvije procjene umjesto očekivane visoke negativne korelacije. To znači da ljudi pri procjeni izvora kontrole mogu neovisno procjenjivati utjecaj vanjskih i unutarnjih faktora, osobito kada procjenjuju specifična ponašanja. Dio autora pri razvoju mjera lokusa uvodi nove dimenzije kao što su „utjecaj moćnih ili značajnih ljudi“ i „slučaja“ (Levenson, 1973), „sposobnosti“, „trud“ i „kontekst“ (Miller i sur., 1983) ili „liječnika“ (Walston i sur., 1978). Različite dimenzije uglavnom koreliraju razmjerno nisko ili tek umjereno. Konceptualno razmatranje podržava pretpostavku o mogućoj procjeni utjecaja većeg broja čimbenika na konačni ishod ponašanja ili događaja. Teorija atribucija nastoji objasniti proces kojim ljudi objašnjavaju uzroke ili razloge pojedinih događaja. Inzistiranje na izdvajanju jednog faktora može voditi artificijelnim rezultatima niske mogućnosti generalizacije. U slučaju kada nastojimo objasniti uzroke pojedinog događaja poput prometne nesreće, pada na ispitu ili razvoda braka, najčešće zaključujemo da je u pitanju veći broj faktora, pri čemu je važna i njihova specifična kombinacija. Sljedeći primjer iz prometne psihologije može ilustrirati složenost kombinacije događaja koji prethode prometnoj nesreći. Pretpostavimo da je čovjek krenuo na posao nako što za vrijeme doručka bio posvađao sa suprugom. Na

poslu mu je šef uputio nekoliko kritika za loše obavljen posao. Nakon posla pošao je s prijateljem u kafić da mu se požali na probleme te su zajedno popili 2-3 alkoholna pića. Kada je krenuo kući automobilom, počela je kiša i cesta je postala mokra i skliska. Na jednom od križanja automobil ispred njega naglo se zaustavio i čovjek je kasno reagirao te je udario u automobil ispred sebe. U navedenom primjeru čini se razumnija pretpostavka o većem broju uzročnika i njihovoj međusobnoj interakciji. Stoga je moguća pretpostavka da je realna procjena važnosti većeg broja uzroka ili izvora kontrole realističnija u konkretnim životnim situacijama. Također je moguće da je u određenim situacijama (npr. spoznaje o vlastitoj bolesti) adaptivnije točno prepoznavanje i korištenje različitih faktora odgovornih za uspješan ishod u odnosu na usmjeravanja na unutarnji lokus.

↳ Kontrolabilno - nekontrolabilno

Implicitna je pretpostavka da uvjerenje o unutarnjem lokusu ukazuje na doživljaj osobne kontrole, odnosno predviđa uspješan ishod. Ovisno o operacionalizaciji mjera, moguće je da se doživljaj kontrole i lokus ne podudaraju u potpunosti. Kada osoba procjenjuje da uspjeh u aktivnosti ovisi dominantno o njezinim sposobnostima i trudu, to upućuje na unutarnji lokus. Nizak uloženi trud ili nedovoljne sposobnosti mogu rezultirati neuspjehom, što vodi ka samookrivljavanju i narušavanju samopoštovanja. Weiner (1992) stoga uvodi dimenziju kontrolabilnosti koja olakšava razumijevanje situacija u kojima je atribuiran unutarnji lokus, ali osoba nije ostvarila kontrolu ili uspjeh. Tako npr. sposobnosti (barem teorijski) pripadaju u unutarnji lokus, ali nisu nužno pod kontrolom pojedinca. Weiner navodi i primjer atribucije vanjskog lokusa kod kojih osoba doživljava određeni stupanj kontrole jer se doživljava sretnom osobom ili poznaje važne druge ljude koji će joj pomoći pri ostvarenju cilja.

↳ Stabilno -nestabilno

Weiner (1992) među unutarnjim i vanjskim faktorima razlikuje i njihovu stabilnost u vremenu. Tako unutarnji faktori mogu biti stabilni u funkciji vremena (npr. sposobnosti) ili nestabilni (npr. motivacija, trud). Vanjski lokus također se može doživjeti kao stabilan i teško promjenjiv (npr. naslijeđene bolesti) ili nestabilan (sreća ili trenutne okolnosti). Dimenzija stabilnosti može znatno utjecati na interpretaciju ishoda i planiranje budućih ponašanja pojedinca.

Terminologija koja se koristi u području lokusa kontrole ponekad nije dovoljno precizna. Tako npr. potkrepljenje u obliku novčane naknade, ocjene i sl., osoba očekuje od vanjskih izvora (poslodavac, nastavnik i sl.), ali može imati uvjerenje da je njezino ponašanje dovelo do pozitivnog ishoda ili potkrepljenja. Druga važna distinkcija odnosi se na samo ponašanje pojedinca i ishod kao posljedicu ponašanja. Osoba može imati izraziti unutarnji lokus u pogledu uložnog truda i cjelokupnog vlastitog ponašanja, ali konačni ishod ili potkrepljenje (npr. ocjena) dijelom može biti pod utjecajem vanjskih faktora. Gurin i Brim (1984) naglašavaju da procjena ishoda uključuje analizu barem dvaju povezanih odnosa: a) odnosa između sebe i vlastitog ponašanja i b) odnosa između ponašanja i ishoda.

2.4. Unutarnji lokus kontrole

*Ptica koja sjedi na grani, ne boji se pucanja grane
jer njezina vjera nije u grani, već u vlastitim krilima.
Ptica vjeruje u sebe.*

Većina istraživanja ukazuje na pozitivne efekte uvjerenja o generaliziranom unutarnjem lokusu kontrole jer on, na općoj razini, povećava doživljaj predvidivosti budućih događaja i povećava motivaciju osobe da pokreće određene aktivnosti i ponašanja usmjerene ostvarivanju osobnih ciljeva. To se odražava na planu aktivnije potrage za informacijama (Lefcourt i Wine, 1969), autonomnim donošenjem odluka (Sherman, 1973), osjećaju samopoštovanja i pozitivnijem samopoimanju (Lefcourt, 1982), korištenjem aktivnih strategija suočavanja i nezavisnim donošenjem odluka (Ebata i Moos, 1994; Lefcourt i Wine, 1969), boljom prilagodbom na radno okruženje, usvajanjem radnih zadataka i preuzimanjem odgovornosti (De Vos i sur., 2004).

Unutarnji lokus kontrole u velikoj je mjeri povezan s pozitivnim samopoimanjem, odnosno s uvjerenjem pojedinca da raspolaže sposobnostima potrebnim za ostvarenje zadanog cilja. Bandura razvija teoriju samoefikasnosti unutar koje razlikuje dvije vrste očekivanja: očekivanje ishoda odnosi se na uvjerenje hoće li konkretno ponašanje dovesti do željenog ishoda, dok se očekivanje osobne efikasnosti odnosi na uvjerenje pojedinca da li je sposoban ostvariti potrebno ponašanje. Ovo razlikovanje ishoda može biti korisno jer osoba može očekivati da će određeno ponašanje voditi ostvarenju cilja (kao što može biti slučaj kod unutarnjeg lokusa), ali on sam ne vjeruje da će uspješno ostvariti potrebno ponašanje (Bandura, 1977). Dodatno je moguće razlikovati samokompetenciju koja se odnosi na potencijal, od samoefikasnosti koja je više usmjerena na djelotvornost. Unutarnji lokus u značajnoj mjeri uključuje procjenu osobne samoefikasnosti. Istraživanja pokazuju da će osobe s višim uvjerenjem u osobnu samoefikasnost lakše pokretati ponašanja usmjerena cilju (Bandura, 1977), biti ustrajni pri ostvarenju ciljeva (Schunk, 1983) i potencijalno opasnim situacijama pristupat će s manjom razinom anksioznosti (Bandura, 1984).

Osim toga, unutarnji lokus bit će povezan s drugim stabilnim osobinama ličnosti kao što je optimizam. Seligman (1991) zaključuje da će se osoba koja ima doživljaj kontrole na događajima efikasnije nositi s događajima i vjerovati u uspješan ishod, a u slučaju neuspjeha vjerojatnije će ga pripisati promjenjivim faktorima i vjerovati da će uspjeti sljedeći put. Unutarnji lokus može imati zaštitnu ulogu kroz razvoj odgovornosti za vlastito ponašanje, ali u slučaju neuspjeha može potaknuti osjećaj krivnje (Peacock i Wong, 1996). Već smo opisali situacije u kojima unutarnji lokus ne znači nužno kontrolu nad ishodom u slučajevima kada pojedinac ne raspolaže dovoljnim potencijalima. Osoba može percipirati da uspjeh u određenoj aktivnosti ovisi primarno o njoj samoj, ali zbog svojih loših navika, niske motivacije, niske samokontrole ili drugog razloga procjenjuje da neće uspjeti.

U kliničkom radu može se postaviti hipoteza o adaptivnosti unutarnjeg lokusa u situacijama realnog gubitka kontrole, kao što je slučaj kod ozbiljnih bolesti, elementarnih nepogoda, socijalnih gubitaka i sl. Moguća pretpostavka, za koju nema dovoljno dokaza u literaturi, može se odnositi na poteškoće s kojima se susreće osoba s izrazitom internalnom orijentacijom u situaciji nekontrolabilnog događaja. Rotter navodi da je početno očekivanje uključivalo određenu zdravu granicu unutarnje kontrole te da je očekivani odnos između percipirane kontrole i prilagodbe bio zakrivljen (Rotter, 1975). Jedan od mogućih razloga što ova pretpostavka nije bila u fokusu istraživača, jest što su iznimno rijetka longitudinalna istraživanja koja prate odnos različitih vrsta lokusa u funkciji zahtjeva okoline.

2.5 Vanjski lokus kontrole

Igrali smo odlično, ali je sudac bio protiv nas.

Vanjski lokus kontrole ukazuje na uvjerenje pojedinca da na ishode ponašanja i životnih događaja presudno utječu vanjski faktori nad kojima on nema utjecaj. Ovakvo uvjerenje, izraženo u ekstremnom obliku, implicira život u neizvjesnoj okolini u kojoj su ishodi ponašanja i događaja teško predvidivi te se stoga vanjski lokus kontrole često povezuje s lošijom prilagodbom i negativnim psihološkim ishodima.

Doživljaj nemogućnosti kontrole nad događajima i život u neizvjesnoj okolini u srži su cjelokupnog spektra simptoma anksioznosti. Istraživanja ukazuju na povezanost vanjskog lokusa s lošijim mentalnim zdravljem, uključujući depresivnost i anksioznost (Whitman i sur., 1987), manjim uvjerenjem u mogućnosti utjecaja na vlastito zdravlje i lošijom prilagodbom na bolest (Neipp i sur., 2007), lošijim suočavanjem sa stresnim događajima (Kobasa, 1979), nižim samopoštovanjem (McNeill i Gilbert, 1991) te općenito manjom motivacijom za pokretanjem aktivnosti kojima bi se ostvarili osobni ciljevi. Osobe s eksternalnom orijentacijom sklonije su fatalističkoj interpretaciji događaja i imaju manje povjerenje u vlastite sposobnosti (Hjelle i Ziegler, 1992), pri razvoju vlastite karijere češće se oslanjaju na odluke drugih ljudi (De Vos i sur., 2004), u manjoj mjeri preuzimaju rizik, rjeđe nastoje poboljšati vlastite potencijale i sklonije su doživljaju bespomoćnosti (Scott, 2007).

Rotter (1975) i drugi autori razlikuju dvije vrste ili uloge eksternalne orijentacije. Prva je obrambena, koja može djelovati protektivno u slučaju neuspjeha, i omogućuje objašnjenje neuspjeha bez većeg ugrožavanja slike o sebi. Druga vrsta eksternalne orijentacije može se opisati kao pasivna i utječe na nižu vjerojatnost pokretanja različitih aktivnosti za koje osoba procjenjuje da ih kontroliraju vanjski faktori. U slučaju pristrane procjene ovaj

oblik eksternalnosti loše djeluje na adaptivno ponašanje pojedinca jer ga odbija od ulaska u aktivnosti u kojima bi ostvario pozitivne ishode.

U specifičnim situacijama, procjena vanjskog lokusa ne mora nužno ukazivati na odsustvo kontrole i predviđati neuspjeh u aktivnosti. Npr. u određenim aktivnostima (sport, grupni rad), pojedinac može očekivati uspjeh jer je član dobre grupe ili se može osloniti na pomoć drugih važnih osoba. U slučajevima obiteljskog zlostavljanja pokazalo se da žrtve s izraženim vanjskim lokusom lakše prihvaćaju pomoć drugih ljudi (prijatelja, stručnjaka i dr.) (Asberg i Renk, 2014).

Rotter (1975) upozorava da početna ideja nije bila da se vanjski lokus razmatra kao općenito loš, a unutarnji lokus kao dobar. Jedan od problema vezanih uz koncept lokusa kontrole odnosi se na prečesto naglašavanje dihotomije unutarnje naspram vanjske kontrole. Pritom se vrlo rijetko razmatra mogućnost „višestrukog“ ili „dvojnog“ lokusa koji bi karakteriziralo uvjerenje osobe da potkrepljenja ili ishode kontroliraju i vanjski i unutarnji faktori. U određenim situacijama takve osobe bi mogle lakše ostvariti optimalnu ravnotežu između osobne odgovornosti te mogućnosti i ograničenja povezanih s okolinom (Kardum i sur., 2016; Marks, 1998).

U pojedinim situacijama oslanjanje na vanjske faktore može biti adaptivnije u odnosu na inzistiranje na unutarnjem lokusu. U takvim situacijama pojedinci s dvojnim lokusom mogu biti u prednosti i točnije percipirati kako upravljati kriznom situacijom (Marks, 1998). To ne znači da unutarnji lokus nije poželjan, već da treba razmotriti njegovu prikladnost u situacijama koje su objektivno uvjetovane većim brojem činitelja. Ovu hipotezu treba provjeriti kroz buduća istraživanja, ali na način da se lokus ispituje u duljim vremenskim sekvencama u funkciji promjene kontrolabilnosti događaja.

Treba naglasiti da je pozornost istraživača najčešće usmjerena na utvrđivanje statistički značajnih razlika u lokusu između ciljanih skupina ili na ispitivanje povezanosti mjera lokusa s kriterijskim varijablama. U većini istraživanja te razlike nisu velike i njihov praktični značaj je zanemariv te on ukazuje na relativno veću internalnost ili eksternalnost, pri čemu su apsolutne vrijednosti bliske sredini ove dimenzije. Odmak od generaliziranog uvjerenja o unutarnjem ili vanjskom lokusu, kako ga postulira Rotter, otvara niz pitanja vezanih uz tretman i operacionalizaciju vanjskog lokusa kontrole.

↳ Važnost povjerenja u okolinske faktore

Važno je naglasiti da u određenim slučajevima i vanjski lokus može biti koristan i adaptivan. To osobito vrijedi u slučajevima kada su za uspješan ishod događaja uistinu važni i vanjski čimbenici. U situacijama u kojima su vanjski faktori objektivno važni, visoka internalnost u kombinaciji s visokom potrebom za vlastitom kontrolom može se pokazati neadaptivnom (Amoura, 2014). Učinkovito planiranje ponašanja mora uključivati realnu procjenu svih čimbenika odgovornih za uspjeh, tako da oslanjanje na pomoć drugih ljudi iz socijalne okoline, kao i uvažavanje cjelokupnog konteksta, može pozitivno djelovati na uvjerenje o uspješnom ostvarenju cilja. Ovdje želimo naglasiti važnost povjerenja u vanjske faktore koji utječu na uspjeh u brojnim životnim aktivnostima.

U slučajevima u kojima se dio odgovornosti za ishode pripisuje vanjskim faktorima, osoba i dalje može imati doživljaj sigurnosti i vjerovanja u pozitivan ishod situacije. U takvim slučajevima iznimno je važno **povjerenje u vanjske faktore** koji utječu na kvalitetu ishoda. U brojnim prometnim situacijama sigurnost ovisi o više različitih faktora (sposobnosti i vještini vozača, tehničkoj ispravnosti vozila, stanju prometnica, vremenskim uvjetima, ponašanju ostalih sudionika u prometu, ali i nekim nepredvidivim okolnostima). Većina vozača automobila vjeruje da su ostali vozači educirani za sigurnu vožnju i poznaju prometne propise iako ne mogu utjecati na njihovo ponašanje. Za vrijeme vožnje autobusom ili putovanja zrakoplovom, putnik nema nikakvu kontrolu nad sigurnošću, ali može imati povjerenje u vozača ili pilota i cjelokupni sustav. Vlastita kontrola postoji u području izbora provjerene putničke agencije, odgode putovanja u slučaju vremenskih neprilika i sl., ali je ta mogućnost kontrole vrlo ograničena. U situacijama liječenja pacijent mora imati povjerenje u liječnika, odnosno druge osobe uključene u tretman i rehabilitaciju, odnosno procijeniti da na konačan ishod djeluju i vanjski faktori.

Prilikom slijetanja zrakoplova u neku zračnu luku tijekom noći i u uvjetima magle, značajan dio faktora nije pod kontrolom pilota. Pilot **mora vjerovati** da su svi uređaji u zrakoplovu pouzdani i kvalitetno proizvedeni za

rad u takvim uvjetima, kao i da su sve službe za održavanje uređaja u zrakoplovu kvalitetno odradile svoj posao, tj. da su sve informacije točne (npr. informacija o visini zrakoplova). Također vjeruje da je osoblje u kontroli leta pouzdano i osposobljeno za pružanje točnih informacija potrebnih za slijetanje zrakoplova. Pored toga mora biti uvjeren da su i svi ostali piloti također osposobljeni za sigurno upravljanje zrakoplovom u takvim uvjetima. U ovakvoj situaciji leta, kroz noć i maglu, pilot nema kontrolu nad brojnim čimbenicima, ali ima **povjerenje** u cjelokupni sustav, što umanjuje osjećaj nesigurnosti ili straha.

Uvjerenje o postojanju kontrole može biti zasnovano na različitim manje ili više racionalnim postavkama kao što su vlastita superiornost i uvježbanost, ranije iskustvo u sličnim situacijama, oslanjanje u Božju pomoć ili sreću. S druge strane, moguće je i da osoba neuspjeh u konkretnoj aktivnosti ne procjenjuje ugrožavajućim za vlastitu dobrobit. Pojedina zanimanja objektivno omogućuju vrlo nizak stupanj kontrole te mnogi ljudi zaziru i od gledanja video zapisa takvih situacija. Primjer mogu biti profesionalni vojnici koji se često nalaze u situacijama oružane borbe u kojima je teško imati kontrolu nad razvojem događaja. Piloti vojnih zrakoplova u borbi moraju voditi računa o kontroli nad zrakoplovom dok su u isto vrijeme izloženi neprijateljskoj vatri čiji je cilj njihovo uništenje. Vojni izviđači se ubacuju u neprijateljski teritorij s ciljem izviđanja i probijaju se kroz nepoznato područje okruženi neprijateljskim vojnicima. Posao čišćenja mina iz minskih polja također je visoko rizičan i odvija se u teško u predvidim situacijama s niskim stupnjem kontrole. Dok se velik dio ljudi užasava i razgovora o zmijama, pojedinci idu u lov na zmije otrovnice radi prodaje seruma farmaceutskoj industriji. Pritom ih pronalaze u njihovim prirodnim staništima kao što su močvare, grmovi ili skrovišta, pri čemu i najmanja pogreška može biti kobna. U svim navedenim situacijama objektivna mogućnost unutarnje kontrole razmjerno je niska, ali osobe vjeruju da će vanjski faktori „biti na njihovoj strani“. Pristrana očekivanja izražena uvjerenjima „to se meni ne može dogoditi“ i „meni će se sigurno dogoditi neka nesreća“ predstavljaju ekstreme koji mogu loše utjecati na izbor prikladnog ponašanja.

Na kraju poglavlja izdvojiti ćemo neke od konceptualnih i metodoloških problema vezanih uz uporabu lokusa kontrole u različitim istraživanjima. Ove aspekte važno je razriješiti prije uključivanja konstrukta lokusa u istraživanje ili individualni rad s klijentima.

2.6. Neke preporuke za rješavanje metodoloških i konceptualnih problema vezanih uz istraživanje lokusa kontrole

1. Važno je razlikovati ispitivanje generaliziranog lokusa kontrole, tj. općeg uvjerenja pojedinca o faktorima koji utječu na ishode (potkrepljenja) u njegovom životu od uvjerenja o faktorima u nekom specifičnom području (npr. zdravlje, akademska karijera i sl.). Jedan dio varijance u mjerama specifičnih lokusa kontrole može se pripisati dispozicijskim karakteristikama ličnosti pojedinca, dok je preostali dio specifičan za ispitivano područje. U skladu s odabranim ciljem ispitivanja potrebno je odabrati i mjere lokusa.
2. Pri ispitivanju vanjskog lokusa korisno je razdvojiti dimenzije koje se odnose na utjecaj važnih drugih ljudi, vanjskog konteksta te sreće i slučajnosti jer su povezani s različitim mehanizmima procjene vanjskog lokusa.
3. Korisno je uključiti procjenu lokusa vezanu i uz pozitivne i uz negativne ishode (potkrepljenja) jer istraživanja pokazuju da se mogu zasnivati na različitim mehanizmima i interpretacijama.
4. Važno je uzeti u obzir da implicitna pretpostavka o mogućnosti osobne kontrole kod unutarnjeg lokusa i izostanka kontrole kod vanjskog lokusa ne vrijedi u svim situacijama. Prema Weineru (2010), treba razlikovati lokus kontrole (usmjeren na procjenu kauzalnosti) i procjenu kontrole (mogućnost osobnog utjecaja na ishod) kao dvije različite dimenzije. Pri interpretaciji atribucija stoga je preporučljivo uvesti i dimenziju kontrolabilnosti.
5. Važno je provjeriti procjenjuju li ispitanici lokus u specifičnom području na osnovi osobnog iskustva (retrospektivno) ili procjenjuju koji bi faktori mogli utjecati na događaje u njihovom životu (prospektivno). Primjer je ispitivanje zdravstvenog lokusa kod osoba koje nisu imale ozbiljnije zdravstvene probleme i osoba koje su preboljele teže bolesti. Ispitanici ne raspolažu podjednakom količinom informacija relevantnih za procjenu lokusa, stoga je važno i da mjerni instrumenti budu sadržajno prilagođeni karakteristikama ispitanika.

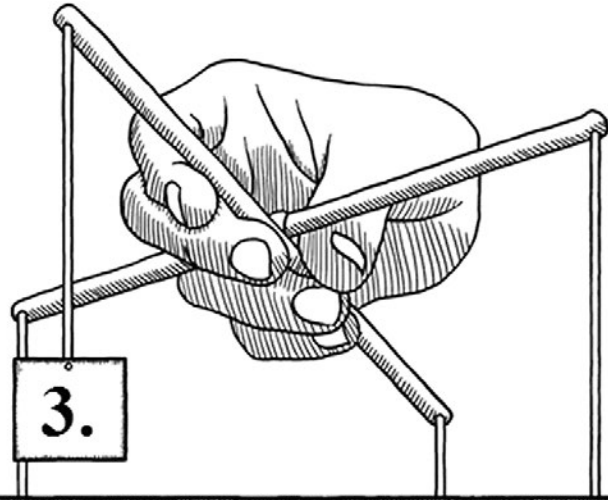
6. Pri izradi instrumenata za mjerenje lokusa često se koriste pitanja ili tvrdnje kojima se opisuju ponašanja iz različitih domena, pri čemu formulacije tvrdnji ponekad ukazuju na unutarnji, a ponekad na vanjski lokus. To uglavnom rezultira većim brojem faktora koji ukazuju na lokus vezan uz različita područja ponašanja ili faktore unutarnjeg i vanjskog lokusa. Umjesto jednog bipolarnog faktora kao rezultat se često dobivaju dva ortogonalna ili nisko povezana faktora. Ovi faktori, barem djelomično, mogu se razmatrati kao metodološki artefakti vezani uz način formulacije čestica.
7. Samoprocjena lokusa je subjektivni doživljaj pojedinca koji je pod utjecajem specifičnog atribucijskog stila i općih psiholoških karakteristika (depresivnost, samopoštovanje, samoeфикаsnost i dr.), a procjene su kod većine osoba podložne različitim vrstama pristranosti i atribucijske pogreške.
8. U upitnicima kojima se ispituje lokus kontrole zahtijevaju se procjene formulirane u prvom licu („Ono što mi se događa ovisi samo o meni“), ali i procjene koje se odnose na ljude općenito („Običan građanin može utjecati na odluke vlade“). Ove dvije vrste procjena u podlozi imaju djelomično različite procese.
9. Umjesto inzistiranja na dihotomiji unutarnji-vanjski lokus, preporuka može biti da se pretpostavi i dvojni ili višestruki lokus kontrole, odnosno mogućnost da osoba percipira važnost većeg broja činitelja odgovornih za potkrepljenja ili ishode ponašanja.
10. Veliki broj istraživanja usmjeren je na utvrđivanje relativnih razlika između aritmetičkih sredina na mjerama lokusa između ciljanih skupina ili na izračunavanje linearne povezanosti između mjera lokusa i kriterijskih varijabli. Autori pritom često zanemaruju stvarnu razinu izmjerenog lokusa koja je najčešće između unutarnjeg i vanjskog lokusa. Veliki broj istraživanja usmjeren je na analizu međugrupnih razlika, dok je interes za doživljaj lokusa na individualnoj razini znatno rjeđe u fokusu istraživača.

2.7. Sažetak drugog poglavlja

Drugo poglavlje posvećeno je konceptu lokusa kontrole koji je predstavlja najčešće istraživani konstrukt u širokom području istraživanja kontrole. Opisane su osnovne postavke Rotterove teorije socijalnog učenja unutar koje lokus kontrole originalno predstavlja jedan od elemenata „jednadžbe“ što opisuje vjerojatnost pojave zadanog ponašanja. Lokus kontrole u najširem značenju predstavlja uvjerenje pojedinca o faktorima odgovornim za ishode konkretnih ponašanja ili događaja (potkrepljenja), pri čemu ti faktori mogu biti više vezani uz karakteristike ili aktivnosti osobe ili vezani uz djelovanje vanjskih faktora.

Vjerojatnost odabira određenog ponašanja funkcija je osobne vrijednosti potkrepljenja i subjektivnih očekivanja o vjerojatnosti da će određeno ponašanje rezultirati očekivanim ishodom ili potkrepljenjem. Opisani su različiti koncepti vezani uz ishode ili posljedice ponašanja kao što su nagrada i kazna, pozitivno i negativno potkrepljenje, neposredno i odgođeno potkrepljenje, a naglašen je i utjecaj važnosti potencijalnog negativnog ishoda na vjerojatnost odabira i izbjegavanja ponašanja. Razmotrene su neke dimenzije koje je važno uključiti u analizu lokusa kontrole kao što su vanjski ili unutarnji lokus, globalni ili specifični lokus, jednodimenzionalni ili višedimenzionalni lokus, kontrolabilne ili nekontrolabilne situacije te stabilno ili nestabilno djelovanje faktora odgovornih za ishode.

Istraživanja u velikom broju slučajeva potvrđuju povezanost unutarnjeg lokusa kontrole s pozitivnim ishodi-ma. U tekstu se naglašava da favoriziranje unutarnjeg lokusa, u situacijama koje realno nije moguće kontrolirati, može dovesti do problema u funkcioniranju i prilagodbi. Većina istraživača razmatra vanjski lokus kao manje poželjan, ali je važno naglasiti da oslanjanje na vanjske faktore može biti podjednako važno u situacijama koje zahtijevaju oslanjanje na resurse okoline. Naglašava se važnost povjerenja u vanjske faktore kada su oni važni za ostvarenje cilja. Značajan broj istraživača ignorira činjenicu da većina ispitanika procjenjuje podjednaku važnost unutarnjih i vanjskih faktora za ostvarenje određenog ishoda, dok je razmjerno mali broj osoba s izrazitim unutarnjim ili vanjskim lokusom kontrole. Preporuka je da se u pojedinim slučajevima koristi i koncept neutralnog ili dvostrukog lokusa. U tom kontekstu preporuka je da se umjesto dihotomije vanjsko-unutarnje preferira opis lokusa na kontinuumu od nisko do visoko izražene internalnosti-eksternalnosti. Na kraju poglavlja navedene su preporuke za rješavanje metodoloških i konceptualnih problema vezanih uz istraživanje lokusa kontrole.



**Pregled instrumenata za
mjerenje lokusa kontrole**

3. Pregled instrumenata za mjerenje lokusa kontrole

Posljednjih desetljeća razvijen je veliki broj različitih instrumenata za mjerenje konstrukta lokusa kontrole što ukazuje na izazove i poteškoće vezane uz njegovo mjerenje. Neke od razlika odnose se na operacionalizaciju samog konstrukta i indikatore koji se koriste. Druga razlika odnosi se na dimenzionalnost koja varira od jedne bipolarne dimenzije (unutarnje-vanjsko), preko zasebnih dimenzija unutarnjeg ili vanjskog lokusa, do višedimenzionalnih mjera kojima se ispituje veći broj faktora što utječu na ishode. Treća razlika ukazuje na generalnost lokusa, pri čemu se može ispitivati opća kontrola nad događajima u životu ili se ispituje doživljaj lokusa u specifičnim područjima kao što su posao, roditeljstvo, zdravlje i dr. Četvrtu razliku predstavlja usmjerenost na različite vrste procesa koji su predmet kontrole ili su uključeni u mehanizme kontrole kao što su kognicije, emocije ili ponašanje. Sljedeća razlika odnosi se na ciljanu populaciju za koju je pojedini upitnik prilagođen kao što su npr. djeca ili odrasli, vozači, oboljeli od određene vrste bolesti i sl. Osim toga, dio instrumenata usmjeren je primarno na atribucije različitih uzroka na osnovi kojih se posredno može zaključivati o vrsti lokusa. Autori se slažu da je iznimno važno odabrati instrument primjeren ciljevima konkretnog istraživanja ili dijagnostike (Rotter, 1975). Pregled velikog broja radova ukazuje na češću uporabu lokusa s ciljem ispitivanja njegove povezanosti s drugim konstruktima, dok je rjeđe cilj individualna dijagnostika i ispitivanje individualne razine lokusa. Lefcourt (1991) naglašava da je razmjerno mali broj instrumenata koji su opremljeni primjerenim normativnim podacima za individualno vrednovanje rezultata.

Ovo poglavlje sadrži prikaz osnovnih informacija za dvadeset i jedan upitnik namijenjen mjerenju lokusa kontrole (za dva upitnika opisane su i originalne verzije, kao i prilagodbe na hrvatski jezik). Za svaki od instrumenata navedene su osnovne informacije o teorijskoj operacionalizaciji predmeta mjerenja, predložene subskale (dimenzije), prikaz osnovnih metrijskih karakteristika, kao i primjeri čestica. Potencijalnim korisnicima ovaj prikaz može biti koristan pri odabiru prikladnog mjernog instrumenta ovisno o ciljevima planiranog istraživanja, ali i kao okvir za promišljanje mogućih pristupa mjerenju lokusa kontrole. U preostalim poglavljima knjige navedene su osnovne informacije i o nekim drugim mjerama lokusa korištenim u specifičnim područjima istraživanja (npr. akademski lokus kontrole)

3.1. Mjere generaliziranog lokusa kontrole

Rotterov upitnik lokusa kontrole (RIE – *Internal-External Locus of Control Scale*) detaljnije je opisan jer predstavlja klasični i najčešće korišten instrument za ispitivanje lokusa kontrole. Zasnovan je na originalnom Rotterovom shvaćanju lokusa kao jednodimenzionalnog i generaliziranog očekivanja o faktorima odgovornim za ishode/potkrepljenja širokog spektra događaja. Prve instrumente za mjerenje lokusa kontrole razvili su početkom pedesetih godina Rotterovi suradnici J. Phares i nešto kasnije W. James na Sveučilištu Ohio (Lefcourt, 1991). Na osnovi iskustava s početnim verzijama upitnika, Rotter 1966. objavljuje svoju verziju upitnika (RIE) i polazi od koncepta o jednoj bipolarnoj dimenziji internog nasuprot eksternom lokusu kontrole. Provjere faktorske strukture Rotterovoga originalnog upitnika sustavno ukazuju na višedimenzionalnost, što ju opisuje i autor izvještavajući o jednom generalnom faktoru te nekoliko grupnih koji objašnjavaju manju proporciju varijance (Rotter,

1966, Rotter, 1975). Sadržajna analiza upitnika ukazuje na potencijalne uzroke višedimenzionalnosti te neke konceptualne probleme vezane uz procese koji se izazivaju upitnikom. Upitnik se sastoji od 23 para tvrdnji koji od ispitanika zahtijevaju prisilni izbor jedne od ponuđenih opcija. Analiza sadržaja ukazuje na svega šest tvrdnji formulirane u prvom licu (npr. „Kada pravim planove gotovo sam siguran(a) da ih mogu ostvariti“; „Ono što mi se događa ovisi samo o meni“) i dominantno se odnose na procjene općih događaja bez specifikacije područja. Ostale tvrdnje formulirane su u obliku općenitih stavova (npr. „Bez prave prilike nitko ne može postati dobar vođa“) ili se procjenjuje lokus kod drugih ljudi (npr. „Jedan od najvažnijih razloga postojanja ratova proizlazi iz činjenice da ljudi nemaju dovoljno interesa za politiku“) koji ne mora nužno implicirati lokus procjenjivača. S obzirom na područje procjene, približno 11 tvrdnji, odnosi se na opće događaje („ljudske nevolje posljedica su pogrešaka koje čine sami ljudi“), 9 na socijalne ili političke odnose (korupcija, razlozi izbijanja ratova, ugled, vodstvo u društvu i sl.) te 3 na uzroke (ne)uspjeha u akademskom kontekstu. S obzirom na heterogenost sadržaja generalni faktor često ukazuje na uvjerenje o osobnoj kontroli i povezan je s tvrdnjama formuliranim u prvom licu (Cherlin i Brookover Bourque, 1974). Drugi faktor uključuje opće tvrdnje o procjeni imaju li općenito ljudi kontrolu nad događajima u životu i opisan je tvrdnjama formuliranim u trećem licu. Dio analiza ukazuje na dva faktora opisana kao „osobna kontrola“ i „socio-politička kontrola“. Collins (1974) navodi da tvrdnje usmjerene na unutarnje i vanjske faktore nisu međusobno visoko povezane. To ukazuje na mogućnost da ljudi procjenjuju oba izvora podjednako mogućim, pri čemu ih ne doživljavaju isključivim. Dvije faktorske analize hrvatskog prijevoda skale (hijerarhijska komponentna i analiza imagea) ukazuju na osam, odnosno šest faktora prvoga reda u čijoj osnovi se može pretpostaviti postojanje jednoga generalnog faktora drugog reda (Knezović, 1981). Također je moguće da pojedine tvrdnje nisu sadržajno primjerene za odrasle ispitanike (npr. „Ocjene koje dobivam izravno ovisе o tome koliko učim“), dok druge mogu biti izvan iskustva mlađih ispitanika („Običan građanin može utjecati na odluke vlade“). U četvrtom poglavlju opisani su rezultati dijela istraživanja u kojima je korišten RIE.

Aritmetičke sredine rezultata, koje navodi Rotter u originalnom radu iz 1966., iznosile su $M = 8.5$ za žene i $M = 8.1$ za muškarce. Tijekom vremena prosječne vrijednosti pomaknute su prema višim vrijednostima, tj. većoj ekternalnosti. Tako Strickland i Haley (1980) navode $M = 12.2$ za žene i $M = 11.3$ za muškarce. Pregled velikog broja istraživanja i validacijskih studija ukazuje na razmjerno stabilan raspon aritmetičkih sredina između 11 i 12, uz standardnu devijaciju od približno 4. Razlike između muškaraca i žena nisu konzistentne, ali češće idu u smjeru veće ekternalnosti kod žena, što se dijelom može objasniti sustavnim razlikama na pojedinim česticama koje opisuju stereotipna muška i ženska ponašanja ili su pristrane s obzirom na spolne/rodne uloge (Strickland i Haley, 1980). Unatoč nedostacima potvrđenim kroz validacijske studije, RIE je i dalje vrlo čest izbor istraživača koji ispituju lokus kontrole.

Naziv	RIE – Internal-External Locus of Control Scale
Autor(i) i godina	Rotter, J., 1966.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju generaliziranog očekivanja o uzrocima potkrepljenja ishoda životnih događaja. Teorijsko je polazište da se uvjerenje o čimbenicima koji kontroliraju ishode događaja može pozicionirati na jednoj općoj dimenziji koja je na jednom polu opisana unutarnjim faktorima vezanim uz ispitanika, a na drugom polu vanjskim faktorima.
Opis	Rotterova skala je vjerojatno najčešće korištena mjera lokusa kontrole i proizlazi iz Rotterovog originalnog koncepta lokusa kao jednodimenzionalnog konstrukta koji se odnosi na generalno očekivanje osobe o faktorima što kontroliraju događaje u njegovu životu. Internalni lokus uključuje uvjerenja osobe da sama kontrolira ishode (svojim ponašanjem, sposobnostima, karakteristikama i sl.), dok eksternalni lokus odražava doživljaj osobe da su za ishode događaja odgovorni vanjski faktori kao što su vanjske sile, sreća, socijalni kontekst, druge osobe i sl.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 29 parova tvrdnji, od kojih se 23 boduju, dok 6 predstavlja neutralne čestice koje se ne boduju. Svaka čestica sastoji se od dviju tvrdnji, od kojih jedna opisuje unutarnje, a druga vanjske uzroke odgovorne za ishode događaja. Zadatak ispitanika jest da odabere onu tvrdnju za koju smatra da je točnija. Odabir svake opcije koja se odnosi na eksternalne faktore, boduje se s jednim bodom, a internalne opcije s nula bodova. Ukupni rezultat može varirati u rasponu od 0 (internalni lokus) do 23 (eksternalni lokus).
Primjer čestica	a) Mnogi nepovoljni događaji u životu čovjeka djelomično su rezultat loše sreće. b) Ljudske nevolje posljedica su grešaka koje čine sami ljudi. a) Ono što mi se događa ovisi samo o meni. b) Ponekad mi se događa da osjetim kako nemam dovoljnu kontrolu nad smjerom kojim je krenuo moj život
Metrijske karakteristike	Rotter u originalnom članku navodi skromnu pouzdanost tipa unutarnje konzistencije od .70 (KR), i test-retest koeficijent između .60 (muškarci) i .83 (žene). I većina istraživača izvještava o razmjerno niskoj pouzdanosti. Rotter navodi složenu faktorsku strukturu koja rezultira jednim generalnim faktorom i manjim brojem grupnih faktora. Većina naknadnih provjera ukazuje na višedimenzionalnost skale. Kako je Rotterov upitnik korišten u više od 50% svih istraživanja, postoje brojni rezultati koji upućuju na njegove metrijske karakteristike i prediktivnu valjanost. Brojne validacije Rotterove skale ukazuju na njezinu višedimenzionalnost koja se može interpretirati na različite načine. Broj faktora u različitim analizama varira od dva do pet (Rotter, 1966, Furnham i Steele, 1993; Furnham, 2009) ili čak osam (Knezović, 1981). Korelacije s inteligencijom kreću se od 0 do -.20.
Originalni izvor	Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement, <i>Psychological Monographs</i> , 80 (1), Whole No. 609.

Naziv	ANSIE – Adult Nowicki-Strickland Internal-External Control Scale
Autor(i)	Nowicki, S. i Duke, M. E., 1974.
Svrha	Skala ANSIE namijenjena je ispitivanju lokusa kontrole kao generaliziranog očekivanja izvora potkrepljenja, kao što je slučaj kod Rotterove skale RIE.
Opis	Skala ima sličnu namjenu kao i Rotterov upitnik i također podrazumijeva bipolarni koncept internalnog nasuprot eksternalnom očekivanju izvora potkrepljenja. S obzirom na format pitanja, čini se jednostavnijom za razumijevanje prosječnim ispitanicima, ali je sadržajno razmjerno heterogena.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 40 pitanja na koja se odgovara s Da ili Ne. Ukupan rezultat varira u rasponu od 0 (internalni lokus) do 40 (eksternalni lokus).
Primjer čestica	„Smatrate li da su neki ljudi naprosto rođeni sretni?“ „Ako stvari krenu dobro od jutra, čini li ti se da će se tako i nastaviti, bez obzira što ti učinio?“ „Smatraš li da je bolje biti pametan nego sretan?“
Metrijske karakteristike	Pouzdanost je zadovoljavajuća i kreće se u rasponu od .74 do .86 (procjena metodom diobe testa na dva dijela). Unatoč konceptualnoj sličnosti, skala ANSIE korelira s Rotterovim upitnikom između .44 i .68, a s IPC subskalom „internalnog lokusa“ -.24, subskalom „moćni drugi“ .24 te subskalom „slučajnosti“ .40.
Originalni izvor	Nowicki, S. i Duke, M. (1974). A Locus of Control scale for college as well as non-college adults. <i>Journal of Personality Assessment</i> , 38, 136-137.

U dijelu domaćih istraživanja korištena je kratka Skala ekternalnosti autora P. Bezinovića. Zbog sadržajne homogenosti, jednostavne strukture i zadovoljavajuće pouzdanosti, prikladna je kao mjera generalizirane ekternalnosti kao zasebne dimenzije.

Naziv	Skala ekternalnosti
Autor(i)	Bezinović, P., 1990.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju dimenzije ekternalnosti, tj. pripisivanja opće uzročnosti događaja vanjskim faktorima. Sadržaj tvrdnji odražava fatalističku orijentaciju prema kojoj isključivo sudbina, predodređenost, sreća i slučajnosti određuju što će se pojedincu dogoditi.
Opis	Skala je jednodimenzionalna i sadržajno homogena. Uključuje samo tvrdnje koje ukazuju na ekternalnost, tako da visoki rezultat ukazuje na visoku ekternalnost, dok nizak rezultat ukazuje na nisku ekternalnost, ali ne nužno i visoku internalnost.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 10 čestica koje sadržajem ukazuju na uvjerenje da vanjski utjecaji (sudbina, sreća i sl.) utječu na ishode životnih događaja. Stupanj slaganja uz svaku tvrdnju izražava se na ljestvici od 5 stupnjeva (0 = uopće se ne slažem; 5 = u potpunosti se slažem). Ukupni rezultati mogu varirati u rasponu od 0 do 40 bodova, a viši rezultat ukazuje na višu ekternalnost.
Primjer čestica	„U mnogim slučajevima čini mi se da sudbina određuje što će mi se dogoditi.“
Metrijske karakteristike	Rezultati primjena potvrđuju postojanje generalnog faktora uz pouzdanost ukupnog rezultata između .80 i .90 (Cronbach alfa).
Originalni izvor	Bezinović, P. (1990). Skala ekternalnosti (lokus kontrole). U: N. Anić (Ur.), Praktikum iz kognitivne i bihevioralne terapije III (str. 155-157). Zagreb: Društvo psihologa Hrvatske

Višedimenzionalna skala lokusa kontrole (IPC) autorice Hane Levenson jedna je od češće korištenih mjera generaliziranog lokusa. Autorica vanjski lokus dodatno razdvaja na dimenziju „moćnih“ drugih osoba koje utječu na ishode događaja te na faktor slučaja. Ovako konceptualizirana skala uključuje tri dimenzije, ali je i dalje usmjerena na generalizirano uvjerenje o lokusu bez specifikacije područja kontrole.

Naziv	IPC - Levenson Multidimensional Locus of Control Scale (Višedimenzionalna skala lokusa kontrole)
Autor(i) i godina	Levenson, H., 1973.
Svrha	Višedimenzionalna skala lokusa kontrole autorice Hanne Levenson pripada među češće korištene mjere općeg ili generaliziranog lokusa kontrole. Predstavlja proširenje Rotterovog koncepta lokusa podjelom ekternalnog lokusa na dvije komponente. Sadrži subskele internalnog lokusa, ekternalnog lokusa vezanog uz „moćne“ druge osobe i ekternalnog lokusa vezanog uz „slučajnosti“.
Opis	Originalna skala IPC sastoji se od 3 subskele. Subskala internalnosti (I – Internality) mjeri stupanj u kojemu osoba vjeruje da ima kontrolu nad vlastitim životom. Subskala „moćni drugi“ (P – Powerful Others) odnosi se na uvjerenje osobe da druge važne ili utjecajne osobe kontroliraju njihov život. Treća subskala „slučajnosti“ (C – Chance) odnosi se na uvjerenje da slučajnosti utječu na događaje u životu osobe. Subskele P i C odnose se na ekternalni lokus kontrole.
Broj čestica i način odgovaranja	Sastoji se od 24 čestice na koje se odgovara na skali sa šest uporišnih točaka (-3 = “U potpunosti se ne slažem“, +3 = “U potpunosti se slažem“). Svaka od subskala sadrži po 8 čestica. Ukupni rezultati na subskalama variraju u rasponu od 0 do 48 (kako bi se izbjegle negativne vrijednosti, rezultatima se pridodaje konstanta 24).
Primjer čestica	Subskala I: „Hoću li uspjeti u nekoj aktivnosti ili ne, najviše ovisi o mojim sposobnostima.“ Subskala P: „Ljudi poput mene imaju jako malu šansu da zaštite vlastite interese kada se nađu u sukobu s drugim moćnijim pojedincima ili grupama.“ Subskala C: „Teško mogu izbjeći da na moje rezultate ne utječe loša sreća.“
Metrijske karakteristike	Skala je validirana na različitim uzorcima i pokazala je zadovoljavajuće metrijske karakteristike. Subskele ekternalnosti P i C međusobno koreliraju između .40 i .60, a sa subskalom internalnosti između -.20 i .20. Korelacije s Rotterovom RIE skalom su razmjerno niske (npr. subskala I sa Rotterovom skalom korelira oko -.40, ostale dvije skale između .20 i .40). Pouzdanosti subskala nisu visoke i kreću se između .60 i .80 procjenjivane različitim metodama.
Originalni izvor	Levenson, H. (1973). Reliability and validity of the I, P, and C scales – A multidimensional view of Locus of Control. Proceedings from the American Psychological Association Convention: Montreal, Canada.

3.2. Mjere lokusa kontrole za djecu

Nowicki i Strickland (1973) su izradili skalu prilagođenu djeci mlađeg uzrasta, uključujući i osnovnoškolsku dob. Skala je namijenjena ispitivanju generaliziranog lokusa i validacije potvrđuju jednu dimenziju unutarnjeg nasuprot vanjskom lokusu. Lefcourt (1991) navodi da se generalni faktor ponekad interpretira i kao opći doživljaj bespomoćnosti, što u ranoj fazi razvoja može ukazivati na ozbiljne poteškoće u prilagodbi. U ranijem poglavlju je naglašeno da je važno mjere lokusa sadržajno prilagoditi dobi i karakteristikama ciljanog uzorka. Skala se sadržajno i konceptualno podudara sa Skalom lokusa kontrole ANSIE namijenjenoj odraslim ispitanicima (Nowicki i Duke, 1974).

Naziv	CNSIE – Nowicki-Strickland Internal-External Control Scale for Children
Autor(i)	Nowicki, S. i Strickland, B. R. 1973.
Svrha	Skala ANSIE namijenjena je ispitivanju lokusa kontrole kao generaliziranog očekivanja izvora potkrepljenja kod djece kao što je slučaj kod Rotterove skale RIE.
Opis	Skala ima jednak sadržaj kao i skala ANSIE, osim što su termini „drugi ljudi“ odmijenjeni s „druga djeca“ i sl. Skala ima sličnu namjenu kao i Rotterov upitnik te također podrazumijeva bipolarni koncept internalnog nasuprot eksternalnom očekivanju izvora potkrepljenja. Autori predlažu i dvije kraće verzije za mlađu djecu. Skala je prikladna za osnovnoškolsku djecu, a autori predlažu i usmeno zadavanje pitanja za mlađe uzraste.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 40 pitanja na koja se odgovara s Da ili Ne. Ukupan rezultat varira u rasponu od 0 (internalni lokus) do 40 (eksternalni lokus).
Primjer čestica	„Smatraš li da su neka djeca naprosto rođena sretna?“ „Ako stvari krenu dobro od jutra, čini li ti se da će se tako i nastaviti, bez obzira što ti učinio?“ „Smatraš li da je bolje biti pametan nego sretan?“
Metrijske karakteristike	Pouzdanost procijenjena metodom diobe testa kreće se između .63 (najmlađa dob, 3. do 5. razred) do .81 (starija dob, 12. razred). Utvrđeno je da internalnost raste s dobi te da je povezana s nešto višim rezultatima na mjerama akademskog postignuća, ali ne i s inteligencijom.
Originalni izvor	Nowicki, S. Jr. i Strickland, B. R. (1973). A Locus of Control Scale for Children. <i>Journal of Consulting and Clinical Psychology</i> , 40, 148-154.

Connel je 1985. objavio Višedimenzionalnu skalu za ispitivanje percepcije kontrole kod djece. Skala zahvaća kauzalne atribucije u nekoliko različitih područja relevantnih za djecu osnovnoškolske dobi. Prva se odnosi na općenite atribucije događaja u životu, dok su preostale usmjerene na atribucije uspjeha i neuspjeha u području školskog postignuća, odnosa s vršnjacima i u sportu.

Naziv	MMCP – Multidimensional Measure of Children's Perceptions of Control
Autor(i)	Connel, 1985.
Svrha	Upitnik je namijenjen ispitivanju kauzalnih atribucija kojima djeca opisuju uspjeh i neuspjeh u različitim područjima života.
Opis	Upitnik je namijenjen djeci osnovnoškolskog uzrasta i ispituje njihove atribucije uspjeha i neuspjeha u tri specifična područja ponašanja i na općoj razini. Iako je usmjeren na atribucije, Upitnik MMCP u osnovi zahvaća lokus kontrole.
Broj čestica i način odgovaranja	Upitnik se sastoji od 48 čestica podijeljenih u 4 dijela od po 12 čestica, pri čemu svaki dio zahvaća jedno od sljedećih područja ponašanja: kognitivno (školsko postignuće), socijalno (odnosi s vršnjacima), tjelesno (sport) i opće. Unutar svako od navedenih područja ponašanja po 4 čestice odnose se na nepoznate uzroke, utjecaj moćnih drugih osoba i internalnu kontrolu. Uz svaku tvrdnju ispitanici trebaju na ljestvici od 4 stupnja procijeniti koliko tvrdnja točno opisuje njihovo ponašanje (4 = potpuno točno; 1 = uopće nije točno). Ukupno je moguće kreirati 12 subskalnih rezultata: 4 za svako od područja ponašanja i po tri vrste uzroka unutar svakog područja.
Primjer čestica	<p>Kognitivno područje: „Kada dobijem lošu ocjenu u školi, obično ne znam zašto se to dogodilo.“ „Kada dobijem dobru ocjenu u školi, to je obično stoga što sam se svidio nastavniku.“ „Ako želim dobiti dobre ocjene u školi, moram se za to sam potruditi.“</p> <p>Socijalno područje: „Kada se nekome ne sviđam, ne mogu pronaći razlog za to.“ „Ako želim biti važan član razreda moram se svidjeti popularnim učenicima.“ „Ako se ja nekome sviđam, razlog je način na koji se ponašam prema toj osobi.“</p> <p>Tjelesno područje: „Kada pobijedim u sportu mnogo puta ne mogu razumjeti zašto se to dogodilo.“ „Kada pobijedim u sportu to je najčešće zato jer je moj protivnik igrao loše.“ „Mogu biti dobar u bilo kojem sportu ako se dovoljno potrudim.“</p> <p>Opće područje: „Mnogo puta ne mogu odrediti zašto su mi se dogodile neke dobre stvari.“ „Kada želim nešto za sebe, moram zamoliti ljude koji mi to mogu ostvariti.“ „Mogu kontrolirati većinu stvari koje mi se događaju u životu.“</p>
Metrijske karakteristike	Na uzorku učenika osnovnih škola pouzdanosti subskala kreću se u rasponu od .43 do .70, pri čemu su pouzdanosti 9 od 12 subskala veće od .60 (Cronbach alfa). Faktorska analiza uglavnom potvrđuje tri faktora unutar svakog područja, s izuzetkom socijalnoga. Rezultati u testovima postignuća sustavno su povezani s atribucijama vezanim uz kognitivno područje. Svaka od tri vrste atribucija sustavno je povezana s dječjom intrinzičnom ili ekstrinzičnom orijentacijom unutar razreda. Atribucije povezane s nepoznatim uzrocima najbolji su prediktor akademskog postignuća, afekata i upravljanja kognicijama.
Originalni izvor	Connel, J.P. (1985). A new multidimensional measure of children's perception of control. <i>Child Development</i> , 56, 1018-1041.

Jednu od ključnih odluka pri izboru instrumenta za ispitivanje lokusa kontrole predstavlja područje kontrole koje se želi zahvatiti. Klasično shvaćanje lokusa usmjereno je na generalno uvjerenje o faktorima koji utječu na život pojedinca, dok su brojni istraživači interes pomaknuli prema ispitivanju lokusa kontrole u specifičnim područjima. Kao što je spomenuto u prethodnom poglavlju, Turnipseed (2014) izražava određenu skeptičnost prema usko specijaliziranim mjerama, ali naglašava da mogu omogućiti bolju predikciju specifičnih oblika ponašanja, osobito za područja s kojima ispitanici imaju određeno iskustvo.

3.3. Mjere lokusa kontrole u području zdravlja

Veći broj instrumenata namijenjenih ispitivanju kontrole u specifičnim područjima ponašanja odnosi se na područje zdravlja te ponašanja vezanih uz prevenciju i održavanje tjelesnog i mentalnog zdravlja. U nastavku je opisano pet instrumenata koji se odnose na uvjerenja o kontroli u području zdravlja. Jedan od najčešće korištenih instrume-

nata za ispitivanje općega zdravstvenog lokusa kontrole jest Višedimenzionalna skala zdravstvenog lokusa kontrole Walstona i suradnika (1978). Hill i Bale (1980) predlažu Skalu lokusa kontrole mentalnog zdravlja (MHLC), koja se može primjenjivati i u istraživanjima, ali i kliničkom radu jer zahvaća vrlo značajna uvjerenja koja klijenti razvijaju vezano uz mogućnosti kontrole poremećaja u području mentalnog zdravlja. Krizmanić i Szabo (1992) razvijaju Upitnik za ispitivanje percipiranog izvora kontrole zdravlja koji uključuje četiri različite subskale, odnosno četiri skupine faktora koji utječu na opće zdravlje osobe. Četvrti instrument odnosi se na ispitivanje internalnog-eksternalnog lokusa kontrole vezanog uz konzumaciju alkohola. Autori originalne skale su Keyson i Janda (1972), a opisana je i prilagodba skale za primjenu na hrvatskom jeziku (Gavrančić, Proroković, i Penezić, 2006). Peti instrument u području zdravstvenog ponašanja odnosi se na lokus kontrole pri održavanju tjelesne težine (Saltzer, 1982).

Naziv	MHLC – Multidimensional Health Locus of Control
Autor(i)	Wallston, K. A., Wallston, B. A., i DeVellis, 1978.
Svrha	Ispitivanje lokusa kontrole, odnosno uvjerenja o faktorima koji utječu na zdravlje pojedinca.
Opis	Skala se sastoji od 3 odvojene subskale: internalni zdravstveni lokus (IHLC – internal HLC), slučajnosti (CHLC – chance HLC) i moćne druge druge osobe (PHLC – Powerful others). S obzirom na strukturu slična je Skali IPC (Levenson), ali je sadržajem usmjerena na percepciju uzroka odgovornih za zdravlje pojedinca. Faktor „internalnog zdravstvenog lokusa kontrole“ predstavlja vjerovanje u mogućnost osobne kontrole nad zdravljem, faktor „slučajnosti“ odnosi se na vjerovanje da slučajni faktori (sudbina, sreća) utječu na zdravlje, dok treći faktor „moćne druge osobe“ ukazuje na vjerovanje pojedinca da njegovo zdravlje ovisi utjecajnim drugim ljudima kao što su liječnici, obitelj ili prijatelji. Razvijene su dvije ekvivalentne forme Skale.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 18 čestica raspodijeljenih u 3 subskale. Stupanj slaganja uz svaku tvrdnju izražava se na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = u potpunosti se slažem; 6 = u potpunosti se ne slažem). Rezultati se izražavaju zasebno za svaku subskalu i mogu varirati u rasponu od 6 do 36.
Primjer čestica	Subskala internalnosti: „Ja kontroliram svoje zdravlje“. Subskala slučajnosti: „Moje dobro zdravlje u najvećoj mjeri je rezultat sreće“. Subskala moćne druge osobe: „Zdravstveni profesionalci kontroliraju moje zdravlje“.
Metrijske karakteristike	Procjene pouzdanosti subskala varirale su između .55 i .83 (Cronbach alfa). Korelacija internalne subskale s ekvivalentnom subskalom kod Levenson iznosi .57, dok ostale dvije subskale nemaju značajne korelacije sa Levensoničinim subskalama općeg lokusa. Korelacije između subskala su niske i potvrđuju neovisnost tri dimenzije.
Originalni izvor	Wallston, K. A., Wallston, B. A., i DeVellis (1978). Development of the Multidimensional Health Locus of Control Scale, Health Education Monographs, 6, 171-170.

Naziv	MHLC – Mental Health Locus of Control Scale
Autor(i)	Hill, D. J., Bale, R. M., 1980.
Svrha	MHLC predstavlja bipolarnu mjeru percepcije uzroka povezanih s tretmanom psiholoških problema. pri čemu internalni lokus znači da osoba (klijent) preuzima odgovornost za promjene, dok eksternalni lokus naglašava veći značaj terapeuta, odnosno vanjskih faktora.
Opis	Skala je korisna u području psihološkog tretmana i terapije jer nudi uvid u klijentovu percepciju uzroka odgovornih za uspješnost tretmana. Eksternalnost je u ovom slučaju povezana s uvjerenjima da su mentalne bolesti povezane s vanjskim uzrocima koje pacijent ne može kontrolirati.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala sadrži ukupno 22 tvrdnje od kojih se 14 odnosi na eksternalne uzroke, a 8 na internalne. Stupanj slaganja uz svaku tvrdnju izražava se na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = u potpunosti se slažem; 6 = u potpunosti se ne slažem). Ukupni rezultat može varirati u rasponu od 22 do 132, a viši rezultat ukazuje na veći značaj terapeuta, odnosno vanjskih faktora na djelotvornost tretmana.
Primjer čestica	„Psihoterapija je namijenjena ljudima koji ne mogu sami riješiti probleme i treba im netko snažniji od njih da im pomogne.“
Metrijske karakteristike	Koeficijent pouzdanost (alfa) iznosi .84. MHLC ne korelira s Rotterovim upitnikom lokusa kontrole što znači da zahvaća drugi prostor doživljaja kontrole. Korelacija s vjerovanjima u uzroke mentalnih bolesti iznosi .40 ($p < .001$). Postoji niska negativna korelacija s obrazovnim statusom ($-.21$; $p < .001$).
Originalni izvor	Hill, D.J. i Bale, R.M. (1980). Development of the Mental Health Locus of Control and Mental Health Locus of Origin Scales. Journal of Personality Assessment, 44, 148-156.

Naziv	ZLK-92 – Upitnik za ispitivanje percipiranog izvora kontrole zdravlja
Autor(i)	Krizmanić, M. i Szabo, S., 1992.
Svrha	Upitnik je namijenjen ispitivanju uvjerenja o faktorima koji utječu na zdravlje pojedinca, odnosno percepciji izvora kontrole vlastitog zdravlja.
Opis	Upitnik se sastoji od četiri subskale. Tri se odnose na eksternalni lokus kontrole: „važne druge osobe“ (Evd), utjecaj „sudbine, slučaja i Boga“ (Es), utjecaj „okolnosti“ (Eo). Četvrta subskala odnosi se „internalne“ faktore (I). Skala je korištena u više istraživanja u Hrvatskoj.
Broj čestica i način odgovaranja	Svaka od četiri subskale sastoji se od 8 čestica tako da je ukupni broj čestica u upitniku 32. Na tvrdnje se odgovara na ljestvici od 4 stupnja (1 = uglavnom ne vjerujem; 4 = u potpunosti vjerujem). Rezultati se izražavaju za svaku subskalu zasebno, na osnovi čega se mogu formirati dva rezultata koji ukazuju na internalni (raspon od 8 do 32) i eksternalni (24 do 96) zdravstveni lokus kontrole.
Primjer čestica	„Vjeruješ li da liječnici mogu izliječiti većinu bolesti od kojih možeš oboljeti?“ „Vjeruješ li da zagađeni zrak ili buka škode tvom zdravlju?“
Metrijske karakteristike	Pouzdanosti procijenjene Cronbachovim alfa koeficijentom razmjerno su niske i iznose .54 (I skala), .57 (Evd), .58 (Es) i .69 (Eo). Rezultati istraživanja pokazuju da Upitnik omogućuje predviđanje nekih oblika zdravstvenog ponašanja (redovitost odlaska na neke vrste zdravstvenih pregleda). Korelacije između subskala kreću se u rasponu od .00 do .40.
Originalni izvor	Krizmanić, M. i Szabo, S. (1994). Priručnik za Upitnik za ispitivanje percipiranog izvora kontrole zdravlja ZLK-90. 2. Izdanje. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Naziv	DRIE – Drinking-Related Locus of Control (Skala internalnog-eksternalnog lokusa kontrole uzimanja alkohola)
Autor(i)	Keyson i Janda, 1972. Autori skale su Keyson i Janda, ali su validaciju skale provodili Donovan i O'Leary, zbog čega se u većini tekstova nalaze i njihova imena.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju lokusa kontrole vezanog uz različite aktivnosti koje uključuju konzumaciju alkohola.
Opis	DRIE skala sastoji se od 25 čestica koje se odnose na različite faktore koji mogu potaknuti konzumaciju alkohola, odnosno probleme s alkoholom. Internalni lokus karakterističan je za osobu koja smatra da je sama odgovorna za ispijanje alkohola i s tim povezane probleme. Eksternalni lokus ukazuje na uvjerenje da su problemi s alkoholom, kao i uspješnost liječenja povezani s vanjskim faktorima (okolina, sudbina i sl.)
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 25 parova tvrdnji, a ispitanik treba odabrati onu tvrdnju koja najbolje opisuje njegovo ponašanje. Ukupni rezultat može teorijski varirati od 0 do 25 i ukazuje na višu eksternalnost pri konzumaciji alkohola, tj. veći značaj vanjskih faktora na konzumaciju.
Primjer čestica	a. Jedan od glavnih razloga zašto ljudi piju je to što se ne mogu nositi sa svojim problemima. b. Ljudi piju jer ih okolnosti prisiljavaju.
Metrijske karakteristike	Pouzdanost skale (alfa i KR) kreće se oko .77. Faktorska analiza rezultirala je s tri ortogonalna faktora: nesposobnost pojedinca da se odupre porivu za pićem (intrapersonal), nesposobnost osobe da se odupre socijalnim pritiscima (interpersonal) te utjecaj slučajnosti i trećih osoba (general control factor).
Originalni izvor	Donovan, D. M. i O'Leary, M. R. (1978). The Drinking-Related Locus of Control Scale. Journal of Studies on Alcohol, 39, 759-784.

Naziv	Skala za mjerenje lokusa kontrole uzimanja alkohola (prilagodba originalne DRIE – Drinking-Related Locus of Control)
Autor(i)	Autori prilagodbe Gavrančić, M., Proroković, A. i Penezić, Z., 2006. (autori originalne skale Keyson i Janda, 1972)
Svrha	Skala za mjerenje lokusa kontrole uzimanja alkohola mjeri percepciju kontrole u svezi s pijenjem, nastalim problemima i apstinencijom. Kao i originalna skala, namijenjena je ispitivanju lokusa kontrole vezanog uz različite aktivnosti koje uključuju konzumaciju alkohola.
Opis	DRIE skala sastoji se od 25 čestica koje se odnose na različite faktore koji mogu potaknuti konzumaciju alkohola, odnosno probleme s alkoholom. Internalni lokus karakterističan je za osobu koja smatra da je sama odgovorna za ispijanje alkohola i s tim povezane probleme. Eksternalni lokus ukazuje na uvjerenje da su problemi s alkoholom, kao i uspješnost liječenja, povezani s vanjskim faktorima (okolina, sudbina i sl.)
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 25 parova tvrdnji, a ispitanik treba odabrati onu tvrdnju koja najbolje opisuje njegovo ponašanje. Ukupni rezultat može teorijski varirati od 0 do 25 i ukazuje na višu ekternalnost pri konzumaciji alkohola, tj. veći značaj vanjskih faktora na konzumaciju.
Primjer čestica	a. Jedan od glavnih razloga zašto ljudi piju je to što se ne mogu nositi sa svojim problemima. b. Ljudi piju jer ih okolnosti prisiljavaju.
Metrijske karakteristike	Pouzdanost skale (alfa) iznosi .88. Prilagođena skala je preliminarno validirana na uzorku liječenih alkoholičara. Korelacija skale s generaliziranom mjerom ekternalnosti iznosila je .17.
Originalni izvor	Penezić, Z. i Proroković, A. (2006). Skala za mjerenje lokusa kontrole uzimanja alkohola. Zbirka psiholoških skala i upitnika. Sv.3 ur. Čubela-Adorić, V.; Proroković, A.; Penezić, Z.; Ivana Tucak: Sveučilište u Zadru, Zadar.

Naziv	WLOC – The Weight Locus of Control Scale (Lokus kontrole tjelesne težine)
Autor(i)	Saltzer, E. B., 1982.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju percepcije uzroka odgovornih za tjelesnu težinu.
Opis	WLOC je kratka skala kojom se ispituje procjena faktora odgovornih za održavanje tjelesne težine.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 4 tvrdnje, dvije opisuju vanjske, a dvije unutarnje uzroke koji utječu na tjelesnu težinu. Stupanj slaganja uz svaku tvrdnju izražava se na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = u potpunosti se ne slažem; 6 = u potpunosti se slažem).
Primjer čestica	„I kada dobivam i kada gubim na težini, to ovisi isključivo o meni.“ „Održavanje optimalne težine uglavnom je stvar dobre sreće“.
Metrijske karakteristike	Test retest pouzdanost iznosila je .67, a Cronbachov alfa koeficijent .58. Skala u istraživanjima korelira nisko s revidiranim oblikom Rotterove skale .32 ($p < .001$) te -.21 ($p < .05$) s kraćom verzijom Skale zdravstvenog lokusa kontrole (HLC). Skala može biti korisna pri evaluaciji programa održavanja tjelesne težine jer se pokazalo da osobe s internalnim lokusom imaju tendenciju duljeg ostanka u tretmanu tjelesne težine i uspijevaju više smanjiti tjelesnu težinu. Rezultati mogu varirati u rasponu od 4 (internalnost) do 24 (eksternalnost).
Originalni izvor	Saltzer, E.B. (1982) The Weight Locus of Control (WLOC) Scale: A Specific Measure for Obesity Research, <i>Journal of Personality Assessment</i> , 46:6, 620-628.

3.4. Mjere lokusa kontrole za specifična područja ponašanja

Pregled literature ukazuje na veliki broj različitih mjera lokusa prilagođenih specifičnim područjima. U nastavku je opisano šest takvih instrumenata. Catania, McDermott i Wood (1984) objavljuju Skalu regulacije seksualnih odnosa u partnerskim vezama. Sljedeći instrument jest Skala bračnog lokusa kontrole (MLOC; Miller, Lefcourt i Ware, 1983) te prilagodba skale za uporabu na hrvatskom jeziku (Macuka, 2006). Treća je Skala lokusa kontrole u području roditeljstva (PLOC; Campis, Lyman i Prentice-Dunn, 1986). U nastavku su opisane dvije prilagodbe skala stranih autora za primjenu na hrvatskom jeziku. Prva je prilagodba Skale percipirane akademske kontrole (Sorić i Burić, 2001) te prilagodba Spectorove skale radnog lokusa kontrole SWLCS (Slišćević, Gregov, Tokić, 2014). Na kraju je opis Višedimenzionalne skale lokusa kontrole u prometu (T-LOC) koju su razvili Turner i Lajunen (2005).

Naziv	DSR – Dyadic Sexual Regulation Scale (Skala regulacije seksualnih odnosa u partnerskim vezama)
Autor(i)	Catania, McDermott i Wood, 1984.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju uvjerenja o kontroli i regulaciji ponašanja vezanih uz seksualne aktivnosti s partnerom/icom.
Opis	Skala se sastoji od 11 tvrdnji koje opisuju uvjerenja o vlastitom utjecaju na iniciranje i kvalitetu seksualnih odnosa s partnerom/icom.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala sadrži 11 tvrdnji, a zadatak ispitanika jest da stupanj slaganja uz svaku tvrdnju izraze na ljestvici od 7 stupnjeva (1 = u potpunosti se slažem; 6 = u potpunosti se ne slažem). Ukupni rezultat može varirati u rasponu od 11 (eksternalnost) do 77 (internalnost).
Primjer čestica	„Često sam ja inicijator seksualnog odnosa s partnerom/icom.“ „Seksualne odnose s partnerom/icom imam toliko često koliko ja to želim.“ „Osjećam da moj seksualni odnos s partnerom/icom završava ranije nego što bih ja to želio.“
Metrijske karakteristike	Cronbachov alfa koeficijent kreće se između .74 i .83. Internalni lokus kontrole u seksualnim aktivnostima povezan je s većim seksualnim zadovoljstvom, češćim seksualnim odnosima te manjom anksioznošću vezanom uz seksualno ponašanje. Nisu pronađene spolne razlike vezane uz ukupni rezultat.
Originalni izvor	Catania, J. A., McDermot, L. V. i Wood, J. A. (1984). Assessment of locus of control: Situational specificity in the sexual context. <i>Journal of Sexual Research</i> , 20, 310-324.

Naziv	MLOC – The Marital Locus of Control Scale (Skala bračnog lokusa kontrole)
Autor(i)	Miller, P. C., Lefcourt H. M., i Ware, E. E., 1983
Svrha	MLOC je skala namijenjena ispitivanju lokusa kontrole vezanog uz zadovoljstvo brakom.
Opis	Skalom se nastoji ispitati percepcija uzroka pozitivnih ishoda u braku, pri čemu se uzroci mogu pripisivati unutarnjim ili vanjskim faktorima. Skala s obzirom na sadržaj pokriva šest područja: seksualno funkcioniranje i afekte, komunikaciju, zadovoljstvo brakom, kompatibilnost, ugodna i neugodna iskustva i odgoj djece. Skala je podijeljena u četiri subskale nazvane „sposobnosti“, „trud“, „kontekst“ i „slučajnost ili sreća“. Koncept skale zasnovan je na Weinerovom konceptu kauzalnih atribucija.
Broj čestica i način odgovaranja	Originalna skala sastoji se od 44 tvrdnje raspodijeljene u četiri subskale: subskalu „sposobnosti“ (k = 12), subskalu „trud“ (k = 10), subskalu „kontekst“ (k = 15) i subskalu „slučajnost ili sreća“ (k = 7). Ispitanici procjenjuju stupanj slaganja sa sadržajem svake tvrdnje na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = u potpunosti se slažem; 6 = u potpunosti se ne slažem). Autorice sugeriraju uporabu ukupnog rezultata koji može varirati u rasponu od 44 do 264 boda, a viši rezultat ukazuje na izraženiju eksternalnost
Primjer čestica	„Ako se potrudite u vezi, to će zasigurno garantirati uspješan brak.“ „Ponekad mi se čini kao da nema rješenja za nesporazume između mene i supruge/a.“ „Često su mi raspoloženja moje supruge/a potpuna misterija jer uopće nemam ideju što ih uzrokuje.“
Metrijske karakteristike	Pouzdanost je zadovoljavajuća (alfa iznosi .83), a faktorska analiza ukazuje na dva faktora opisana kao internalnost i eksternalnost. Korelacija skale s bračnim zadovoljstvom iznosila je -.29. Osobe s višim eksternalnim bračnim lokusom manje su zadovoljne brakom i manje intimne s partnerom/icom. Korelacija s Rotterovom RIE skalom iznosila je .43.
Originalni izvor	Miller, P. C., Lefcourt, H. M. i Ware, E. E. (1983). The construction and development of the Miller Marital Locus of Control Scale, <i>Canadian Journal of Behavioural Science</i> , 15, 266-279

Naziv	BLK – Skala bračnog lokusa kontrole (prilagodba MLOC – The Marital Locus of Control Scale)
Autor(i)	Miller, P. C., Lefcourt H. M., i Ware, E. E., 1983; autorica prilagodbe: Ivana Macuka, 2006.
Svrha	BLK je skala namijenjena ispitivanju lokusa kontrole vezanog uz zadovoljstvo brakom i predstavlja prijevod i prilagodbu originalne skale MLOC.
Opis	Skala bračnog lokusa kontrole (BLK) predstavlja prilagodbu izvorne skale bračne kontrole (MLOC – The Marital Locus of Control Scale; Miller, Lefcourt i Ware, 1983). Kao i originalna skala namijenjena je ispitivanju vjerovanja o internalnoj i eksternalnoj kontroli bračnog zadovoljstva. Skala je nakon provedenih statističkih analiza skraćena s originalne 44 čestice na 34 čestice. Rezultati se izražavaju kroz dvije subskale (internalnost i eksternalnost) čiji se rezultati odvojeno interpretiraju.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 34 čestice raspodijeljene u subskalu „internalnosti“ (k = 16) i subskalu „eksternalnosti“ (k = 18). Ispitanici procjenjuju stupanj slaganja sa sadržajem svake tvrdnje na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = u potpunosti se slažem; 6 = u potpunosti se ne slažem). Rezultat na obje subskale izražava se kao zbroj odgovora na sve čestice pri čemu viši rezultat ukazuje na višu internalnost (teorijski raspon od 16 do 96), odnosno eksternalnost (teorijski raspon od 18 do 108).
Primjer čestica	„Ako se potrudite u vezi, to će zasigurno garantirati uspješan brak.“ „Ponekad mi se čini kao da nema rješenja za nesporazume između mene i supruge/a.“ „Često su mi raspoloženja moje supruge/a potpuna misterija jer uopće nemam ideju što ih uzrokuje.“
Metrijske karakteristike	Pouzdanost obje subskale iznosila je .77 (Cronbach alfa). Korelacija između subskala je nulta što opravdava njihovu zasebnu interpretaciju. Ranije studije ukazuju na povezanost internalnosti s bračnim zadovoljstvom.
Originalni izvor	Macuka, I. (2006). Skala bračnog lokusa kontrole. U: Zbirka psiholoških skala i upitnika. Svezak 3, Čubela-Adorić i sur. (ur.). Zadar: Sveučilište u Zadru, 2006, 7-15.

Naziv	PLOC – Parental locus of Control Scale (Skala lokusa kontrole u području roditeljstva)
Autor(i)	Campis, L. K., Lyman, R. D., i Prentice-Dunn, S., 1986.
Svrha	Skala ispituje uvjerenja o lokusu kontrole vezanom uz uspješne i neuspješne ishode odgoja djece.
Opis	Skala PLOC sastoji se od 47 čestica podijeljenih u pet subskala koje zahvaćaju različite domene odgoja djece i roditeljstva: roditeljska djelotvornost (k = 10), odgovornost (k = 10), sudbina/okolnosti (k = 10), roditeljska kontrola (k = 10) i dječja kontrola nad životom roditelja (k = 7). Kako subskala sudbine/okolnosti nije korelirala s mjerama problema u roditeljstvu autori ostavljaju mogućnost isključivanja ove subskale.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala sadrži ukupno 47 tvrdnji, a zadatak ispitanika je da na ljestvicama od 5 stupnjeva procijeni stupanj slaganja (1-uopće se ne slažem; 5- u potpunosti se slažem). Unatoč 5 dobivenih faktora autori predlažu i mogućnost korištenja ukupnog rezultata koji u tom slučaju ukazuju na veću eksternalnost u području roditeljstva.
Primjer čestica	Subskala roditeljske djelotvornosti: „Kada nešto loše krene između mene i mog djeteta, vrlo malo mogu učiniti da to popravim.“ Subskala odgovornosti: „Ja sam odgovaran za ponašanje moga djeteta.“ Subskala sudbine/okolnosti: „Nasljeđe značajno utječe na djetetovu ličnost i ponašanje.“ Subskala kontrole nad djecom: „Osjećam da uvijek imam kontrolu nad svojom djecom.“ Subskala dječje kontrole nad roditeljima: „Moj život uglavnom kontroliraju moja djeca.“
Metrijske karakteristike	Pouzdanost ukupnih rezultata iznosi .92 (Cronbach alfa), a cijela skala korelira s Rotterovom RIE skalom .33 (p < .01), pri čemu subskale roditeljske djelotvornosti i roditeljske kontrole ne koreliraju s Rotterovom skalom. Nedostaju primjerene norme dobivene na većim uzorcima roditelja.
Originalni izvor	Campis, L. K., Lyman, R. D., i Prentice-Dunn, S. (1986). The parental locus of control scale: Development and validation. Journal of Clinical and Child Psychology, 15, 260-267.

Naziv	Skala percipirane akademske kontrole (prijevod i prilagodba na hrvatski jezik)
Autor(i)	Perry, R. P., Hladkyi, S., Pekrun, R. i Pelletier, S.T. (2001). (autori prilagodbe: Sorić, I. i Burić, I.)
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju percipirane akademske kontrole, odnosno učeničkih uvjerenja o uzrocima njihovog uspjeha i neuspjeha u domeni školskog postignuća. Skala je više usmjerena na mjerenje percipirane kontrole iako sadržajem zahvaća i lokus.
Opis	Skala se zasniva na određenju akademske kontrole kao uvjerenja učenika o tome posjeduje li određene osobine kao što su intelektualna sposobnost, fizička otpornost, kapacitet za ulaganje truda, efikasne strategije za rješavanje zadataka, društvene vještine i obrazovno iskustvo, koje mogu pridonijeti njegovoj školskoj izvedbi. Prema autorima, skala sadrži čestice koje obuhvaćaju primarnu i sekundarnu akademsku kontrolu te želju za kontrolom.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od osam čestica na kojima ispitanik procjenjuje stupanj slaganja sa sadržajem tvrdnje na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = uopće se ne slažem; 5 = u potpunosti se slažem). Ukupni rezultat se izražava kao zbroj odgovora na svih 8 čestica i može varirati u rasponu od 8 do 40. Viši rezultat ukazuje na veću percipiranu kontrolu.
Primjer čestica	„Imam veliku kontrolu nad svojim školskim postignućem.“ „Moji školski uspjesi često ovise o samoj sreći.“
Metrijske karakteristike	Pouzdanost izražena Cronbachovim alfa koeficijentom iznosila je .73, a faktorska analiza potvrđuje jednofaktorsku strukturu. Autorice hrvatske prilagodbe navode da primjene skale ukazuju na njezinu povezanost sa školskim postignućem, akademskom samoefikasnošću, samopoštovanjem i ciljnom orijentacijom na učenje.
Originalni izvor	Perry, R.P., Hladkyi, S., Pekrun, R., Pelletier, S.T. (2001). Academic control and action control in the achievement of college students: A longitudinal field study. <i>Journal of Educational Psychology</i> , 93(4), 776-789.
Hrvatska prilagodba	Sorić, I., Burić, I (2010). Skala percipirane akademske kontrole. U: Zbirka psiholoških skala i upitnika, Tucak Junaković, I., Čubela Adorić, V., Penezić, Z., Proroković, A. (Ur.). Zadar: Sveučilište u Zadru.

Naziv	SSRLK – Spectorova skala radnog lokusa kontrole (SWLCS - Spector work locus of control scale)
Autor(i)	Spector, 1988.
Svrha	Spectorova skala namijenjena je mjerenju generaliziranog vjerovanja u kontrolu na radnom mjestu.
Opis	Primjene skale potvrđuju očekivane povezanosti unutarnjeg lokusa u području rada s boljim psihičkim i tjelesnim zdravljem, manjim doživljajem stresa i sagorijevanja na poslu, većim zadovoljstvom poslom i većom radnom uspješnosti te višom percipiranom socijalnom podrškom.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od ukupno 16 čestica podijeljenih u dvije subskele: subskalu internalnog lokusa (k = 8) i subskalu eksternalnog lokusa (k = 8). Ispitanici stupanj slaganja sa sadržajem tvrdnje izražavaju na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = uopće se ne slažem; 6 = u potpunosti se slažem). Ukupni rezultati na obje skale ukazuju na višu internalnost, odnosno višu eksternalnost.
Primjer čestica	„U poslu napreduju ljudi koji ga dobro obavljaju.“ „Dobivanje posla koji želiš uglavnom je stvar sreće.“
Metrijske karakteristike	Koeficijent pouzdanosti (Cronbach alfa) za skalu internalnosti iznosi .81, a za skalu eksternalnosti .88. Eksploratornom faktorskom analizom potvrđena je dvofaktorska struktura skale. Korelacija među faktorima iznosi .30.
Originalni izvor	Spector, P. E. (1988). Development of the Work Locus of Control Scale. <i>Journal of Occupational Psychology</i> , 61(4), 335-340.
Hrvatska prilagodba	Slišković, A.; Gregov, Lj. i Tokić, A. (2014). Spectorova skala radnog lokusa kontrole // Zbirka psiholoških skala i upitnika, 7 / Čubela Adorić, Vera ; Penezić, Zvezdan ; Proroković, Ana ; Tucak Junaković, Ivana (ur.). Zadar: Sveučilište u Zadru, str. 57-63

Naziv	T-LOC – Multidimensional Traffic Locus of Control Scale
Autor(i)	Turker, O. i Lajunen, T., 2005.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju lokusa kontrole u vožnji s ciljem razlikovanja atribucije uzroka prometnih nesreća koji se mogu pripisati nisko razvijenoj vještini vožnje, drugim vozačima, vozilu i uvjetima te sudbini.
Opis	Skala je razvijena s ciljem ispitivanja povezanosti lokusa kontrole vozača s rizičnim i nesigurnim stilom vožnje. Analize pokazuju da je internalni lokus kontrole u ovom slučaju povezan s ukupnim brojem prometnih nesreća, agresivnom i nasilnom vožnjom i brojem prekršaja. Faktor „vozilo i uvjeti“ povezan je s brojem prometnih prekršaja, dok faktor „druge osobe“ negativno korelira s pogreškama u vožnji. U osnovi se skalom ispituju atribucije uzroka prometnih nesreća.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 15 tvrdnji koje opisuju različite uzroke kojima se mogu pripisati razlozi prometnih nesreća. Ispitanici na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = uopće nije moguće; 5 = u potpunosti je moguće) procjenjuju koliko je vjerojatno da svaki navedeni uzrok dovede do prometne nesreće u slučaju kada oni upravljaju vozilom. Rezultat se izražava za svaku od četiri subskale zasebno: „vlastita vještina vožnje“ (k = 4), „drugi vozači (k = 5), „vozilo i uvjeti“ (k = 4) i „sudbina“ (k = 2).
Primjer čestica	„Hoću li doživjeti prometnu nesreću. u najvećoj mjeri ovisi o mojoj vozačkoj vještini“. „Hoću li doživjeti prometnu nesreću, u najvećoj mjeri ovisi o lošoj sreći“.
Metrijske karakteristike	Koeficijenti pouzdanosti za prve tri subskale (Cronbach alfa) kreću se od .69 do .79, dok za subskalnu „sudbina“ pouzdanost iznosi tek .44.
Originalni izvor	Ozkan, T. i Lajunen, T. (2005). Multidimensional traffic Locus of Control scale (T-LOC): Factor structure and relationship to risky driving. <i>Personality and Individual Differences</i> , 38, 533-545.

Paulhus (1983) predlaže višedimenzionalnu skalu u kojoj se dimenzije ne odnose na izvore kontrole, već na područja ili domene nad kojima se ostvaruje kontrola. Prva subskala, ipak zahvaća generaliziranu kontrolu, tj. opću osobnu efikasnost u ostvarivanju ishoda, dok su preostale dvije usmjerene na specifična područja interpersonalnih odnosa i utjecaja na šire polje društvenih i političkih događaja.

Naziv	SOC – Spheres of Control
Autor(i)	Paulhus, D., 1983.
Svrha	Skalom se ispituje percipirana kontrola vezana uz opću osobnu efikasnost (personal efficacy), kontrola u interpersonalnim odnosima (interpersonal) i kontrola u području uključenosti u društvene i političke događaje (sociopolitical). Skala nije često korištena u istraživanjima kontrole, ali je konceptualno zanimljiva s obzirom na pretpostavljena područja kontrole.
Opis	Skala područja kontrole ispituje percepciju vlastite kontrole u različitim područjima života prije svega na dimenziji „mogu - ne mogu“ kontrolirati i posredno zahvaća lokus kontrole. Predstavlja otklon od klasičnog Rotterovog koncepta uvođenjem tri različita područja ili domene života u kojima se mogu razviti očekivanja o izvorima kontrole. Paulhus polazi od pretpostavke da se kontrola koncentrično širi od područja vlastitog djelovanja, na socijalne odnose te na širu okolinu.
Broj čestica i način odgovaranja	Konačna verzija sastoji se od 30 čestica raspoređenih u 3 subskale pri čemu svaka sadrži 10 čestica. Stupanj slaganja uz sadržaj svake čestice izražava se na ljestvici od 7 stupnjeva (7 = slaganje; 1 = neslaganje). Ukupni rezultat na svakoj od 3 subskale može varirati u rasponu od 10 (niska kontrola) do 70 (visoka kontrola).
Primjer čestica	Subskala osobne efikasnosti: „Kada nešto planiram, siguran sam da ću to i ostvariti“. Subskala interpersonalne kontrole: „Iako se osjećam uspješnim u mnogim područjima, čini mi se da nisam dobar u kontroli mojih odnosa“. Subskala kontrole u domeni društvenog i političkog djelovanja: „Vlastitim snagama možemo iskorijeniti političku korupciju“.
Metrijske karakteristike	Interkorelacije subskala su niske i kreću se između .00 i .30. Faktorske analize potvrđuju tro-faktorsku strukturu, a pouzdanosti procijenjene alfa koeficijentom kreću se između .75 i .80. Sve tri subskale koreliraju negativno s Rotterovom skalom u rasponu od -.37 (subskala osobna efikasnost) do -.50 (subskala socio-političke kontrole). Rezultati razmjerno dobro predviđaju očekivanu uspješnost u različitim vrstama poslova.
Originalni izvor	Paulhus, D. (1983). Sphere-specific measures of perceived control. <i>Journal of Personality and Social Psychology</i> , 44, 1253-1265.

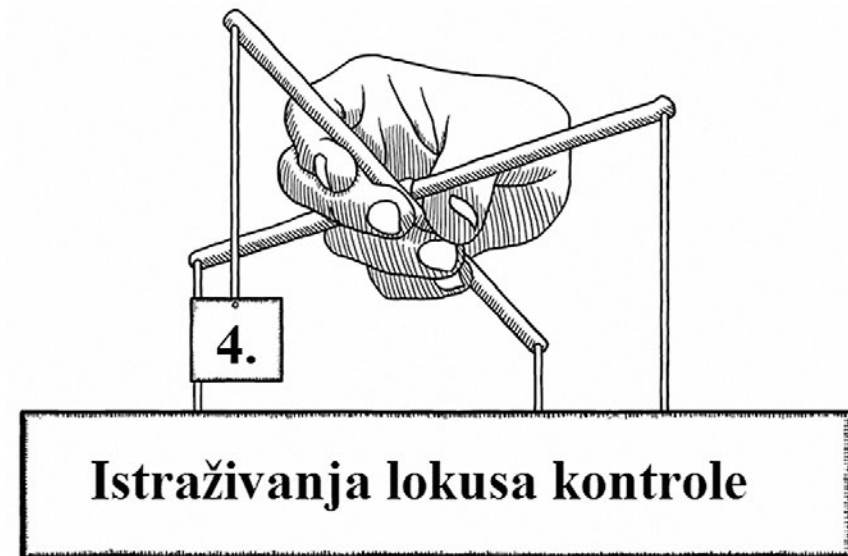
Lefcourt i suradnici (1979) razvijaju više verzija višedimenzionalnog instrumenta kojim nastoje ispitati različite vrste atribucija u dvama različitim područjima. U okviru unutarnjih kauzalnih atribucija razlikuju utjecaj sposobnosti i napora, dok kod vanjskih atribucija razlikuju utjecaj sreće i konteksta. Na osnovi ovih subskala moguće je izraziti i ukupni rezultat na dimenzijama unutarnjih i vanjskih atribucija. Opisane vrste atribucija neovisno se ispituju u području postignuća i području socijalnih odnosa. Osim toga, sadržajem tvrdnji autori nastoje podjednako zahvatiti atribucije vezane uz uspješne i neuspješne ishode.

Naziv	MMCS – Multidimensional-Multiattributonal Causality Scale
Autor(i)	Lefcourt, H. M., von Baeyer, C. L., Ware, E. E. i Cox, D. J., 1979.
Svrha	Skala je namijenjena ispitivanju kauzalnih atribucija osobnog uspjeha/neuspjeha u dva šira područja: postignuća u području akademskog konteksta (izražena kroz različite aktivnosti) i uspješnost u socijalnim odnosima.
Opis	MMCS predstavlja otklon od jednodimenzionalnog mjerenja lokusa s obzirom na područje ponašanja. Autori predlažu skalu koja se sastoji od dva dijela pri čemu prvi dio mjeri lokus kontrole u području osobnog postignuća (achievement), dok se drugi dio odnosi na područje socijalnih odnosa (affiliation). Osim toga, autori su pri izradi čestica uključili četiri vrste kauzalnih atribucija u skladu s postavkama teorije atribucija.
Broj čestica i način odgovaranja	Skala se sastoji od 48 čestica podijeljenih u dvije subskele: područje postignuća (24 čestice) i socijalni odnosi (24 čestice). Stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom izražava se na ljestvici od 5 stupnjeva (0 = ne slažem se; 4 = slažem se). Unutar svake subskele autori razlikuju četiri domene koje sadrže različite vrste uzroka. Dvije se odnose na unutarnje uzroke (vlastite sposobnosti i napor), a preostale dvije na vanjske uzroke (kontekst i sreća). Svaki od navedenih aspekata opisan je sa šest čestica, pri čemu je uravnotežen broj čestica koje opisuju uspjeh i neuspjeh. Ovakva operacionalizacija omogućuje izražavanje ukupnog rezultata na razini postignuća i socijalnih odnosa te unutar svakog od ta dva područja izražavanje zasebnih mjera unutarnjeg i vanjskog lokusa, sposobnosti, napora, konteksta i sreće, kao i mjera koje se odnose na uspjeh i neuspjeh. Ukupni rezultat u obje domene formira se na osnovi odgovora na 24 čestice i može varirati u rasponu od 0 do 96 pri čemu viši rezultat ukazuje na ekternalnost.
Primjer čestica	Postignuće: „Osjećam da su moje dobre ocjene u najvećoj mjeri odraz mojih sposobnosti“. „Dobre ocjene koje ostvarim rezultat su napora koji sam uložio u pripremu“. „Ponekad su dobre ocjene koje ostvarim rezultat laganog ispita“. „Ponekad je moj uspjeh na ispitu rezultat sreće“. Socijalni odnosi: „Činjenica da netko ima dobre prijatelje rezultat je njegovih socijalnih vještina“ „Prijateljstva koja sam ostvario rezultat su mog truda i zalaganja“. „Što god ja činio, nekim ljudima se neću nikada svidati“. „Problemi koje imam u odnosima s prijateljima često su rezultat slučaja“
Metrijske karakteristike	Mjere pouzdanosti razlikuju se za različite subskele, ali za ukupne rezultate u domeni postignuća kreću se u rasponu od .58 do .80, a za socijalne odnose od .66 do .88 (alfa koeficijent). Lokusi u području postignuća i socijalnih odnosa koreliraju između .20 i .29 što potvrđuje pretpostavku o važnosti mjerenja lokusa ovisno o području. Korelacije dva ukupna rezultata s Rotterovom skalom kreću se u rasponu od .23 do .62 za postignuće te .37 do .55 za socijalne odnose.
Originalni izvor	Lefcourt, H. M., von Baeyer, C. L., Ware, E. E. i Cox, D. J. (1979). The multidimensional-multiattributonal causality scale: The development of a goal specific Locus of Control scale. Canadian Journal of Behavioral Science, 11, 286-304.

3.5. Sažetak trećeg poglavlja

U trećem poglavlju opisani su različiti instrumenti namijenjeni mjerenju lokusa kontrole. Instrumenti su podijeljeni u mjere generaliziranog lokusa, mjere namijenjene djeci, mjere lokusa u području zdravlja te mjere lokusa prilagođene specifičnim područjima ponašanja. Naglašena je važnost izbora instrumenta primjerenog karakteristikama ispitanika te ciljevima istraživanja i namjeni ispitivanja.

Izdvojene su neke od karakteristika mjera lokusa kontrole o kojima treba voditi računa pri izboru prikladnog mjernog instrumenta. Prva važna značajka odnosi se na operacionalizaciju samog konstrukta od koje polaze autori te sadržajnu valjanost instrumenta. Druga značajka odnosi se na dimenzionalnost koja može varirati od jedne bipolarne dimenzije (unutarnje-vanjsko), preko zasebnih dimenzija unutarnjeg ili vanjskog lokusa, do višedimenzionalnih mjera kojima se ispituje veći broj faktora koji utječu na ishode. Treća karakteristika odnosi se na generalnost lokusa, pri čemu se može ispitivati opća kontrola nad događajima u životu ili se ispituje doživljaj lokusa u specifičnim područjima kao što su posao, roditeljstvo, zdravlje i dr. Četvrta karakteristika relevantna za izbor instrumenta usmjerena je na različite vrste procesa koji su predmet kontrole ili su uključeni u mehanizme kontrole kao što su kognicije, emocije ili ponašanje. Sljedeće obilježje odnosi se na ciljanu populaciju za koju je pojedini upitnik prilagođen kao što su npr. djeca ili odrasli, vozači, oboljeli od određene vrste bolesti i sl. Uz to, dio instrumenata usmjeren je primarno na atribucije različitih uzroka na osnovi kojih se posredno može zaključivati o vrsti lokusa.



Istraživanja lokusa kontrole

4. Istraživanja lokusa kontrole

Posljednjih desetljeća objavljen je veliki broj znanstvenih radova koji uključuju koncept lokusa kontrole. U ovom poglavlju nalazi se pregled manjeg dijela nalaza podijeljenih u nekoliko tematskih područja. Opisani su nalazi vezani uz odnos lokusa kontrole i zdravlja, akademskog postignuća, poremećaja u ponašanju, religioznosti te roditeljstva.

4.1. Lokus kontrole, tjelesno i mentalno zdravlje

Odnos lokusa kontrole i različitih aspekata tjelesnog i mentalnog zdravlja ispitivan je u velikom broju istraživanja, pri čemu su korištene različite mjere lokusa i različite operacionalizacije konstrukta kontrole. Kako se u ovom slučaju radi o specifičnim predviđanjima vezanim uz ishode u području zdravlja, razvijene su specifične mjere lokusa kontrole koje se odnose upravo na područje zdravlja i percepcije faktora odgovornih za ishode u području zdravlja. Taj smjer istraživanja rezultirao je i razvojem specifičnog konstrukta zdravstvenog lokusa kontrole i različitih instrumenta za mjerenje zdravstvenog lokusa, percepcije kontrole nad zdravljem i atribucija uzroka različitih bolesti i zdravstvenih problema. Jedna od najčešće korištenih mjera je Skala višedimenzionalnog zdravstvenog lokusa kontrole (Walston i sur., 1978), a razvijene su i skale kontrole tjelesne težine (Saltzer, 1982), oralnog i dentalnog zdravlja (Long, 2007), dijabetesa (Ferraro i sur., 1987), depresivnosti (Whitman i sur., 1987), konzumacije alkohola (Keyson i Janda, 1972), mentalnog zdravlja (Hill i Bale, 1980), roditeljske kontrole nad zdravljem djeteta (Tinsley i Holtgrave, 1989), kontrole nad zdravljem fetusa (Labs i Wurtele, 1986) i dr.

Višedimenzionalna skala zdravstvenog lokusa Wallstona i suradnika rađena je prema uzoru na višedimenzionalnu skalu općeg lokusa kontrole Hanne Levenson i sastoji se od dimenzije internalnog zdravstvenog lokusa i dvije dimenzije eksternalnog lokusa „moćne druge osobe“ i „slučajnosti“ (naknadno je dodana i dimenzija „liječnika“). Kardum i Hudek-Knežević (2012) provode faktorsku analizu ove skale s drugim mjerama zdravstvenih ishoda. Autori navode da je internalni zdravstveni lokus najviše povezan s mjerama **samoefikasnosti, optimizma i nekim aspektima konstrukta čvrstoće ličnosti** (kontrola i predanost). Navedene varijable opisuju faktor višeg reda koji autori nazivaju optimističnom kontrolom. Druge dvije dimenzije eksternalnog lokusa autori opisuju kao dio šireg faktora nazvanog pasivnost.

Odnos različitih mjera lokusa sa ishodima vezanim uz zdravlje i zdravstveno ponašanje nije jednoznačan. Rezultati istraživanja ne pružaju konzistentne dokaze o većoj prediktivnoj vrijednosti specifičnih mjera lokusa u odnosu na generalizirani lokus. Dio autora koristi mjere generaliziranog lokusa (kao što je originalni Rotterov upitnik), dok drugi prednost daju specifičnim mjerama zdravstvenog lokusa, prilagođenim pojedinim vrstama zdravstvenih problema, naglašavajući njihovu veću sadržajnu i pojavnu valjanost (Furnham i Steele, 1993). Autori istraživanja odnosa lokusa kontrole i zdravstvenih ishoda uglavnom se slažu u zaključcima da mjere doživljaja kontrole predstavljaju samo jedan manji skup ponašanja vezanih uz zdravlje (Strickland, 1978; Lefcourt i Davidson-Katz, 1991). U velikom broju istraživanja većinom se nalazi niska ili nulta povezanost između mjera lokusa i zdravstvenih pokazatelja, pri čemu nisu u potpunosti jednoznačni nalazi oko povezanosti internalnog i eksternalnog lokusa s pozitivnijim ishodima.

Lokus kontrole uključen je u istraživanja zdravstvenog ponašanja još šezdesetih godina i prva istraživanja pokazala su da oboljeli od tuberkuloze, koji su imali internalni lokus, raspolazu s većom količinom znanja o svojoj bolesti od eksternalnih pacijenata (Seeman i Evans, 1962). S druge strane, visoko razvijen internalni lokus kontrole, osobito u kombinaciji s visokom potrebom za kontrolom, može dovesti do visoke razine stresa u situacijama kada je objektivna mogućnost kontrole niska (npr. pojava iznenadnih simptoma, bolesti s neizvjesnim tijekom, loše reakcije na tretman i sl.).

Unatoč inkonzistentnim nalazima, postoji određena suglasnost oko zaključka da je internalni lokus češće povezan s pozitivnim, a eksternalni s negativnim zdravstvenim ishodima. Neki nalazi pokazuju da su osobe s internalnim lokusom općenito zdravije i nešto rjeđe obolijevaju od akutnih i kroničnih bolesti, vode više računa o svom zdravlju i potrebno im je kraće vrijeme za oporavak (Reeh i sur., 1998; Lefcourt i Davidson-Katz, 1991). Strickland (1978) navodi da rezultati upućuju na zaključak da su internalno orijentirane osobe, pri suočavanju sa zdravstvenim problemima, sklonije adaptivnim obrascima ponašanja kao što su preventivni pregledi i pridržavanje prikladne terapije.

Kombinacija oba lokusa, ili čak veća orijentacija na eksternalni lokus, može biti korisna u određenim situacijama, ali je u tom slučaju važna jasna operacionalizacija vanjskog lokusa. Brojni istraživači i dalje lokus koriste na razini trivijalne dihotomije internalno-eksternalno. Detaljnije analize pružaju uvid u procjene ispitanika i pacijenata koje često uključuju percepciju važnosti i unutarnjih i vanjskih faktora ovisno o kontekstu i vrsti problema. Pri tome je važno činiti distinkciju između različitih aspekata vanjskih faktora. Wallstone i suradnici (1994) u verziji C Višedimenzionalnog lokusa razlikuju tri dimenzije eksternalnog zdravstvenog lokusa: važnost liječnika, važni drugi ljudi i sreća/slučaj. Pokazalo se da je pripisivanje zdravstvenih ishoda faktoru sreće ili slučaja kod oboljelih od karcinoma povezano s lošijom prilagodbom na bolest (Neipp i sur., 2007). Jasno je da pripisivanje važnosti liječniku, uz vjerovanje u njegovu djelotvornost, može imati veliki utjecaj na izlječenje. Burns i Mahalik (2006) navode da je u uvjetima dugotrajne hospitalizacije uvjerenje da je oporavak pod utjecajem važnih drugih osoba, povezano s boljom psihološkom prilagodbom od internalnog uvjerenja. Ovdje je važno naglasiti da se ovdje ne radi o fatalizmu i pasivnom prepuštanju u ruke drugih osoba, već o adaptivnom uvjerenju da su druge osobe važne za proces ozdravljenja. U slučaju niskog povjerenja (npr. zbog lošega osobnog iskustva) eksternalni lokus može povećati stres (Wallstone, 1989). Neka istraživanja pokazuju da se lokus kontrole može povezati i s objektivnim medicinskim indikatorima ishoda iako se može pretpostaviti da ovaj odnos nije direktan. Tako npr. Krause i suradnici (1998) navode da je internalni lokus kontrole povezan s uspješnijim oporavkom nakon ozljeda leđne moždine, ali u praćenju dugoročnih mjera prilagodbe uključuju i druge aspekte ličnosti poput neuroticizma, hostilnosti, dobi i dr. (Krause i Broderick, 2006).

4.1.1. Mehanizmi povezanosti lokusa i zdravstvenih ishoda

Istraživači su nastojali razviti prikladan teorijski okvir za proučavanje mehanizama odnosa kontrole i zdravlja. Cohen i Edwards (1988) razmatraju lokus kontrole kao jedan od čimbenika koji ublažava utjecaj stresa na pojavu i razvoj bolesti te predlažu da se lokus koristi kao moderator odnosa stresa i zdravstvenih posljedica. Prema uzoru na modele stresa, predlažu uključivanje kognitivnih procjena koje bi ukazivale na procjenu zdravstvenih rizika od strane različitih stresora s kojima se osoba susreće. Lokus kontrole može se povezati s primarnom procjenom kojom osoba procjenjuje osjeća li se ugroženom nekim izvorom opasnosti (npr. konzumacije duhana, određene bolesti, zaraze nekim virusom i sl.), dok sekundarna procjena ukazuje na procjenu mogućnosti suočavanja s izvorom opasnosti. Na osnovi ovakvog modela nećemo očekivati razliku između internalno i eksternalno orijentiranih pojedinaca u ponašanjima vezanim uz preventivne preglede ili zaštitu zdravlja ukoliko opasnost od neke bolesti ne procjenjuju ugrožavajućom. Scott (2019) navodi da osobe s internalnom orijentacijom doživljavaju nižu razinu stresa od onih s eksternalnom. U pojedinim slučajevima važno je kontrolirati radi li se o iluziji kontrole u situacijama u kojima je objektivna kontrola zapravo niska. U ovom kontekstu eksternalni lokus je izgledniji kada osoba procjenjuje situaciju opasnom i ne raspolaze strategijama koje ju mogu efikasno zaštititi. Očekivane posljedice mogu biti veća uznemirenost osobe, simptomi stresa, osjećaj bespomoćnosti te izraženiji simptomi bolesti. Meha-

nizam djelovanja može biti preko povećanog stanja uznemirenosti i straha od bolesti za koju osoba procjenjuje da ju ne može kontrolirati, što može utjecati na otpornost imunološkog sustava. U tom slučaju pojava bolesti može rezultirati intenzivnijim simptomima. Pri pokušajima objašnjavanja i predikcije zdravstvenog ponašanja i ishoda koriste se i srodni konstrukti poput čvrstoće ličnosti (Kobasa i sur., 1982), koja uključuje doživljaj kontrole nad događajima. Pored toga koristi se i koncept **otpornosti** (engl. *resilience*) za koji ne postoji jedinstvena definicija i koji uključuje različite karakteristike pojedinca i okoline. Rutter (1987) opisuje otpornost kao skup zaštitnih faktora koji modificiraju, poboljšavaju ili mijenjaju odgovor pojedinca na opasnosti iz nepovoljnog okruženja. Primjer čestice iz upitnika otpornosti glasi: „Obično se brzo oporavim nakon teških vremena“ i implicitno uključuje doživljaj kontrole nad ugrožavajućim događajima. Lazarusov transakcijski model stresa uključuje procjenu mogućnosti kontrole nad događajima koji ugrožavaju dobrobit pojedinca. Kod osoba koje procjenjuju viši stupanj kontrole nad događajima u vlastitom životu, vjerojatnija je uporaba aktivnijih strategija suočavanja i orijentacija na proaktivno rješavanje problema (Park, Sacco i Edmondson, 2012), dok je kod eksternalno orijentiranih vjerojatnija uporaba strategija usmjerenih na izbjegavanje ili emocije (Gomez, 1997). Pored toga čini se da su internalno orijentirane osobe sklonije korištenju šireg raspona različitih strategija suočavanja (Gueritault-Chalvin i sur., 2000). Neki rezultati pokazuju da osobe s internalnim lokusom doživljavaju najveću razinu stresa kada koriste strategije koje se ne podudaraju s njihovim lokusom (npr. moraju tražiti socijalnu podršku, izbjegavanje, kognitivnu reinterpetaciju i sl.) (Gomez, 1998). Rezultati istraživanja pokazuju da su osobe s internalnom orijentacijom osjetljivije na informacije koje su važne za njihovu opću dobrobit, pažljivije ih prikupljaju i procesiraju, čak i kada imaju negativne implikacije na njihovo zdravlje (Lefcourt i Davidson-Katz, 1991). Kod eksternalnih osoba postoji manja sklonost istraživanju i otkrivanju aktivnosti koje mogu pomoći u zaštiti i liječenju.

Zaključno razmatranje mehanizma povezanosti lokusa kontrole i zdravstvenih ishoda ukazuje na izravniju vezu između internalnog lokusa i pozitivnih zdravstvenih ishoda, dok je utjecaj eksternalnog lokusa češće posredovan strategijama suočavanja uglavnom povezanima sa strukturom ličnosti (Gueritault-Chalvin i sur., 2000). Kako istraživanja direktne povezanosti lokusa kontrole i zdravstvenih ishoda ne rezultiraju jednoznačnim nalazima, dio autora predlaže da se koncept kontrole koristi kao posredujuća varijabla između izvora stresa i prilagodbe te da se više pozornosti posveti kontekstu (dobi ispitanika, stupnju percipirane ugroženosti, ranijem iskustvu, objektivnoj mogućnosti kontrole i dr.).

Važno je naglasiti da ispitivanje lokusa kontrole i zdravstvenih ishoda treba razmatrati odvojeno na zdravim ispitanicima i osobama koje su oboljele ili su imale iskustvo teže bolesti. Procjena lokusa kod pacijenata zasnovana je na bitno drugačijem iskustvu te se može mijenjati u funkciji razvoja bolesti i uspješnosti tretmana. Furnham (2009) naglašava ovaj problem, osobito važan kod procjene zdravstvenog lokusa kontrole. Koncept lokusa trebao bi biti zasnovan na očekivanjima o izvorima potkrepljenja zasnovanim na ranijem iskustvu pojedinca, međutim zdravi ljudi nemaju iskustvo suočavanja s težim bolestima. U brojnim slučajevima nije jasno odnose li se atribucije na ranija iskustva vezana uz uzroke bolesti ili predstavljaju očekivanja o budućim događajima. Ako se ovaj faktor ne kontrolira, moguće je da procjene lokusa uključuju različite vrste procesa. Vrlo često se kod ispitivanja zdravstvenog lokusa ispitanici razlikuju prema iskustvu. Dio mladih osoba nema ozbiljnijih problema sa zdravljem i njihov lokus proizlazi u većoj mjeri iz generaliziranog općeg lokusa. Kod osoba suočenima s određenim simptomima, postoje određena očekivanja o faktorima koji utječu na izlječenje, dok je sasvim drugačija situacija s osobama s kroničnim ugrožavajućim bolestima koje su prošle određene cikluse liječenja i čiji je lokus zasnovan na direktnom iskustvu s tretmanom bolesti. Internalni lokus može biti koristan u fazama prije bolesti jer smanjuje opću anksioznost, ali može biti zasnovan na iluziji kontrole ili nerealističnom optimizmu. Kod osoba koje su oboljele od neke bolesti, unatoč zdravom stilu života, lokus se može promijeniti uslijed specifičnog iskustva s pojavom bolesti i djelotvornošću liječenja.

Primjer može biti pojava epidemije Covida-19, za koju je pojedincima bilo teško procijeniti rizik i resurse za suočavanje s bolešću. Sigurvinsdottir i suradnici (2020) analiziraju reakcije ljudi na pojavu virusa i izloženost velikom broju nejasnih i ugrožavajućih informacija o pojavi bolesti. Autori na velikom uzorku odraslih osoba zaraženih virusom i onih koji procjenjuju visoki rizik od infekcije, nalaze povećani broj simptoma depresije, anksioznosti i stresa. Osobe s vanjskim lokusom kontrole imale su višu razinu simptoma, a značajan prediktor pred-

stavljalo je i pretraživanje interneta. Autori nalaze značajnu povezanost simptoma depresivnosti i dvaju aspekata vanjskog lokusa „moćni drugi ljudi“ (.43; $p < .001$) i „slučaj“ (.42; $p < .001$) te internalnog lokusa (-.23; $p < .001$). Slična struktura povezanosti povezana je i sa simptomima anksioznosti i stresa. Intenzitet pretraživanja informacija na internetu vezanih uz Covid-19 nije bio povezan s mjerama lokusa. Češća potraga za informacijama pokazala se nisko povezanom s većim brojem simptoma, ali pozitivna iskustva pretraživanja informacija povezana su s manjim brojem simptoma depresivnosti. Pandemija je izazvala probleme s mentalnim zdravljem i kod zaposlenika na način da je percipirana niska mogućnost kontrole nad usklađivanjem poslovnih i privatnih obaveza, trajanjem krize i rizikom za osobno zdravlje i zdravlje članova obitelji. Chandra i Yagnik (2022), u istraživanju provedenom tijekom pandemije, navode nižu razinu simptoma stresa kod internalnih nego kod eksternalnih zaposlenika te višu razinu stresa kod radnika nego kod poduzetnika.

U poglavlju vezanom uz koncept želje ili potrebe za kontrolom opisani su rizici vezani uz kombinaciju visoke potrebe za kontrolom i niske kontrolabilnosti situacije. Garant i Alain (1995) navode da razlika između razvijenosti ovih dvaju konstrukta vodi lošijoj zdravstvenoj i psihološkoj prilagodbi (depresija, anksioznost, bespomoćnost i stanje stresa). Autori upozoravaju da osobe s visokom potrebom za kontrolom u situacijama dugotrajnih nekontrolabilnih događaja mogu biti u ozbiljnom riziku jer se njihovo ranije iskustvo, kao i obrambene atribucije, budući neadaptivne, moraju mijenjati. Osobe s niskom potrebom za kontrolom u takvim situacijama mogu trpjeti manje posljedice na zdravlje. Ovo stanje može biti funkcionalno sve dok ne inhibira aktivnosti nužne za liječenje i tretman bolesti. U ovom kontekstu čini se korisnijim uzeti u obzir interakcije različitih varijabli, a ne njihovu direktnu povezanost s posljedicama. Također, već spomenuti modeli stresa, predviđaju značajnu ulogu **stupnja procijenjene prijetnje**, ali i **povjerenja** koje pacijent ima u liječnike i primijenjenu terapiju. Pritom se može pretpostaviti da je važno imati očekivanja o važnosti i vlastitog ponašanja, ali i učinkovitosti vanjskih faktora u čijim se rukama pacijent nalazi (liječnik, lijekovi, osoblje, dijagnostički uređaji i dr.). Na povjerenje može utjecati ranije iskustvo pacijenta, iskustva drugih osoba, ali i kvaliteta komunikacije liječnika i pacijenta. Smatramo da je u ovom kontekstu korisnija uporaba varijabli percepcije kontrole, potrebe za kontrolom i povjerenja u osoblje od samog lokusa kontrole.

Istraživanja provedena na oboljelima od karcinoma potvrđuju očekivanje o moderatorskoj ulozi mogućnosti objektivne kontrole i procijenjene opasnosti na odnos lokusa kontrole i kvalitete prilagodbe (Andrykowski i Brady, 1994). U istraživanju Šimunović i Ljubotina (2020) pokazalo se da je kod žena oboljelih od karcinoma dojke eksternalni zdravstveni lokus kontrole povezan s nešto višom razinom posttraumatskih simptoma, a internalni s višim stupnjem posttraumatskog rasta.

U longitudinalnoj studiji praćen je lokus kontrole od dobi od deset godina i uspoređen sa zdravstvenim problemima u dobi od 30 godina (Gale i sur., 2008). Rezultati pokazuju da muškarci i žene s internalnim lokusom u djetinjstvu imaju manji rizik od pretilosti i manje psiholoških problema. Kod žena, internalnih u djetinjstvu, u kasnijoj dobi manji je rizik od povišenog krvnog tlaka. Istraživači su kontrolirali utjecaj inteligencije, obrazovnog i socioekonomskog statusa. Autori zaključuju da internalni lokus kontrole u djetinjstvu može predstavljati protektivni faktor za neke zdravstvene probleme u odrasloj dobi.

Neka ranija istraživanja pronašla su vezu između pušenja i eksternalnog lokusa (npr. Williams, 1973), međutim ovi nalazi zahtijevaju oprez pri interpretaciji mehanizma djelovanja. Williams na uzorku adolescenata nalazi povezanost eksternalnosti i konzumacije duhana, ali samo kod djevojaka, pri čemu su dodatni prediktori bili opća sklonost rizičnom ponašanju, pušenje roditelja i niži socijalni status obitelji. Kod mladića eksternalnost nije bila povezana s pušenjem, a kao značajan prediktor pokazala se impulzivnost. Neki autori navode da eksternalno orijentirane osobe manje reagiraju na dokaze o štetnosti, što sugerira na lošu primarnu procjenu prijetnje (Lefcourt i Davidson-Katz, 1991). Weinstein (1980) navodi da nerealistični optimizam može imati štetne posljedice jer može potaknuti i održavati rizična ponašanja ljudi te voditi krivim procjenama stvarnog rizika. Smiljić (2003) nalazi da su procjene nepušača o utjecaju pušenja cigareta na razvoj bolesti nevezanih i vezanih uz pušenje cigareta bile statistički znatno veće od procjena pušača, iako nije dobivena razlika u broju točnih procjena tvrdnji vezanih za štetne posljedice pušenja. Autori stoga predlažu programe i kampanje usmjerene na smanjenje ili uklanjanje nerealističnog optimizma te posljedično promjenu ponašanja štetnih za zdravlje (Johnson i sur., 2002).

U ovom slučaju ponašanje može biti promijenjeno tek kada osoba sama doživi simptome bolesti povezane s pušenjem, ali i tada su mogući različiti neadaptivni obrambeni mehanizmi. U ovom slučaju može se postaviti hipoteza o optimalnom lokus kontrole kod kojega niti jedan od mogućih ekstrema nije adaptivan. Na internalnoj strani moguće je razviti stav „Meni se to ne može dogoditi“ kod kojega može prevladavati nerealistični optimizam, dok je drugi ekstrem na eksternalnoj strani „Sve je stvar sreće“ ili fatalistički stav: „Od nečega se naposljetku mora umrijeti“.

Kardum i sur. (2016) opisuju rezultate istraživanja povezanosti lokusa kontrole i kardiovaskularne aktivnosti. Dio rezultata ukazuje na tendenciju da je internalni lokus u kombinaciji s čvrstinom ličnosti povezan s manjom kardiovaskularnom aktivnosti, što može predstavljati jedan od mehanizama povezanosti kontrole i zdravstvenih ishoda. Međutim, taj odnos nije jednostavan, pa tako Mueller i sur. (1998) kod osoba s internalnim lokusom, koje se aktivno suočavaju, nalaze višu razinu kardiovaskularne reaktivnosti nego što je to slučaj kod internalnih osoba, koje se suočavaju pasivno.

Zaključci većine istraživanja upućuju na činjenicu da je generalizirani internalni lokus povezan s višim samopoštovanjem, ranijim i trenutnim iskustvom manje neizvjesnosti i općim zadovoljstvom, što smanjuje vjerojatnost za pad imuniteta i pojavu bolesti. Eksternalni lokus povećava anksioznost, neizvjesnosti od budućih događaja, što sve potiče razvoj negativnih emocionalnih stanja i dugoročno stvara pretpostavke za razvoj somatskih reakcija na razini kardiovaskularnog ili imunološkog sustava (Herbert i Cohen, 1993). Sieber i sur. (1991) ukazuju na lošije pokazatelje djelovanja imunološkog sustava u stresnim situacijama u kojima ne postoji mogućnost kontrole nad događajima. U svakom specifičnom slučaju ulogu lokusa treba zasebno razmotriti u funkciji razine prijetnje, izbora suočavanja, objektivne mogućnosti kontrole, razine samokontrole i drugih faktora.

Beckova teorija depresije uključuje koncepte samoobrane i samookrivljanja koji dijelom proizlaze iz načina kauzalnog atribuiranja uzroka (Beck i sur., 1987). Mehanizmi samoobrane povezani su s pripisivanjem osobne zasluge za uspješne ishode i pripisivanjem neuspjeha vanjskim uzrocima. Kod samookrivljanja je obrnuta situacija: osoba se vidi odgovornom za neuspjehe dok uspjehe pripisuje vanjskim faktorima, što je karakteristično za depresivnu simptomatologiju. Teorija lokusa kontrole pretpostavlja da je doživljaj osobne kontrole, praćen aktivnim rješavanjem problema, povezan s preuzimanjem osobne odgovornosti i za uspjehe i za neuspjehe. Ross i Mirowsky (1990) na uzorku 809 odraslih osoba nalaze da je preuzimanje odgovornosti i za uspješne i neuspješne ishode povezano s nižom razinom depresivnosti u odnosu na korištenje obrambenih mehanizama, tj. iluzije odbacivanja osobne krivnje za neuspjehe.

Problemi poremećaja kontrole uključeni su u dijagnostičku sliku i mehanizme različitih psiholoških poremećaja. Uvjerenje o nemogućnosti kontrole i regulacije vlastitih kognicija, emocija i općenito ponašanja, sastavni je dio simptomatologije anksioznosti. Brojna istraživanja pokazuju da eksternalno orijentirane osobe imaju znatno veću anksioznost u usporedbi s internalno orijentiranim osobama (npr. Nelson i Phares, 1971). **Generalizirani anksiozni poremećaj** karakterizira trajni osjećaj da je svijet u kojemu osoba živi opasan i da se u svakom trenutku može dogoditi neka loša stvar ili nesreća (npr. misli koje su usmjerene na očekivanje potresa). Jedna od temeljnih problema u ovom slučaju proizlazi iz nesposobnosti osobe da kontrolira svoje misli, odnosno kognicije (Davison i Neale, 2002). Neke provjere latentne strukture **anksiozne osjetljivosti** ukazuju na jedan od faktora koji se može opisati kao strah od gubitka kognitivne kontrole (Vulić-Prtorić, 2006). Tako npr. osoba koja ima problema s koncentracijom ili pamćenjem može razviti strah da se radi o težem problemu ili o poremećaju koji ne može spriječiti. Kod napada panike osoba iskripljava značenje podražaja na način da ih preuveličava, a da pritom osjeća da nema kontrolu nad događajima. Dodatni problem u većini poremećaja iz anksioznog spektra jest doživljaj da se ne može predvidjeti niti kontrolirati hoće li se i kada ponoviti epizoda nekog poremećaja (npr. napad panike, psihotična epizoda i sl.).

4.1.2. Lokus kontrole i posljedice boravka u progonstvu

U istraživanju na uzorku žena prognanica korištene su dvije mjere procjene kontrole nad događajima (Ljubotina, 1994). Kao dispozicijska mjera lokusa kontrole korišten je Bezinovićev upitnik eksternalnosti. Korištena

je i situacijska procjena mogućnosti kontrole operacionalizirana kroz pitanje: „Koliko Vi sami možete utjecati na sve što vam se događa u progonstvu?“. Na ljestvici od četiri stupnja 31.3% ispitanica odgovorilo je da ne mogu nimalo utjecati, 46.3% da mogu malo utjecati, 20.9% da mogu prilično utjecati i 1.5% da mogu potpuno utjecati. Zanimljiv je nalaz da između ove dvije mjere doživljaja kontrole nije bile povezanosti ($r = .029$). Prosječan rezultat u upitniku eksternalnosti iznosio je $M = 24.1$ (raspon od 2 do 37), što je znatno viša vrijednost u odnosu na rezultate na uzorku studenata, gdje je $M = 11.77$ (raspon 0 do 28, Bezinović, 1990). Rezultati su pokazali povezanost više eksternalnosti s višom razinom posttraumatskih stresnih reakcija ($r = .335$; $p < .01$), depresivnosti ($r = .245$; $p < .01$), višom samoprocjenom generalizirane nekompetentnosti ($r = .250$; $p < .05$), kognitivnom procjenom težine situacije ($r = .252$; $p < .01$), kao i razdvojenosti obitelji u uvjetima progonstva ($r = .214$; $p < .05$). Viša procjena kontrole nad događajima u progonstvu korelirala je s višom razinom depresivnosti ($r = -.233$; $p < .05$), dok s razinom posttraumatskih stresnih reakcija nije bilo značajne povezanosti ($r = -.035$). Procjena kontrole povezana je s višom samoprocjenom osobne nekompetentnosti ($r = -.298$; $p < .01$) te najviše s procjenom uspješnosti rješavanja problema u progonstvu ($r = .441$; $p < .01$).

U istraživanju se nastojala objasniti veličina promjene posttraumatskih stresnih reakcija i depresivnosti nakon 14 mjeseci boravka u progonstvu. Upitnik eksternalnosti nije se pokazao kao značajan prediktor veličine promjene. Međutim, opća procjena kontrole nad događajima u progonstvu bila je znatno povezana s razinom povećanja depresivnosti ($r = .307$; $p < .01$), dok s promjenom u razini posttraumatskih simptoma nije bilo značajne povezanosti ($r = .195$). Rezultati pokazuju da je u ovom slučaju situacijska mjera procjene kontrole bolji prediktor od dispozicijske procjene lokusa. Najbolji prediktori veličine promjene simptoma tijekom 14 mjeseci bile su varijable koje su se odnosile na neke situacijske faktore poput razdvojenosti obitelji, loših međuljudskih odnosa u prognaničkom naselju te niža religioznost.

Zanimljiv nalaz proizlazi iz analize promjena u razini depresivnosti. Prognanice koje su na početku razdoblja imale višu procjenu kontrole nad događajima, imale su i nižu depresivnost. Međutim, nakon proteka 14 mjeseci uočeno je da je na tom uzorku došlo do većeg porasta depresivnosti u odnosu na uzorak koji je u početnoj točki imao nižu procjenu mogućnosti kontrole nad događajima. Slično vrijedi i za prognanice koje su u početnoj točki bile optimistične u pogledu brzine povratka i završetka sukoba. Osobe koje u početku pokazuju veći optimizam i procjenu kontrole nad događajima, s vremenom uviđaju da je mogućnost utjecaja realno mala te to povećava probleme prilagodbe. Ovaj odnos vrijedi za predikciju promjene depresivnosti u duljem razdoblju (približno 14 mjeseci). U početnoj situaciji viša procjena kontrole povezana je s nižom depresivnošću.

4.2. Lokus kontrole i akademsko postignuće

Tijekom odrastanja prva institucija u kojoj mladi nastoje ostvariti uspjeh jest škola. Akademski uspjeh u školi ili na studiju predstavlja važno područje ponašanja u kojemu je ostvarenje uspjeha važno za jačanje samopoštovanja i samopouzdanja osobe, ali i pretpostavka za uspješan razvoj kasnije karijere. Stoga je doživljaj kontrole vezan uz akademski uspjeh i školske aktivnosti iznimno važan. Istraživanja potvrđuju povezanost unutaršnjeg lokusa kontrole i boljeg akademskog uspjeha (Dervishalija i Xhelili, 2014; Bar-Tal i Bar-Zohar, 1977; Maqsd, 1993), pri čemu neki autori navode da je ta povezanost veća kod adolescenata u odnosu na studente i mlađe uzraste (Ogunmakin i Akomolafe, 2013). Dio istraživača naglašava da je lokus kontrole jedan od boljih prediktora akademskog uspjeha (Ogunmakin i Akomolafe, 2013), pri čemu je mehanizam njegovog djelovanja potrebno analizirati u odnosu s različitim drugim korelatima. Teorijski je očekivano da ranije pozitivno iskustvo s izvršavanjem akademskih obaveza stvara doživljaj osobne kontrole nad akademskim uspjehom, dok lošiji ishodi povećavaju vjerojatnost pripisivanja uspjeha vanjskim faktorima. Razvoj ovog odnosa treba razmatrati u duljem vremenskom razdoblju te kao interakciju osobe i akademskog okruženja. Doživljaj kontrole pozitivno utječe na motivacijske i kognitivne procese povezane s akademskim uspjehom. Spoznaja o vlastitoj uspješnosti učvršćuje metakogniciju i metaznanje, tj. znanje koje osoba ima o svojim vlastitim znanjima i potencijalima. Visoka razina metakognicije

opravdava ulaganje truda i vremena u učenje jer osoba procjenjuje da će taj ulog rezultirati pozitivnim ishodima. Osobe s unutarnjim lokusom oslanjaju se na vlastite potencijale, što znači da aktivno traže informacije važne za ostvarenje akademskog uspjeha, na njih manje utječu loša iskustva drugih studenata, bolje razlikuju važne od nevažnih informacija te kvalitetnije organiziraju vrijeme i prikupljene informacije.

Učenici s internalnom orijentacijom pokazuju veće povjerenje u svoje sposobnosti rješavanja problema, odnosno samokompetenciju (Hjelle i Ziegler, 1992), a lokus kontrole razlikuje učenike i prema strategijama učenja. Cassidy (2000) navodi da internalni učenici pri učenju više koriste „dubinski pristup“ koji karakterizira nastojanje da se gradivo razumije i povezuje, dok eksternalno orijentirani učenici pokazuju tendenciju „površinskom učenju“, tj. manje povezuju gradivo, uče bez nastojanja da ga razumiju i naglasak stavljaju na reprodukciju. Razvijanje ovakvih strategija može biti vezano i uz način podučavanja i očekivanja sustava kakav potiče reprodukciju sadržaja i ne zahtijeva pokazivanje razumijevanja. Takav pristup kod učenika ili studenata potiče doživljaj da uspjeh ovisi o faktorima vezanim uz nastavnike, odnosno da je pozitivan ishod važno ostvariti zbog vanjskih izvora, a ne zbog intrinzične potrebe za usvajanjem znanja. Na razvoj eksternalnog lokusa, pored niskih sposobnosti učenika, mogu djelovati i nejasna očekivanja koja nastavnici postavljaju pred učenike, loša kvaliteta nastave i izvora za učenje, loše povratne informacije o neuspjehu na ispitima, netransparentni kriteriji ocjenjivanja te druge okolnosti vezane uz školski kontekst. Kasaić (2017) nalazi da je zadovoljstvo studijem povezano s internalnim lokusom kontrole te s akademskom samoeфикасношћу.

Jedan od faktora povezanih s osjećajem gubitka kontrole nad događajima jest **nedostatak vremena** za ostvarenje određenih ciljeva. Razlog može biti nedostatak planiranja i strukturiranja aktivnosti, loša organizacija aktivnosti, prekasno započinjanje aktivnosti i sl. Istraživanja pokazuju da su studenti s vanjskim lokusom skloniji izbjegavanju obaveza na način da se bave poslovima irelevantnim za studij (gledanje TV, različite zamjenske aktivnosti i sl.) s ciljem odgađanja početka učenja, što dijelom za cilj ima smanjenje anksioznosti. Takvi studenti/učenici procjenjuju da ulaganje truda neće rezultirati uspjehom jer uspjeh ovisi o različitim čimbenicima izvan njihove kontrole (Bar-Tal i Bar-Zohar, 1977). Osim toga, istraživanja ukazuju na razlike u procesima učenja i pripremanja kod studenata različitog lokusa kontrole. Studenti s unutarnjim lokusom ranije započinju s rješavanjem nastavnih zadataka te ih ranije predaju (Janssen i Carton, 1999). U kontekstu uspješnog ostvarenja akademskih zahtjeva često se razmatra **sklonost odgađanju, odugovlačenju ili prokrastinaciji** planiranih aktivnosti. Moguće određene koncepta odgađanja u akademskom kontekstu uključuje namjerno, nesvrhovito odgađanje aktivnosti unatoč spoznaji da će takvo ponašanje vjerojatno imati negativne posljedice za pojedinca (Steel, 2007).

Neke od manifestacija odgađanja su pomicanje rokova početka učenja, loša procjena potrebnog vremena za pripremu ispita, bavljenje drugim zamjenskim aktivnostima umjesto planiranim i svrhovitim učenjem, odgađanje izlaska na ispitne rokove, propuštanje i pomicanje rokova za završavanje zadataka, odustajanje od ispita ili studija u cjelini (Živčić-Bećirević i sur., 2014; Schouwenburg, 2004). Metaanaliza koju je proveo Steel (2007) pokazuje da je odugovlačenje povezano s lošijim akademskim uspjehom te da je u osnovi povezano s lošijom samoregulacijom (Lee, 2005). Istraživanja pokazuju da su internalne atribucije akademskog uspjeha povezane s manje izraženim odugovlačenjem, manje izraženom ispitnom anksioznošću te boljim akademskim uspjehom (Carden i sur., 2004). Među ostalim prediktorima odugovlačenja navode se: niska savjesnost, povišeni neuroticizam, tendencija samohendikepiranju, nisko samopoštovanje, niska akademska samoeфикасношћу, strah od neuspjeha, iskrivljena percepcija o raspoloživom vremenu i visoka razina samokritičnosti (Živčić-Bećirević i sur., 2014).

4.2.1. Akademska kontrola

U akademskom okruženju učenici razvijaju i specifična uvjerenja o faktorima odgovornim za uspješne i neuspješne ishode, što je potaknulo razvoj koncepta **akademskog lokusa kontrole** ili **percipirane akademske kontrole** (Perry i sur., 2001). Perry akademsku kontrolu definira kao razmjerno stabilnu dispozicijsku karakteristiku učenika povezanu s motivacijom, razinom aspiracija te strategijama učenja. Akademska kontrola uključuje uvjerenja učenika/studenta o vlastitim potencijalima (sposobnostima, motivaciji, iskustvu i dr.) za ostvarivanje ishoda u akademskom području. Perry sa suradnicima razvija Skalu percipirane akademske kontrole (*Academic control*

scale). Prilagodba skale na hrvatski jezik opisana je u trećem poglavlju (Burić i Sorić, 2010). Visoka percipirana akademska kontrola pokazala se povezanom s boljim akademskim postignućem, kao i kvalitetnijim ishodima u području emocija, kognitivnog funkcioniranja i motivacije.

Pored toga, koncept **samoregulacije**, koji u znatnoj mjeri uključuje kontrolu, često se koristi u akademskom okruženju. Samoregulacija je povezana s motivacijskom, kognitivnom, bihevioralnom i afektivnom komponentom, a često naglašava i važnost konteksta učenja (Karoly, 1993). *Upitnik za ispitivanje kognitivnih uvjerenja o kontroli* (UKO) u procesu učenja razvio je Lončarić (Lončarić, 2013).

Skala se sastoji od 20 čestica i namijenjena je ispitivanju pet različitih uvjerenja o kontroli:

- a) Uvjerenje da je za ostvarenje ciljeva potreban trud (pr. „Do dobrih ocjena dolazi se samo radom i vježbom“)
- b) Opće uvjerenje o mogućnosti kontrole (pr. „Ako želim, lako mogu dobiti dobre ocjene“)
- c) Uvjerenje da ostvarenje ciljeva ovisi o vanjskim čimbenicima (pr. „Hoćeš li postići dobar rezultat na testu, ovisi o tome imaš li sreće i dobrog nastavnika“)
- d) Uvjerenje da je za ostvarenje ciljeva potrebna sposobnost. (pr. „Učenik koji nije dovoljno pametan i sposoban, ne može biti uspješan u školi.“)
- e) Uvjerenje o nepromjenjivosti kognitivnih sposobnosti. [pr. „Neke svoje osobine jednostavno ne možeš promijeniti. (Npr. ne možeš postati pametniji i bistriji nego što jesi).“].

Zadatak ispitanika jest da na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = u potpunosti NE; 5 = u potpunosti DA), procjeni u kojem se stupnju tvrdnja odnosi na njega. Faktorska analiza Skale rezultirala je s dvama faktorima koji su u niskoj korelaciji od $-.21$ ($p < .001$). Prva dva uvjerenja odnose se na **proaktivna uvjerenja o kontroli** koja impliciraju da se vlastitim trudom i zalaganjem, kao i općenito, može postići uspjeh u situacijama učenja. Preostala tri uvjerenja autor naziva **obrambenim uvjerenjima o kontroli** na osnovi kojih učenici smatraju da vanjski čimbenici ili sposobnosti određuju uspjeh, pri čemu se sposobnost doživljava kao stabilna i nepromjenjiva karakteristika. Školski uspjeh na polugodištu povezan je s općim uvjerenjem o mogućnosti kontrole $.25$ ($p < .001$), s uvjerenjem o važnosti sposobnosti $-.25$ ($p < .001$) te s uvjerenjem o važnosti vanjskih čimbenika $-.21$ ($p < .001$).

Bubić i Goreta (2015) ukazuju na medijacijsku ulogu percipirane akademske kontrole pri predikciji zadovoljstva školom. Percipirana akademska kontrola odnosi se na percepciju različitih faktora odgovornih za akademsko postignuće, kao i opća očekivanja učenika o vjerojatnosti postizanja željenih rezultata. U ovom kontekstu posebice je važno uzeti u obzir atribucije i uspjeha i neuspjeha u učenju. Razumijevanje razloga neuspjeha ponekad je važnije za regulaciju od atribucija uspjeha. Za upravljanje procesom učenja važan je kvalitetan uvid u faktore relevantne za ostvarenje uspjeha koji se odnose na učenika, kao i procjena učenika raspolaze li tim resursima (npr. sposobnosti, pamćenje, motivacija i sl.). Jednako je važno uzeti u obzir i vanjske faktore (kvaliteta nastavnika, suradnja s drugim učenicima, težina ispita i sl.) kako bi učenik mogao optimalno upravljati procesom i kompenzirati nedostatak određenih resursa. Ovdje je korisno odvojiti koncept internalnog lokusa od općeg doživljaja kontrole nad procesom. Naime, osoba koja dobro uočava faktore koji nisu pod njezinom direktnom kontrolom, može tu spoznaju iskoristiti da pokuša umanjiti njihov utjecaj (npr. uspostavljanjem dobrog odnosa sa strogim ispitivačem, odlaskom na konzultacije, prikupljanjem iskustava drugih učenika s ispita i sl.). Na taj način se posredno i vanjski faktori mogu, barem djelomično, dovesti pod vlastitu kontrolu. Bar-Tal i Bar-Zohar (1977) naglašavaju da će učenici koji imaju veći doživljaj kontrole nad okolinom aktivnije tražiti načine kako djelovati na tu okolinu i prikupljati informacije važne za ostvarenje cilja.

4.3. Lokus kontrole i poremećaji ponašanja

Postoje različiti oblici ponašanja koja, prema određenim kriterijima, odstupaju od prihvatljivih normi. Neki oblici poremećaja ponašanja pripadaju u rizična i delinkventna ponašanja, pri čemu se dodatno mogu razlikovati prekršajna i lakša delinkventna ponašanja, nepoželjna normativna ponašanja, rizična spolna ponašanja, korištenje

ili zlouporaba psihoaktivnih tvari, nasilničko ponašanje u bliskim odnosima, teške krađe, provale i razbojništvo te suicidalna i autoagresivna ponašanja (Ručević i sur., 2009).

Holm Bearinger i Blum (1997) provjeravaju model predviđanja konzumacije droga kod adolescenata i utvrđuju da je prediktivna vrijednost lokusa kontrole vrlo slaba. Ispitivanja faktora povezanih s djelotvornošću tretmana kod ovisnika o drogama ne nalaze povezanost lokusa kontrole i uspješnosti liječenja (Mardane i sur., 2013; Caputo, 2019). Neke studije pokazuju da je internalni lokus kontrole povezan s većom motivacijom za uključivanje u terapiju (Murphy i Bental, 1992). Sadava (1986) nalazi značajnu povezanost između izraženijega internalnog lokusa kontrole i apstinencije tijekom studija. Istraživači navode i izraženiju ekternalnost djece težih alkoholičara, kao i povezanost s višom depresivnošću i nižim samopoštovanjem (McNeill i Gilbert, 1991).

Hall (2001) razvija Skalu lokusa kontrole vezanu za konzumaciju droga (DRLOC – *Drug related Locus of Control*). Autorica prilagođava originalnu Skalu lokusa kontrole za konzumaciju alkohola (Keyson i Janda, 1972). Konačna verzija skale sastoji se od 15 parova tvrdnji po uzoru na Rotterov upitnik RIE. Pouzdanost ukupnog rezultata izražena Cronbachovim alfa koeficijentom iznosila je .81. Viši rezultat ukazuje na veću ekternalnost, tj. utjecaj vanjskih faktora na konzumaciju droge. Primjer jedne čestice:

- a) „Kada sam na zabavi na kojoj se konzumira droga, mogu izbjeći konzumaciju“.
- b) „Ne mogu izbjeći konzumaciju droge ako je na zabavi uzimaju druge osobe“.

Validacija je provedena na uzorku od 553 klijenta uključena u neki oblik tretmana. Ukupni rezultat korelirao je s čestinom konzumacije droge .45 ($p < .001$), konzumacijom alkohola .31 ($p < .001$), nižim samopoštovanjem -.44 ($p < .001$). Korelacije ekternalnog lokusa vezanog uz konzumaciju droga s različitim aspektima poremećaja mentalnog zdravlja kreću se od .28 ($p < .001$) (somatizacija) do .39 ($p < .001$) (depresija).

Yang i suradnici (2019) ne nalaze povezanost između čestine konzumacije droga i samokontrole, kao ni povezanost konzumacije i samopoštovanja. U istraživanju na adolescentima Wells (1980) ispituje dvije vrste atribucija delinkventnog ponašanja na adolescentima. Kod dispozicijskog atribuiranja adolescenti razloge pripisuju vlastitim karakteristikama („vlastita glupost ili nepromišljenost“), dok je kod situacijskog atribuiranja uzrok pripisan okolini („utjecaj ili nagovor vršnjaka“). Autorica na osnovi rezultata zaključuje da adolescenti i vlastito i tuđe delinkventno ponašanje u većoj mjeri pripisuju okolinskim nego dispozicijskim faktorima. Adolescenti koji su institucionalizirani uzroke atribuiraju u većoj mjeri dispozicijskim nego situacijskim faktorima u odnosu na ne-institucionalizirane adolescente koji su počinili prijestup. Autorica zaključuje da na osnovi vrste atribucija nije moguće predviđati uključivanje mladih u delinkventno ponašanje. Sagatun (1991) ispituje atribucije uključivanja u delinkvenciju kod maloljetnika, roditelja i probacijskih službenika. Sve tri skupine kao najodgovorniji faktor navode samog maloljetnika, odnosno njegovu odgovornost. Sami maloljetnici, među ostalim atribucijama, u većoj mjeri izdvajaju nedostatak novca i utjecaj socijalne okoline.

Ricijaš (2009) ispituje čimbenike kojima maloljetni delinkventi atribuiraju uzroke svojega ponašanja. U istraživanju provedenom na 335 muških mladih počinitelja kaznenih djela primjenjuje Skalu atribuiranja vlastitog delinkventnog ponašanja. Ricijaš (2009) te, na osnovi Weinerovog modela, konceptualizira različite vrste atribucija vlastitog delinkventnog ponašanja:

Tablica 4.1. Vrste atribucija vlastitog delinkventnog ponašanja prema Weinerovom trodimenzionalnom modelu (prilagođeno prema Ricijaš, 2009)

	internalno		eksternalno	
	stabilno	nestabilno	stabilno	nestabilno
nepodložni kontroli	loša osobna samokontrola	impulzivni ispad	roditeljsko zlostavljanje	opijanje pod utjecajem vršnjaka
podložni kontroli	potreba za preuzimanjem rizika	dosada	kontinuirana materijalna dobit	trenutna materijalna dobit

Skala atribuiranja vlastitog delinkventnog ponašanja sastoji se od dvije šire subskale. Subskala internalnih atribucija sastoji se od 24 čestice raspodijeljene na četiri subskale: antisocijalne tendencije, podložnost vršnjacima (internalne i stabilne atribucije), nepromišljenost i osobne frustracije (internalno i nestabilno). Subskala eksternih atribucija sadrži 36 čestica i 8 subskala: siromaštvo i materijalna dobit, loši obiteljski odnosi, antisocijalni vršnjaci, permisivnost roditelja te pretjerana kontrola i nadzor roditelja (eksternalno i stabilno) te droga, alkohol i situacija (eksternalno i nestabilno).

Rezultati pokazuju da se vlastito delinkventno ponašanje u najvećoj mjeri pripisuje vlastitoj nepromišljenosti, utjecaju situacije i antisocijalnih vršnjaka te alkoholu. U nešto manjoj mjeri se koriste atribucije vezane uz pretjeranu kontrolu roditelja, loše obiteljske odnose i konzumaciju droga. Ricijaš (2009, str. 24) zaključuje „kako je struktura atribucija vrlo kompleksna, a iz same perspektive maloljetnika jasno se očitava kako je u tretmanu potrebno djelovati na probleme sa sredstvima ovisnosti (visoko atribuiranje alkoholu), zatim na područje ličnosti (nepromišljenost, antisocijalne tendencije, osobna frustracija), kao i na neke vanjske čimbenike i okolnosti koje poticajno djeluju na počinjenje kaznenog djela (situacija, siromaštvo i materijalna dobit te antisocijalno društvo)“.

4.4. Lokus kontrole i religioznost

Siromašan čovjek moli Boga da mu pomogne da dobije zgoditak na lotu. Molio je tako Boga, ali nikako nije bilo rezultata. Nakon više godina zapita Boga: „Zašto mi Bože ne želiš pomoći?“ , na što mu Bog odgovori: „Pa kupi već jednom taj listić!“

Intrigantno područje istraživanja predstavlja odnos između religioznosti i lokusa kontrole. Psihologija religioznosti i područje lokusa kontrole ukazuju na važne kognicije zasnovane na religijskim uvjerenjima što uključuju koncept kontrole. Teorijske pretpostavke vezane uz lokus kontrole ukazuju na potencijalno veću eksternalnost kod religioznih osoba. Samo određenje vanjskog lokusa uključuje očekivanje o utjecaju vanjskih faktora poput sreće, sudbine, moćnih drugih osoba ili Božje volje. Empirijska istraživanja rezultirala su nejednoznačnim nalazima koji otežavaju donošenje jasnijih zaključaka o odnosu percepcije lokusa i religioznosti.

Pargament i suradnici (1988) naglašavaju kompleksnost doživljaja kontrole u području vjere i odnosa prema božanskom. Autori razvijaju mjere prilagođene ispitivanju različitih obrazaca odnosa, kao što su „prepuštajući odnos“ kod kojega je „Bog aktivan, a čovjek pasivan“, „suradnički odnos“ kod kojega su „i Bog i čovjek aktivni“, te „samousmjeravajući“ gdje je „čovjek aktivan, a Bog pasivan“. Kod prepuštajućeg ili poniznog odnosa čovjek kroz molitvu svu moć i kontrolu predaje u ruke Boga. Suradnički obrazac odnosa uključuje aktivnost čovjeka, ali i pomoć Boga. Taj odnos se prepoznaje u izreci „Pomozi si sam, pa će ti i Bog pomoći“. Ovaj odnos autori opisuju kao svojevrsan obrazac strategije suočavanja. Shrauger i Silverman (1971) navode kako osobe više uključene u religijske obrede doživljavaju da raspoložu višim stupnjem kontrole. Religijska vjerovanja uključuju očekivanje o djelovanju božanske sile ili Božje volje na život pojedinca. Vjerovanje u Božju pomoć ne znači nužno odustajanje od vjerovanja u vlastite sposobnosti. Jedna od temeljnih razlika u očekivanjima manifestira se kroz dva oblika molitve. Jedan oblik polazi od očekivanja i podrške božanske sile u ostvarenju vlastitih želja („Bože, pomoz mi da riješim problem“) ili u nekom obliku prepuštanja odluke u Božje ruke („Bože, neka bude tvoja volja“). U prvom slučaju osoba sama ima cilj koji želi ostvariti, a Božja pomoć u tom slučaju povećava vjerojatnost ostvarenja. U drugom slučaju bliže smo vanjskom lokusu kontrole i osoba prepušta odluku faktorima na koje ne utječe, ali očekuje njihovu milost. Jedno od promišljanja ovog odnosa pretpostavlja koegzistenciju Božje kontrole i osobne kontrole, odnosno njihovo sinergijsko djelovanje (Zahl i Gibson, 2008). Jedan mehanizam djelovanja religioznosti može se objasniti preko uzornog ponašanja vjernika i molitve kojom se zavrjeđuje Božja milost. Ovaj dio ponašanja pod kontrolom je vjernika i uključuje internalni lokus kontrole. Nakon što postoji očekivanje o Božjoj milosti, razvija se vjerovanje da će Bog pomoći pri rješavanju problema (ozdravljenje, uspjeh u nekoj aktivnosti i sl.), što u osnovi predstavlja vanjski lokus. Pojedini religijski obredi rezultat su navika i tradicije te ne uključuju

dublju razinu kognitivnog procesiranja. Tako npr. nije sasvim jasno očekivanje zbog čega bi Bog pomogao jednom sportašu da pobijedi u natjecanju na kojemu sudjeluje još nekoliko sportaša iste vjere. Ta molitva može uključivati Božju pomoć da osoba u zadanom trenutku ostvari svoj najbolji uradak, što ponovno implicira njezin doprinos uspješnom ishodu aktivnosti.

Coursey i sur. (2013) naglašavaju da u istraživanjima ove vrste treba uzeti u obzir individualne razlike u stupnju i vrsti religioznosti. Jedan dio ljudi molitvu koristi tek u slučajevima kada događaji nisu pod njihovom kontrolom, odnosno kada je vjera u Božju pomoć jedini izvor nade. Dobro su poznati slučajevi ljudi koji se počinju istinski moliti i zazivati Boga u situacijama životne opasnosti (problemi za vrijeme leta zrakoplovom, oluje na moru, velike prirodne nepogode i sl.) jer usmjerenje na Boga u tim trenucima ostavlja osobi, barem prividno, određeni stupanj kontrole nad događajem. Za ovaj odnos važan je stupanj internalizacije vjere te autori navode da je izraženiji kod ortodoksnih vjernika. U istraživanjima visoko religioznih ljudi pronađeno je da se atribucije kontrole i odgovornosti pripisuju Bogu u slučajevima pozitivnih ishoda, dok se kod loših ishoda okrivljuje Vraga ili Sotonu (Spilka i sur., 2003). Iles-Caven (2020) na velikom uzorku roditelja nalazi značajnu povezanost između internalnog lokusa kontrole i vjerovanja u božansku snagu, navode da im je Bog pomogao u prošlosti, nadaju se pomoći u budućnosti, češće odlaze u crkvu i navode svoja religijska uvjerenja. Također nalaze da žene s izraženim internalnim lokusom u većoj mjeri izražavaju svoja religijska uvjerenja i ponašanja. Stiplošek (2002) na uzorku studentica nalazi povezanost ekternalnosti s internaliziranom (.27; $p < .01$) i obrednom religioznosti (.22; $p < .01$), dok na uzorku mladića te povezanosti nema.

Rezultati pokazuju da je u ovom kontekstu korisno razlikovanje aspekata intrinzične i ekstrinzične religijske orijentacije. Osobama s razvijenom intrinzičnom religijskom orijentacijom vjera predstavlja temeljni i primarni motiv, unutarnju potrebu i vrhunsku vrijednost koja prožima njihov svakodnevni život. Osobe s ekstrinzičnom religioznošću sklone su korištenju religije za zadovoljavanje vlastitih potreba i ciljeva, pri čemu je vjera instrument ostvarivanja vanjskih potreba kao što su status, sigurnost ili konformizam unutar socijalne zajednice. Allport i Ross navode da je takva „osoba okrenuta Bogu, ali bez okretanja od sebe same (Allport i Ross, 1967, prema Spilka i sur., 2003)“.

Wiley (2006) na uzorku 409 studenata nalazi povezanost intrinzične religijske orijentacije s unutarnjim lokusom $-.23$ ($p < .001$), vanjskim lokusom (utjecaj moćnih drugih osoba) $-.20$ ($p < .001$), te vanjskim lokusom (utjecaj sreće) $-.20$ ($p < .01$). Ekstrinzična religijska orijentacija ima drugačiji smjer povezanosti, tako da je korelacija s unutarnjim lokusom pozitivna (.27; $p < .001$), s vanjskim lokusom (moćni drugi) .23 ($p < .001$), te sa vanjskim lokusom (sreća) .33 ($p < .001$). Orijetacija na „religioznost u traganju“ niže korelira s mjerama lokusa s izuzetkom lokusa usmjerenog na utjecaj sreće s kojim korelira .21 ($p < .001$). Autorica nalazi medijacijski efekt ekternalnog lokusa (moćne druge osobe) na odnos intrinzične religijske orijentacije i anksioznosti, te parcijalnu medijaciju lokusa usmjerenog na moćne druge pri objašnjenju odnosa ekstrinzične religioznosti i anksioznosti. Zaključno, lokus kontrole ima medijacijsku ulogu u različitim oblicima odnosa između religijske orijentacije i anksioznosti.

Uz poneki izuzetak, empirijska istraživanja najčešće ukazuju na pozitivan odnos intrinzične religijske orijentacije i internalnog lokusa kontrole (Sturgeon i Hamley, 1979). Intrinzična religijska orijentacija pretežno negativno korelira s ekternalnim lokusom, osobito s dimenzijama „moćni drugi“ i „sreća i slučaj“ (Pargament i sur., 1979). Ovi nalazi ukazuju na činjenicu da internalizirana religioznost vodi prema smanjenom vjerovanju u djelovanje sreće i slučaja, što ukazuje na mogućnost da se istinskom religioznošću ojačava vjera u vlastite potencijale. Nalazi vezani uz odnos ekstrinzične religioznosti i internalnog lokusa kontrole nisu jednoznačni, dok su nešto stabilniji nalazi o povezanosti ekstrinzične religioznosti i ekternalnog lokusa, osobito o aspektima „moćni drugi“ i „sreća i slučaj“ (Strickland i Shaffer, 1971). Ekstrinzična religioznost uglavnom se pokazala neovisnom o mjerama lokusa vezanim uz Boga (McIntosh i Spilka, 1990; Wiley, 2006).

Wallstone i suradnici (1999) predlažu skalu za mjerenje specifičnog vanjskog izvora lokusa kontrole u području zdravlja. Skala zdravstvenog lokusa kontrole vezanog uz Boga (GLHC – *God Locus of Health Control*) namijenjena je ispitivanju uvjerenja o utjecaju Boga (Božje volje) na zdravlje osobe. GLHC skala osmišljena je kao dodatak široko korištenoj mjeri lokusa kontrole Višedimenzionalnoj skali zdravstvenog lokusa kontrole

(MHLC). Skala se sastoji od 6 tvrdnji: „Ako se moje zdravlje pogorša, to je stoga što Bog odlučuje hoće li mi poslije biti bolje“, „Mnoge stvari koje utječu na moje zdravlje rezultat su Božje volje“, „Bog je odgovoran hoće li se moje stanje pogoršati ili poboljšati“, „Što god se dogodilo s mojim zdravljem, rezultat je Božje volje“, „Hoće li se moje stanje popraviti, ovisi o Bogu“, „Bog kontrolira moje zdravstveno stanje“. Autori predlažu mogućnost prilagodbe skale za specifične zdravstvene probleme na način da se termin „zdravlje“ ili „stanje“ odmijeni s konkretnim zdravstvenim problemom, npr. „artritisom“. Ukupni rezultat može varirati u teorijskom rasponu od 6 do 36, pri čemu viši rezultat ukazuje na veće uvjerenje da vlastito zdravlje kontrolira Bog.

Welton i suradnici (1996) upozoravaju da je veliki interes istraživača usmjeren na ispitivanje značaja unutarnjeg lokusa kontrole za niz pozitivnih životnih ishoda, ali da je potencijalna korist od vanjskog lokusa često puta neopravdano zanemarena. Jedan od razloga autori vide u problemu loše operacionalizacije i mjerenja vanjskih izvora kontrole. Rezultati Wallstona i suradnika na uzorku pacijenata s reumatoidnim artritisom i sklerozom pokazuju da je viši rezultat povezan s nešto nižim obrazovanjem, većim značenjem i prakticiranjem religije (Wallstone i sur, 1999). Relacije Skale GLHC s mjerama klasičnog lokusa donekle su očekivane. Tako, korelacija s dimenzijom „moćni drugi“ iznosi .22 ($p < .05$), dok je korelacija s dimenzijom „sreća i slučaj“ nešto viša i iznosi .47 ($p < .001$). Wiley (2006) na uzorku zdravih studenata ispituje povezanost zdravstvenog lokusa vezanog uz Boga (GLHC) s klasičnim mjerama lokusa te nalazi nisku negativnu korelaciju s internalnim lokusom ($-.23$; $p < .001$) i također negativnu, ali još nižu korelaciju s vanjskim lokusom „moćni drugi“ $-.13$ ($p < .01$) i „sreća i slučaj“ $-.13$ ($p < .01$).

Vjeronje u značaj vjere u Boga za zdravstveno stanje nije povezano s internalnim lokusom kontrole. Važno je upozoriti da autori navode donekle različitu strukturu povezanosti, ovisno o vrsti bolesti koju navode klijenti uključeni u uzorak. Ukupni rezultat bio je povezan i s pasivnim suočavanjem vezanim uz bol te općenito korištenjem religije kao strategije suočavanja. Viši rezultat pozitivno korelira s negativnim afektima (.31; $p < .001$). Autori naglašavaju da ovaj aspekt lokusa nije bio povezan s ni jednom mjerom ozbiljnosti bolesti te treba uzeti u obzir da se rezultati odnose na uzorke pacijenata s kroničnim bolestima. U ovom slučaju se radi o ozbiljnim, progresivnim, kroničnim i nekontrolabilnim bolestima. Autori upozoravaju na različite mehanizme djelovanja visokog povjerenja u Božju kontrolu. U slučaju dugotrajne bolesti može doći do određenog razočaranja zbog odsustva poboljšanja zdravstvenog stanja, što pak može utjecati na nešto izraženije negativne afekte. Ponekad se nalaze značajne povezanosti između veće orijentacije na Božju pomoć, molitvu ili općenito strategije suočavanja orijentirane na religiju te veće razine problema. Ovakvi nalazi mogu proizlaziti iz prirode korelacijskih istraživanja jer razvoj teške bolesti ostavlja malo prostora za vlastitu kontrolu i vodi prema sve intenzivnijem okretanju vjeri i Bogu.

Ove procese je korisno promatrati kroz longitudinalno prikupljanje podataka. Iskustvo u radu s visokotratmatiziranim osobama ukazuje na dvije mogućnosti. Osobe koje su tijekom života razvile duboka uvjerenja o odnosu s Bogom, traumatske događaje (npr. vlastitu bolest, smrt djeteta) shvaćaju kao kušnju te ju prihvaćaju kao Božju volju, što njihovoj patnji daje dublji smisao. Drugi proces vodi osjećaju razočaranja jer su osobe doživjele teške događaje iako su cijeli život provele u skladu sa zahtjevima vjere („Zašto mi je to Bog učinio?“ ili „Zašto je to Bog dopustio?“). Razumijevanje ovog odnosa zahtijeva dublji ulazak u kognicije i očekivanja koje osoba razvija tijekom duljeg vremena, a koje mogu utjecati na interpretaciju i integriranje događaja u vlastito iskustvo. Boyd i Wilcox (2020) također nalaze povezanost između vanjskog lokusa („sreća i slučaj“) i zdravstvenog lokusa kontrole vezanog uz Boga (GLHC). Autori upozoravaju na važnost uključivanja ove vrste informacija pri oblikovanju programa za unaprjeđenje zdravlja. Wiley (2006) nalazi iznimno visoku korelaciju (iznad .80) između intrinzične religioznosti i zdravstvenog lokusa kontrole vezanog uz Boga, što implicira da se radi o konstruktima koji se visoko preklapaju. Rezultati su ponekad pod utjecajem dobi, stupnja religioznosti, metoda mjerenja lokusa i religioznosti te karakteristika ispitanika koji su u određenim slučajevima izloženi teško kontrolabilnim traumatskim događajima, gdje je odnos prema Bogu drugačije prirode.

4.5. Lokus kontrole u roditeljstvu

Roditeljstvo predstavlja veliki izazov u pogledu očekivanih ishoda. Doživljaj kontrole roditelja vezan uz uspješne ishode odgoja, ostvarivanje vlastitih očekivanja i konačne dobrobiti djece povezan je s većim brojem faktora. Prilagodba na roditeljstvo može biti stresna jer se roditelji u kratkom vremenu suočavaju s različitim, do tada, nepoznatim izazovima. Formalna edukacija ne postoji, a podrška okoline može biti različita (savjeti i pomoć prijatelja, pedijatar, vlastitih roditelja, literatura i sl.). Vrlo brzo postaje jasno da su neke karakteristike djeteta više pod utjecajem nasljeđa (temperament, ritam sna i dr.), dok se na druge može u većoj mjeri utjecati vlastitim djelovanjem i kompetencijama. Tako npr. pojava grčeva (kolika) kod novorođenčeta može rezultirati dugim razdobljima neutješnog plača, što kod roditelja rezultira doživljajem bespomoćnosti i gubitka doživljaja kontrole. Iako je roditeljstvo u većini slučajeva ostvarenje najvažnijih vrijednosti i životnih očekivanja, ono u slučajevima gubitka kontrole nad pojedinim ishodima može postati izvor značajnog stresa. Suočavanje s bolestima djece, njihovim životnim stresovima, neuspjesima i neostvarenim očekivanjima, mogu za roditelje biti izniman izazov. Utjecaj roditeljstva na mentalno zdravlje roditelja može biti povezan s različitim događajima tijekom odrastanja djece. Potreba za kontrolom i mogućnosti kontrole nad djecom značajno se mijenjaju u različitim fazama odrastanja (Angley i sur., 2015).

Percipirana kontrola može imati medijacijski utjecaj na odnos između različitih obiteljskih varijabli i prilagodbe. Obiteljsko okruženje, koje obeshrabruje djecu u preuzimanju kontrole nad događajima, smanjuje doživljaj kontrole kod djece (Sokolowski i Izrael, 2008). Roditeljski lokus kontrole predstavlja percepciju učinkovitosti roditelja u odgoju vlastite djece. Roditelji koji razvijaju vanjski lokus u ovom području, razvoj djece pripisuju faktorima koji su izvan roditeljske kontrole. Ovaj doživljaj osobne nemoći povezan je s različitim vrstama problema kao što je npr. samoregulacija emocija (Spokas i Heimberg, 2009). Ponašanje i reakcije djece doživljavaju se neovisnim o naporima roditelja, što vodi osjećaju frustracije i osobne nemoći. Kako djeca rastu, posljedice niske kontrole postaju sve veće. Spokas i Heimberg (2009) naglašavaju značaj roditeljskih stilova i pretjeranoga zaštitničkog ponašanja roditelja. Socijalna anksioznost djece može se povezati s nedostatkom topline, kao i potrebom da se djeca pretjerano štite. Vanjski lokus kontrole (važni drugi i utjecaj sreće) kod studenata je nisko, ali značajno, povezan s manjom toplinom u odnosu s roditeljima i pretjeranim zaštitničkim ponašanjem roditelja. Eksternalni lokus kontrole kod studenata djelomično posreduje u odnosu pretjerane roditeljske zaštite i socijalne anksioznosti studenata. Pozitivan ishod ovog procesa možda se može točno opisati izrekom: „Najvrjednija stvar koju roditelji mogu naučiti dijete jest vještina kako se mogu snaći bez njih.“

Roditeljski stilovi mogu se konceptualizirati na različite načine, pri čemu se često koriste dimenzije prihvatanje-odbijanje i kontrola-autonomija, iako je općenito prihvaćena uporaba dvije temeljne dimenzije: roditeljska osjetljivost i roditeljska zahtjevnost (Kuterovac-Jagodić, 1997). Pozitivna roditeljska kontrola uključuje jasna očekivanja i nadzor aktivnosti djece s ciljem usmjeravanja djece prema ciljevima koje postavljaju roditelji i poticanja razvoja samoregulacije ponašanja.

Keresteš i sur. (2012) razvijaju Upitnik roditeljskog ponašanja (URP29) koji mjeri sedam aspekata roditeljskog ponašanja, a oni se grupiraju u tri globalne dimenzije: roditeljska podrška, popustljivost i restriktivna kontrola. Autorice navode da se dimenzije kontrole u roditeljskom ponašanju primjenjuju s ciljem promjene ponašanja i unutarnjeg stanja, pri čemu je bihevioralna kontrola dominantno povezana s pozitivnim, a psihološka s negativnim razvojnim ishodima.

Keresteš i sur. (2011) ispituju odnos između doživljaja kompetentnosti u roditeljskoj ulozi i kvalitete odnosa između roditelja i djeteta s naglaskom na čestini sukoba djece i roditelja. Autorice su konstruirale Upitnik roditeljske kompetencije koji se sastoji od 12 čestica. Uz svaku tvrdnju ispitanici procjenjuju stupanja slaganja na ljestvici od 4 stupnja (1 = uopće se ne slažem, 4 = potpuno se slažem). Faktorska struktura Upitnika ukazuje na tri latentne dimenzije: roditeljsku samoeфикаsnost (5 tvrdnji; pr. „Ja sam osoba koja najbolje razumije što muči moje dijete“), roditeljski internalni lokus (3 tvrdnje; pr. „Ne postoje dobra i loša djeca, samo dobri i loši roditelji“) i roditeljski eksternalni lokus (4 tvrdnje; pr. „Često sam se uvjerila kako će se, kad se radi o mom djetetu, dogoditi ono što je sudbina odredila“). Koeficijenti pouzdanosti subskala izraženi Cronbachovim alfa koeficijentom kreću se u rasponu od .62 do .81, pri čemu se koeficijenti pouzdanosti dijelom razlikuju između uzorka majki i uzorka očeva.

Istraživanje je provedeno na uzorku majki i očeva djece viših razreda osnovne škole. Rezultati ukazuju na povezanost roditeljske samoefikasnosti i eksternalnosti s čestinom roditeljskih procjena sukoba s djecom oba spola te s dječjim procjenama sukoba s roditeljem istoga spola. Roditeljska internalnost nije bila prediktivna ni za dječje niti za roditeljske procjene sukoba. Rezultati potvrđuju teorijska očekivanja o važnosti roditeljske kompetencije i doživljaja kontrole u roditeljskoj ulozi za kvalitetu odnosa roditelja i djece.

Ajdković i Delale (2000) opisuju Skalu roditeljskog nadzora koja se sastoji od 42 čestice. One opisuju različita ponašanja roditelja prema djeci na dimenziji visokog-niskog nadzora. Ispitanici trebaju zasebno za majku i oca procijeniti koliko često se ponašaju na opisani način. Primjeri čestica su „zabranjivali su mi izlazak na određena mjesta“, „određivali su vrijeme kada ću gledati TV“, „pretraživali su mi džepove“, „dopuštali su da kod kuće organiziram tulum bez prisustva odraslih osoba“.

Kvalitetno roditeljstvo mora omogućiti djeci postupno preuzimanje odgovornosti i kontrole nad vlastitim životom. Pretjerana zaštita i preuzimanje obaveza koje bi trebala obaviti djeca povećava sigurnost kod roditelja da će stvari ostati pod njihovom kontrolom, ali ne omogućuje djeci da razviju vlastiti osjećaj kontrole nad svojim životom i osobne kompetencije. Roditelji koji razviju vanjski lokus kontrole, doživljavaju neuspješnima vlastite napore da kod djece potaknu samostalnost. Takva percepcija može povećati vjerojatnost veće autoritarnosti, prisile ili nekonzistentnosti u pristupu, što može voditi u probleme u odnosu s djecom i problemima u ponašanju djece. Potreba za pretjeranom zaštitom dijelom može proizlaziti iz uvjerenja da su ishodi povezani s vanjskim uvjetima, ali i iz osobne prevelike potrebe za kontrolom (npr. „Ja ću ti pripremiti stvari za školu da ne zakasniš“, „Ja ću doći po tebe jer je gužva u prometu“). Ovakvi postupci mogu interferirati s razvojem socijalnih vještina kod djece i njihovim kasnijim strahom od preuzimanja odgovornosti kada roditelji ne budu uz njih, nižom samoefikasnosti i samokompetencijom. Roditelji s razvijenim unutarnjim lokusom kontrole razvoj djeteta atribuiraju vlastitoj aktivnosti. To povećava vjerojatnost postavljanja zadataka djeci, smanjuje korištenje strategija prisile i rezultira većom odgovornošću djece, višim samopoštovanjem i doživljajem vlastite kontrole. Ovi nalazi opaženi su i kod mlađe djece kao i kod adolescenata (Banks i sur., 2008).

Za potrebe mjerenja lokusa kontrole vezanog uz roditeljstvo razvijene su i prikladne skale. Skala roditeljskog lokusa kontrole (PLOC – Parental locus of Control *Scale*; Campis i sur., 1986) sastoji se od 47 čestica Likertovog tipa i uključuje pet faktora: roditeljsku djelotvornost, odgovornost, sudbinu/okolnosti, roditeljsku kontrolu i kontrolu nad djecom. Skala je detaljnije opisana u trećem poglavlju. Furnham (2010) predlaže Skalu roditeljskog lokusa kontrole sačinjenu od 52 čestice na koje se odgovara na ljestvici od 9 stupnjeva i koja uključuje tri subskale: internalni lokus, važne druge osobe i sudbinu.

Garcia-Mendez i suradnici (2018) predlažu Skalu lokusa kontrole za majke adolescenata (MALOCO). Skala se sastoji od 30 tvrdnji na koje se odgovara na ljestvici od 5 stupnjeva (1-nikada; 5-uvijek). Analiza latentnog prostora rezultirala je sa šest ortogonalnih faktora. Prvi faktor opisan je kao „roditeljska djelotvornost“, a ukazuje na majčinu procjenu vlastite uspješnosti u ostvarivanju dobrobiti djeteta (pr. „Podrška koju pružam svom djetetu odražava se na njegova postignuća“). Majke visoko na ovoj dimenziji karakterizira podrška, suočavanje sa specifičnim situacijama, opaženi rezultati, ustrajnost i sl. Drugi faktor „manjak kontrole“ karakterizira doživljaj da su postupci djeteta neovisni o naporu majke ili njezinim željama (pr. „Čak i kada se trudim promijeniti ponašanje mog djeteta, ono ignorira moje mišljenje“). Treći faktor „podrška drugih osoba“ uključuje potrebu za podrškom drugih članova obitelji ili savjete okoline (pr. „Bez podrške obitelji, bilo bi mi teško brinuti o djeci“). Četvrti faktor „vjerovanja“ sadrži vjerovanja majke da na ponašanje njezine djece utječu i neke više sile kojima je zahvalna („Sretna sam što me moja djeca poslušaju i prihvate ono što im kažem“). Peti faktor „odgovornost/sposobnost“ opisan je majčinim osobnim resursima i sposobnošću majke da djeluje u skladu s interesima djece (pr. „Moje sposobnosti omogućuju mi da razumijem moju djecu“). Šesti faktor „sreća/sudbina“ proizlazi iz doživljaja majke da su pojedina ponašanja djece rezultat slučaja ili sudbine (pr. „Problemi moje djece često su posljedica loše sreće“).

4.6. Sažetak četvrtog poglavlja

U četvrtom poglavlju opisani su rezultati dijela istraživanja lokusa kontrole u području mentalnog i tjelesnog zdravlja, akademskog postignuća, poremećaja u ponašanju, religioznosti te roditeljstva. U različitim istraživanjima lokus kontrole operacionaliziran je na različite načine, što otežava generalizaciju rezultata. Opća je metodološka preporuka da se u istraživanjima u kojima se na osnovi lokusa želi predviđati specifične ishode, koriste mjere lokusa prilagođene tom području ili domeni ponašanja, iako se u brojnim istraživanjima koriste i mjere generaliziranog lokusa.

U području zdravstvenog lokusa jedna od najčešće korištenih mjera je Skala višedimenzionalnog zdravstvenog lokusa kontrole, a razvijene su i skale u području kontrole tjelesne težine, oralnog i dentalnog zdravlja, dijabetesa, depresivnosti, konzumacije alkohola, mentalnog zdravlja, roditeljske kontrole nad zdravljem djeteta, kontrole nad zdravljem fetusa i dr.

Odnos različitih mjera lokusa sa ishodima vezanim uz zdravlje i zdravstveno ponašanje nije jednoznačan. Jedan od metodoloških problema u istraživanjima zdravstvenog lokusa odnosi se na zajednički tretman osoba koje su imale zdravstvene probleme i osoba koje nisu imale osobno iskustvo ozbiljnijih zdravstvenih problema. To posebice vrijedi kada se skupno analiziraju rezultati mlađih i starijih osoba ili kroničnih bolesnika, pri čemu izostanak problema nije povezan s lokusom kontrole već s općenito boljim zdravstvenim stanjem kod mlađih ljudi.

Unatoč, dijelom inkonzistentnim nalazima, postoji određena suglasnost oko zaključka da je unutarnji lokus češće povezan s pozitivnim, a vanjski s negativnim zdravstvenim ishodima. Neki nalazi pokazuju da su osobe s unutarnjim lokusom općenito zdravije i nešto rjeđe obolijevaju od akutnih i kroničnih bolesti, vode više računa o svom zdravlju, potrebno im je kraće vrijeme za oporavak te su sklonije adaptivnim obrascima ponašanja kao što su preventivni pregledi i pridržavanje prikladne terapije.

Dio istraživača navodi da je unutarnji zdravstveni lokus najviše povezan s mjerama samoeфикаsnosti, optimizma i nekim aspektima konstrukta čvrstoće ličnosti. Razmjerno je malo podataka o efektima unutarnjeg lokusa kod osoba koje se suočavaju s teškim oboljenjima a mogućnost unutarnje kontrole im je realno mala. U području zdravlja osobito je važna kvalitetna konceptualizacija vanjskog lokusa, koji se ponekad razdvaja na važnost liječnika, važne druge ljude i sreću/slučaj. Pripisivanje važnosti liječniku kao vanjskom faktoru, uz vjerovanje u njegovu djelotvornost, može imati značajan utjecaj na izlječenje. Dio autora navodi da je u uvjetima dugotrajne hospitalizacije uvjerenje da je oporavak pod utjecajem važnih drugih osoba, povezano s boljom psihološkom prilagodbom od unutarnjeg lokusa. Istraživanja provedena na prognanicima pokazuju da je lokus potrebno pratiti longitudinalno jer početna nerealna očekivanja, u situaciji koju objektivno nije moguće kontrolirati, mogu dovesti do značajnijeg pogoršanja psihološkog stanja u odnosu na osobe koje su u početku razvile realnija očekivanja i niži unutarnji lokus.

Lokus kontrole može se razmatrati kao prediktor, ali i moderator odnosa između izvora stresa i zdravstvenih posljedica, ovisno o odabranom modelu mehanizma povezanosti između lokusa i zdravstvenih ishoda. Često se u analizu uključuju i koncepti čvrstoće ličnosti i otpornosti. Razmatranje mehanizma povezanosti lokusa kontrole i zdravstvenih ishoda ukazuje na izravniju vezu između unutarnjeg lokusa i pozitivnih zdravstvenih ishoda, dok je utjecaj vanjskog lokusa češće posredovan strategijama suočavanja koje su značajno povezane sa strukturom ličnosti. Pozornost treba posvetiti kontekstu koji može uključivati vrstu zdravstvenih problema, dob ispitanika, stupanj percipirane ugroženosti, ranije iskustvo, objektivnu mogućnost kontrole i druge faktore.

Istraživanja u području akademskog postignuća potvrđuju povezanost unutarnjeg lokusa kontrole i boljeg akademskog uspjeha, boljeg upravljanja vremenom, manjom sklonosti odgađanju, većim uvjerenjem u vlastite sposobnosti i samokompetencijom, češćim korištenjem dubinskog pristupa učenju te općenito poželjnijim strategijama učenja. U akademskom kontekstu koristi se i koncept akademske kontrole koji se može opisati kao uvjerenje učenika/studenta o vlastitim potencijalima za ostvarivanje ishoda u akademskom području i značajno je povezan s konceptom samoregulacije.

Istraživanja i modeli čiji je cilj predikcija konzumacije droga kod adolescenata pokazuju da je prediktivna vrijednost lokusa kontrole vrlo niska. Osim toga, lokus kontrole nije se pokazao povezan s djelotvornošću tre-

tmana kod ovisnika o drogama, ali je unutarnji lokus bio povezan s višom motivacijom za uključivanje u terapiju. Istraživači navode izraženiju ekternalnost kod djece težih ovisnika o alkoholu.

Razvijene su i specifične mjere lokusa kontrole vezane uz konzumaciju droga. One ukazuju na povezanost vanjskog lokusa s češćom konzumacijom droge i alkohola, nižim samopoštovanjem te višom depresivnošću. Rezultati istraživanja sugeriraju da adolescenti i vlastito i tuđe delinkventno ponašanje češće pripisuju okolinskim nego dispozicijskim faktorima. Autori zaključuju da na osnovi vrste atribucija nije moguće predviđati uključivanje mladih u delinkventno ponašanje. Istraživanja na delinkventima ukazuju na složenu strukturu atribucija, pri čemu se vlastito delinkventno ponašanje u najvećoj mjeri pripisuje vlastitoj nepromišljenosti, utjecaju situacije i antisocijalnih vršnjaka te alkoholu. U nešto manjoj mjeri se koriste atribucije vezane uz pretjeranu kontrolu roditelja, loše obiteljske odnose i konzumaciju droga.

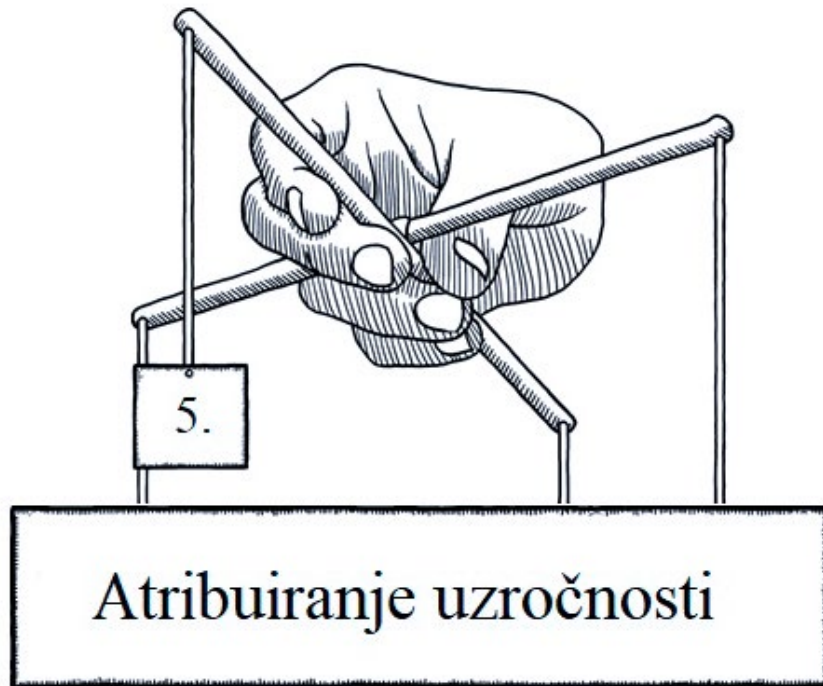
Iz teorijskih pretpostavki vezanih uz lokus kontrole proizlazi očekivanje o potencijalno većem stupnju ekternalnosti kod religioznih osoba, međutim rezultati istraživanja ukazuju na složenost doživljaja kontrole u području vjere i odnosa prema božanskom. Uz to, na prirodu odnosa utječe operacionalizacija lokusa kontrole, kao i stupanj i vrsta religioznosti. Pojedini autori naglašavaju da je u ovom kontekstu korisno razlikovanje aspekata intrinzične i ekstrinzične religijske orijentacije.

Empirijska istraživanja najčešće ukazuju na pozitivan odnos intrinzične religijske orijentacije i internalnog lokusa kontrole te uglavnom negativnu povezanost s ekternalnim lokusom, osobito s dimenzijama „moćni drugi“ i „sreća i slučaj“. Nalazi vezani uz odnos ekstrinzične religioznosti i internalnog lokusa kontrole nisu jednoznačni, dok su nešto stabilniji nalazi o povezanosti ekstrinzične religioznosti i ekternalnog lokusa, osobito kada je riječi o aspektima „moćni drugi“ i „sreća i slučaj“

Dio rezultata ukazuje na značajnu povezanost između internalnog lokusa kontrole i vjerovanja u božansku snagu, pri čemu ispitanici koji navode da im je Bog pomogao u prošlosti, imaju izraženu nadu da će im Bog pomoći i u budućnosti. Molitvom i pridržavanjem vjerskih načela istinski vjernici doživljaju kontrolu nad događajima jer je njihov doživljaj da na taj način zavrjeđuju Božju pomoć.

Pojedini autori predlažu specifične mjere zdravstvenog lokusa kontrole vezanog uz Boga. Viši rezultati na ovoj skali ukazuju na veće uvjerenje da osobno zdavlje kontrolira Bog i povezani su s vanjskim lokusom kontrole, s pasivnim suočavanjem vezanim uz bol te općenito korištenjem religije kao strategije suočavanja.

Roditeljski lokus kontrole predstavlja percepciju učinkovitosti roditelja u odgoju vlastite djece. Doživljaj kontrole u roditeljstvu usko je povezan s roditeljskim stilovima i kompetencijama, a dio autora razlikuje pozitivnu i negativnu roditeljsku kontrolu. Rezultati istraživanja potvrđuju teorijska očekivanja o važnosti roditeljske kompetencije i doživljaja kontrole u roditeljskoj ulozi za kvalitetu odnosa roditelja i djece te razvoj autonomije kod djece. Roditelji koji razvijaju vanjski lokus kontrole, doživljavaju neuspješnima vlastite napore da kod djece potaknu samostalnost. Takva percepcija može povećati vjerojatnost veće autoritarnosti, prisile ili nekonzistentnosti u pristupu, što može voditi problemima u odnosu s djecom i problemima ponašanja kod djece. Opisani su instrumenti koji uključuju koncepte roditeljskog nadzora, roditeljskog lokusa kontrole i roditeljske kompetencije.



Atribuiranje uzročnosti

5. Atribuiranje uzročnosti

5.1. Proces atribuiranja uzročnosti

*Uplašiti me sjaj milijun svijeća kad se nebom popali.
Gdje je tome kraj? Za kog su tako dubok zdenac kopali?
Zašto se sve to dešava, dal' čovjek išta rješava
il' smo samo tu zbog ravnoteže među zvijezdama?*

Đ. Balašević, „Slavenska“

Kako bi pojedinac ostvario kontrolu nad događajima, mora pokušati razumjeti i interpretirati razloge i uzroke konkretnih ponašanja i događaja te njihovih ishoda. Kvaliteta razumijevanja i atribuiranja razloga događaja u psihološkom polju pojedinca važna je na razini objašnjenja njegove motivacije, međuljudskih odnosa i socijalnog funkcioniranja, samopoimanja i opće slike o sebi te naposljetku utječe na cjelokupno mentalno zdravlje. Pojedinac koji živi u određenom društvu svakodnevno se suočava s nizom različitih pitanja na osnovi kojih nastoji objasniti uzroke pojedinih događaja i njihovih ishoda, tj. povezati ponašanje s posljedicama ili ishodima. Neki primjeri mogu biti:

- Zašto mi se moj prijatelj ne javlja već tri mjeseca?
- Zašto nisam položio prvu godinu studija?
- Zašto roditelji ne prihvaćaju moju želju i odluku da studiram ono što želim?
- Zašto moj šef ne vjeruje u moje sposobnosti i važne poslove daje mom kolegi/ici?
- Zašto se moja sadašnja supruga zaljubila upravo u mene?
- Zašto moja kćer uvijek radije za savjet pita majku, a ne mene?
- Zašto moj župnik tolerira ponašanje koje nije u skladu s učenjem naše Crkve i vjere?
- Zašto se posljednjih mjeseci osjećam potišteno i ništa me ne veseli?
- Zašto već godinu dana ne uspijevam smanjiti tjelesnu težinu?
- Zašto moj rad nije odabran za državno natjecanje?

Osoba je često u situaciji atribuiranja i interpretiranja različitih događaja u socijalnoj okolini i društvu.

- Zašto osoba koja na društvenim mrežama objavljuje priglupе objave ima 50.000 pratitelja?
- Zašto dobar i pošten čovjek nema odgovarajući ugled u socijalnoj zajednici?
- Zašto nastavnici različito vrednuju jednako znanje kod različitih učenika?
- Zašto ljudi biraju na rukovodeća mjesta osobe koje to nisu zavrijedile?
- Zašto pojedini sportaši imaju milijunska mjesečna primanja, a liječnici tek iznadprosječna?

Razmatranje ovih događaja i njihova interpretacija omogućuju pojedincu da stvori uvid u faktore koji su odgovorni za opisane ishode. Jasno je da svi opisani događaji nemaju jednaku važnost za pojedinca i da će potreba za

kontrolom nad događajima biti različita. U skladu s tim, motivacija osobe za razumijevanjem uzroka bit će različita ovisno o događaju. U slučajevima važnih ishoda koje pojedinac doživljava negativnim, bitno je pronaći načine kako utjecati na situaciju i promijeniti je u svoju korist. Ako su pak ishodi pozitivni, važno je spriječiti promjene koje bi dovele do negativnih ishoda. Rotterov koncept kontrole i srodna teorijska gledišta polaze od temeljnog razlikovanja faktora vezanih uz samu osobu i faktora koji su pod utjecajem okoline. Pri objašnjenju ponašanja i motivacijskih procesa kod pojedinca pitanje „zašto?“ pretvara se u pitanje „kako?“.

Nisu sva navedena pitanja jednako važna za svakog pojedinca niti će ga potaknuti na promišljanje potencijalnih uzroka. Međutim, ako pojedina stanja izazivaju potrebu za reakcijom, osoba će neka od prethodno spomenutih pitanja pretvoriti u sljedeći oblik:

- Kako mogu utjecati na to da nastavnici objektivno vrednuju moje znanje?
- Kako mogu utjecati na prijatelja da mi se javi?
- Kako mogu položiti prvu godinu studija?
- Kako mogu utjecati na roditelje da podrže moju želju i odluku o izboru studija?
- Kako mogu utjecati na mog šefa da počne vjerovati u moje sposobnosti i važne poslove dodijeli i meni?
- Kako mogu moju sadašnju partnersku vezu održati kvalitetnom?
- Kako mogu utjecati na moju kćer da se i meni povjeri kada ima probleme?
- Kako mogu promijeniti svoje stanje potištenosti koje osjećam posljednjih mjeseci?
- Kako mogu ostvariti da moj rad sljedeće godine bude izabran za državno natjecanje?

Procesi tijekom kojih se nastoje objasniti uzroci neke pojave ili ponašanja u širem smislu se nazivaju procesima atribucije (lat. *attribuere* – pridijeliti, pripisati). Atribucijska teorija proučava procese na osnovi kojih ljudi pripisuju (atribuiraju) karakteristike i namjere drugim osobama, objektima, situacijama ili samima sebi te kako objašnjavaju motive ponašanja i uzroke događaja (Aronson, Wilson, Akert, 2005). Teorije atribucije razvile su se u okrilju područja socijalne percepcije pedesetih godina 20. stoljeća, pri čemu treba izdvojiti doprinos Fritza Heidera, koji nastoji razviti teorijski okvir za analizu i objašnjavanje procesa kojim ljudi interpretiraju uzroke vlastitog ponašanja, kao i ponašanja drugih ljudi (Heider, 1958). On smatra da se ljudi u ovom procesu ponašaju kao znanstvenici amateri te pokušavaju na osnovi različitih informacija sklopiti mozaik kojim bi dobili razumno objašnjenje određenog ponašanja. Heider u osnovi razlikuje dvije vrste atribucija. Unutarnja atribucija uzroke pronalazi pretežito u karakteristikama same osobe (njezinim osobinama, stavovima, motivima, namjerama i sl.), dok vanjske atribucije uzroke pripisuju vanjskim uzrocima kao što su okolnosti, socijalna okolina i sl. Uočava da su ljudi skloniji unutarnjim atribucijama, iako naglašava da je moguće percipirati kombinaciju unutarnjih i vanjskih činitelja. Važno je naglasiti da su teorije atribucija primarno zainteresirane za percepciju uzroka koju razvija pojedinac, a manje za stvarne ili objektivne uzroke.

Heider (1958) uvodi koncept **percipiranog lokusa kauzalnosti** (PLOC – *Perceived locus of causality*) u kontekstu interpersonalne percepcije, odnosno analize procesa na osnovi kojih pojedinac zaključuje o motivima i namjerama drugih osoba. On razlikuje osobnu uzročnost, za koju je ključna namjera, te situacijsku (impersonalnu) uzročnost, za koju je primarna uloga okoline, neovisno o namjerama pojedinca. DeCharms (1968, prema Ryan i Connel, 1989) dodatno razrađuje ovu Heiderovu podjelu tako da kod personalne uzročnosti razlikuje internalni PLOC, kod kojega je osoba uzrok njezina ponašanja, te eksternalni PLOC, kod kojega je osoba tek „prijun“ ili „izvršitelj“ utjecaja različitih faktora. Ova distinkcija čini se važnom za analizu intrinzične i ekstrinzične motivacije te percipirane autonomije ponašanja općenito (Deci i Ryan, 2008). Ovaj se koncept može podjednako primjenjivati pri analizi procesa interpersonalnih atribucija kao i kod samopercepcije, odnosno analize vlastitog ponašanja (Ryan i Connel, 1989).

Harold Kelly razvija teoriju atribucije poznatu pod nazivom **model kovarijacije** (Kelly, 1967). Njegov doprinos ogleda se u daljnjem raščlanjivanju procesa atribucije prema kojemu osoba prikuplja sve raspoložive informacije i nastoji utvrditi obrasce zajedničke pojave potencijalnih uzroka i ponašanja, odnosno posljedica. Kelly opisuje tri oblika informacija na osnovi kojih zaključujemo o kovarijacijama između uzroka i posljedica. Prva se

odnosi na **suglasnost**, koja predstavlja konzistenciju u reakcijama okoline na istu podražajnu situaciju (osobu čije ponašanje analiziramo). Druga informacija odnosi se na **različitost** koja opisuje koliko konzistentno sama osoba reagira na različite podražaje. Treću vrstu informacije predstavlja **dosljednost** u pojavi istog podražaja i iste posljedice. Svaki od ova tri izvora za zaključivanje može biti izražen u visokom i niskom stupnju, a njihova kombinacija omogućuje donošenje jasnih atribucija i zaključaka. Model kovarijacija podrazumijeva da procjenjivač mora raspolagati dovoljnom količinom informacija te da je motiviran da ih sustavno prikuplja i analizira.

Kelly je autor i teorije poznate pod nazivom **model kauzalnih shema** (Kelly, 1972, prema Pennington, 1997) koja je prikladna u slučajevima kada procjenjivač raspolaže informacijama o ponašanju u samo jednoj situaciji. Kelly definira „kauzalne sheme“ kao opći koncept neke osobe o određenim vrstama uzroka koji interakcijom proizvode specifičnu vrstu učinka. Ovakvo zaključivanje pojednostavljeno je i često pod utjecajem predrasuda, stereotipa, iluzornih korelacija i sličnih izvora pristranosti. Ljudi će pri procjeni preferirati jednostavna objašnjenja. Ako im je poznat jedan uzrok, najčešće nisu motivirani tražiti i druge moguće uzroke nekog događaja.

Bernard Weiner (1992) usmjeren je na istraživanje postignuća i motivacije. U svome radu je bio zaokupljen pronalaženjem odgovora na pitanje što je ključno u postizanju uspjeha te čemu ljudi pripisuju svoj ili tuđi (ne) uspjeh. Weiner proširuje Rotterov i Heiderov koncept mjesta kontrole uvođenjem dimenzije stabilnosti. Originalno njegov model uključuje dvije dimenzije. Prva je opisana polovima **unutarnje-vanjsko** i ukazuje na uzrok ponašanja, tj. osobu ili okolinu. Weiner uvodi novu dimenziju koja se odnosi na vremensku stabilnost percipiranog uzroka, a koja može varirati između polova **stabilno-nestabilno** (Weiner i sur., 1971). Analize su pokazale da nisu svi uzroci stabilni u funkciji vremena ili situacije.

Važno je naglasiti da se neke od karakteristika situacije mogu različito interpretirati. Razmotrimo sljedeći primjer:

Tablica 5.1. Vrste atribucija uspjeha na ispitu prema modelu koji uključuje dimenzije stabilnosti i lokusa kontrole

		Dimenzija lokusa	
		unutarnje	vanjsko
Dimenzija stabilnosti	stabilno	spособnosti studenta	program kolegija
	nestabilno	motivacija studenta	raspoloženje profesora

Weinerov model korišten je između ostalog pri atribuciji uspjeha i neuspjeha u akademskom postignuću (Pennington, 1997), a u analizi se ponekad uključuje dodatni aspekt ili dimenzija kojom se uzročnik opisuje kao **specifičan ili globalan**. Ako se određeni ishod javlja samo u određenoj situaciji, opisat ćemo ga kao specifičan, a ako se ponavlja u različitim situacijama, opisat ćemo ga kao globalan. To znači da određena atribucija može vrijediti kao objašnjenje ishoda samo na jednom ispitu, a može vrijediti i globalno za većinu ispita koje student polaže na određenom studiju. Inzistiranje na globalnom lokusu može smanjiti točnost atribucija u konkretnim situacijama. Weinerov doprinos kroz uvođenje dimenzije stabilnosti omogućuje razlikovanje elemenata koji se mogu mijenjati ovisno o situaciji. Učenik može biti motiviran za učenje u određenom području, a nisko motiviran za drugo područje uz podjednake vanjske okolnosti. Aspektom specifično-globalno nastoji se opisati mogućnost generalizacije pojedinog čimbenika na širi opseg aktivnosti. Uspjeh na ispitima može biti pod utjecajem ispitne anksioznosti ili motivacije učenika/studenta. Taj element može se razmatrati kao unutarnji i nestabilan jer učenik može, barem dijelom, utjecati na promjene razine anksioznosti ili motivacije. Dio učenika to stanje prihvaća kao faktor na koji se ne može utjecati i zaključuju: „Ja se uvijek u ispitnim situacijama ponašam na taj način“. Dodatna interpretacija može pomaknuti ovu atribuciju prema vanjskim faktorima (npr. „Svi članovi moje obitelji su bili loši studenti“ ili „Svi u mojoj obitelji su bili alkoholičari“ i sl.). Sam Weiner navodi da je uz svaki pojedini događaj, odnosno atribuciju uspjeha, moguće uzeti u razmatranje veći broj potencijalnih uzročnika. Na osnovi empirijskih istraživanja i analiza, Weiner predlaže i uvođenje dimenzije kontrolabilnosti, koja je u ovom kontekstu osobito važna.

5.2. Procjena mogućnosti kontrole („kontrolabilnosti“)

Implicitno je očekivanje u okviru klasičnog pristupa lokusu kontrole da kod procjene unutarnjeg lokusa osoba može očekivati pozitivan ishod, dok je kod vanjskog lokusa pozitivan ishod manje izvjestan. Istraživanja i teorijska razmatranja pokazala su da sama procjena unutarnjeg lokusa ne jamči da će ishod biti pozitivan. Brojne su situacije negativnih ishoda ili neuspjeha kod izraženog uvjerenja o unutarnjem lokusu, kao i pozitivnih ishoda u slučajevima uvjerenja o vanjskom lokusu. Wiener, na tragu ovih razmišljanja, uvodi i dodatnu dimenziju u model koju opisuje kao **mogućnost kontrole ili kontrolabilnost**. Ovaj aspekt atribucije uzročnosti može biti koristan pri objašnjavanju neuspjeha uz lokus i stabilnost (Weiner, 2010).

Kod pozitivnih ishoda ponašanja osobine pojedinca primarno se razmatraju kao unutarnji, stabilni i kontrolabilni faktori, ali u slučaju neuspjeha te osobine (npr. inteligencija, pamćenje, visina, oštrina vida, psihomotorika) mogu se percipirati kao unutarnje i stabilne, ali pojedinac na njih ne može utjecati niti ih može mijenjati. S druge strane, motivacija ili marljivost kao unutarnje karakteristike, češće se doživljavaju kao općenito kontrolabilne. Konačna verzija Weinerove teorije atribucija uključuje tri dimenzije: lokus, stabilnost i kontrolabilnost. Neki autori predlažu uporabu kontrolabilnosti u statusu medijatora (Song i sur., 2020). Procijenjeni unutarnji lokus uz neku specifičnu situaciju ne treba nužno poistovjetiti s mogućnošću kontrole nad ishodom. Osoba, koja zbog nedovoljnog truda ili motivacije nije uspjela ostvariti uspješan ishod, nema kontrolu nad unutarnjim i stabilnim čimbenicima povezanim s ishodom. Na tragu spomenute treće dimenzije moguće je i za ishod percipiran kao podložan vanjskim faktorima predvidjeti određenu razinu kontrolabilnosti. Tako npr. osoba koja želi dobiti zaposlenje ili upisati studij za koji nema potrebne kvalifikacije, može potražiti pomoć drugih osoba koje će joj to omogućiti. Učenik koji procjenjuje niske sposobnosti u određenom području, može imati visoko povjerenje u vanjsku pomoć prijatelja, čime ostvaruje kontrolu nad zadanom aktivnošću. U ovom kontekstu važno je razmotriti čimbenike koji utječu na mogućnost osobne kontrole nad ponašanjem.

Tako se pri objašnjavanju pomagačkog ponašanja pokazalo da je veća vjerojatnost pružanja pomoći u slučajevima kada opažać percipira da uzrok nije „kontrolabilan“ od strane osobe u potrebi u odnosu na situaciju kada se percipira da je uzrok bio kontrolabilan („sam je kriv/a za svoje stanje“). Tako ćemo npr. prije pomoći osobi koja je pala na pločniku, nego pijanoj osobi koja je izgubila ravnotežu (ovdje je lokus unutarnji, stabilan i kontrolabilan iz pozicije promatrača). Procjena kontrolabilnosti važna je općenito za naše reakcije kao opažaća. Kada je riječ o osobama koje procjenjujemo odgovornima za svoje stanje, naša reakcija će vjerojatnije biti ljutnja, ignoriranje, odbacivanje i izostanak empatije. A kada je riječ o osobama za koje procjenjujemo da su okolnosti djelovale na njihovo stanje, odnosno da same nisu mogle kontrolirati situaciju, veća je vjerojatnost suosjećanja, pomoći i razumijevanja. Weiner (1992) razmatra koncept „slobodne volje“, tj. mogućnosti kontrole nad vlastitim karakteristikama. Potrebno je dosta informacija na osnovi kojih bismo mogli zaključiti o uzrocima nečije ovisnosti, bolesti, prekomjerne težine, siromaštva, homoseksualnosti i sličnih karakteristika ili stanja. Weiner naglašava da se obični ljudi rukovode jednostavnim atribucijama koristeći evaluativne dimenzije dobro-loše, kao i stupanj u kojemu su ta ponašanja bila pod kontrolom pojedinca. Alkoholičari i narkomani se smatraju najodgovornijima za svoj problem, a najmanje osobe s psihičkim teškoćama (Kamenov i sur. 2003; Weiner, 1992). Zanimljive su atribucije koje nastavnici izvode vezano uz neke karakteristike učenika. Weiner (1992) navodi istraživanje Brophyja i Rohrkempera iz 1981. u kojemu nastavnici hiperaktivnost i prkos u razredu procjenjuju kontrolabilnim, dok se sramežljivost i perfekcionizam doživljavaju manje podložnim kontroli učenika.

Vlastiti pad na ispitu, koji se atribuiraju unutarnjim, stabilnim i nekontrolabilnim faktorima, vodi niskom samopoštovanju, izbjegavanju sličnih aktivnosti u budućnosti i generalizacijom takvog ishoda na sve srodne situacije. Osoba koja već ima nisko samopoštovanje, pozitivan ishod interpretirat će kao sreću jer je dobila lagana pitanja na ispitu, blagonaklonim ispitivačem i neće vjerovati da će se to ponoviti na drugim ispitima. To nas vodi zaključku da se atribucijski stilovi pojedinca mogu razlikovati te rezultirati vrlo različitim interpretacijama objektivno sličnih situacija.

Samoprocjena nemogućnosti kontrole nad unutarnjim uzročnicima loša je za psihološko funkcioniranje osobe jer vodi osjećaju manje vrijednosti, samosažaljevanju, autodestrukciji, depresivnosti i sl. Analiza vlastitog ponašanja može ukazivati da je ponašanje uzrokovano s više faktora i da ga nije prikladno opisivati isključivo in-

ternalnim lokusom kauzalnosti. Primjer mogu biti ponašanja koja uključuju doživljaj krivnje ili odgovornosti. U takvim slučajevima osoba se ponaša na određeni način jer osjeća da bi se tako trebala ili morala ponašati, a ne zato što je to njezin istinski izbor. Student može upisati određeni studij jer su to bila očekivanja roditelja, a ne zbog vlastitog interesa. U ovom slučaju osoba samo inicira ponašanje iako su istinski motivatori u okolini (Lewis, 1971). Ovakvo stupnjevanje iskustva percipirane kauzalnosti u odnosu na ponašanje pojedinca uobičajeno je za teorije internalizacije (Ryan i sur., 1983). Nastoji se opisati kontinuum koji vodi prema određenju intrinzične i ekstrinzične motivacije u području ponašanja. Što su vrijednosti više internalizirane, to je izraženiji osjećaj autonomije. Potencijalni problem vezan uz modele atribucija jest često pojednostavljeno svođenje dimenzija na dihotomije (npr. unutarnje-vanjsko, kontrolabilno-nekontrolabilno) iako se u osnovi radi o dimenzijama na kojima su rezultati bliži središnjim pozicijama a ne polovima.

Mnoga istraživanja koriste Weinerov trodimenzionalni model pri analizi različitih socijalnih i osobnih problema kao što su alkoholizam (McHugh i sur., 1979), kriminalitet i donošenje presude (Carroll, 1978), nasilje u braku (Frieze, 1979), te traženje i pružanje pomoći (Weiner, 1980; Reizenstein, 1986). Weiner unosi **veću fleksibilnost** u Rotterov klasični koncept i omogućuje njegovu bolju prilagodbu na različite specifične situacije.

5.3. Atribucije uzroka – analitičnost ili automatizam

Razmatrajući teorijske pristupe unutar područja atribucija i socijalne percepcije, mogu se razlikovati dva šira koncepta. Jedan dio autora naglašava da je socijalna percepcija **pažljiv misaoni proces** tijekom kojega se ljude opaža analitički, a sudovi se ne donose sve dok analiza osobe i njezina ponašanja nije cjelovita. Ovaj proces je analitičan i pažljiv, dugotrajan, a na njega može utjecati i kontekst u kojemu se osoba procjenjuje. Ovakav pristup zastupaju Fritz Heider (1958), Kelly (1967), Weiner (1992) te Ajzen i Fishbein (1980). Druga skupina autora pretpostavlja da je socijalna percepcija u osnovi **kratak i brz, automatski proces**, tijekom kojega opažači oblikuju brze prosudbe o ponašanju drugih ljudi i njihovim karakteristikama na osnovi njihovih izvanjskih karakteristika, unaprijed stvorenim stavovima ili nekim obilježjima konteksta u kojemu se vrši procjena. Među zagovornike ovog pristupa mogu se svrstati J. Baron (1988), McArthur i R. Baron (1983) te Taylor i Fiske (1978). U posljednje vrijeme predloženi su i pristupi koji predviđaju integrirano djelovanje dviju vrsta procesa: automatskih ili heurističkih sustava procesiranja (pretežno su nesvjesni i implicitni) i kontroliranih ili sustavnih procesa obrade informacija (pretežno su svjesni i eksplicitni). Dvoprocesne teorije objedinjuju dva spomenuta šira konceptualna teorijska pristupa te nude širi teorijski okvir za razmatranje i interpretaciju rezultata u području socijalne, ali i kognitivne psihologije. Takav pristup predlaže Daniel Kahneman (2003) razlikujući dva sustava ili stila procesiranja, pri čemu prvi označava brzo, intuitivno, nesvjesno, emocionalno procesiranje, dok drugi sustav karakterizira polagano, logično, promišljeno i svjesno procesiranje informacija.

U ovom kontekstu korisno je spomenuti i neke pristupe originalno razvijene u kontekstu socijalne percepcije, ali koji mogu biti korisni za promišljanje atribucija kauzalnosti. Cacioppo i Petty (1989) razlikuju dva osnovna kanala kojima primamo informacije na osnovi kojih donosimo prosudbe ili procjene. Prvi nazivaju **centralnim**, i njega karakterizira viši stupanj kognitivne obrade i analitičko vrednovanje informacija, odnosno integracija novih informacija s ranije poznatim. Drugi ili **periferni** kanal karakterizira zaključivanje na osnovi sekundarnih ili perifernih znakova te niska uključenost kognitivne elaboracije i argumenata. Istraživanja potvrđuju da su prosudbe formirane na osnovi informacija primljenih centralnim kanalima čvršće i otpornije na promjene. Autori navode da je centralni put i detaljnija elaboracija vjerojatnija u slučajevima kada je osoba **visoko motivirana** za točnu interpretaciju kauzalnosti, odnosno kada joj je ishod **osobno važan**. U situacijama kada ishod ili ponašanje nema posebnu važnost za osobu, vjerojatnije je površnije zaključivanje na osnovi perifernih informacija kao što su kontekst, povjerenje u izvor informacija i sl. Tako npr. pri planiranju određene aktivnosti (pripreme ispita) osoba potrebno vrijeme može procijeniti uz detaljnu analizu količine i složenosti teksta koji treba pročitati, ostalih obaveza, iskustava drugih studenata i drugih važnih parametara. Druga mogućnost je brza proizvoljna procjena koja može rezultirati značajnim podcjenjivanjem potrebnog vremena, što povećava vjerojatnost neuspjeha.

U situacijama brzog donošenja prosudbi i stavova, dio autora navodi uporabu kategorija ili općih termina koji omogućuju zamjenu onih informacija koje nam nisu dostupne ili ih nismo motivirani prikupljati (Macrae i Bodenhausen, 2000). Kategorije olakšavaju proces zaključivanja, ali nose rizik izvođenja krivih ili pristranih sudova zasnovanih na različitim predrasudama i stereotipima o drugim osobama, ali i o sebi kao predmetu procjene. Tako npr. ponašanje druge osobe o kojoj imamo malo informacija ili smo je od ranije svrstali u neku od općih kategorija, nećemo detaljnije razmatrati već ćemo upotrijebiti neku od raspoloživih kategorija poput „nesposoban“, „lijenčina“, „negativac“, „gubitnik“, „štreber“, „desničar“ i sl. Vlastiti neuspjeh može se jednostavno pripisati svrstavanjem u određenu kategoriju kao npr. „nesretnik“, „nesposobnjaković“, „gubitnik“ i sl., bez potrebe za detaljnijom analizom svih faktora koji su doveli do određenog ishoda. Jednaka uporaba kategorija moguća je i kod pozitivnih ishoda, kada ćemo nečiji uspjeh jednostavno objasniti činjenicom da je „sretan“, ignorirajući i mogući njegov napor i trud pri ostvarivanju ishoda. Rezultati istraživanja pokazuju da je aktivacija kategorija vjerojatnija kada je motivacija opažaća za točnom informacijom manja i postoje razvijene predrasude prema određenoj kategoriji (Lepore i Brown, 1997). Ovaj proces može funkcionirati i kod samoprocjene i to u oba smjera („Ja spadam u kategoriju zdravih i otpornih ljudi“ ili „Nema bolesti koja će mene zaobići“). Uz to, uporaba kategorija može se očekivati kada raspoložemo s manje informacija (Gilbert i Hixon, 1991), nemamo dovoljno vremena ili imamo razvijena određena uvjerenja i stereotipe o sebi ili drugim ljudima. Situacije u kojim raspoložemo proturječnim informacijama otežavaju aktivaciju brzih sudova i uporabu kategorija te potiču pronalažanje dodatnih informacija.

5.4. Pogreške pri atribuiranju

Vrijednost lokusa i doživljaja osobne kontrole u značajnoj mjeri ovisi o kvaliteti i točnosti procesa atribucije uzroka određenog ponašanja, odnosno njegovih ishoda. Brojna istraživanja usmjerena su na analizu mogućih pogrešaka i pristranosti u procesu atribucije, odnosno krivog povezivanja uzroka i posljedica. Ovdje treba naglasiti da utvrđivanje kauzalnosti u brojnim životnim situacijama nije jednostavan posao. Cjelokupna znanost se trudi utvrditi faktore kojima se može objasniti akademski uspjeh, pojava bolesti ili zadovoljstvo u partnerskim vezama, a od pojedinaca se očekuje da sami **što točnije procjene faktore odgovorne za ishode vlastitih ponašanja. Osobne atribucije predstavljaju subjektivnu procjenu uzroka** iz specifične pozicije procjenjivača. U nastavku ćemo razmotriti neke od mogućih pogrešaka i pristranosti vezanih uz procese atribuiranja uzorka događaja.

5.4.1. Praznovjerna ponašanja

*Ako vam crna mačka pređe preko puta,
to znači da je životinja nekamo krenula.*

Groucho Marks

Iako su humanistička i kognitivna psihologija, u odnosu na bihevizizam i psihoanalizu, razvile pretpostavku o čovjeku kao razumnom i racionalnom biću, ipak određena ponašanja odstupaju od takvog očekivanja. Znatan dio ljudi vjeruje da su ishodi određenih ponašanja povezani s mjestom i vremenom rođenja (npr. „osobe rođene u horoskopskom znaku lava su hrabre, dominantne i ambiciozne i sl., a njihova veza s vodenim znakovima poput rakova, riba i škorpiona ili zemaljskim znakovima bika, djevice i jarca, teško može uspjeti jer njihova prizemna priroda nije prikladna za blještavilo i dramu za kojom lavovi žude“). Iako javno ne priznaju da astrologija može pripomoći pri objašnjavanju ishoda partnerske veze, dio ljudi će ipak konstatirati „da tu nešto ima“. Na lokalnim televizijskim programima nije mali broj programa u kojima različiti vidovnjaci i stručnjaci za tarot predviđaju ishode životnih događaja ljudima koji su za to spremni platiti. U tarotu se, na osnovi rasporeda igraćih karata, objašnjavaju pojedini događaji iz života, analiziraju različiti faktori koji utječu na pojedine životne događaje te općenito omogućuje predviđanje sudbine. Ovaj pristup bi se mogao svrstati u vanjski lokus kontrole. Za psihologiju

je osobito važno vjeruju li ljudi u ova objašnjenja i koliko svoj život prilagođavaju ovim informacijama. Gallupova istraživanja pokazuju da polovica građana SAD-a vjeruje u ekstrsenzornu percepciju, a trećina u astrologiju. U Hrvatskoj 63% ispitanika iz opće populacije vjeruje u postojanje sudbine, 50% u čuda i ukazanja, 25% vjeruje u opsjednutost vragom, postojanje duhova i predmete koji donose sreću, 20% u astrologiju, a u postojanje uroka 11% (Marinović-Jerolimov, 2005).

Religijska literatura u praznovjerje svrstava: a) neprikladno štovanje pravoga Boga, b) idolopoklonstvo, c) gatanje, d) isprazne obrede kao što su magija i okultizam (Spilka i sur., 2003), dok pojedini autori ovdje koriste izraz „narodska vjerovanja“ (Hiller, 1989). Petz u *Psihologijskom rječniku* (2005) opisuje praznovjerja kao „vrste stavova i uvjerenja koja spadaju u predrasude, a koja se sastoje od a) tendencije da se nekim događajima pripišu nadnaravni uzroci i b) da se nekim svakodnevnim situacijama pripisuju sudbonosna značenja“. Sam pojam praznovjerje uključuje pojam vjerovanja, tj. osoba nema argumente ili dokaze koji povezuju određeno ponašanje s ishodom, a većina praznovjerja uključuje očekivanje, odnosno orijentirana su na budućnost (Lugomer, 1980). Interpretacije i očekivanja ishoda događaja zasnovanih na praznovjerju mogu se opisati različitim mehanizmima. Jedan se zasniva na povezivanju uzroka i posljedice čija je vremenska pojava slučajno koincidirala. Učenik koji je prethodni ispit položio noseći određenu odjeću, može istu odjeću nositi i na sljedećim ispitima uz očekivanje da postoji neka povezanost između odjeće i uspjeha na ispitu. Ova povezanost se može objasniti i klasičnim uvjetovanjem (Fulgosi, 1997). Praznovjerje može biti posljedica psihopatologije, specifičnog načina mišljenja, odnosno posljedica pogreški pri percipiranju, pamćenju i rezoniranju, podsvjesnih mehanizama izloženosti nejasnim i ugrožavajućim situacijama (Lugomer, 1980). Ljudi socijalnim učenjem usvajaju moguća djelovanja crne mačke, petka 13. ili pronalaska djeteline s četiri lista te u manjoj ili većoj mjeri tim „uzročnicima“ pripisuju ishode konkretnih ponašanja. Neka istraživanja pokazuju povezanost praznovjerja s nižom samoefikasnosti (Sachs, 2004), višim neuroticizmom, manjim dogmatizmom (Auton i sur., 2003). Odnos praznovjerja i lokusa kontrole nije se pokazao konzistentnim (Bleak i Frederick, 1998).

5.4.2. Osnovna atribucijska pogreška

U procesu atribucije ili pripisivanja posljedica različitim uzrocima pokazalo se da ljudi veću pozornost pridaju karakteristikama ličnosti osobe nego vanjskim situacijskim faktorima. To vodi precjenjivanju značaja unutarnjih dispozicijskih faktora pri objašnjavanju ponašanja. Ova vrsta pristranosti naziva se osnovna atribucijska pogreška (Aronson i sur., 2005). Jedan od mogućih razloga leži u činjenici da je opažaču najčešće direktno dostupno ponašanje osobe, a prikupljanje dodatnih informacija o ostalim situacijskim faktorima zahtijeva dodatan trud i općenito su takve informacije teže dostupne.

5.4.3. Atribucije u vlastitu korist

Prilikom procjene lokusa kontrole osoba prosuđuje povezanost osobnih karakteristika s ishodom nekog ponašanja. U slučaju kada sami procjenjujemo vlastito ponašanje, skloniji smo vlastiti uspjeh pripisati unutarnjim faktorima, odnosno vlastitim sposobnostima, trudu ili drugim dispozicijskim osobinama, a neuspjeh pripisati vanjskim uvjetima ili okolnostima. Ovakva potencijalna pristranost naziva se atribucija u vlastitu korist (Pennington, 1997). Jedan od mehanizama u podlozi ove pristranosti može se nalaziti u potrebi da se sačuva i osnaži vlastito samopoštovanje. Kao primjer mogu poslužiti izjave političara koji izborni uspjeh pripisuju svojim kvalitetama unatoč malom broju birača koji su izašli na izbore i maloj prednosti pred ostalim kandidatima (ovaj oblik pristranosti ponekad se naziva samouzdanje). Kod poraza u sportu već su tradicionalne optužbe na račun sudačke nepravde ili drugih vanjskih faktora kojima se atribuiraju razlozi poraza (ovakav slučaj se ponekad opisuje kao obrambena pristranost).

Kod osoba koje imaju nisko samopoštovanje i nisku vjeru u sebe moguća je i suprotna tendencija da se umanjuje vlastiti utjecaj na događaje te se uspjeh pripisuje sreći, lošoj igri protivnika ili okolnostima.

5.4.4. Razlika u atribucijama iz uloge izvođača i promatrača

Istraživanja i svakodnevno iskustvo ukazuju na razlike u atribucijama istog događaja, ovisno o tomu radi li se o procjenama osobe uključene u ponašanje ili o vanjskom promatraču. U ovom slučaju osoba uključena u situaciju raspolaže drugačijim informacijama u odnosu na promatrača i veća je vjerojatnost da će posljedice atribuirati osobinama aktera kada je u ulozi promatrača, a osobinama situacije kada se nalazi u ulozi sudionika ili izvođača. Učenik koji nije dobro pripremio ispit, ima detaljniji uvid u uvjete koje je imao tijekom pripreme (nedostatak vremena, zdravstveni problemi i sl.), dok će nastavnik vjerojatnije njegov neuspjeh atribuirati njegovim unutarnjim osobinama poput lijenosti. Ova razlika se u literaturi uobičajeno opisuje kao razlika izvođač-promatrač (Johnson i Boyd, 1995; Aronson i sur., 2005). Pri objašnjavanju ove razlike koristi se i pojam **perceptivne istaknutosti** koji ukazuje na različitu istaknutost i vidljivost mogućih uzročnika iz perspektive sudionika i opažača (Jones i Nisbett, 1972).

5.4.5. Neki oblici obrambenih atribucija

Postoje pristranosti u procesu atribuiranja koje za cilj imaju smanjenje doživljaja osobne ranjivosti i smrtnosti. Takve atribucije nazivaju se obrambene atribucije (Aronson i sur., 2005). Taylor i Brown (1988) navode tri različita oblika ovakvih atribucija: nerealistično pozitivno doživljavanje sebe, iluzija osobne kontrole i nerealistični optimizam. Sklonost ljudi da sebe procjenjuju i doživljavaju boljima od drugih usporedivih osoba naziva se **nerealistično pozitivno doživljavanje sebe**. Većina ljudi će procijeniti da su kod njih razvijene pozitivne osobine ili da su njihove sposobnosti i talenti rijetki i vrijedni (Taylor i Brown, 1988) te da općenito sebe vide boljima nego što ih vide drugi. Ovdje se ne radi samo o tendenciji prikazivanja sebe u socijalno poželjnom svjetlu pri postupcima selekcije, već o stvarnom doživljaju vlastite posebnosti. Druga zanimljiva pristranost odnosi se na **iluziju osobne kontrole**. Istraživanja pokazuju da ljudi imaju viši osjećaj kontrole nad događajima u okolini nego što to odgovara objektivnim pokazateljima (McKenna, 1993). Tako postoji tendencija da se precjenjuje vlastita zasluga za pojavu određenog događaja (Taylor i Brown, 1988), očekuje veća kontrola nad ishodom bacanja kocke kada osoba sama baca kocku u odnosu kada to za nju čini netko drugi. Tendencija ljudi da vjeruju kako u budućnosti imaju, u usporedbi s prosječnim vršnjacima, veću vjerojatnost doživjeti pozitivne događaje i ishode, a izbjeći negativne događaje i ishode, naziva se **nerealističnim optimizmom** (Weinstein, 1980). Ova pristranost se javlja u različitim skupinama te u različitim područjima života kao što su uvjerenja o događajima vezanim uz financije, karijeru, socijalne odnose, kriminal, igre na sreću, promet i vlastito zdravlje (Rogers, 1998, prema Aronson i sur., 2005). Za nerealistični optimizam karakteristična je izreka: „To se meni neće dogoditi“. Ne postoji općeprihvaćeno objašnjenje mehanizma djelovanja optimističnog realizma, ali postoje koncepti da se u osnovi radi o svojevrsnom mehanizmu obrane, potrebi pojedinca za samouzdanjem (engl. *self-enhancement*) (Taylor i Brown, 1998) ili održavanjem samopoštovanja. Ovaj mehanizam može biti koristan za prilagodbu, ali i opasan jer u osnovi predstavlja oblik samozavaravanja.

5.4.6. Iluzorne korelacije

Pojam iluzorne (prividne) korelacije odnosi se na slučajeve krivog povezivanja dvaju događaja među kojima ne postoji stvarna povezanost. Jedan od čestih razloga jest slučajno istovremeno pojavljivanje dvaju događaja iz čega se može izvući zaključak o kauzalnosti. U većini slučajeva se u pozadini mehanizma iluzornih korelacija nalaze određeni stereotipi, predrasude ili kriva očekivanja. Takva kognitivna podloga u procesu atribucije povećava vjerojatnost da će se izdvojiti upravo ona obilježja uzročnika za koja smo i očekivali da su povezana s nekim ishodom. Pri opažanju većeg broja slučajeva osoba će izdvojiti upravo onaj koji potvrđuje njezino očekivanje, a zanemariti ili ignorirati sve ostale koji ga nisu potvrdili. Quick (1999, prema Lilienfeld i sur., 2018) navodi primjer prema kojemu osobe koje boluju od artritisa uporno tvrde da ih zglobovi bole jače kada pada kiša nego u trenucima kada nema kiše. Istraživanja pokazuju da među ovim dvjema pojavama nema značajne povezanosti.

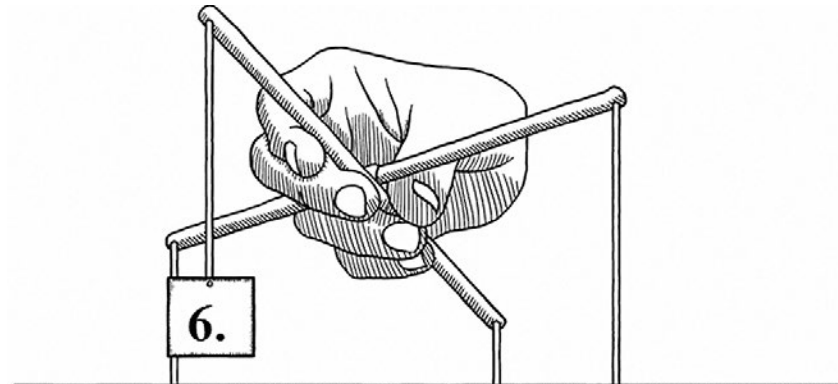
5.5. Sažetak petog poglavlja

Za realističnu procjenu mogućnosti kontrole nad događajima od iznimne je važnosti razumijevanje uzroka povezanih s pozitivnim ili negativnim ishodima događaja ili ponašanja. Stoga je u ovom kontekstu važno analizirati sve faktore koji utječu na točnost razumijevanja uzroka **što** utječu na procese i determiniraju kvalitetu ishoda. Atribucijska teorija proučava procese na osnovi kojih ljudi pripisuju (atribuiraju) karakteristike i namjere drugim osobama, situacijama ili samima sebi te kako objašnjavaju motive ponašanja i uzroke događaja. Ova vrsta analize osobito je važna u području lokusa kontrole i percepcije osobne kontrole jer, u kombinaciji s procjenom osobnih resursa, utječe na konačnu procjenu mogućnosti upravljanja procesima i ishodima.

Heider uvodi koncept percipiranog lokusa kauzalnosti i razlikuje uzročnost povezanu s osobom i njezinim motivima te situacijsku uzročnost kod koje je primarna uloga okoline. Opisani su različiti modeli unutar koncepta atribucija kao što se Kelley-ev model kovarijacija, model kauzalnih shema i Weinerov model koji uključuje dimenzije lokusa (unutarnje-vanjsko) i stabilnosti (stabilno-nestabilno). Weinerovom modelu kasnije je dodana i dimenzija kontrolabilnosti (moguća osobna kontrola / nije moguća osobna kontrola) a se koristi i dimenzija globalno-specifično.

Različite aspekte atribucija važno je razmatrati kao stvarne dimenzije, a ne samo kao dihotomije. Znatna pozornost posvećena je i procesima u podlozi donošenja atribucija i procjena kauzalnosti koji uvelike zadiru u područje kognitivne psihologije. Pojedini modeli razlikuju brze i automatske procese nasuprot pažljivih i analitičkih procesa prilikom formiranja atribucija. U sličnom značenju koriste se i termini perifernih i centralnih procesa te se naglašava osobna važnost predmeta analize koja određuje motivaciju procjenjivača da njegova procjena bude točna.

Pri analizi atribucija važno je uzeti u obzir različite faktore koji mogu utjecati na točnost atribucija, odnosno rezultirati pogreškama pri atribuiranju uzroka određenih događaja ili ponašanja. Među standardne pogreške u procesu atribucije ubrajaju se: osnovna atribucijska pogreška, atribucije u vlastitu korist, iluzorne korelacije, razlika u atribucijama iz uloge izvođača i promatrača te različiti oblici tzv. obrambenih atribucija kao što su nerealistično pozitivno doživljavanje sebe, iluzija osobne kontrole i nerealistični optimizam. Opisane su i pogreške koje se mogu povezati s praznovjernim ponašanjem. U analizi osobnog doživljaja kontrole važno je uzeti u obzir karakteristike i potencijale osobe, karakteristike okoline i konteksta, ali i faktore koji mogu utjecati na kvalitetu individualne procjene faktora odgovornih za uspješno upravljanje situacijom. Treba naglasiti da u pojedinim slučajevima ne raspoložemo „objektivnim“ informacijama o stvarnim faktorima koji uistinu utječu na ishod jer se vrlo često radi o većem broju uzročnika i njihovoj međusobnoj interakciji.



Različiti koncepti koji uključuju kontrolu

6. Različiti koncepti koji uključuju kontrolu

6.1. Želja ili potreba za kontrolom

Većina ljudskih bića, premda u različitoj mjeri, želi kontrolirati, ne samo svoje živote nego i živote drugih.

Bertrand Russell

↳ Razlikuju li se ljudi prema potrebi za ostvarivanjem kontrole?

Tradicionalni koncept lokusa kontrole odnosi se na osobnu percepciju **izvora ili čimbenika koji kontroliraju potkrepljenje** vezano uz zadano ponašanje (osoba/okolina). Percepcija ili doživljaj osobne kontrole ukazuju na procjenu osobe **može li sama utjecati na ishode događaja** (mogu/ne mogu kontrolirati). U ovom kontekstu može se postaviti i pitanje postoje li individualne razlike među ljudima u potrebi da **ostvare kontrolu nad događajima** (visoka/niska potreba za kontrolom). Na tragu ovog pitanja, Burger i Cooper (1979) razvijaju konstrukt želje ili potrebe za kontrolom (*desirability of control*) i teorijski okvir za analizu te predlažu Upitnik za mjerenje želje za kontrolom. Želju za kontrolom (ŽK) opisuju kao osobinu ličnosti koja ukazuje na „stupanj u kojemu je pojedinac motiviran da kontrolira događaje u svom životu“ (Burger, 1992, str. 148). Koncept motiva ili potrebe za kontrolom događaja u vlastitom životu prisutan je kroz cijelu ljudsku povijest, iako je u znanstvenu psihologiju uveden tek u novije vrijeme.

Burger i Cooper (1979) opisuju srodna teorijska polazišta u okviru kojih se proučava motiv za kontrolom. Želja pojedinca za kontrolom može uključivati različite aspekte. Jedna perspektiva odnosi se na potrebu da se kontrolira vlastiti život i ishodi događaja u vlastitom životu. Međutim, potreba da se kontroliraju ishodi u svom životu često vodi prema potrebi da se kontroliraju i druge osobe važne za ostvarenje osobnih ciljeva. Pojam kontrole nad drugim ljudima teško je odvojiti od potrebe za dominacijom, ostvarivanjem moći ili upravljanja drugim osobama. Alfred Adler, osnivač individualne psihologije, naglašava da je jedan od osnovnih čovjekovih motiva težnja ili volja za moći. Kako je moć usko povezana s kontrolom nad okolinom, jasno je da su i Adlerove postavke bliske konceptu želje za kontrolom. Na Adlera je utjecao filozof Fridrich Nietzsche, u čijim djelima se snažno naglašava volja za moći koja, prema Nietzscheu, postoji kod svakog čovjeka. U jednom od citata on naglašava: „U volji sluge našao sam volju da bude gospodar“, a u njegovom razumijevanju čovjeka moć i snaga predstavljaju najviše vrijednosti (Nietzsche, 1910). Burger i Cooper (1979) polaze i od Kellyevog modela koji naglašava važnost kauzalnih analiza i atribucija s ciljem povećanja predvidivosti događaja i doživljaja kontrole. Pored toga, navode i poveznice s konceptom naučene bespomoćnosti (Seligman, 1975), kao i teorijama motivacije. Osobito izdvajaju rane ideje Deci (1975), koje su kasnije detaljnije elaborirane kroz teoriju samoodređenja (Ryan i Deci, 2000), što želju za kontrolom usko povezuje s konceptom intrinzične motivacije. Istraživanja upućuju da postoje značajne individualne razlike vezane uz potrebu za ostvarivanjem osobne kontrole. Upitnik želje za kontrolom konstruiran je s ciljem mjerenja individualnih razlika vezanih uz opću želju za kontrolom događaja u životu pojedinca. Autori dopuštaju mogućnost da se motivacija za kontrolom može razlikovati ovisno o situaciji, ali su usmjereni na onaj dispozicijski dio koji karakterizira odlučnost, asertivnost i proaktivnost na široj razini ponašanja. Takve osobe

nastoje utjecati na druge ljude u situacijama kada je takav utjecaj koristan, nastoje izbjegavati neugodne događaje upravljajući događajima kako bi osigurali pozitivne ishode, a također preferiraju ulogu vođe u grupi. Osobe visoko na konstrukt želje za kontrolom sklonije su samostalnom donošenju odluka i snažno reaguju kada percipiraju da je njihova kontrola nad situacijom ugrožena. Ova opća motivacija za kontrolom može se koristiti kao eksplanatorna i posredujuća varijabla pri objašnjenju ponašanja u različitim situacijama.

Želja za kontrolom i percepcija kontrole utječu na zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba povezanih s autonomnom motivacijom te se stoga rezultati ponekad razmatraju i u kontekstu teorije samoodređenja. Ryan i Deci (2000) razvijaju teoriju samoodređenja (engl. *Self-Determination Theory*) unutar koje razlikuju potrebe za autonomijom, kompetencijom i povezanošću, opisujući ih kao osnovne psihološke potrebe. Teorija pretpostavlja kontinuum koji definira stupanj u kojemu je ponašanje pojedinca samostalno ili autonomno. Za osobe koje su intrinzično motivirane, vjerojatnije je da će ustrajati u aktivnosti i u situacijama kada vanjske nagrade ili potkrepljenja nisu ostvareni. Ponašanje koje je intrinzično motivirano predstavlja oblik autonomnog ili samoodređenog ponašanja. Osoba sudjeluje u određenoj aktivnosti zbog užitka ili zadovoljstva koje proizlazi iz same aktivnosti, doživljava manju razinu anksioznosti i nastoji se usavršavati u zadanom području (Deci i Ryan, 2008). Vallerand i Losier (1999) navode da je viši stupanj samoodređenosti ponašanja povezan s pozitivnijim kognitivnim, afektivnim i bihevioralnim ishodima ponašanja. Kod ekstrinzično motiviranih ponašanja veći je značaj vanjskih nagrada ili faktora koje pojedinac očekuje kao posljedice vlastitog ponašanja ili aktivnosti. Amoura i sur. (2013) potvrđuju povezanost želje za kontrolom i autonomne motivacije, pri čemu se zadovoljavanje potrebe za kompetencijom pokazalo kao medijator, te navode da empirijska istraživanja ukazuju na povezanost želje za kontrolom s autonomnom motivacijom i psihološkim potrebama u kontekstu teorije samoodređenja Ryana i Decija. Tako je ŽK povezana s potrebom za autonomijom .58 ($p < .001$), kompetencijom .44 ($p < .001$) i povezanošću .35 ($p < .001$) (Brouillard i sur., 1999, prema Amoura i sur., 2013). Korelacija između ŽK i autonomne orijentacije kreće se oko .18 ($p < .05$), a s impersonalnom orijentacijom je negativna i iznosi $-.28$ ($p < .001$) (Burger, 1992).

Koncept potrebe ili želje za kontrolom ulazi u područje kognicija vezanih uz kontrolu. Jedan smjer teorijskih konceptualizacija išao je u smjeru detaljnije analize uloge važnosti ili značaja kontrole za pojedinca i lokusa kontrole. Osobe koje su visoko na ovom konstrukt, mogu se opisati kao **asertivne, odlučne, aktivne, sklone nastojanju da utječu na druge ljude u situacijama kada je to važno**. Osobe s niskom razvijenom potrebom za kontrolom su **nisko asertivne, pasivne, neodlučne, a u socijalnim odnosima nemaju sklonost utjecanja na druge**. Burger i Cooper (1979) naglašavaju da se općenito aktivnost smanjuje s dobi, tako da to može različito utjecati na osobe koje se razlikuju prema razini ŽK. Burger (1992) navodi da osobe visoko na ŽK preferiraju privatnost i vrijeme provode radije sami nego u društvu, imaju manje prijatelja od prosjeka, manje su popularne u društvu, a čini se da su i same toga svjesne. Ove karakteristike mogu rezultirati zaključcima takvih osoba da su različite od ostalih. Također se pokazalo da osobe visoko na ŽK češće traže (i dobivaju) uloge vođa, osobito u grupnim situacijama koje nisu dovoljno jasne. Burger (1993) razmatrajući mehanizme djelovanja potrebe za kontrolom navodi da se radi o međudjelovanju motivacijskih i kognitivnih procesa. Osobe visoko na ŽK općenito su visoko motivirane da potvrđuju mogućnost kontrole kroz različite situacije. Pored toga, imaju dobro razvijene strategije procesiranja i analize informacija, a one im omogućuju detekciju izvora koji kontroliraju važne događaje. Autor navodi mogućnost da na individualne razlike u poželjnosti kontrole utječu i drugi faktori poput kognitivnih sposobnosti, vrijednosti, ali i ranijeg iskustva u određenom području života.

6.1.1. Mjerenje želje (potrebe) za kontrolom

Istraživači su razvili različite mjerne instrumente za ispitivanje razine želje ili potrebe za kontrolom. Među najčešće korištene instrumente pripada Upitnik koji su razvili Burger i Cooper te je stoga detaljnije opisan u sljedećem poglavlju.

6.1.1.1. Upitnik želje za kontrolom (DCS – Desirability of Control Scale)

Burger i Cooper konstruirali su upitnik za mjerenje želje za kontrolom. Originalna mjera želje za kontrolom (poželjnosti kontrole) Burgera i Coopera (1979) konceptualizirana je kao generalizirana želja ili potreba za kontrolom nad događajima u različitim područjima života. Konačna verzija Upitnika želje za kontrolom sastoji se od 20 tvrdnji uz koje ispitanici trebaju procijeniti stupanj u kojemu ih pojedina tvrdnja opisuje na ljestvici od 7 stupnjeva (1 = uopće se ne odnosi na mene; 7 = u potpunosti se odnosi na mene). Struktura latentnog prostora 20 pitanja Upitnika ŽK provjerena je metodom glavnih komponenti i rezultirala je s 5 značajnih faktora koji su objasnili 50.4% ukupne varijance. Faktori su interpretirani kao **1. Opća želja za kontrolom** (pr. „Kontrola nad mojom sudbinom predstavlja mi zadovoljstvo“), **2. Odlučnost** (pr. „Postoje mnoge situacije u kojima preferiram samo jednu mogućnost u odnosu na odlučivanje između više opcija.“), **3. Faktor prevencije/pripreme** (pr. „Volim se dobro pripremiti za posao prije nego ga započnem“), **4. Izbjegavanje situacija ovisnosti** (pr. „Nastojim izbjeći situacije u kojima mi netko drugi govori što trebam raditi“), **5. Faktor sklonosti rukovođenju** (pr. „Nastojim preuzeti vođenje kada sam uključen u timski rad“). Unatoč niskim korelacijama između faktora, autori predlažu uporabu ukupnog rezultata koji može varirati u rasponu od 20 do 140. Autori navode da se prosječni rezultati na uzorcima studenata kreću oko vrijednosti 100. Rezultati ukazuju na nešto višu ŽK kod muškaraca u odnosu na žene. Autori navode i rezultate eksperimentalnih studija u kojima je viša ŽK bila povezana s većom izraženošću iluzije o kontroli (Burger i Cooper, 1979). Autori postavljaju hipotezu da osobe s visoko izraženom željom za kontrolom mogu biti rizičnije za razvoj naučene bespomoćnosti u odnosu na osobe s nižom željom za kontrolom. Osobe koje nemaju visoku motivaciju za kontrolom okoline ili događaja, manje će intenzivno reagirati na situacije u kojima nemaju mogućnost kontrole neugodnih podražaja. Analize ukazuju na zadovoljavajuću internu konzistenciju Upitnika (Cronbach alfa iznosi .80), test-retest pouzdanost (.75), kao i diskriminantnu valjanost u odnosu na mjere lokusa kontrole Rotterovog tipa i socijalne poželjnosti (npr. Crowne i Marlowe, 1960). U prilog diskriminantne valjanosti govori niska povezanost s Rotterovim RIE upitnikom lokusa kontrole koja je iznosila -.19 ($p < .01$). Ova povezanost ukazuje na nisku tendenciju da osobe koje percipiraju unutarnji lokus kontrole imaju nešto višu želju za kontrolom, međutim očito je da ova dva instrumenta mjere različite konstrukte. Autori upitnika navode također i vrlo nisku povezanost Upitnika ŽK sa Crown-Marlowe Skalom socijalne poželjnosti ($r = .11, p < .05$).

6.1.1.2. Drugi instrumenti za mjerenje potrebe za kontrolom

Marsh i suradnici (2003) navode da je prevladavajuća konceptualizacija potrebe ili motiva za kontrolom kao globalne dispozicijske karakteristike koja se odnosi na različita područja života. Autori razmatraju mogućnosti ispitivanja potrebe za kontrolom u različitim specifičnim područjima. Ova teorijska dilema, ograničena polovima globalno-specifično, česta je u širem području ispitivanja doživljaja kontrole. Eksperimentalno izazvan gubitak kontrole u jednom zadatku može voditi poboljšanju uratka u drugom nepovezanom zadatku, s ciljem povrata općeg osjećaja kontrole i predvidivosti događaja (Pittman i D'Agostino, 1989), ali je otvoreno pitanje kolika je stvarna sklonost generalizaciji potrebe za kontrolom u različitim područjima života. Tek nekoliko instrumenata ispituje potrebu za kontrolom u specifičnim područjima ili na specifičnim populacijama. Primjer je skale za mjerenje potrebe za kontrolom kod starijih osoba (Lefcourt, 1991). U smislu dimenzionalnosti koncepta Bains (1984) predstavlja konceptualizaciju triju glavnih vrsta kontrole koje se odnose na ovladavanje, snagu i autonomiju. Time se uvodi prostor za višedimenzionalnost koncepta, uključujući ciljeve i svrhu kontrole. Ovo razmatranje ne isključuje nužno generalnost koncepta.

Bains (1984) razvija Skalu za ispitivanje kontrole motivacije (CM) čija je svrha mjerenje individualnih razlika u potrebi za kontrolom u trima širokim životnim područjima. **Prvo** široko područje odnosi se na interpersonalne odnose i ukazuje na **potrebu za moći** (CM-Power). Pojedinci visoko na ovoj dimenziji imaju potrebu za kontrolom nad ishodima socijalnih situacija. Skloniji su vjerovati da će njihovo djelovanje rezultirati dominacijom, persuzijom i pripadanjem. Primjer tvrdnje koja se odnosi na ovu dimenziju je: „Želim biti osoba koja može uvjeriti druge ljude u svoje stavove“. **Druga** šira domena uključuje **intrapersonalne ishode i autonomiju** (CM-Auto-

nomy). Osobe visoko na ovoj dimenziji karakterizira veća potreba za samoodređenjem, veći otpor ograničavanju njihove slobode, kao i vjerovanje da njihova aktivnost vodi k učinkovitoj samoregulaciji. Primjer tvrdnje u ovom slučaju je: „Izbjegavam situacije u kojima moram slijediti naredbe drugih ljudi“. **Treća** domena uključuje sve ishode koji u osnovi ne pripadaju pod interpersonalne i intrapersonalne, već su povezani s općim **ovladavanjem nad vlastitim postignućem** (CM-Mastery). Visok položaj na ovoj dimenziji uključuje opću potrebu pojedinca za izazovima i ovladavanjem područjem, odnosno za kontrolom nad vlastitim postignućima. Ovakvi pojedinci vjeruju da njihova aktivnost utječe na njihovu okolinu i pomaže ostvarivanju ciljeva koji u osnovi nisu afilijativni ili socijalno definirani. Primjer čestice indikativne za ovu dimenziju je: „Složeni problemi za mene predstavljaju izazov“. Originalna Bainsova skala sastoji se od 30 tvrdnji, a zadatak ispitanika jest da uz svaku tvrdnju procijeni stupanj slaganja sa sadržajem tvrdnje na ljestvici od 5 stupnjeva. Marsh i suradnici (2003) predlažu kraću verziju skale od 24 tvrdnje koja rezultira s trima nisko koreliranim faktorima. Autori su proveli opsežnu validaciju kraće verzije Bainsove skale. Eksternalni lokus kontrole korelira negativno samo s dimenzijom **ovladavanja** (-.39, $p < .001$), dok s druge dvije dimenzije nema korelacije. Burger-Cooperov Upitnik želje za kontrolom povezan je umjereno sa sve tri dimenzije: .49 s ovladavanjem, .31 s autonomijom i .37 s moći; za sve korelacije vrijedi $p < .001$. Viši rezultat na dimenziji ovladavanja povezan je s nižom depresivnošću (-.33; $p < .001$), potrebom za spoznajom (.64; $p < .001$), socijalnom anksioznošću (-.36; $p < .001$). Od osobina ličnosti najviša povezanost između potrebe za ovladavanjem pronađena je sa savjesnošću (.56; $p < .001$), ekstraverzijom (.31; $p < .01$) i otvorenošću iskustvu (.30; $p < .01$), dok je s neuroticizmom korelacija negativna (-.23; $p < .05$), kao i s impulzivnošću (-.21; $p < .01$). Od različitih aspekata samopoimanja ovladavanje najviše korelira sa samopoštovanjem (.38; $p < .001$). Dimenzija **potrebe za autonomijom** ima niske korelacije s većinom korištenih mjera, a jedna od većih korelacija pronađena je s osobinom ugodnosti kao dimenzijom ličnosti (-.23; $p < .05$). Što se tiče **potrebe za kontroliranjem moći** u interpersonalnim odnosima, viši rezultat povezan je sa samomotrenjem (.37; $p < .001$), negativno sa socijalnom anksioznošću (-.26; $p < .001$) i nisko sa socijalnom dominacijom (.24; $p < .05$). U kontekstu osobina ličnosti dimenzija moći negativno je povezana s osobinom ugodnosti (-.36; $p < .001$), te ekstraverzijom (.31; $p < .01$), dok je veza sa samopoštovanjem niska, ali statistički značajna (.16; $p < .001$). Zanimljivo je da je dimenzija moći povezana s agresivnošću .36 ($p < .001$) što može ukazivati na neprimjerene reakcije u slučajevima kada nije ostvarena dominacija u socijalnim odnosima. Navedeni rezultati ukazuju na različitu strukturu povezanosti navedenih aspekata potrebe ili motiva za kontroliranjem različitih aspekata života pojedinca. Pojedini aspekti potrebe za kontrolom drugačije su povezani s osobinama ličnosti, mentalnim zdravljem, samopoimanjem te općim mjerama prilagodbe. Rezultati ukazuju da ispitivanje potrebe za kontrolom, koje uzima u obzir specifične aspekte i domene ovog konstrukta, ima svoju heurističku vrijednost.

Charlton (2005) predlaže Skalu kontrole pri radu s računalom (CCS – *The computing Control Scale*) upravo s ciljem razvoja instrumenta za ispitivanje potrebe za kontrolom u specifičnoj domeni ponašanja. Skala se sastoji od dvije subskale: autonomije (pr. „Kada imam neki problem pri radu s računalom, nastojim ga riješiti samostalno“) i potrebe za kontrolom u situaciji rada s računalom („Kada koristim novi računalni program, nastojim ovladati svim mogućnostima što je prije moguće“). Subskala potrebe za kontrolom pri radu s računalom pokazala se nisko povezana s internalnim lokusom kontrole .23 ($p < .05$), dok s dimenzijama vanjskog lokusa (utjecaj slučaja) nije bilo značajne korelacije. Korelacija s Burgerovom Skalom želje za kontrolom, koja ispituje generaliziranu želju za kontrolom, također je niska i iznosi .26 ($p < .05$). Zanimljiv je i nalaz o povezanosti subskale potrebe za kontrolom i ovisnosti o računalu koja je iznosila .48 ($p < .001$).

6.1.2. Istraživanja u području želje (potrebe) za kontrolom

Motivacija za kontrolom često je ispitivana u situacijama interpersonalne kontrole ili ostvarivanja socijalnog utjecaja. Kontrola je važna u situacijama koje uključuju hijerarhijsku socijalnu strukturu, odnosno kada postoji mogućnost utjecaja na ponašanje drugih ljudi i kontrole njihovog ponašanja (Sokolowski i sur., 2000). Kako su pojedinci s visoko razvijenom ŽK češće vođe nego sljedbenici, to kod njih može poticati osjećaj posebnosti, odnosno različitosti u odnosu na druge ljude. Povezanost više razine ŽK i potrebe osobe da sebe doživljava posebnom

i jedinstvenom (*need for uniqueness*) iznosila je .32 ($p < .001$). Potreba za posebnošću odnosi se na želju pojedinca da se razlikuje od drugih ljudi i uključuje osjećaj neovisnosti, nisku konformnost, inventivnost, postignuće i samopoštovanje (Snyder i Fromkin, 1977). McCutcheon (2000) nalazi korelaciju između više ŽK i izraženijeg doživljaja vlastite posebnosti. Viša želja ili potreba za kontrolom događaja potiče uključivanje u veći broj aktivnosti u kojima pojedinac može potvrditi vlastitu superiornost nad drugima te utjecati na više samopoštovanje i samoeфикаsnost. Općenito se čini da je koncept želje za kontrolom bolji prediktor ponašanja koja zahtijevaju preuzimanje inicijative, vodstva, proaktivnog socijalnog ili političkog djelovanja od lokusa kontrole. Osobe visoko na ŽK manje su podložne socijalnim pritiscima ili sklonije osjećaju nelagode u prepunoj prostoriji (Berger, 1993).

McCutcheon (2000) nalazi povezanost između više ŽK i rezultata na mjerama osjećaja bespomoćnosti ($-.21$, $p < .05$), te ovisnosti ili vegetativnosti ($-.28$, $p < .01$) u okviru Testa alijenacije (Maddi i sur., 1979, prema McCutcheon, 2000). Koncept alijenacije, što ga razvijaju ovi autori, uključuje doživljaje bespomoćnosti, nihilizma, vegetativnosti i avanturizma (u smislu traženja dodatnih uzbuđenja/podražaja kojima se nastoji prevladati gubitak smisla). Ovi koncepti mogu se analizirati u odnosu prema radnoj, socijalnoj, obiteljskoj okolini, ali i prema samom sebi. Bespomoćnost, uz gubitak smisla, prema nekim autorima predstavlja dio širega koncepta samooutuđenja. Bespomoćnost se opisuje kroz tvrdnju: „Bez obzira koliko se trudim, nikada neću naučiti sve što je nastavnik zahtijevao“; nihilizam opisuje tvrdnja: „Učenje je uzaludno: Nikada neću moći primijeniti veliku količinu znanja koja sam usvojio“; vegetativnost (u smislu ovisnosti) je opisana tvrdnjom: „Kada mi kolege/ice kažu da im se neka lekcija sviđa, ja im čvrsto vjerujem“, dok je primjer za avanturizam: „Za mene je izazovnije vješto prepisivati na ispitu nego naučiti sve što je bilo propisano“. Ovi koncepti rubno su povezani s doživljajem kontrole jer utječu na osobnu važnost ili smislenost određenog ponašanja ili ciljeva za pojedinca.

Burger (1992) na uzorku studenata navodi povezanost više želje za kontrolom i viših školskih ocjena, te općenito akademskog postignuća. Studenti s višom željom za kontrolom navode da ocjene za njih imaju veću važnost, te općenito više sati uče tijekom uobičajenog tjedna nastave. Vrijeme posvećeno učenju neposredno prije ispita nije se razlikovalo između ispitanika s višom i nižom željom za kontrolom. To može ukazivati na pokušaj ostvarivanja kontrole kroz kontinuirani rad tijekom studijske godine. Burger smatra da je akademska evaluacija mogućnost za demonstraciju sposobnosti kontroliranja važnog područja vlastitog života.

Gubitak kontrole može rezultirati psihološkom potrebom da se kontrola ponovno uspostavi. Ovisno o strukturi motiva i vrijednosti pojedinca, potreba za kontrolom, kao i njezin gubitak, ne moraju jednako utjecati na opće psihološko stanje. Ova dilema vrijedi i za cjelokupno područje samopoimanja, kao što je slučaj kod samoeфикаsnosti. Dio autora naglašava važnost analize razvijenosti i usklađenosti osobne želje za kontrolom i percepcije osobne kontrole nad događajima. U toj analizi uspoređuju se različite kombinacije odnosa visoke/niske želje za kontrolom i visokog/niskog doživljaja kontrole, što znači da je važno uzeti u obzir kombinacije i interakcije ovih konstrukata, a ne samo njihovu linearnu povezanost (Evans i sur., 1993, str. 256, prema Amoura i sur. 2014). To također znači da je važno analizirati situacije u kojima je razvijenost obaju konstrukta usklađena i situacije u kojima postoji različit stupanj razvijenosti. Na tragu ovakvog razmišljanja, Amoura i sur. (2014) ispituju odnos percepcije kontrole i želje za kontrolom. Navode da studenti visoko na oba konstrukta imaju najviši stupanj autonomne motivacije u odnosu na tri ostale kombinacije ovih dvaju aspekata kontrole. Studenti koji imaju nisku želju za kontrolom i visoku percepciju kontrole pokazuju manju depresivnost, dok za anksioznost nije pronađena razlika. Potreba za kontrolom povezana je s autonomnom orijentacijom nisko i pozitivno ($r = .18$, $p = .03$), a negativno s impersonalnom orijentacijom ($-.28$, $p < .001$) (Burger, 1992). Garant i Alain (1995) potvrđuju da razlika između razvijenosti ovih dvaju konstrukta vodi lošijoj psihološkoj prilagodbi (depresija, anksioznost, bespomoćnost i stanje stresa). Autori upozoravaju da osobe s visokom željom za kontrolom u situacijama dugotrajnih nekontrolabilnih događaja mogu biti u ozbiljnom riziku. Njihovo ranije iskustvo, kao i obrambene atribucije, sada se moraju mijenjati jer gube adaptivnu vrijednost. Osobe nisko na potrebi za kontrolom, a koje percipiraju visoku mogućnost kontrole nad okolinom, mogu se osjećati loše kada nisu motivirane za kontrolu ili djelovanje (Amoura i sur., 2014). Ovo može biti slučaj kod osoba (npr. učenici, studenti) koje imaju povoljne životne uvjete i visoku podršku socijalne okoline, ali sami nisu posebno motivirani za uspjeh. Oba stanja neusklađenosti između percepcije i želje za kontrolom mogu voditi problemima prilagodbe. Brouillard i sur. (1999., prema Amoura i sur. 2014) uzimaju u obzir smjer ove neusklađenosti te na, razmjerno malom uzorku studenata, pronalaze da je

„niža želja za kontrolom od percepcije kontrole“ povezana s boljom kvalitetom odnosa, jasnijim smislom života, samoprihvatanjem i općenito pozitivnijim afektima nego kod studenata kod kojih je „želja za kontrolom viša od percepcije kontrole“. Tetrault i Alain (1999) nalaze nižu depresivnost kod studenata s „niskom željom za kontrolom i visokom percepcijom kontrole“ u odnosu na studente koji imaju „visoku želju i nisku percepciju kontrole“.

Teorijski bi se moglo očekivati da će kod osoba s niskom željom za kontrolom, niska percipirana mogućnost kontrole imati manje psihološke posljedice u odnosu na osobe s visokom željom za kontrolom i niskim doživljajem kontrole. U istraživanju Tetraulta i Alaina (1999) ispitanici u kategoriji „niska želja i niska percepcija“ nisu se razlikovali prema depresivnosti u odnosu na drugu neusklađenu situaciju „visoke želje za kontrolom i niske percepcije kontrole“. Najnižu depresivnost imali su ispitanici u teorijski najpovoljnijoj situaciji „visoka želja i visoka percepcija kontrole“. Rezultati upućuju da neusklađenost kategorija nije nužno rizičnija od situacije u kojoj su obje situacije usklađene, ali nisko razvijene. Čini se da se vrlo nisko izražena potreba za kontrolom nad događajima može razmatrati dijelom poteškoća prilagodbe i depresivne simptomatologije. Zaključci iz nekoliko studija sugeriraju da je za psihološku dobrobit loša situacija „niska želja/niska percepcija“, dok je situacija „visoka želja/visoka percepcija“ pozitivna.

Tablica 6.1. Odnos između različitih razina percipirane kontrole i želje za kontrolom

		Percipirana kontrola	
		niska	visoka
Želja (potreba) za kontrolom	niska	rezultira lošim mjerama psihološke prilagodbe unatoč „usklađenosti“ obiju mjera	rezultira osjećajem da se moglo ostvariti više – nije optimalno za psihološku prilagodbu osobe
	visoka	loše za psihološku prilagodbu	prilagođeno stanje – pozitivno za psihološku prilagodbu osobe

6.2. Potreba za strukturom

↳ Kako reagiramo kada se suočavamo s nejasnim situacijama?

U situacijama kada smo suočeni s nedovoljno jasnim ili nedovoljno strukturiranim podražajima, teže je donijeti odluku o prikladnom ponašanju i mogućim posljedicama. Istraživanja ukazuju na individualne razlike u suočavanju sa situacijama koje nisu jasno strukturirane. Konstrukt potrebe za strukturom (PNS – *need for structure*) blizak je potrebi za kontrolom i može se razmatrati kao jedna komponenta motivacije za kontroliranjem događaja. Brojna istraživanja naglašavaju povezanost socio-kognitivnih procesa i mehanizama motivacije u procesu donošenja odluka (Roets i Van Hiel, 2011). Svako razmatranje ponašanja uključuje važnost odabranih ciljeva, mogućih posljedica te posljedično jačine motivacije kod pojedinca.

Uzmimo primjer mladića koji dobije poziv za izlazak od djevojke s kojom se tek upoznao. Na njegovu odluku o prihvatanju poziva mogu utjecati različiti procesi vezani uz kontrolu. Procjena lokusa kontrole u ovom slučaju može biti manje jasna jer nije predvidiv konačni ishod zajedničkog izlaska (avantura ili možda početak nove dugotrajne veze). Mehanizmi samokontrole mogu poticati na odbijanje tog poziva jer može narušiti dugoročni cilj, a to je stabilna veza i povjerenje sa sadašnjom partnericom. Potreba za kontrolom potiče ponašanje u kojem će mladić imati mogućnost upravljanja situacijom i predviđanja ishoda, što u ovom slučaju nije moguće jer nisu poznate karakteristike te djevojke niti njezini motivi. U ovom kontekstu može se uvesti koncept potrebe za strukturom ili jasnoćom situacije koja omogućuje izvođenje pouzdanih zaključaka te izbora odgovarajućeg ponašanja. U ovakvoj situaciji problem predstavlja nedostatak informacija ili kognicija koje bi olakšale donošenje prikladne odluke. Osoba suočena s ovakvom, potencijalno nejasnom situacijom, može postaviti nekoliko različitih hipoteza o razlozima poziva za zajednički izlazak. Jedna pretpostavka može biti da je taj poziv provokacija što ju je potaknula

sadašnja partnerica ili barem nije jasno poznaju li se obje žene, čime tajnost izlaska postaje upitna. Osobe koje imaju izraženu potrebu za strukturom u ovakvim situacijama teže će donijeti odluku, nastojat će tražiti dodatne informacije ili će odustati od zadanog ponašanja. Sarmány-Schuller (1999) upozorava da osobe visoko na PNS imaju problem s „aktivnim eksperimentiranjem“ na način da teško mijenjaju uobičajeni način razmišljanja, stavove te općenito prelaze vlastite granice. Sollar i Turzakova (2014) provjeravaju pretpostavke o prirodi povezanosti „potrebe za strukturom“ s komponentama želje za kontrolom te izvještavaju o niskoj pozitivnoj povezanosti potrebe za strukturom i „straha od gubitka kontrole“, ali ne nalaze povezanost konstrukta „potrebe za strukturom“ i „očekivanja kontrole“. Ispitanici visoko na potrebi za strukturom skloniji su organizaciji socijalnih i nesocijalnih informacija na manje kompleksan način, skloniji uporabi stereotipa pri atribuiranju drugih osoba, ali i dovršavanju postavljenih zadataka u zadanim rokovima.

Upravo konstrukt potrebe za strukturom, koji uključuje i osobine ličnosti i kogniciju, koristan je u analizi procesa motivacije. Postoje individualne razlike u načinu na koji pojedinci kognitivno procesiraju svijet oko sebe. Jedna od mogućih podjela odnosi se na složenost informacija, pri čemu jedan dio ljudi preferira jednostavne i logično strukturirane informacije, dok su drugi skloniji složenijim podražajima izazovnijima za obradu. Potreba za strukturom ukazuje na stupanj organizacije informacija koje ljudi preferiraju u svom životu (Neuberg i Newsom, 1993). Nastojanje da se smanji ili poveća količina i složenost informacija raspoloživih u određenoj situaciji, utječe na različite aspekte psihološkog funkcioniranja, osobito u području procesiranja informacija i socijalnih interakcija.

Osobe visoko na PNS nastoje organizirati socijalne interakcije na način da izbjegavaju kompleksnost te preferiraju predvidive i poznate situacije u kojima vrijede jasna pravila. Pored jednostavnijih ulaznih informacija, kod njih se može očekivati i sklonost jednostavnim atribucijama i parsimoniji u zaključivanju. Sklonije su uporabi stereotipa i kategoriziranja pri socijalnoj percepciji. Kada jednom pronađu odgovor ili odaberu reakciju na problem, nastoje ih koristiti i u sljedećim situacijama te su manje sklone traženju alternativnih rješenja. Schaller i suradnici (1995) navode da su sklonije atribuiranju ponašanja unutarnjim uzrocima nego vanjskim. U kontekstu radnog okružja skloni su situacijama vrednovanja (bolje-lošije). Kod osoba nisko na potrebi za strukturom, jednostavne nekontrolabilne, povratne informacije utječu pozitivno na motivaciju i kreativno ponašanje (Slijkhuis i sur., 2013). Jednostavnost u procesiranju može u određenim uvjetima voditi tendenciji pristranosti i manje kvalitetnim zaključcima vezanim uz atribucije uzroka i posljedica, iako sama preferencija jednostavnijih podražajnih situacija može biti i korisna u donošenju odluka.

Procjene vezane uz kontrolu uključuju različite razine procesiranja informacija, a moguće je istraživačko pitanje može li osoba kontrolirati i selektirati informacije koje prima iz okoline te, na osnovi njihove selekcije, razvijati različite kognicije vezane uz kontrolu okoline. Čovjek je svakodnevno izložen velikom broju različitih informacija, a poznato je da je kapacitet pozornosti, odnosno ulaznih kanala ograničen.

Posljednjih desetljeća količina informacija kojima je izložen pojedinac znatno je porasla, posebice razvojem tehnologije. Prosječna osoba u svakom trenutku prima informacije kroz interpersonalnu komunikaciju, TV i radio, pametne mobilne telefone, putem računala, interneta, društvenih mreža te na razne druge načine. Jedan dio informacija usmjeren je direktno na osobu, dok su druge informacije uklopljene u okolinu i mogu predstavljati različite prometne obavijesti, reklame, službene informacije i sl. Ljudi nastoje smanjiti količinu ulaznih informacija na dva temeljna načina. Prva strategija jest **izbjegavanje**, odnosno redukcija količine informacija. Osoba može odlučiti privremeno isključiti mobilni telefon ili ugasiti TV i otići u šetnju u park te na taj način privremeno smanjiti količinu informacija koje pristižu. Jedan od problema odnosi se na selekciju informacija s obzirom na njihovu važnost i hijerarhiju. Ova strategija može uključivati i smanjenje broja socijalnih kontakata, ignoriranje potencijalno važnih informacija. Drugi pristup koji olakšava procesiranje informacija jest njihovo **strukturiranje**, odnosno razvrstavanje u manje cjeline jednostavnije za kognitivnu obradu. Kognitivno strukturiranje predstavlja oblikovanje i uporabu apstraktnih mentalnih reprezentacija (shemata, prototipa, skripti i/ili stereotipa), pri čemu te reprezentacije olakšavaju generalizacije ranijih iskustava (Fiske i Taylor; 1991; Neuberg i Newsom, 1993).

Kao i kod većine drugih konstrukata vezanih uz kontrolu, i kod potrebe za strukturom postoje razlike u pogledu generalnosti, tako da se može razmatrati i u specifičnim kontekstima socijalnih odnosa, akademskog okruženja, radne sredine i sl. Dio istraživanja usmjeren je na ispitivanje povezanosti potrebe za strukturom s uspjehom u specifičnim područjima. Svecova i Pavlović (2016) nalaze na uzorku studenata manju uspješnost u rješavanju matematičkih zadataka (u području razlomaka) kod ispitanika s nižom potrebom za strukturom.

6.2.1. Mjerenje potrebe za strukturom

Neuberg i Newsom (1993) provjeravaju metrijske karakteristike upitnika za mjerenje potrebe za strukturom (PNS Scale) autora Thompsona i suradnika (1989, prema Neuberg i Newsom, 1993). Rezultati ukazuju na individualne razlike u poželjnosti jednostavne strukture, a razmatranje ovih strategija procesiranja informacija ima značajne implikacije za objašnjavanje i analizu socijalne kognicije, afekata, motivacije i ličnosti, odnosno ponašanja u cjelini. Skala se sastoji od 12 tvrdnji, a zadatak ispitanika je da na ljestvici od 6 stupnjeva (1 = u potpunosti se ne slažem; 6 = u potpunosti se slažem) procijeni stupanj slaganja s tvrdnjom. Provjera latentne strukture ukazuje na dva povezana faktora. Prvi faktor, „želja za strukturom“, zasićen je tvrdnjama poput: „Uživam sudjelovati u situacijama koje nisu predvidive“ (obrnuto se boduje) ili: „Volim kada je moj život jasan i strukturiran“. Drugi faktor autori opisuju kao „reakcije na nedostatak strukture“ i najbolje je opisan tvrdnjama poput: „Mrzim mijenjati planove u zadnji čas“, „Uznemiruju me situacije u kojima ne znam što mogu očekivati“, „Ne volim biti u društvu ljudi koji su nepredvidivi“. Iako autori navode da konfirmatorna faktorska analiza ukazuje na bolje priustajanje dvo-faktorske strukture, korelacija između faktora je visoka i kreće se između .54 i .75 (ovisno o uzorku). Cronbachov alfa koeficijent kreće se u rasponu od .75 do .85, što ukazuje na potencijalnu mogućnost korištenja ukupnog rezultata kao opće mjere potrebe za strukturom. Neuberg i Newsom (1993) navode rezultate različitih istraživanja u kojima je korištena Skala potrebe za strukturom. Kako je za obradu složenijih informacija potrebna viša razina kognitivnih sposobnosti može se očekivati povezanost PNS i inteligencije. Ukupni rezultat na PNS korelira s inteligencijom oko -0.20 ($p < .01$), te između 0.0 i -0.20 ($p < .001$) s potrebom za spoznajom, što znači da tek manjim dijelom uključuje kognitivne sposobnosti, a većim dijelom zahvaća konativni prostor. Struktura povezanosti s osobinama ličnosti očekivano pokazuje najveću povezanost s otvorenošću iskustvu (-0.42 ; $p < .001$), nešto manje s neuroticizmom ($.30$; $p < .01$) i savjesnošću ($.25$; $p < .05$), dok s ugodnošću i ekstraverzijom nema značajne povezanosti. Od mjera prilagodbe autori navode korelaciju sa socijalnom anksioznošću ($.30$; $p < .001$) i manifestnom anksioznošću ($.15$; $p < .05$). Od drugih mjera PNS korelira sa sklonošću korištenja uhodanih procedura ($.62$; $p < .001$), rigidnošću ($.62$; $p < .001$), autoritarnošću ($.38$; $p < .001$), dogmatizmom ($.35$; $p < .001$), intolerancijom na neodređenost ($.36$; $p < .001$) i samomotrenjem (-0.26 ; $p < .001$).

Rezultati ukazuju na zanimljivu strukturu povezanosti potrebe za strukturom s različitim karakteristikama ličnosti. Preferencija izbora jednostavnijih situacija i izvora informacija te izbjegavanje složenih struktura vodi ujedno njihovoj pojednostavljenoj interpretaciji i značajno je povezana s većim stupnjem rigidnosti, dogmatizma i autoritarnosti. Autori dodatno zaključuju da potreba za strukturom može biti uključena u razvoj stereotipa i predrasuda, pretjeranih emocionalnih reakcija ili oblika psihopatologije poput depresivnosti. Sadržajna analiza mjera potrebe za strukturom i mjera potrebe za kontrolom ukazuje na značajno konceptualno preklapanje u području izbjegavanja nejasnih i nepredvidivih situacija, odnosno općenito situacija koje onemogućuju kontrolu i predviđanje ishoda. Rezultati ukazuju da visoka razvijenost potrebe za strukturom vodi strahu od gubitka kontrole i pojednostavljenim, a čini se, i potencijalno pristranim atribucijama i interpretacijama.

Srodan koncept korišten u kognitivnoj psihologiji je (**in**)tolerancija na nejasne situacije (TA - *tolerance of ambiguity*). Ovaj konstrukt odnosi se na averziju prema nejasnim ili dvosmislenim situacijama jer nedostatak informacija otežava donošenje odluka i procjenu rizika. Furnham i Marks (2013) daju pregled istraživanja posljednjih desetljeća koja ukazuju na sličnu povezanost „tolerancije na nejasne situacije“ s višom autoritarnošću i rigidnošću te negativnim afektima i anksioznošću, kao što je opisano kod potrebe za strukturom. Ovi nalazi ukazuju na potencijalnu opasnost da osobe s visoko razvijenom potrebom za strukturom ili intolerancijom na nejasne situacije, u slučajevima gubitka kontrole, izvlače pristrane zaključke o drugim osobama, kao i uzrocima događaja.

6.3. Samokontrola

*Imperare sibi maximum imperium est
(Vladati samim sobom najveća je vlast.)*

Latinska izreka

Svaki čin samokontrole vodi osjećaju samopoštovanja.

Abraham Low, neuropsihijatar

*Čovjek koji pobijedi drugog čovjeka – jak je.
Čovjek koji pobijedi samoga sebe – svemoćan je!*

Kineska poslovice

↳ U kojoj mjeri možemo kontrolirati vlastito ponašanje?

Jedno od tradicionalnih pitanja vezanih uz ljudsko ponašanje odnosi se na stupanj u kojemu osoba uistinu sama upravlja svojim ponašanjem. Iako se koncept samokontrole djelomično preklapa s lokusom kontrole, predstavlja zaseban konstrukt i čini se da je manje u fokusu istraživača u odnosu na lokus kontrole. U brojnim slučajevima u kojima osoba procjenjuje unutarnji lokus kontrole ipak ne ostvaruje očekivane ishode. Ako čovjek nema potpunu kontrolu nad svojim ponašanjem, otvara se zanimljivo istraživačko pitanje tko ili što onda upravlja našim ponašanjem i doživljavanjem, odnosno koji mehanizmi dovode do određenih odluka, izbora prioriteta i konačnog ponašanja. Ovu temu možemo započeti s nekoliko čestih situacija koje zahtijevaju od pojedinca da donese odluku o izboru ponašanja ili aktivnosti. Svaka odluka povlači i odgovornost za ishod odabranog ponašanja te utječe na različite aspekte dobrobiti pojedinca.

Mogu li kontrolirati vrijeme koje ću provesti gledajući TV ili pratiti društvene mreže?

Mogu li kontrolirati odluku da ne pijem alkohol ili da prestanem s pušenjem?

Mogu li kontrolirati trošenje novca na stvari koje mi nisu potrebne?

Mogu li odbiti poziv prijatelja za izlazak jer za dva dana imam važan ispit?

Mogu li otići na kontrolni zdravstveni pregled koji odgađam već nekoliko mjeseci?

Mogu li se suzdržati od bijesne reakcije u situaciji frustracije izazvane dugim čekanjem u redu?

Mogu li odoljeti iskušenju da prije spavanja ne uzmem posljednji kolač iz hladnjaka?

Mogu li ove godine kao prioritet odrediti završetak studija, a privremeno proriđediti izlaske s prijateljima?

Mogu li se pridržavati plana zdrave prehrane tijekom tjedna?

6.3.1. Određanje koncepta samokontrole

Koncept samokontrole u literaturi nije jednoznačno definiran, ali u najširem smislu odnosi se na sposobnost pojedinca da kontrolira svoje ponašanje neovisno o vanjskim pritiscima, naučenim ili urođenim automatskim obrascima ponašanja i fiziološkim impulsima (Baumeister i Tierney, 2011). Najuža određenja izjednačavaju samokontrolu s **inhibicijom nepoželjnih impulsa**. Neke od značajki samokontrole uključuju sposobnost **suzdržavanja od nepotrebnih ili štetnih reakcija, odgađanje neposrednog zadovoljenja potreba, vještinu upravljanja emocijama, prikladne interakcije s drugim ljudima te prilagođavanje ponašanja socijalnom kontekstu** (Necaka, 2015). Samokontrola se može definirati i kao **sposobnost odgađanja neposredne nagrade manje vrijednosti s ciljem ostvarenja kasnije nagrade veće vrijednosti** (Kirby i Herrnstein, 1995). Pored sposobnosti za strukturiranje aktivnosti, neki autori naglašavaju i važnost **umijeća paralelne izvedbe zadataka**, odnosno **prebacivanja**

s jednog zadatka na drugi. Predugo zadržavanje na jednom zadatku ili ustrajavanje na neučinkovitim pristupima rješavanja narušava plan izvedbe i smanjuje vjerojatnost konačnoga pozitivnog ishoda (Arrington i Logan, 2005). Ovaj oblik rigidnosti predstavlja jedan od poremećaja mehanizma kontrole. U teorijsko razmatranje koncepta samokontrole mogu se uključiti tri sposobnosti. Prva se odnosi **odabir ponašanja koja omogućuju ostvarenje dugoročnih ciljeva.** Ovaj oblik proaktivne samokontrole zahtijeva dugoročno planiranje, ali i kontinuiranu provjeru ostvarenja svih faza važnih za ostvarenje konačnog cilja. Druga sposobnost uključuje **prebacivanje s jedne aktivnosti na drugu** koja se može/mora odabrati između niza mogućih opcija koje nisu jednako funkcionalne. Treća sposobnost predstavlja **otpornost na utjecaj unutarnjih i vanjskih distraktora** koji ometaju provedbu osnovne aktivnosti. Kako bi ostvario dugoročni cilj, pojedinac mora odolijevati iskušenjima i poticajima koji ga mogu navesti na bavljenje irelevantnim ili čak ometajućim aktivnostima, odnosno inhibirati ometajuća ponašanja i ignorirati distraktore iz okoline. Pri razvoju novog upitnika za ispitivanje samokontrole Necka (2015) opisuje nekoliko područja potencijalnih indikatora samokontrole: **suzdržavanje od neprikladnog ponašanja, potiskivanje „nepoželjnih“ misli, prebacivanje između zadatka i aktivnosti, suočavanje s paralelnom izvedbom aktivnosti, prisjećanje i pridržavanje zadanih obaveza i rokova, prisjećanje i pridržavanje postavljenih planova i ciljeva.** Neki autori povezuju samokontrolu s izvršnim dijelom sebe (engl. *self*) koji se ponekad naziva „snaga volje“ (willpower, npr. Baumeister i Tierney, 2011). U sličnom značenju kao i samokontrola, u literaturi se ponekad koristi i pojam **samodisciplina**, uz koju se ponekad veže i odlučno pridržavanje sustava pravila ili protokola namijenjenih ostvarenju zadanog cilja.

Različiti teorijski sustavi u okviru psihologije pridavali su različit značaj samokontroli ili snazi vlastite volje u odnosu na nagone, posljedice uvjetovanja ili utjecaj okolinskih faktora. U okviru klasične psihoanalize, Freud čovjeka vidi kao biće koje ima vrlo skromne mogućnosti kontrole nad samim sobom. Čovjek je, prema Freudu, nesvjestan svojih motiva i pravih razloga svojih akcija i ponašanja, a značajnu ulogu u objašnjavanju ponašanja imaju nagoni (Fulgosi, 1997). Pojava i razvoj humanističke psihologije kroz rad Maslowa, Rogersa i drugih autora promiče znatno veće povjerenje u potencijale čovjeka da samostalno upravlja svojim životom. U literaturi se spominju različiti teorijski modeli samokontrole, kao što su bihevioralni model samokontrole (Kanfer, 1971), model odgođene nagrade (Mischel i sur., 1972) ili teorija kontrole (Carver i Scheier, 1982). Gillebaart (2018) razmatra samokontrolu kao komponentu samoregulacije, ali ih ipak smatra različitim konstruktima. Kao teorijski model za operacionalizaciju predlaže model TOTE (*Test-Operate-Test-Exit*) korišten u području samoregulacije (Carver i Scheier, 1982), unutar kojega je samokontrola odgovorna za upravljanje procesom između početne i završne točke, tj. za fazu modela provedbe (engl. *operate*) (Gillebaart, 2018). U okviru dvo-procesnih teorija samokontrola se povezuje s inhibicijom brzog kanala procesiranja. Samokontrola je usko **povezana s konceptom samoregulacije** i motivacije da se ponašanje prilagođava zahtjevima specifične situacije. Brojne svakodnevne aktivnosti ljudi obavljaju na osnovi naučenih obrazaca ponašanja ili navika, kao na svojevrsnom autopilotu. Ovakvo ponašanje je ekonomično jer štedi resurse pojedinca u svakodnevnom funkcioniranju. Međutim, ponekad pojedinci ponavljaju ponašanja koja su se pokazala neadaptivnim te ih ne mijenjaju prikladnijim oblicima reagiranja. Primjerice, pojedini studenti izlaze više puta na ispit koji rezultira neuspjehom, ali i dalje ustraju na jednakom načinu pripreme. Samokontrola se, kao i brojne druge osobine ličnosti, može razmatrati kao dispozicija koja se odnosi na opće funkcioniranje pojedinca u različitim životnim situacijama. Druga mogućnost analize odnosi se na tretman samokontrole kao stanja vezanog uz vremenski kraće obrasce ponašanja ili specifična područja ponašanja. Osobe koje su visoko na dimenziji samokontrole, mogu u nekim specifičnim situacijama (prometna gužva, incidentne situacije na poslu i sl.) „izgubiti kontrolu“ i reagirati na neprimjeren način. Takve reakcije mogu biti pod utjecajem niza specifičnih okolnosti kao što su socijalni kontekst, psihofizičko i emocionalno stanje osobe i dr. Samokontrola kao stabilna osobina relativno je čest predmet istraživanja, a razvijeni su i instrumenti za mjerenje.

Samokontrola se može razmatrati kao opća dispozicija, ali se, s obzirom na procese, može odnositi na područje **kognicije, emocija ili ponašanja.** Interes istraživača je najčešće usmjeren na bihevioralnu razinu osobne samokontrole kakva je dostupna neposrednom opažanju (Chuderski, 2010). Druga razina odnosi se na kognitivnu samokontrolu i uključuje različite mehanizme odgovorne za efikasnu samokontrolu ponašanja. U području kontrole emocija važno je naglasiti i koncept emocionalne inteligencije koji, u široko prihvaćenom modelu Saloveya i Mayera (1990), uključuje i dimenziju reguliranja vlastitih i tuđih emocija.

Pri izradi upitnika za ispitivanje samokontrole Necka (2015) razlikuje dva oblika samokontrole s obzirom na adaptivnu funkciju. Prvi opisuje kao **reaktivni** i njegova uloga je prilagodba ponašanja zahtjevima okoline, osobito zabranama i ograničenjima. Primjer može biti inhibicija nepoželjnog ponašanja u kojima bismo mogli povrijediti druge ljude. Suzdržavanje od verbalnog, ili čak tjelesnog napada na osobe koje su nas povrijedile, može se opisati i kao samoograničavanje ili razborito ponašanje kojim se sprječavaju moguće kasnije štetne posljedice. Drugi oblik samokontrole autor opisuje kao **proaktivni** i predstavlja sposobnost pojedinca da si postavi ciljeve i nastoji ih ostvariti usprkos ograničenjima i preprekama koje postoje u okolini. Ovakvo ponašanje može se opisati kao ustrajno ili dosljedno. Osoba koja zbog zdravstvenih razloga mora smanjiti tjelesnu težinu ili smanjiti konzumaciju šećera, može ustrajati na ponašanju koje vodi ostvarenju tih ciljeva iako su joj npr. kolači izazov. U oba slučaja se radi o odupiranju iskušenjima koja otežavaju neadaptivne obrasce ponašanja.

Koncept samokontrole implicitno uključuje postojanje određenih **standarda i prioriteta**. U skladu s njima nastojimo održavati ponašanja koja vode ostvarenju ciljeva, odnosno nastojimo korigirati ponašanja i aktivnosti s obzirom na njihovu (ne)funkcionalnost za ostvarenje postavljenih ciljeva. Standardi se mogu definirati kao „ciljevi, ideali, norme i druge smjernice kojima se osoba rukovodi pri izboru odgovora“. Samokontrola predstavlja potencijal da se svjesno upravlja odgovorima (mislima, osjećajima, impulsima i ponašanjem) s ciljem usklađivanja s postavljenim standardima, čime se osigurava adaptivno i socijalno prilagođeno ponašanje (Baumeister i sur., 2005). Previsoko ili prenisko postavljeni standardi mogu dovesti do različitih evaluacija postojećeg stanja i time utjecati na stupanj potrebe za promjenom. Usporedba u odnosu na visoke standarde povećava vjerojatnost da se ti standardi ne dostignu, što stvara pretpostavke za nezadovoljstvo, neugodne emocije i narušavanje opće slike o sebi. Carver i Scheier (1981) naglašavaju da je usporedba sebe s postavljenim standardima u osnovi svijesti o sebi. Međutim visoka svijest o sebi u kombinaciji s visokim standardima može voditi prema problemima prilagodbe.

Kako bi pojedinac uopće bio svjestan odstupanja od ponašanja od standarda, mora imati razvijenu svijest o sebi. Koncept svijesti o sebi ponekad se razdvaja na **privatnu i javnu svijest o sebi**. Privatna svijest o sebi predstavlja sklonost pojedinca da svoju pozornost usmjerava na one aspekte sebe (*self*) koji nisu dostupni vanjskom opažanju, dok je javna svijest o sebi usmjerena na doživljaj pojedinca o načinu na koji ga vide drugi ljudi. Disfunkcionalnost u realnom doživljavanju sebe može biti povezana s poremećajima samokontrole.

Prema Baumeisteru (2002), efikasnost samokontrole ovisi o više faktora među koje pripadaju postavljeni **standardi, proces nadzora** procesa te **kapacitet za promjene i prilagodbu** ponašanja. U svakodnevnom životu osoba je usmjerena prema višestrukim ciljevima te je stoga važan način na koji odabire ciljeve i određuje njihovu hijerarhiju. Pored toga, važna je međusobna povezanost tih ciljeva, odnosno njihova kongruentnost i koherentnost. Ova usklađenost sustava osobnih ciljeva ponekad se opisuje kao integriranost ličnosti (Sheldon i Kasser, 1995). U životu studenta može se izdvojiti više različitih ciljeva usmjerenih dovršetku studija, kvalitetnom socijalnom životu, ostvarivanju partnerskog odnosa i ostvarenju specifičnih individualnih vrijednosti (npr. glazba). Pri odabiru aktivnosti prevladavanje jednog područja (npr. izlasci s prijateljima) može voditi narušavanju vjerojatnosti ostvarenja drugih ciljeva (npr. dovršetak studija). Stoga je za ravnomjerno ostvarivanje životnih ciljeva važno ostvariti određenu razinu samokontrole i inhibiranja aktivnosti koje narušavaju ostvarenje različitih ciljeva.

Pojedini istraživači nastoje ispitati ulogu doživljaja osobnog identiteta kao regulatornog mehanizma koji olakšava kongruenciju i koherentnost ciljeva što ih si ljudi postavljaju te na taj način osnažuje njihovu sposobnost samokontrole. Pilarska (2020), uporabom strukturalnog modeliranja, potvrđuje direktnu povezanost **doživljaja identiteta** i samokontrole. Osobni identitet uključuje svrhovitost, pruža iskustvo kontinuiteta i stabilnosti ponašanja osobe te igra važnu ulogu u procesima samoregulacije. Pojedinac nastoji zadovoljiti različite potrebe u uvjetima ograničenja koje postavlja okolina, ali i pojedinac sam, uvažavajući osobne etičke imperativne, internalizirane vrijednosti i motive. Potreba da aktivnosti organiziramo u određenom vremenskom intervalu, uvažavajući njihovu hijerarhiju, zahtijeva od pojedinca da strukturira svoje aktivnosti na prikladan način.

6.3.2. Determinante razvoja samokontrole

Erik Erikson, u okviru psihosocijalne teorije ličnosti koja opisuje osam stadija psihosocijalnog razvoja ličnosti, posvećuje pozornost razvoju samokontrole kod djece (Fulgosi, 1979). Drugi stadij odnosi se na drugu i

treću godinu života, a karakterizira ga odnos roditelja prema djetetu koji može biti više ograničavajući (iskazuje se kroz ograničenja) ili podržavajući (nagrađuju se i potiču određena ponašanja). Ograničavanje, prema Eriksonu, može imati dva oblika, pri čemu prvi ima funkciju zaštite, a drugi je destruktivan i demotivira dijete za samostalno ponašanje. Jednako tako, i podržavajuće ponašanje može imati različite oblike koji mogu voditi različitim ishodi- ma. Tako, primjerice, ponašanje djeteta može biti podržano ili dopušteno zbog nezainteresiranosti roditelja („nije me briga što radiš“). Erikson navodi da je uspješno rješavanje ove faze važno za razvoj osjećaja **samokontrole, nezavisnosti i autonomije** (Larsen i Buss, 2008). Nepovoljno razrješenje ove faze dovodi do osjećaja nesamostal- nosti, gubitka samokontrole, sumnje i osjećaja djece da ih kontroliraju drugi ljudi i okolina. Ovi koncepti mogu biti korisni i u suvremenoj psihologiji jer nude okvir za objašnjenje individualnih razlika u stupnju samokontrole tijekom psihosocijalnog razvoja. Autori iz područja razvojne psihologije naglašavaju važnost kontrole tjelesnih impulsa, upravljanja snažnim emocijama te održavanja pažnje. Brojna istraživanja ukazuju na važnost odnosa pozitivnih roditeljskih stilova na širi spektar karakteristika djece poput akademskog uspjeha, socio-emocionalnog razvoja, samoregulacije, delinkventnog ponašanja i uporabe sredstava ovisnosti, manje eksternalizacije problema (npr. niža agresivnost ili sklonost krađi) (Eisenberg i sur., 2005). Djeca autoritativnih roditelja, između ostalog, imaju bolje razvijenu samoregulaciju, bolje reguliraju vlastite emocije, primjerenije reagiraju na teške zadatke i bolje razvijaju socijalne vještine u odnosu na djecu permissivnih roditelja (Eisenberg i sur., 2005).

Romer i suradnici (2010) navode nalaze iz razvojne neuroznanosti prema kojima mozak kod adolescenata nije dosegao zrelost kakva omogućuje kontrolu nad unutarnjim impulsima poput traženja uzbuđenja (engl. *sensation seeking*) pojačanih tijekom adolescencije. Istraživači ispituju paradigmu prema kojoj sposobnost odgađanja nagrada ili zadovoljstva predstavlja potencijalni izvor kontrole nad pokretanjem rizičnih ponašanja, česta tijekom adolescencije. Impulzivnost, samokontrola i kapacitet donošenja odluka u adolescenciji su pod utjecajem bio-psi- ho-socio-kulturalnih faktora. Kombinacija niske razine samokontrole i visoka impulzivnost vode nižoj sposobno- sti donošenja optimalnih odluka (tj. odluka koje donose najveću dobit) (Manea, 2021). Crone (2016) navodi da su mladi skloniji donošenju rizičnih odluka i ulasku u rizična ponašanja u odnosu na odrasle, što se dijelom može pripisati hormonalnim i neurofiziološkim faktorima. Widjojo i Crone (2018) navode da su kortikalne strukture odgovorne za osjećaj ugone u tom razdoblju osjetljivije, što vodi intenzivnijim porivima za donošenje rizičnih odluka. Na razvoj samokontrole utječu i obiteljski faktori poput socioekonomskog statusa, stabilnosti obiteljskih odnosa i utjecaja vršnjaka (Franken i sur., 2015).

Samokontrola se može razmatrati kao relativno stabilna karakteristika ličnosti iako se značajan broj istraži- vača slaže da se može dodatno osnažiti i razvijati na osnovi treninga. Necka (2015) navodi da je vježbanje samo- kontrole zamorno te ponekad vodi do potpunog iscrpljivanja resursa i nenamjernog vraćanja u način automa- skog upravljanja ponašanjem. Dio autora naglašava i važnost procesa najdublje razine koji se odnose na neuralne kortikalne mehanizme, koji su osnovi ponašanja, pa tako i kontrole vlastitog ponašanja. Rezultati pokazuju da je rizično ponašanje u razdoblju adolescencije (operacionalizirano kroz konzumaciju duhana, marihuane i al- kohola) negativno povezano sa sposobnošću odgode zadovoljstva. Ova povezanost je stabilna neovisno o dobi, spolu i razini potrebe za traženjem uzbuđenja. Istraživače je dalje zanimalo koliko iskustvo uključivanja u rizična ponašanja utječe na kasniju sposobnost odgode zadovoljstva. Rezultati Romera i sur. pokazali da je kod osoba s visoko izraženom potrebom traženja uzbuđenja u mladoj dobi došlo do značajnog povećanja sposobnosti odgode zadovoljenja u kasnijoj dobi. Moguća interpretacija koju nude autori povezuje iskustvo uključenosti u rizična ponašanja s kasnijim većim strpljenjem za dugoročne nagrade (Romer i sur., 2010). Autori zaključuju da je za cjelovito razumijevanje razvoja samokontrole nužno uključiti različite skupove faktora: od neurofizioloških, pre- ko psiholoških do osobnog iskustva pojedinaca tijekom razvoja. Stupanj samokontrole u pojedinim situacijama može u većoj mjeri biti objašnjen specifičnim stanjem organizma (stres, hormonalni poremećaji, umor i sl.) nego dispozicijskim karakteristikama ličnosti (ugodnost, temperament, impulzivnost i sl.).

6.3.3. Istraživanja samokontrole

Samokontrola, iako ponekad različito operacionalizirana, pokazala se povezanom s različitim aspektima ljudskog ponašanja i dobrobiti. Visoka samokontrola povezana je s pozitivnim ishodi- ma kao što su bolje men-

talno i tjelesno zdravlje, bolji socijalni odnosi, bolji akademski uspjeh, ali i manja razina depresivnosti, pretilosti, konzumacije sredstava ovisnosti, nasilja i agresivnog ponašanja (de Ridder i sur., 2012). Viša razina samokontrole u mlađoj dobi pokazala se povezanom s boljim samoregulacijskim vještinama u adolescenciji (Shoda i sur., 1990), ali i boljim zdravljem i općom prilagodbom u odrasloj dobi (Moffit i sur., 2011). Istraživanja ukazuju na povezanost samokontrole i akademskog postignuća (Tangney i sur., 2004), manje izražene prokrastinacije (Tice i Baumeister, 1997) i bolje kvalitete interpersonalnih odnosa (Vohs i sur., 2011). Niska samokontrola povezana je općenito s mjerama lošije prilagodbe poput impulzivnog kupovanja (Baumeister, 2002), financijskih problema (Gathergood, 2012) i poremećaja prehrane (Elfhag i Morey, 2008). Baumeister i Tierney (2011) povezuju nisku samokontrolu sa širokim spektrom problema poput uporabe alkohola i sredstava ovisnosti, impulzivnog nasilja, nezdravih dijeta, nekontroliranih ispada bijesa, nedostatne tjelesne aktivnosti, kronične anksioznosti te povećane vjerojatnosti delinkventnog ponašanja i problema sa zakonom. Agresivno ponašanje jednim je dijelom povezano s nedostatkom samokontrole, barem u slučaju minimalno usvojenih socijalnih normi i standarda. Jensen-Campbell i sur. (2007) ispituju mehanizme posredovanja samokontrole na odnos ljutnje i agresivnosti te na povezanost s osobinama ličnosti. Ljutnja je u ovom slučaju registrirana i na razini kortikalne aktivnosti, pri čemu su potvrđeni raniji nalazi o povezanosti ljutnje i asimetrije u EEG aktivnostima lijeve i desne prefrontalne regije. U opisanom primjeru ljutnja je bila povezana s agresivnim ponašanjem. Na razini samoprocjenskih mjera savjesnost je bila negativno povezana s ljutnjom te moderirala odnos između ljutnje i agresivnosti. Ugodnost je bila pozitivno povezana s ljutnjom samo u situaciji niske razine savjesnosti.

Samokontrola se može dovesti u vezu s osobinom **impulzivnosti** koja predstavlja tendenciju brzom donošenju odluka i aktivnosti na osnovi prvog poticaja te niskim stupnjem promišljanja i evaluacije mogućih posljedica ponašanja. Impulzivnost se razmatra i kao kognitivni stil koji omeđuju dva pola: impulzivnost i refleksivnost. Refleksivni stil karakterizira sustavno promišljanje, provjeravanje i vrednovanje mogućih opcija te izbjegavanje brzog djelovanja. Ainslie (1975) predlaže bihevioralnu teoriju impulzivnosti i kontrole impulsa. Navodi da kod impulzivnih osoba postoji smanjenje vrijednosti nagrade u funkciji njezine vremenske udaljenosti te će stoga izbor više alternativnih ponašanja biti određen njihovom vremenskom udaljenošću. Pri kontroli impulzivnog ponašanja uključeni su različiti faktori poput: rigidnosti ponašanja, sposobnosti odgode pozitivnog potkrepljenja, snage volje, samonagrađivanja, projekcije, doživljaja dosade i sposobnosti inhibicije podražaja koji privlače pozornost. Impulzivnost i samokontrola mogu se povezati s aktivnostima prefrontalnog korteksa (Gibb i Kolb, 2015, str. 820, prema Manea, 2021), pa razina dopamina može imati utjecaja na smanjenje razine samokontrole (Romer i sur., 2010). Samokontrola je usko povezana s **impulzivnošću** i s **procesom donošenja odluka**. Manea (2018) navodi povezanost samokontrole i impulzivnosti od $-.63$ ($p < .001$), što ukazuje na značajno preklapanje u strukturi ovih dvaju konstrukta. Rezultati nekih istraživanja na mladima, na uzorku mladih vozača, ukazuju na povezanost impulzivnosti, traženja uzbuđenja i rizičnog vozačkog ponašanja (Veočić, 2016). Impulzivnost je povezana s rizičnim ponašanjem ($.37$; $p < .001$) kao i subskalama dezinhibicije ($.32$; $p < .001$) i podložnosti dosadi (oko $.31$; $p < .001$) kao specifičnim aspektima traženja uzbuđenja.

Temperament je također ispitan kao osobina povezana s mehanizmima samokontrole. Necka i suradnici (2019) ispituju povezanost samokontrole i dimenzija temperamenta proizašlih iz modela Strelaua i suradnika (Strelau i Zawadzki, 2012). Na osnovi rezultata, autori nalaze povezanost stupnja pobuđenosti, ustrajnosti i niže razine emocionalnih reakcija sa stupnjem efikasnosti u zadacima i situacijama koje zahtijevaju razvijenu samokontrolu. U ovom kontekstu, posebice važnom komponentnom čini se spremnost na brze reakciju koje zahtijevaju promjene u okolini.

6.3.4. Samokontrola u svakodnevnom životu

Samokontrola je važna za uspješno izvršavanje različitih aktivnosti koje zahtijevaju sustavno pridržavanje određenih pravila i inhibiranje svih distrakcijskih aktivnosti. Pripreme za ispit ili državnu maturu zahtijevaju odgodu različitih aktivnosti koje interferiraju s učenjem. Ako plan priprema za ispit podrazumijeva mjesec dana svakodnevnog učenja u trajanju od 6 do 8 sati, u određenom trenutku može doći do zasićenja i pojave neugodnih

afekata. U tim situacijama može doći do potrebe za prebacivanjem na aktivnosti koje nisu korisne za pripremu ispita (traženje dodatnih izvora literature i informacija, pretraživanje interneta, pozivi prijateljima kako bi se dodatno informirali o ispitu i sl.). Te aktivnosti odgađaju neugodne emocije uz privid da se vrijeme i dalje koristi svrsishodno. Sličan primjer predstavlja odgađanje početka učenja kada student prije početka pregledava nevažne vijesti i informacije na internetu ili društvenim mrežama. Na taj način odgađa početak aktivnosti koja je iz različitih razloga (umor, nedostatak interesa, ispitna anksioznost i sl.) povezana s neugodnim afektima, dok bavljenje sporednim aktivnostima odgađa takvo stanje. Ovo su primjeri u kojima razvijenost samokontrole može igrati značajnu ulogu. U ovom slučaju može biti korisno izraditi plan učenja koji će uključivati određene nagrade nakon uspješno obavljenih faza (npr. odlazak u kino, kraće druženje s prijateljima i sl.). Ovakvi planirani odmori često zahtijevaju manje vremena od interferirajućih aktivnosti koje se poduzimaju zbog gubitka samokontrole nad provedbom plana. U svakodnevnom životu niska samokontrola može se očitovati u kupovini nepotrebnih i neplaniranih proizvoda, provođenjem prevelike količine vremena u određenim aktivnostima (gledanje TV, računalne igrice, društvene mreže i dr.) na račun važnijih i dogovorenih obaveza, različitim oblicima ovisničkog ponašanja kao što su konzumacija alkohola, duhana, nezdrave hrane, kockanje i sl. Zaseban primjer su ponašanja vezana uz navike hranjenja koje zahtijevaju promjene uobičajenih obrazaca prehrane zbog zdravstvenog stanja ili želje za gubitkom tjelesne težine. U takvim slučajevima ključna je ustrajnost u izbjegavanju određenih vrsta prehrane (npr. konzumacija hrane koja sadrži šećer) ili smanjenje dnevne količine kalorija.

Pri analizi i tretmanu gubitka samokontrole važno je analizirati moguće uzroke ustrajanja na štetnim obrascima ponašanja. Jedan od oblika reakcije na stres ili negativne afekte može biti prejedanje koje se manifestno očituje kao nedostatak samokontrole u količini unosa hrane. U kontekstu kognitivno-bihevioralnog pristupa prejedanje se objašnjava poremećajem u načinu reguliranja raspoloženja. U ovom slučaju prejedanje omogućuje ublažavanje neugodnog raspoloženja na način da interferira s kognicijama odgovornim za neugodna emocionalna stanja. Prekomjerno hranjenje kratkoročno omogućuje negativno potkrepljenje jer uklanja neugodne emocije (Fairburn i sur., 2003). Model blokiranja emocija pretpostavlja da prejedanje predstavlja izravan način smanjenja tzv. averzivne svijesti o sebi (Lacey, 1986). Averzivna svijest o sebi predstavlja usmjerenost pojedinca na vlastite slabosti, neuspjeha ili nedostatke. Kod pojedinih osoba svijest o sebi selektivno se usmjerava na osobne nedostatke, pogreške ili druge slabosti, što vodi snižavanju samopoštovanja te samopredbacivanja zbog neuspjeha. Tako istraživanja pokazuju da prejedanju prethodi negativni afekt uz nedostatak inhibicije (Pokrajac-Bulian i sur., 2009). S ciljem izbjegavanja neugodnog stanja, osoba pribjegava kognitivnoj strategiji izbjegavanja, odnosno kognitivnog suženja i usmjeravanja pažnje na hranu. Prejedanje je, u osnovi, posljedica izbjegavanja negativnog afekta izazvanog drugim faktorima, a ne uzrok kognitivnog sužavanja (Pokrajac-Bulian i sur., 2009).

6.3.5. Mjerenje samokontrole

U literaturi je opisan veći broj instrumenata za procjenu različitih aspekata samokontrole. Maas i suradnici (2017) razvijaju upitnik za ispitivanje kognicija vezanih uz samokontrolu (SCCQ – *Self-Controle Cognition Questionnaire*) koji se može koristiti u području kognitivno-bihevioralne terapije nepoželjnih navika kao što su čupanje kose, grickanje noktiju i sl. Autori ispituju različite vrste iskazanih uvjerenja klijenata u vezi s teškoćama u održavanju kontrole nad svojim nepoželjnim navikama. Verzija od 11 čestica uključuje dva faktora s dvije vrste kognicija. Prvi oblik kognicija uključuje stav: „Ne mogu prestati s nepoželjnom aktivnosti“ (pr. čestice „Potreba da to učinim je prejaka“), dok drugi oblik kognicija uključuje argumentaciju: „Popuštanje donosi nagradu“ (pr. čestice „Još ću samo danas pojesti kolač, a od sljedećeg tjedna počinjem s dijetom“).

Tangney i sur. (2004) predlažu Skalu samokontrole (SCS) od 36 čestica. Teorijsku osnovicu za razvoj skale predstavlja koncept o samokontroli povezanoj s ograničenim psihološkim resursima. Skala, s obzirom na sadržaj, uključuje četiri domene: **kontrolu mišljenja, emocija, impulsa i ponašanja**. Unger i suradnici (2016) navode povezanost višeg rezultata na skali SCS sa samopoštovanjem, ekstraverzijom, boljim interpersonalnim odnosima, primjerenom ekspresijom ljutnje i manjom impulzivnošću, nižim psihoticizmom, neuroticizmom, anksioznosti i rezultatima na skali laganja. Kratka skala samokontrole BSCS (Tangney i sur., 2004) sastoji se od 13 čestica i mjeri

opću samokontrolu (pr. „Lako se odupirem iskušenjima“). Dinić (2013) na uzorku studenata nalazi povezanost niže samokontrole (mjerene skalom BSCS) s nižim uspjehom na studiju i negativnijim stavom prema kockanju. Samokontrola je značajno povezana s aspektima samopoštovanja, i to samosviđanjem (.31; $p < .01$) i samokompetentnošću (.48; $p < .01$).

Necka je izradio Upitnik samokontrole (*Self-Controle Scale AS-36*; Necka, 2015) koji se sastoji 36 pitanja i uključuje 3 dimenzije/subskale: **H-inhibicija** (*inhibition*), **P-prebacivanje** (*switching*), **M-praćenje cilja** (*goal monitoring*). Subskala H (inhibicija; prva slova odnose se na nazive skala na poljskom, tj. H, P i M) odnosi se na sposobnost inhibiranja, tj. suzdržavanja od aktivnosti koje su neadekvatne ili čak mogu rezultirati štetnim posljedicama. Primjeri tvrdnji: „Obično ništa ne kupujem impulzivno“ ili „Kada sam uzbuđen, nastojim se suzdržati od reakcija kako ne bih kasnije požalio“. Subskala P (*switching*) predstavlja sposobnost prebacivanja s jedne aktivnosti na drugu, odnosno promjene tijeka i usmjerenosti započete aktivnosti. Primjer tvrdnje: „Kada me nešto prekine, lako mogu nastaviti započetu aktivnost“. Subskala M (*goal monitoring*) odnosi se na prospektivnu kontrolu te uključuje praćenje ili motrenje početnih namjera i ciljeva, vremenskih rokova i obveza te kontrolu ostvarenja plana. Osobe nisko na ovoj dimenziji imaju nisku sposobnost nošenja s obvezama i rokovima, kao i s praćenjem osobnih ciljeva i namjera. Primjer tvrdnje: „Uvijek se pridržavan zadanih rokova“.

Subskale H i P nisu povezane (.08), P i M nisko (.27; $p < .05$), dok je najviša korelacija između subskala H i M (.43; $p < .05$). Autor predlaže i uporabu ukupnog rezultata kao mjere opće samokontrole. Subskale H i M su nisko pozitivno povezane s dobi (oko .20), dok je subskala P s dobi povezana nisko negativno (-.14). Inhibicija (H) je povezana negativno s anksioznošću (-.38) i neuroticizmom (-.34), te pozitivno sa savjesnošću (.38). Slična struktura povezanosti pronađena je i za preostale dvije dimenzije, s izuzetkom korelacije dimenzije praćenja cilja (M) povezane sa savjesnošću čak .70. Ove korelacije ukazuju na povezanost ovako mjenog koncepta samokontrole sa strukturom ličnosti.

6.3.6. Kako zakon regulira odgovornost za kontrolu vlastitog ponašanja?

Ako u istraživanjima i možemo prihvatiti da osoba nije u potpunosti odgovorna za svoje ponašanje, kako onda prosuđivati i kažnjavati posljedice agresivnog, devijantnog i kriminalnog ponašanja koje predstavlja kršenje zakona ili različitih normi? Zanimljivo je razmotriti kako se kontrola nad vlastitim ponašanjem tretira u Kaznenom zakonu kroz definiciju koncepta **neubrojivosti** (Narodne novine, br.125, čl. 24.; 2011). Zakon navodi da je „neubrojiva ona osoba koja u vrijeme ostvarenja protupravnog djela nije mogla shvatiti značenje svojeg postupanja ili nije mogla vladati svojom voljom zbog duševne bolesti, privremene duševne poremećenosti, nedovoljnog duševnog razvitka ili neke druge teže duševne smetnje“. Osoba za koju se utvrdi da je u vrijeme počinjenja kaznenog djela bila neubrojiva ne može se proglasiti krivom i ne može joj se izreći kazna. Međutim Zakon sadrži i koncept **samoskrivljene neubrojivosti** koji se odnosi na situacije u kojima je osoba sama odgovorna za dovođenje u stanje neubrojivosti. U članku 25. Zakona navodi se da se „ne smatra neubrojivim počinitelj koji se uporabom alkohola, droga ili na drugi način **svojom krivnjom** doveo u stanje u kojem nije mogao shvatiti značenje svojeg postupanja ili nije mogao vladati svojom voljom, ako je u vrijeme kad se dovodio u takvo stanje kazneno djelo što ga je počinio bilo obuhvaćeno njegovom namjerom ili je glede tog kaznenog djela kod njega postojao nehaj, a zakon propisuje kažnjivost i za taj oblik krivnje“ (Narodne novine, br.125, čl. 25; 2011).

U članku 26. Kaznenog zakona dopušta se i mogućnost **smanjene ubrojivosti** pa se navodi: „Počinitelj koji je u vrijeme počinjenja kaznenog djela zbog nekog stanja iz članka 24. stavka 2. ovoga Zakona bio bitno smanjeno ubrojiv može se blaže kazniti, ako do bitno smanjene ubrojivosti nije došlo samoskrivljeno sukladno članku 25. ovoga Zakona.“. Ovaj pogled na samokontrolu iz pravne perspektive, otvara zanimljivo područje za razmatranje odnosa pravnih i psiholoških aspekata odgovornosti za vlastito ponašanje. U ovom kontekstu posebice je važna procjena stvarne mogućnosti kontrole i uvida u posljedice vlastitog ponašanja osobe u konkretnoj situaciji.

6.4. Kontrola i regulacija emocija

Upravlajte svojim osjećajima, kako ne bi osjećaji upravljali vama.

Publilius Syrus

Kontrola i regulacija vlastitih emocija, kao i ponašanja povezanih s emocionalnim stanjima, iznimno su važni za prilagodbu i mentalno zdravlje osobe (i njezine okoline). Interes za područje upravljanja emocijama postoji još od davnih vremena, ali klasične teorije ulogu emocija sužavaju na poticanje živog bića na reagiranje u situacijama koje zahtijevaju bijeg ili napad. Emocionalni procesi povezani su s evolucijski starijim dijelovima neurofiziološkog sustava pa tradicionalne teorije mogućnost kontrole i upravljanja emocijama razmatraju tek usputno. Emocionalna zrelost označava kontrolirano izražavanje emocija primjereno određenoj društvenoj sredini i normama, a istraživanja ukazuju na značajne međukulturalne razlike u načinima izražavanja, naglašavanja i potiskivanja emocija u interpersonalnoj komunikaciji (Kitayama, Markus i Kurokawa, 2000).

U novije vrijeme razvoj koncepta emocionalne inteligencije potaknuo je velik broj istraživanja u ovom području (Salovey i Mayer, 1990; Goleman, 1995). Moderne teorijske paradigme pozornost usmjeravaju individualnim razlikama u sposobnosti upravljanja emocionalnim stanjima, kao i korelatima te nove vrste „inteligencije“. U novije vrijeme naglašava se važnost emocija u području motivacije, usmjeravanja kognitivnih aktivnosti, interpersonalnih odnosa, suočavanja sa stresom i dr. (Schwartz, 1990; Mayer i Salovey, 1997). Emocionalna inteligencija uključuje sposobnosti brze procjene i prepoznavanja emocionalnih stanja, sposobnosti prepoznavanja i kreiranja emocija koje olakšavaju procese mišljenja te sposobnosti razumijevanja emocija i znanje o emocijama (Mayer i Salovey, 1997).

Kvalitetno upravljanje emocijama podrazumijeva prepoznavanje situacija u kojima je inhibicija emocija funkcionalna i adaptivna. Pretjerana kontrola, potiskivanje i inhibicija emocija mogu biti u podlozi psihičkih problema i lošeg suočavanja sa stresnim situacijama. S druge strane, važno je prepoznati situacije u kojima je ekspresija emocija uz kontrolu razine emocionalne pobuđenosti pozitivna i korisna. Emocionalna inteligencija uključuje dinamičke procese regulacije emocija s ciljem ostvarenja opće dobrobiti pojedinca.

Takšić (2004) razvija Upitnik regulacije i kontrole (negativnih) emocija (ERIK). Sadržaj Upitnika proizlazi iz operacionalizacije dimenzije regulacije i kontrole unutar modela Mayera i Saloveya (1997). Upitnik se sastoji od 20 čestica koje opisuju intenzitet utjecaja neugodnih emocionalnih stanja na ponašanje, mišljenje i pamćenje osobe te na sposobnost emocionalne kontrole. Takšić navodi da se u upitnicima emocionalne kontrole i regulacije češće ispituje utjecaj inhibicije neugodnih emocija i raspoloženja, jer takva stanja značajnije utječu na mišljenje i ponašanje osobe. U svakodnevnom životu rjeđe su situacije u kojima je potrebna inhibicija ugodnih emocija. Provjere faktorske strukture ukazuju na tri faktora. Prvi faktor opisan je kao *utjecaj emocija i raspoloženja na mišljenje* (pr. „Raspoloženje mi snažno utječe na razmišljanje“). Drugi faktor odnosi se na *utjecaj emocija i raspoloženja na pamćenje* (pr. „Teško zaboravljam stvari koje su me uzrujale“). Treći faktor nazvan je *kontrola emocionalnih reakcija* (pr. „Kada me netko naljuti, odmah i vrlo burno reagiram“). Korelacije među faktorima kreću se u rasponu od 0.32 do .59. Autor navodi da rezultati potvrđuju trofaktorsku strukturu (uz nisku unutarnju konzistenciju trećeg faktora koja je ispod .60). Stoga autor navodi da je opravdana uporaba i interpretacija ukupnog rezultata (čija se unutarnja konzistencija kreće oko 0.8 izražena alfa koeficijentom).

Sposobnosti emocionalne inteligencije, između ostalog, uključuju zapažanje emocija kod drugih osoba, razlikovanje i imenovanje emocija, prepoznavanje i interpretiranje značenja emocionalnih stanja, razumijevanje složenih osjećaja, razumijevanje uzroka i promjene emocionalnih stanja, razumijevanje i prepoznavanje utjecaja afekata na pažnju, prosuđivanje i mišljenje te kontrolu i upravljanje emocijama (Takšić, 2002). Jasno je da je za kvalitetnu kontrolu i upravljanje emocijama važno raspolagati svim opisanim kompetencijama.

Upitnik emocionalne kompetentnosti UEK-45 (ili dulja verzija UEK-136) autora V. Takšića (2002) uključuje tri subskale: sposobnost uočavanja i razumijevanja emocija (15 čestica), sposobnost izražavanja i imenovanja emocija (14 čestica) i sposobnost upravljanja emocijama (16 čestica).

Treća subskala Upitnika UEK-45 *Upravljanje emocijama* uključuje i procese vezane uz kontrolu (pr. „Dobro raspoloženje mogu zadržati i ako mi se nešto loše dogodi“, „Kada sam dobro raspoložen, teško me je oneraspoložiti“). Ova dimenzija regulacije vlastitih emocija pokazuje zanimljive relacije s kvalitetom rukovođenja (.52; $p < .001$), empatijom (.49; $p < .001$), zadovoljstvom životom (.45; $p < .001$), percepcijom stresa (-.45; $p < .001$), vrijednosti samoaktualizacije (.33; $p < .001$) te otpornosti ega (.49; $p < .001$) (Takšić i sur., 2006). Ovi nalazi potvrđuju zaključak da je kvalitetno upravljanje emocijama povezano s nizom pozitivnih ishoda.

Kontrola emocija i reakcija potaknutih intenzivnim emocionalnim stanjima ponekad su nužni za prilagođeno funkcioniranje u socijalnom okruženju u skladu s normama i civilizacijskim zahtjevima (Gross i Levenson, 1997). Loša kontrola emocija može biti u podlozi agresivnog i nasilničkog ponašanja ili eksplozivnih izljeva ljutnje, što može voditi problemima u socijalnim odnosima, ali i kršenju zakona. Roger i Neshoever uvode konstrukt emocionalne kontrole koji definiraju kao opću sklonost inhibiranju iskazivanja emocionalnih reakcija i razvijaju Skalu za mjerenje emocionalne kontrole (Emotional Control Questionnaire - ECQ, Roger, Neshoever, 1987). Roger i Najarian (1989) opisuju novu verziju Skale ECQ2 koja se sastoji od 56 čestica raspoređenih u 4 subskale: *ponavljanje* (ispituje sklonost ponovnom razmišljanju o emocionalnoj uznemirenosti; pr. „Ako dođem u sukob s nekim, nastojim ne razmišljati više o tome“), *emocionalna inhibicija* (suzdržavanje od emocionalnih reakcija i doživljenih emocija; pr. „Ponekad jednostavno ne mogu suzdržati svoje osjećaje“), *kontrola agresivnosti* (suzdržavanje od agresivnih postupaka; pr. „Kada me netko gurne, ja mu nastojim uzvratiti“), *benigna kontrola* (primarno povezana s impulzivnošću i uvedena s ciljem razlikovanja od agresije; pr. „Kada netko kaže neku glupost, ja mu ukažem na to“). Zadatak ispitanika jest da navede opisuje li tvrdnja točno ili netočno njegovo stvarno ponašanje. Alfa koeficijenti unutarnje konzistencije subskala kreću se u rasponu od .77 do .86. Roger i Masters opisuju pozitivne rezultate treninga provedenog na osuđenima za teška kaznena djela, koji se očituju u povećanju kontrole i pozitivnih strategija suočavanja (Roger i Masters, 1997).

Istraživači su općenito suglasni da dugoročno inhibiranje emocija ima štetne posljedice na imunološki sustav i može potaknuti razvoj bolesti (Pennebaker, 1985). Autor predlaže model odnosa između traumatskog iskustva i psihosomatskih problema. Naglašava da je aktivna inhibicija povezana sa stresom i pojavom bolesti, a slučajevi u kojima pojedinci ne žele ili ne mogu izraziti svoje misli i osjećaje vezane uz traumatski događaj, otežavaju i produljuju oporavak. Važno je naglasiti da treba odvojiti različite koncepte, poput pomanjkanja emocionalne izražajnosti, pojedinih osobina ličnosti, samozavaravanja i sl., od aktivne emocionalne inhibicije. King, Emmons i Woodley (1992, prema Dankić, 2004) razmatraju povezanosti inhibirajućih koncepata kao što su samokontrola, emocionalna kontrola, defanzivnost, opsesivne i ruminacijske misli. Nalaze povezanost emocionalne inhibicije s ruminacijom, ali i s bihevioralnom inhibicijom.

Dio autora smatra da emocionalna inhibicija i sklonost potiskivanju ne mora nužno biti patogena, već da u određenim situacijama može imati prednost pred konfrontirajućim strategijama (King, Emmons i Woodley, 1992, prema Dankić, 2004). Roger i Najarian (1989) ispituju ulogu emocionalne kontrole u odnosu između stresa i zdravstvenih ishoda. Nalaze povezanost emocionalne kontrole s fiziološkim učincima stresa na način da potiče reaktivnost i produljuje vrijeme oporavka od stresa. Česte ponavljajuće misli vezane uz prošle uznemirujuće događaje mogu produljiti oporavak od stresa na psihološkoj i fiziološkoj razini.

Soldo i Vulić-Prtorić (2018) prevele su i prilagodile Upitnik kognitivne emocionalne regulacije (CERQ – *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire*). Autori originalnog upitnika su Garnefski, Kraaij i Spinhoven (2001, prema Soldo i Vulić-Prtorić, 2018). Definicije i operacionalizacije emocionalne regulacije u literaturi razlikuju se, što dovodi do problema usporedbe i integracije rezultata različitih istraživanja. Soldo i Prtorić (2018) navode Thompsonovo određenje, prema kojemu emocionalna regulacija uključuje ekstrinzične i intrinzične procese odgovorne za praćenje, vrednovanje i mijenjanje emocionalnih reakcija, pri čemu ti procesi mogu biti automatski ili kontrolirani, odnosno svjesni ili nesvjesni.

Upitnik kognitivne emocionalne regulacije namijenjen je ispitivanju kognitivnih strategija koje osoba koristi nakon što se suoči s nekim negativnim događajem ili situacijom (Soldo i Vulić-Prtorić, 2018). Upitnik se sastoji

od 36 čestica, a zadatak ispitanika jest da uz svaku tvrdnju procijeni koliko često koristi opisani način razmišljanja nakon neugodnog iskustava. Odgovori se procjenjuju na ljestvici od 5 stupnjeva (1-nikada; 5-uvijek). Čestice su raspodijeljene u devet subskala: samookrivljavanje, prihvaćanje, ruminacija, pozitivno refokusiranje, preusmjerenje na planiranje, pozitivna ponovna procjena, stavljanje u perspektivu, katastrofiziranje i okrivljavanje drugih. U ovom kontekstu, koncept emocionalne regulacije blizak je konceptu suočavanja te jednim dijelom objašnjava strategije na osnovi kojih osoba pokušava interpretirati vlastita emocionalna stanja. Nastoje se odvojiti kognitivni procesi koji prethode ponašanjima povezanim s emocijama. Korelacije među subskalama variraju u širokom rasponu od 0 do čak .84, no predložena je uporaba i interpretacija inicijalnih devet različitih faktora. Validacijske studije ukazuju na značajnu povezanost strategija kognitivne emocionalne regulacije i razine simptoma depresivnosti, anksioznosti i stresa (Soldo i Vulić-Prtorić, 2018)

U posljednje vrijeme znatna pozornost posvećuje se ulozi i značaju emocija u školskom kontekstu. U prvom poglavlju kratko je opisana Pekrunova teorija kontrole i vrijednosti koja, pri objašnjavanju prilagodbe na akademsko okruženje i akademskog postignuća, poseban značaj posvećuje važnosti emocija (Pekrun, 2006). Sposobnosti kontrole i regulacije emocija, koje učenici doživljavaju u različitim fazama obrazovnog procesa, povezane su s različitim obrazovnim ishodima (Burić, 2008). Burić, Sorić i Penezić (2011) prilagođavaju Skalu emocionalne regulacije u ispitnim situacijama autora Schutza i sur. (*Emotional Regulation Related to Testing Scale*; Schutz i sur., 2004). Schutz regulaciju emocija razmatra kao dio šireg procesa samoregulacijskog ponašanja koje omogućuje upravljanje procesima usmjerenim ostvarenju akademskih ciljeva. Regulacija emocija, u ovom kontekstu, uključuje razumijevanje emocionalnih stanja i aktivno utjecanje na emocije koje će učenik doživjeti. Pored toga utječe na to kada i kako će učenik doživjeti emocije, kako će ih izraziti te na koji će način emocije utjecati na njega (Burić, Sorić i Penezić, 2011; Schutz, 2004). Skala emocionalne regulacije u ispitnim situacijama uključuje osam subskala koje na hrvatskoj verziji ukazuju na tri dimenzije ili faktora (u originalnoj verziji pretpostavljena su četiri). Prvi faktor ispituje **processe kognitivnih procjena** (uključuje subskale: *usklađenost ciljeva, kontrolabilnost, efikasnost nošenja s problemima*). Drugi faktor ispituje **processe usmjerene na zadatak** (uključuje *subskalu korištenje strategija usmjeravanja na zadatak*). Treći faktor ispituje **processe usmjeravanja na emocije** (uključuje subskale *maštanja i samookrivljavanja*). Razina upotrebe pojedinih strategija emocionalne regulacije u ispitnim situacijama može se predvidjeti na osnovi osobina ličnosti, kognitivnih procjena vezanih uz situaciju ispita te intenzitetom doživljenih ispitnih emocija. S druge strane, veći broj istraživanja pokazuje povezanost korištenih strategija regulacije emocija s akademskim postignućem i mjerama opće prilagodbe učenika (Pekrun, 2006).

Burić, Sorić i Penezić (2016) objavljuju Upitnik za ispitivanje regulacije emocija u akademskom kontekstu namijenjen ispitivanju strategija regulacije emocija u različitim akademskim situacijama. Upitnik se sastoji od osam subskala: izbjegavanje situacija, razvijanje kompetencija, preusmjerenje pažnje, preispitivanje, potiskivanje, respiracija, ventiliranje i traženje socijalne podrške

U metodološkom smislu, u području mjerenja kontrole emocija ostaje problem dominantne uporabe metoda samoprocjene te teškoće u razdvajanju mehanizama vezanih uz same emocije od kognitivnih i bihevioralnih procesa koji u osnovi imaju emocionalnu podlogu.

6.5. Samoregulacija

*Neki čovjek pronašao je orlovo jaje
i stavio ga pod kvočku na svom seoskom imanju.
Zajedno s pilićima izlegao se i orlić i odrastao s njima.
Cijeli svoj život orao je radio isto što i pilići,
mислеći da je i on jedan od njih.
Ključao je po zemlji tražeći gliste i kukce. Kvocao je i kukurikao,
mahnuo koji put krilima i letio nekoliko metara.
Godine su prolazile i orao je ostarilo.
Jednog dana vidio je iznad sebe,
na vedrom nebu, veličanstvenu pticu.
Ptica je gracioznom dostojanstvenošću jedrila
po snažnim zračnim strujama
i jedva je koji put zamahnula svojim zlatnim krilima.
Orao je gledao u nebo zadivljen.
"Tko je to?" upitao je.
"To je orao, kralj ptica", reče kokoš koja je stajala do njega.
"On pripada nebu, a mi pripadamo zemlji – mi smo kokoši."
I tako je orao živio i umro kao kokoš,
jer je mislio da je i on kokoš.*

Anthony de Mello (de Mello, 2021, str. 1)

↳ Koliko uspješno upravljamo procesima u našim životima?

Koncept samoregulacije u psihologijska istraživanja uveden je osamdesetih godina 20. stoljeća te se koristi kao eksplanatorna i medijacijska varijabla u području psihologije učenja, organizacijske, socijalne i kliničke psihologije, ali i istraživanjima u području motivacije i ličnosti. Samoregulacija u značajnom dijelu uključuje i mehanizme vezane uz (samo)kontrolu vlastitog ponašanja i okoline te se stoga koncepti samoregulacije i kontrole preklapaju u značajnoj mjeri. Koncept integrira procese i mehanizme koji uključuju emocije, motivaciju, kognicije i ponašanja, a usko je povezan s konstruktom samokontrole. Koncept samoregulacije primjenjivan je u različitim područjima poput sporta (Robazza, Pellizzari i Hanin, 2004), zdravlja i prevencije (Weidner, Sieverding i Chesney, 2016), održavanja ravnoteže između privatnog života i radnih uloga (Czyżkowska, A., 2018), zadovoljstva brakom i bračne terapije (Heshmati i sur., 2016), delinkventnog ponašanja kod mladih (Frias-Armenta, i sur., 2012), ovisničkog ponašanja i zlouporabe sredstava ovisnosti (Bakhshani i Hosseinbor, 2013), ali vjerojatno najviše istraživanja vezano je uz područje samoregulacije u području učenja (Pintrich, 2004; Zimmerman, 2000).

Karoly (1993) pod pojmom samoregulacije podrazumijeva procese koji omogućuju pojedincu upravljanje svojim cilju usmjerenim aktivnostima u promjenjivim okolnostima. Ključni elementi u ovom procesu odnose se na postavljanje cilja, izbor postupaka i aktivnosti koji omogućuju ostvarenje cilja, kao i upravljanje procesom uz kontrolu provedbe dok se ostvari zadani cilj. Ključni dio procesa samoregulacije odnosi se na sposobnost pojedinca da ima uvid u proces izvedbe, tj. da ga kontrolira, te, prema potrebi, prilagođava uvjetima. Potreba za samoregulacijom posebice je izražena u situacijama u kojima rutinska izvedba ne omogućuje realizaciju ciljeva, već je potrebno upravljanje procesom kako bi se korigirale aktivnosti koje ometaju ili otežavaju ostvarenje cilja.

Samoregulacija može uključivati izmjenu kognicija, emocija, ponašanja i motivacije uključenih u proces ostvarenja zadanog cilja (Karoly, 1993). Vohs i Baumeister (2004) vrlo općenito određuju samoregulaciju kao uvježbavanje kontrole nad samim sobom. U ovom procesu je ključno postavljanje vlastitih ciljeva i standarda te usklađivanje trenutnog stanja s postavljenim standardima. Jedno od središnjih pitanja odnosi se na mehanizme putem kojih osoba održava kontrolu nad samim sobom i kako se prilagođava da bi održala sklad sa socijalnim i fizičkim okruženjem (Lončarić, 2013).

Različiti specifični modeli samoregulacije u području psihologije, u osnovi, preuzimaju osnovnu paradigmu opće teorije sustava i kibernetičkih modela. Jedan od općih modela u području samoregulacije poznat je pod nazivom TOTE (*Test-Operate-Test-Exit*) (Carver and Scheier, 1982). TOTE krug započinje fazom „testiranja“ tijekom koje osoba definira trenutno stanje i uspoređuje ga s ciljnim stanjem koje želi ostvariti na kraju procesa. Ako osoba utvrdi odstupanja, započinje fazu djelovanja, čiji je cilj umanjiti ili ukloniti opaženo odstupanje. Napredovanje prema predviđenom cilju aktivnosti provjerava se kroz sljedeću TEST fazu te nastavlja kroz cikluse djelovanja i testiranja. Krug ili ciklus se ponavlja sve dok osoba ne utvrdi da se početno i ciljno stanje podudaraju, što vodi ka fazi izlaza iz aktivnosti. Sposobnost samoregulacije omogućuje osobi definiranje ciljeva, standarda i praćenje promjena između početnog i završnog stanja (Gillebaart, 2018).

Jedan dio istraživača naglašava važnost razlikovanja determinanti samoregulacije koje se odnose na neurofiziološke faktore od specifične i relativno stabilne psihološke strukture pojedinca, iako ovi mehanizmi mogu djelovati u sinergiji (Morosanova, 2013). Individualne razlike u području samoregulacije voljnih aktivnosti moraju se razmatrati kroz prizmu genetskih i okolinskih faktora te kroz međudjelovanje psihološke strukture, fizioloških i psihofizioloških faktora (Morosanova, 2013). Bliže naslijeđenim karakteristikama razmatra se utjecaj temperamenta i karaktera pojedinca. Autorica opisuje različite profile strukture samoregulacije u odnosu na strukturu ličnosti definiranu položajem na dimenzijama introverzija-ekstroverzija i neuroticizam-emocionalna stabilnost. Luszczynska i sur. (2004) navode da se koncept samoregulacije može razmatrati kao dispozicijska varijabla odgovorna za samoregulirano ponašanje u širokom rasponu situacija. Autori izdvajaju značaj pažnje pri usmjeravanju aktivnosti prema ostvarenju cilja. Razvili su Skalu samoregulacije (SRS – *Self-Regulation Scale*) koja se sastoji od 7 čestica i namijenjena je ispitivanju aspekta samoregulacije koji se mogu opisati kao: otpornost na distrakcije, fokusiranost ili usmjerenost na cilj. Primjeri čestica su: „Mogu kontrolirati da ništa ne ometa moje misli dok obavljam zadatak“ i „Ako je potrebno, mogu se dugo koncentrirati na jednu aktivnost“. Pouzdanost izražena Cronbachovim alfa koeficijentom iznosi .76. Validacijski podaci ukazuju na povezanost Skale s mjerama samoefikasnosti (od .40 do .75) i strategijama proaktivnog suočavanja (.45 do .55). Viši rezultati na Skali samoregulacije povezani su s nižom depresivnosti (-.25 do -.42) i nižom razinom negativnih afekata (oko -.20) (Luszczynska i sur., 2004).

Zimmerman razvija model samoregulirajućeg učenja te koncept samoregulacije određuje kroz kognitivne, afektivne i ponašajne procese koji se ciklički odvijaju u zadanom kontekstu s ciljem ostvarenja postavljenih ciljeva (Zimmerman, 2000). Ovi procesi uključuju tri faze: pripremu ili promišljanje, izvedbu i samorefleksiju. Kao što je to slučaj kod većine modela koji uključuju kontrolu, prva faza uključuje planiranje, pripremu ili promišljanje ciljeva koji se nastoje ostvariti, strategija kojima se ti ciljevi mogu ostvariti, kao i osobne motivacije. Faza izvedbe usmjerena je na procese aktivne tijekom ostvarivanja postavljenih ciljeva kao što su održavanje pažnje, samokontrolu, te općenito nadgledanje ostvarenja planiranih aktivnosti. U trećoj fazi, kao što je to slučaj kod kibernetičkih modela, slijedi: samovrednovanje procesa i ostvarenih rezultata usporedbom s postavljenim ciljevima i kriterijima, razvoj kauzalnih atribucija vezanih uz uspješne i neuspješne ishode te opća procjena zadovoljstva ostvarenim rezultatima. Ova faza samorefleksije omogućuje korekcije u sljedećem ciklusu s ciljem približavanja ishoda postavljenim standardima.

Paul Pintrich predložio je model samoregulacije u području učenja, vrlo često korišten u istraživanjima procesa učenja i predikcije akademskog uspjeha (Pintrich, 2004). Područje regulacije uključuje četiri domene ili područja: kogniciju, emocije/motivaciju, ponašanje i kontekst. Prema ovom modelu, procesi regulacije u području učenja mogu se razdijeliti u četiri faze. **Prva faza** planiranja uključuje planiranje aktivnosti i određenje ciljeva te prikupljanje informacija o zadatku i kontekstu u kojemu se zadatak treba realizirati. Bitan dio ove faze jest analiza odnosa vlastitih karakteristika (sebe) u odnosu na zadatak. Ova faza implicitno uključuje neke značajke procjene lokusa kontrole, odnosno vjerojatnosti da osoba (sa svim svojim karakteristikama) ostvari cilj u zadanom kontekstu. Učenici razvijaju strategije i postavljaju ciljeve na osnovi informacija iz vanjske okoline i iz vlastitih psiholoških procesa. **Druga faza** uključuje različite procese nadgledanja i opažanja različitih aspekata zadatka, osobe i konteksta. U ovoj fazi ključan je kvalitetan uvid u različite aspekte izvedbe koji uključuje metakognitivne procese. **Treća faza** uključuje kontrolu i regulaciju različitih aspekata procesa, dok četvrta faza uključuje različite reakcije i refleksije vezane uz aktivnost (Pintrich, 2004). Pintrich smatra da ove četiri faze mogu biti uključene u sva navedena četiri područja procesa samoregulacije. Ove faze nisu nužno kronološki odvojene u vremenu, već

se mogu odvijati i istovremeno. Tako, primjerice, faza kontrole u području kognicije uključuje izbor i prilagodbu kognitivnih strategija učenja. U području motivacije/emocija uključuje izbor i prilagodbu strategija upravljanja te regulacije motivacije i emocija. U području ponašanja upravlja se razinom napora koji treba uložiti, što može uključiti odustajanje ili traženje pomoći. U području konteksta, faza kontrole može voditi promjeni ili redefiniranju zadatka, odnosno općenito napuštanju ili promjeni konteksta.

Istraživanja samoregulacije u Hrvatskoj većim dijelom su usmjerena na područje učenja i školske psihologije te su potaknula razvoj i prilagodbe različitih mjernih instrumenata (Lončarić, 2013; Sorić, 2014). Upitnik kognitivnih uvjerenja o kontroli (UKO, Lončarić, 2013) opisan je u okviru četvrtog poglavlja (4.2. Lokus kontrole i akademski uspjeh). Sorić i Palekčić (2002) prevode i prilagođavaju Upitnik za ispitivanje strategija učenja tijekom studija (*Inventar zur Erfassung von Lernstrategien im Studium*; autori Wild i Schiefele), sadrži strategije samoregulacije kognicije (npr. „samonadgledanje“, „regulacija“, „planiranje“) te strategije samoregulacije ponašanja („kontrola zalaganja“, „organizacija vremena“ i „organizacija okoline“).

Pokušaji provjere dimenzionalnosti konstrukta samoreguliranog učenja potvrđuju model koji pretpostavlja postojanje triju odvojenih, ali visoko povezanih strategija samoregulacije kognicija, motivacije i ponašanja (Mujačić i Buško, 2012). Upitnik strategija samoregulacije motivacije korišten u navedenom istraživanju uključivao je šest strategija kojima studenti mogu utjecati na razinu motivacije: „samouvjetovanje (samonagrađivanje), „pojačavanje interesa“ (npr. kroz traženje zanimljivih informacija), „podsjećanje na ciljeve“, „pojačavanje samoefikasnosti“ (npr. kroz podsjećanje na prethodne uspjehe), „samonagovaranje na izvedbu“ (npr. razmišljanje o mogućim posljedicama negativnog ishoda), „samonagovaranje na ovladavanje“ (npr. vlastito usavršavanje u području učenja).

Paradigme od kojih polaze teorije samoregulacije uvažavaju potencijal pojedinca da aktivno i samostalno upravlja vlastitim kognitivnim, afektivnim i motivacijskim procesima, odnosno da ostvaruje kontrolu nad vlastitim životom. Važno je prepoznati i naglasiti odmak od psihoanalitičke i biheviorističke skepse prema čovjeku i njegovim mogućnostima upravljanja vlastitim ponašanjem. Ovaj aspekt je osobito važan u akademskom sustavu u kojemu se učenici razmatraju kao aktivni, a ne pasivni sudionici procesa obrazovanja (Sorić, 2014). Dio autora upozorava na potencijalne nedostatke modela samoregulacije jer dijelom zanemaruju širi socijalni i opći kontekst u kojemu se samoregulacija odvija. U akademskom okruženju taj kontekst može uključivati roditelje, značajke školskog sustava, materijalne uvjete i druge faktore koji mogu djelovati protektivno, ali i otežavati samoregulacijske procese (Jackson, Mackenzie i Hobfoll, 2000). Kvalitetna samoregulacija učenja povezana je s boljim akademskim uspjehom, ali pretpostavlja edukaciju i učenika i nastavnika, kao i svih sudionika sustava obrazovanja (Zimmerman, 1990). Zaključno, možemo naglasiti da su koncepti samoregulacije holistički te uključuju različite procese i varijable koje je nužno razmatrati u interakciji i vremenskoj dinamici.

6.6. Sažetak šestog poglavlja

U području doživljaja kontrole u psihologiji razvijeni su različiti teorijski konstrukti te instrumenti za njihovo mjerenje. Pregled istraživanja ukazuje na dominaciju koncepta lokusa kontrole, ali detaljniji uvid u šire područje kontrole ukazuje na niz teorijski i praktično relevantnih konstrukata različitih od lokusa kontrole. U šestom poglavlju detaljnije su opisani konstrukti želje ili potrebe za kontrolom, samokontrolom, potrebe za strukturom, samoregulacije te regulacije i kontrole u području emocija. U poglavlju se analiziraju teorijska određenja navedenih konstrukata i procesa, opisuju predloženi mjerni instrumenti i njihove metrijske karakteristike te njihova povezanost sa širokim spektrom psiholoških varijabli.

Burger i Cooper uvode koncept želje (potrebe) za kontrolom opisujući konstrukt kao osobinu ličnosti koja ukazuje na „stupanj u kojemu je pojedinac motiviran da kontrolira događaje u svom životu“. Autori želju za kontrolom operacionaliziraju kao generalizirani koncept koji uključuje pet dimenzija: opću želju za kontrolom, odlučnost, prevenciju ili planiranje, izbjegavanje situacija ovisnosti te sklonost rukovođenju. Koncept želje za kontrolom nisko je povezan s mjerama lokusa kontrole, što ukazuje na njegovu diskriminantnu valjanost.

Drugi autori razvijaju mjere potrebe za kontrolom u specifičnim područjima. Bains predlaže Skalu za ispitivanje kontrole motivacije koja uključuje opću potrebu za moći, vezanu uz ishode socijalnih situacija, potrebu za kontrolom u intrapersonalnoj domeni kroz izraženu potrebu za samoodređenjem i neovisnošću te treće područje

povezano s tendencijom za općim ovladavanjem nad vlastitim postignućem. Opisani su i instrumenti za samoprocjenu potrebe za kontrolom u specifičnim domenama ponašanja kao što je npr. kontrola u radu s računalima.

Želja za kontrolom povezana je s različitim psihološkim varijablama kao što su mjere iz područja motivacije (osobito samoodređenje i intrinzična motivacija) i područja ličnosti. Tako su osobe visoko na potrebi za kontrolom asertivne, odlučne, aktivne, sklone nastojanju da utječu na druge ljude u situacijama kada je to važno i općenito manje ovisne. Ova dimenzija povezana je s tendencijom preuzimanja inicijative, proaktivnim ponašanjem, nižom podložnosti socijalnim pritiscima, manjim doživljajem bespomoćnosti te općenito boljim samopoimanjem.

Dio istraživanja usmjeren je na ispitivanje odnosa razine potrebe za kontrolom i razine percipirane kontrole. Rezultati ukazuju na pozitivne utjecaje situacije u kojoj su obje razine visoko izražene, dok je niska potreba za kontrolom, u različitim kombinacijama s percipiranom kontrolom, povezana s lošijom psihološkom prilagodbom.

Konstrukat potrebe za strukturom blizak je potrebi za kontrolom i može se razmatrati kao jedna komponenta motivacije za kontroliranjem događaja kroz nastojanje da se smanji ili poveća količina i složenost informacija raspoloživih u određenoj situaciji. Brojna istraživanja naglašavaju povezanost socio-kognitivnih procesa i mehanizama motivacije u procesu donošenja odluka. Osobe visoko na potrebi za strukturom nastoje organizirati podražaje i socijalne interakcije na način da izbjegavaju kompleksnost te preferiraju predvidive i poznate situacije u kojima vrijede jasna pravila. Pored jednostavnijih ulaznih informacija, kod njih se može očekivati i sklonost jednostavnim atribucijama i parsimoniji pri zaključivanju. Neka istraživanja pokazuju da je jedna od posljedica sklonost uporabi stereotipa i kategoriziranja pri socijalnoj percepciji. Opisana je struktura povezanosti konstrukta s osobinama ličnosti. Tako je npr. viša razina potrebe za strukturom povezana s nižom otvorenosću iskustvu, socijalnom anksioznošću, rigidnošću, autoritarnošću i neuroticizmom.

Koncept samokontrole nije jednoznačno definiran, ali u najširem smislu odnosi se na sposobnost pojedinca da kontrolira svoje ponašanje neovisno o vanjskim pritiscima, naučenim ili urođenim automatskim obrascima ponašanja i fiziološkim impulsima. Samokontrola ili samodisciplina uključuje inhibiciju nepoželjnih impulsa. Neki autori, u kontekstu samokontrole, naglašavaju i sposobnost odgađanja neposredne nagrade manje vrijednosti s ciljem ostvarenja naknadne nagrade veće vrijednosti

Samokontrola se može razmatrati kao opća dispozicija, ali se, s obzirom na procese, može odnositi na područje kognicije, emocija ili ponašanja. Necka razlikuje reaktivni i proaktivni oblik samokontrole. Prvi se očituje u inhibiciji neprimjerenih reakcija u socijalnim interakcijama, dok je drugi usmjeren na nadzor vlastitog ponašanja pri ostvarivanju zadanih ciljeva. Efikasnost samokontrole ovisi o postavljenim standardima, efikasnosti procesa nadzora te osobnom kapacitetu za promjene i prilagodbu ponašanja. Ova sposobnost osobito je važna u situacijama višestrukih ciljeva među kojima postoji hijerarhija s obzirom na važnost. Opisane su determinante razvoja samokontrole te mjerni instrumenti za ispitivanje različitih aspekata samokontrole. Viša razina samokontrole povezana je s širokim rasponom pozitivnih ishoda kao što su: bolji akademski uspjeh, mentalno i tjelesno zdravlje, kvalitetniji socijalni odnosi, bolje samoregulacijske vještine i donošenje kvalitetnijih odluka.

Posebno su opisane sposobnosti upravljanja emocijama i kontrola emocija te mjerni instrumenti za ispitivanje ovih mehanizama. Mehanizmi upravljanja emocijama potaknuti su i razvojem područja emocionalne inteligencije. Upravljanje emocijama pokazalo se važnom odrednicom uspjeha u različitim područjima ponašanja kao što su akademsko i organizacijsko okruženje te socijalne interakcije.

Konstrukat samoregulacije odnosi se na procese koji omogućuju pojedincu upravljanje svojim, cilju usmjerenim aktivnostima u promjenjivim okolnostima. Ključni dio procesa samoregulacije odnosi se na sposobnost pojedinca da ima uvid u proces izvedbe, tj. da ga kontrolira, te, prema potrebi, prilagođava uvjetima. Potreba za samoregulacijom posebice je izražena u situacijama u kojima rutinska izvedba ne omogućuje realizaciju ciljeva već je potrebno upravljanje procesom kako bi se korigirale aktivnosti koje ometaju ili otežavaju ostvarenje cilja.

Koncept samoregulacije primjenjuje se u različitim područjima poput sporta, zdravlja i prevencije, održavanja ravnoteže između privatnog života i radnih uloga, zadovoljstva brakom i bračne terapije, delinkventnog ponašanja kod mladih, ovisničkog ponašanja i zlouporabe sredstava ovisnosti, ali vjerojatno je najviše istraživanja vezano uz područje samoregulacije u području učenja. Prikazane su neke od mjera različitih dimenzija samoregulacije, a rezultati istraživanja ukazuju na pozitivnu povezanost više razine samoregulacijskih procesa s višom razinom samoefikasnosti, češćom uporabom strategija proaktivnog suočavanja, nižom razinom negativnog afekta te općenito s pozitivnim ishodima aktivnosti i boljom prilagodbom.



**Doživljaj gubitka kontrole i
bespomoćnost**

4. Doživljaj gubitka kontrole i bespomoćnost

*I'm feeling very still
And I think my spaceship knows which way to go
Tell my wife I love her very much she knows
Ground Control to Major Tom
Your circuit's dead, there's something wrong
Can you hear me, Major Tom?
Can you hear me, Major Tom?
Can you hear me, Major Tom?
Can you "Here am I floating 'round my tin can
Far above the moon
Planet Earth is blue
And there's nothing I can do
David Bowie, „Space Oddity“*

↳ što se događa kada osoba izgubi doživljaj kontrole nad događajem?

Kako bi ostvarili zadane ciljeve, ljudi se upuštaju u različite oblike ponašanja te pritom razvijaju uvjerenja o mogućnostima kontrole nad ishodom i procjenjuju vjerojatnost ostvarenja (ne)uspjeha. Očekivanja vezana uz ostvarenje pozitivnog ishoda mogu varirati u rasponu od vrlo niskih do vrlo visokih, ovisno o procijenjenom utjecaju na faktore važne za uspješno ostvarenje cilja. Bespomoćnost se javlja u situaciji kada osoba ne raspolaže nikakvim strategijama na osnovi kojih bi ostvarila zadani cilj ili se zaštitila od opasnosti. Za bespomoćnost je važno da je cilj koji nije moguće ostvariti od **visoke važnosti za osobu ili se radi o vanjskoj opasnosti koja ugrožava njezin život i zdravlje**. Bespomoćnost se može pojaviti u situacijama koje se prvi puta javljaju i s kojima osoba nema ranije iskustvo. U slučajevima iznenadnih i neočekivanih događaja (npr. potres, elementarna nepogoda, nestanak bliske osobe i sl.) osoba doživljava trenutnu bespomoćnost i ugroženost, pri čemu kod nje ne postoji ranije eksplicitno uvjerenje o mogućnosti kontrole nad takvim događajem. Bespomoćnost se može javiti i u situacijama u kojima je osoba već imala razvijen doživljaj kontrole i raspolagala mehanizmima upravljanja situacijom koji u određenom trenutku prestaju biti učinkoviti. U tom slučaju govorimo o **doživljaju gubitka kontrole**. Primjer može biti osoba koja je cijeli život bila zdrava i koja u jednom trenutku spozna da boluje od teško izlječive bolesti. Doživljaj gubitka kontrole može biti djelomičan i pojačavati se kako sukcesivni pokušaji uspostavljanja kontrole rezultiraju sustavnim neuspjehom.

Gubitak kontrole korisno je odvojiti od situacije u kojoj osoba percipira nisku kontrolu nad događajem, tj. izostanak kontrole podudara se s osobnim vanjskim lokusom kontrole. To su slučajevi u kojima osoba nije nikada ranije razvila doživljaj kontrole a neuspjeh ne ugrožava direktno njezino funkcioniranje. Takvi ciljevi bit će percipirani kao teško dostižni te će vjerojatnost pokretanja aktivnosti biti relativno mala („Procjenjujem da upis matematičke gimnazije ovisi o faktorima na koje ne mogu utjecati“). Očekivanje da ne mogu ostvariti određeni cilj

utjecat će i na određivanje osobne važnosti i prioriteta postavljenih ciljeva („Iako volim sport, uviđam da nemam tjelesne predispozicije i bavljenje sportom neće biti visoko na listi mojih prioriteta“).

Problemi mogu nastati kada se doživljaj izostanka kontrole javi uz ishode koje osoba procjenjuje visoko važnim, što može voditi prema narušavanju slike o sebi, nižem samopoštovanju i samoeфикаsnosti. Jedan od moderaatora u ovom odnosu mogu biti procijenjene posljedice stvarnog ili očekivanog neuspjeha. Ako posljedice nepovoljnog ishoda nisu od velikog značaja za psihološku dobrobit pojedinca, osoba će ustrajati na ostvarenju cilja iako vjerojatnost uspjeha procjenjuje malom. Upornost se u ovom slučaju zasniva na logici „nemam što izgubiti“ i neuspjeh ne mora nužno ostaviti posljedice na dobrobit osobe. U medijima se ponekad navodi primjer talijanskog tenisača E. Becuzzija koji u 26 godina karijere nije ostvario ni jednu pobjedu kojom bi se upisao na ATP ljestvicu (u više od 270 mečeva), ali se i dalje natječe. Fascinantni su i podaci o osobama koje više od 200 puta neuspješno pokušavaju položiti vozački ispit, ali ne odustaju od ostvarenja cilja.

7.1. Primjeri doživljaja bespomoćnosti i doživljaja gubitka kontrole

*Možda ne znamo što imamo dok to ne izgubimo.
Ali, možda je istina i da ne znamo što nam nedostaje dok to ne pronađemo.*

I. Andrić

Gubitak kontrole moguć je u gotovo svakom području života, a može se odnositi na **kratkotrajni doživljaj** vezan uz neko specifično uže područje ponašanja, ali i **opći gubitak kontrole** koji zahvaća šira područja života ili cjelokupan vlastiti život. Gubitak kontrole može biti **ograničen na jednu osobu** ili **univerzalan**, što znači da nitko u zadanoj situaciji ne bi mogao kontrolirati situaciju. Pored toga, u velikom broju slučajeva teško je prosuditi je li gubitak kontrole **stvaran** ili se radi o **subjektivnoj procjeni** osobe da ne može riješiti problem. U nastavku ćemo opisati primjere situacija u kojima osoba (iz različitih razloga) nije u mogućnosti kontrolirati posljedice događaja u koje je uključena.

a) Primjeri gubitka kontrole u svakodnevnim situacijama

U sljedećoj tablici navedeni se primjeri gubitka kontrole u svakodnevnim situacijama koji ne moraju nužno rezultirati dugoročnim posljedicama, ali mogu dovesti do doživljaja neugode, ljutnje i frustracije te straha i zabrinutosti. Čak i u ovakvim situacijama može doći do intenzivnih reakcija kao što su: emocionalni slom, autodestruktivno ponašanje ili visoka anksioznost, a one mogu u potpunosti blokirati uobičajeno ponašanje.

kašnjenje na važan sastanak ili zakazani pregled
nemogućnost pronalazjenja mjesta za parkiranje prije važnog sastanka
ulazak u veliku prometnu gužvu pri odlasku po dijete koje čeka u vrtiću
situacija u kojoj se dijete nije vratilo kući nakon kasnog noćnog izlaska i ne javlja se na telefon
gubitak kreditne kartice na putovanju
krađa osobnog automobila
financijski problemi (nedostatak novca za plaćanje računa)
neuspjeh pri upisu željenog studija
zatvaranje cesta i prometa uslijed vremenskih nepogoda uoči neodgodivog putovanja
oduzimanje prednosti u vožnji od strane drugog vozača
vožnja s nepoznatom osobom sklonoj rizičnoj vožnji
popravak ili vađenje zuba kod zubara
gubitak kontrole nad vozilom za vrijeme snježnih uvjeta na cesti

U svim opisanim situacijama osoba, kroz određeno vrijeme, nije u mogućnosti ništa učiniti kako bi promijenila trenutno stanje. Opisani događaji ne moraju dovesti do dugotrajnijih psiholoških posljedica, ali njihovo kumulativno djelovanje nije zanemarivo. Osoba koja nakon napornog radnog dana na poslu, u zadnji trenutak, kreće u dječji vrtić po dijete, može upasti u prometni zastoј iz kojega više ne može izaći. Spoznaja da se vrtić uskoro zatvara stvara dodatni pritisak, a činjenica da se mobilni telefon ispraznio vodi preplavlјivanju emocijama ljutnje i bijesa. Podsjećanje na vjerojatnu kritiku partnera/ice („kako ti se to moglo dogoditi?“) samo dodatno pogoršava osjećaj bespomoćnosti. Frustracije kumulirane tijekom dana do tog trenutka mogu dovesti do trenutnog „emocionalnog sloma“, tj. do reakcija koje nisu proporcionalne težini samog događaja. Sličan primjer predstavljaju reakcije ljudi koji neuspješno tragaju za mjestom za parkiranje i nakon određenog vremena mogu reagirati nerazmjerno značajno neuspjeha u takvoj aktivnosti. Nemogućnost ovladavanja takvom, naizgled banalnom situacijom može dovesti do stanja visoke frustracije. Dodatne reakcije mogu se očitovati kroz **ljutnju usmjerenu na sebe** („trebao sam ranije krenuti“, „trebao sam osigurati automobil ili ugraditi bolju zaštitu“, „trebao sam se bolje pripremiti za prijemni ispit“, „trebao sam provjeriti stanje u prometu prije polaska“ i sl.) ili **ljutnju usmjerenu na vanjske čimbenike** („zašto organiziraju radove na cesti u vrijeme povratka ljudi s posla“, „ne bi svatko trebao dobiti vozačku dozvolu“, „zašto ne izgrade više parkirnih mjesta“).

b) Gubitak kontrole nad događajima koji utječu na cjelokupni život

Sljedeći primjeri odnose se na situacije u kojima gubitak kontrole, odnosno nedostatak učinkovitih strategija ostvarenja pozitivnog ishoda, ima značajne posljedice na cjelokupni život osobe i ostvarenje životnih vrijednosti i ciljeva.

neuspjeh završetka željenog studija
razvod braka (osobito na inzistiranje partnera/ice)
prekid odnosa i kontakta s vlastitim djetetom zbog nesuglasica
dugotrajni neuspjeh u ostvarivanju romantične veze
prekid odnosa s dugogodišnjim najboljim prijateljem/prijateljicom
gubitak posla nakon dugogodišnje uspješne karijere
dijagnoza teško izlječive bolesti
teška ozljeda ili tjelesni invaliditet
veliki financijski problemi zbog podizanja nepovoljnoga bankovnog kredita
ozbiljna bolest djeteta
odlazak u instituciju (npr. bolnicu, zatvor)

Negativni ishodi u opisanim primjerima najčešće su rezultat neuspjeha i gubitka kontrole u većem broju specifičnih ponašanja uključenih u svaku od navedenih životnih epizoda. U stvarnom životu događaji su međusobno povezani tako da se gubitak kontrole u jednom području može proširiti i na druge domene života.

c) Primjeri situacija koje su ugrožavajuće i u kojima ne postoji objektivna mogućnost osobne kontrole (ili je zanemarivo mala)

Doživljaj gubitka kontrole u situacijama koje su životno ugrožavajuće i kod kojih je objektivna mogućnost utjecaja na ishod mala ili zanemariva, povezan je s najvećim rizikom za mentalno zdravlje. Neki primjeri takvih situacija opisani su u nastavku.

putovanje avionom za vrijeme vremenskih neprilika
izloženost neprijateljskom napadu za vrijeme ratnih sukoba
spoznaja da tretman teške bolesti nije dao rezultate
gubitak bliske osobe
boravak u zgradi za vrijeme potresa
gubitak uštedevine zbog propasti banke
izloženost mučenju u zarobljeništvu
pravomoćna sudska presuda na dugogodišnju zatvorsku kaznu
kirurški zahvat na srcu
obiteljsko nasilje

U opisanim situacijama život pojedinca visoko je ugrožen, pri čemu ne postoji način na koji bi se situacija mogla promijeniti njegovim djelovanjem. Većina ovakvih situacija ima značajke visokostresnih ili traumatskih događaja.

7.2. Moguće reakcije u situaciji doživljaja gubitka kontrole

Prije nego se počnete brinuti o stvarima koje ne možete kontrolirati, promislite jeste li pokušali kontrolirati sve ono što uistinu možete kontrolirati.

Svaki neuspjeh u ostvarivanju postavljenih ciljeva narušava stanje ravnoteže i zahtijeva određenu prilagodbu te se može razmatrati kao oblik stresa. Stoga se reakcije na gubitak kontrole mogu proučavati unutar modela stresa. Lazarusov model stresa jedan je od široko korištenih teorijskih okvira za analizu reakcija na stres (Lazarus i Folkman, 1984). Lazarusov transakcijski model podrazumijeva dinamički odnos između pojedinca i njegove okoline, tj. unutarnjih i vanjskih faktora.

Središnje mjesto u okviru teorije imaju dvije vrste kognitivnih procjena i koncept suočavanja sa stresom. Na osnovi **prve kognitivne procjene** pojedinac procjenjuje važnost i značaj događaja (predstavlja li događaj prijetnju i na koji način), dok **druga procjena** daje odgovor na mogućnost utjecaja na događaj (što mogu učiniti kako bih se zaštitio). Lazarus i suradnici uvode koncept suočavanja sa stresom koji se odnosi na sve moguće akcije (ponašajne, emocionalne ili kognitivne) kojima se može odgovoriti na ugrožavajući događaj i zaštititi vlastitu dobrobit, odnosno povratiti stanje ravnoteže. Originalno, Lazarus razlikuje dvije šire kategorije strategija suočavanja. Prva se odnosi na suočavanje usmjereno na problem s ciljem djelovanja na izvor problema, dok druga kategorija uključuje suočavanje usmjereno na emocije čiji je zadatak lakše podnošenje i prihvaćanje emocionalnog uzbuđenja izazvanog stresom. Ova početna podjela kasnije je razrađena u više specifičnih strategija kao što su: traženje socijalne podrške, okretanje religiji, reinterpretacija događaja, povlačenje i dr. (Carver i sur., 1989). Ekstremno stresan ili traumatski događaj nadilazi mogućnosti pojedinca da se s njim nosi na zadovoljavajući način ili da ga integrira u vlastito iskustvo. Pojedinac u takvim situacijama doživljava prijetnju vlastitom životu, tjelesnom integritetu ili zdravlju, ali i vrijednostima koje njegov život čine smislenim (Allen, 1995).

Reakcije na stanje stresa mogu se manifestirati na više razina. Na **emocionalnoj** razini mogu se javiti nemir, tjeskoba, ravnodušnost, ljutnja ili bijes, krivnja, promjene raspoloženja, potištenost, razdražljivost i sl. **Tjelesni simptomi** mogu uključivati probavne smetnje, glavobolje, promjene pulsa i druge psihosomatske reakcije. Na razini **ponašanja** moguće reakcije su povlačenje od drugih ljudi, pretjerana konzumacija alkohola ili drugih psihoaktivnih supstanci, problemi sa spavanjem, poremećaji prehrane, sukobi s okolinom i sl. Na **kognitivnoj** razini može doći do smetnji koncentracije, neodlučnosti, promjena stavova i očekivanja, teškoća u pamćenju ili mišljenju. Pored toga može doći do promjena samopoimanja na razini samopoštovanja, samoeфикаsnosti, vjere u sebe ili u vlastitih sposobnosti. Dugotrajna izloženost stresu može voditi ozbiljnijim zdravstvenim i psihičkim

poteškoćama poput depresije ili anksioznosti. Ukratko ćemo razmotriti posljedice gubitka uvjerenja o kontroli nad događajima i ponašanjima u koje smo uključeni. Kada u takvim slučajevima ishod ne bude ostvaren moguće je ponovno razmotriti svoju raniju procjenu i **revidirati procijenjeni lokus ili percepciju kontrole**, a time i strategiju ostvarivanja cilja. Druge mogućnosti su **samookrivljanje** („nisam se dovoljno trudio“) ili **prebacivanje krivnje na vanjske faktore** („ispitivač je bio nepravedan“, „okolnosti su bile loše“ i sl.). Gubitak kontrole prati **nemogućnost predviđanja budućih događaja, što potiče razvoj osjećaja neizvjesnosti, anksioznosti, straha** te vodi širem spektru problema prilagodbe.

Iskustvo neuspjeha, ovisno o očekivanjima, osobnoj važnosti gubitka, cjelokupnom kontekstu i karakteristikama osobe, može dovesti do različitih reakcija i različitih atribucija neuspjeha. U nastavku ćemo razmotriti neke od mogućih reakcija na situaciju koja nije pod kontrolom osobe.

U situacijama neuspjeha ili djelomičnog gubitka kontrole moguće su sljedeće strategije:

a) **ponavljanje istog ponašanja** uz očekivanje da će u sljedećem pokušaju cilj biti ostvaren

U određenim slučajevima osoba tek nakon osobnog iskustva može realnije procijeniti faktore odgovorne za ishod određenog ponašanja. Ustrajanje u ponašanju koje višekratno rezultira neuspjehom nije adaptivno i može biti povezano s rigidnošću, slabim uvidom u situaciju ili lošom samoregulacijom. U praksi nisu rijetki slučajevi studenata koji izlaze na isti ispit sedmi ili osmi put, a da pritom svaki put koriste isti pristup ili strategiju pripreme za ispit. Pojedine situacije dopuštaju ponovne pokušaje, ali postoje i slučajevi u kojima nema prilike za ponovne pokušaje ostvarenja pozitivnog ishoda vezanog uz zadani cilj (npr. gubitak bliske osobe, neuspjeh u događajima koji se javljaju jednokratno).

Ustrajanje u slučaju negativnog ishoda ponekad može predstavljati i pozitivan oblik suočavanja. Mnogi poznati pisci na početku karijere doživjeli su brojna odbijanja izdavača da objave njihove rukopise. Tako npr. James Joyce svoju prvu knjigu *Dubliners* objavljuje tek nakon 8 godina i nakon što su urednici 18 puta odbili njegov rukopis. U prvom ugovoru stajalo je da će pravo na honorar imati tek kada bude prodano 500 primjeraka knjige. U prvoj nakladi prodano je 499 knjiga od čega je 120 kupio sam Joyce. Stephenu Kingu je 30 puta odbijen rukopis knjige *Carry*, a sam King navodi da odbijanje može biti vrlo korisno za pisca, posebice ukoliko tekst uistinu nije dovoljno kvalitetan. Knjiga *Murphy*, kasnijeg Nobelovca Samuela Becketta, odbijena je 40 puta, a autorici *Harry Pottera* J. K. Rowling, tekst je odbijen više od deset puta prije objavljivanja. Hermanu Melwillu izdavač je odbio rukopis knjige *Moby Dick* uz napomenu „mora li baš to biti kit, a ne neka druga životinja“, dok je Rudyardu Kiplingu izdavač naglasio da „ne zna koristiti engleski jezik“. Slična iskustva u biografijama navode Hemingway, Orwel i drugi, kasnije proslavljeni pisci. U navedenim slučajevima radi se o vanjskom lokusu, dakle ovisnosti o volji izdavača, ali to u navedenim slučajevima nije dovelo do doživljaja bespomoćnosti. Upornost u kombinaciji s visokom vjerom u sebe rezultirala je konačnim uspjehom. Na žalost, negativna povratna informacija kod osoba s niskim samopoštovanjem može dovesti do brzog odustajanja i dodatnog narušavanja vjere u vlastite sposobnosti. U situacijama koje ne dovode do pozitivnog ishoda od iznimne je važnosti realna procjena učinkovitosti ranije korištenih strategija.

b) **promjena ponašanja, odnosno korištene strategije**

Osobe s dobrom samoregulacijom u ovom slučaju će vjerojatnije evaluirati korištenu strategiju, utvrditi potencijalne razloge neuspjeha i korigirati one elemente koji su doveli do neuspjeha. Promjena strategije moguća je u situacijama u kojima objektivno postoji mogućnost ostvarenja kontrole a dosadašnji pristupi nisu bili prikladni. Ovaj pristup može zahtijevati napor u obliku dodatne pripreme, usavršavanja vlastitih vještina i znanja, rada na sebi, reorganizacije vremena, traženje vanjske podrške i sl.

Svake godine svjedočimo izjavama vozača koji u beskrajnim kolonama satima čekaju na graničnim prijelazima ili auto-cestama. Međutim ulazak u takve situacije koje nisu pod kontrolom vozača, vrlo su predvidive jer se ponavljaju tijekom godina u vrijeme ljetnih vikenda. Planiranje puta izvan vikenda ili korištenje sporednih cesta gotovo u potpunosti omogućuje izbjegavanje gužve i vraća vozaču kontrolu nad vlastitim vremenom. U slučajevima kada vozač nije imao drugog izbora i kada očekuje moguću gužvu, lakše prihvaća posljedice takve situacije.

c) traženje vanjske pomoći oko izbora nove strategije

Analiza neuspjeha može dovesti do percepcije vanjskog lokusa kontrole na način da osoba procjenjuje kako sama ne može ostvariti cilj već se mora osloniti na druge osobe. Ta pomoć se može odnositi na pomoć u razradi i planiranju uspješnije strategije, osnaživanju vlastitih snaga, uključivanju drugih ljudi u ostvarenje cilja, kao i traženje socijalne, emocionalne i bihevioralne podrške. Ovaj pristup vjerojatniji je kod osoba koje podjednako važnim procjenjuju značaj unutarnjih i vanjskih faktora. U slučajevima bolesti od posebne važnosti je traženje vanjske pomoći uz povjerenje u stručnost liječnika, medicinskog osoblja i učinkovitost tretmana.

d) snižavanje kriterija vezanih uz zadovoljstvo ostvarenim ishodom

Neuspjeh u ostvarivanju zadanog cilja može dovesti do promjene postavljenih kriterija. Učenik može prihvatiti činjenicu da nije ostvario odličnu ocjenu na državnoj maturi i revidirati svoja očekivanja. Partneri koji nisu zadovoljni kvalitetom braka mogu se odlučiti za razvod, ali ostati u dobrim odnosima, dogovoriti ravnopravno sudjelovanje u odgoju djece i sl. Ova promjena standarda može utjecati na različite aspekte slike o sebi, samopoštovanja i djelomično uključuje odustajanje od početnih ciljeva i njihove važnosti.

U slučajevima doživljaja potpunog gubitka kontrole nad mogućnosti ostvarenja cilja osoba na određeni način mora prihvatiti činjenicu da nastavak aktivnosti nije smislen. Način razrješenja ovakvih situacija može značajno utjecati na psihološke posljedice negativnog ishoda cjelokupne situacije. Neki od mogućih pristupa opisani su u nastavku.

e) privremeno odustajanje ili odgađanje ostvarenja cilja

Jedna od mogućih strategija jest privremeno odustajanje od ponašanja kojim se nastojao ostvariti cilj. Odgađanje ili prokrastinacija je jedno od mogućih ponašanja u situacijama koje izmiču kontroli. Odgađanje najčešće predstavlja obrambenu strategiju i može predstavljati oblik samozavaravanja čiji je cilj očuvanje slike o sebi i samopoštovanja. U određenim slučajevima privremeno odustajanje od ostvarenja cilja može biti učinkovit oblik suočavanja s realno nekontrolabilnim situacijama. Primjer mogu biti situacije izbjeglištva uzrokovanog ratnim sukobima. U takvim slučajevima povratak u ranije mjesto boravka u potpunosti je izvan kontrole pojedinca. Prilikom reakcija u takvim slučajevima jest privremeno odgađanje rješavanja primarnog problema i usmjeravanje na traženje privremenog smještaja te svakodnevno funkcioniranje u izbjeglištvu. Aktivnosti vezane uz eventualni povratak moguće je razmatrati tek kada se stvore uvjeti za siguran povratak, što ovisi o vanjskim okolnostima. Primjer može biti i odgađanje različitih životnih planova u situaciji iznenadne bolesti.

f) trajno odustajanje od aktivnosti

Postoje situacije u kojima postaje jasno da okolnosti ne omogućuju ostvarivanje pozitivnog ili barem zadovoljavajućeg ishoda. U takvim slučajevima jedini izlaz predstavlja trajno odustajanje od postavljenog cilja, odnosno od aktivnosti kojima se taj cilj nastojao ostvariti. Odustajanje ovisi o procjeni važnosti cilja i „cijeni“ koju odustajanje ima na cjelokupno funkcioniranje osobe. U svakom slučaju, suočavanje s konačnim neuspjehom može imati sve značajke visokostresne situacije te zahtijeva određeno vrijeme prilagodbe. Konačno odustajanje uključuje umijeće prihvaćanja situacije koja se ne može promijeniti. Ovo odustajanje može biti ostvareno na nekoliko načina koji mogu prouzročiti različite posljedice za osobu.

f1) Prvi oblik odustajanja uključuje kognicije usmjerene na **revidiranje važnosti cilja i trajno preusmjeravanje aktivnosti drugim kompenzacijskim ciljevima** (što nije moguće u svim slučajevima). Tako npr. mlada osoba koja nije uspjela završiti studij, može svoju karijeru preusmjeriti u područje rada u kojemu nije potrebna diploma studija. Pritom je moguće pronaći i prednosti takve promjene izbora. Sličan primjer može biti neuspjeh u zasnivanju vlastite obitelji te preusmjeravanje aktivnosti na druga područja kao što je razvoj profesionalne karijere.

f2) Kada preusmjeravanje aktivnosti nije moguće, ostaje mogućnost **prihvaćanja situacije** nad kojom nije moguća kontrola, odnosno mirenje sa situacijom. Ovisno o važnosti ishoda, ovo su često visoko stresne i traumatske situacije poput dijagnoze neizlječive bolesti, gubitka bliske osobe, velikih gubitaka izazvanih elementarnim nepogodama ili ratnim sukobima. Ovdje se vraćamo na sadržaj molitve: „Bože daj mi snage da prihvatim ono što ne

moгу promijeniti“. U ovom slučaju u fokusu nije osjećaj bespomoćnosti već je uključena **kognitivna reinterpretacija posljedica, odnosno drugačija percepcija ishoda**. U ovom slučaju osoba nastoji integrirati događaj u svoj život i pronaći novi, promijenjeni smisao.

U okviru geštalt psihoterapije razvijen je koncept **paradoksalne teorije promjene** prema kojemu je upravo prihvaćanje sebe i vlastitog realiteta pretpostavka za promjenu i osobni rast i razvoj. Što se osoba više opire samoprihvatanju i trudi biti ono što nije, to su manji izgledi da može započeti proces promjene i oporavka (Joyce i Sills, 2001). U okviru trećeg vala kognitivno-bihevioralnih terapijskih pristupa razvijena je **terapija prihvaćanjem i posvećenošću** (ACT – *Acceptance and Commitment Therapy*). Za razliku od tradicionalnih terapijskih pristupa usmjerenih na uspostavljanje kontrole nad neugodnim stanjima, terapija prihvaćanja naglašava da su i bolna i neugodna stanja dio životne stvarnosti. Očekivanja da je moguće kontrolirati sve situacije i izbjegavati stanja neugode nerealna su i mogu u određenim situacijama otežavati prilagodbu. ACT tretman uključuje i uporabu pune svjesnosti (*mindfulness*) s ciljem promjene klijentovog odnosa prema bolu i patnji i povećanja psihološke fleksibilnosti.

U novije vrijeme interes istraživača se usmjerava i na moguće pozitivne posljedice izloženosti visokostresnim i traumatskim događajima. Tedeschi i Calhoun (1996) predlažu model posttraumatskog stresa unutar kojega definiraju koncept **posttraumatskog rasta** kao iskustvo pozitivne promjene koje se događa uslijed suočavanja s vrlo stresnim životnim događajem. Dio osoba koje su doživjele traumatsko iskustvo izvještava o barem nekim pozitivnim promjenama koje su pratile traumu. Nakon prihvaćanja činjenice da su neki raniji obrasci ponašanja neprikladni, slijedi proces kognitivnog restrukturiranja čiji je cilj uspostavljanje novih shema za interpretaciju i integraciju traume. Kroz ove procese narušena vjerovanja nastoje se integrirati na način da im se pridaje dublje značenje i smisao, što omogućuje ponovno uspostavljanje osobne ravnoteže i mira (Tedeschi i Calhoun, 2004). Autori navode pet područja posttraumatskog rasta koja uključuju: prepoznavanje novih mogućnosti koje ranije nisu bile u fokusu, usmjeravanje na duhovni rast i razvoj, izraženiji osjećaj osobne snage, iskreniji i topliji odnosi s drugim ljudima te promjena životnih prioriteta. Autori su razvili Upitnik Posttraumatskog rasta PTGI (Tedeschi i Calhoun, 1996) koji sadrži tvrdnje kao što su: „Promijenio sam prioritete vezane uz to što mi je važno u životu“, „Okrenuo sam novu stranicu u svom životu“, „Osjećam veću bliskost s drugim ljudima“, „Bolje razumijem stvari vezane uz duhovnost“. Posttraumatski rast ispitivan je kod osoba koje su doživjele traumatska iskustva kao što su onkološki bolesnici, politički zatvorenici, izbjeglice i roditelji djece oboljele od malignih bolesti (Shaw i sur., 2005). Sve navedene situacije karakterizira potpuni gubitak osobne kontrole nad situacijom.

Osobe koje su doživjele traumatsko iskustvo i doživljaj osobne ranjivosti i smrtnosti drugačije razumijevaju koncepte kontrole i osobne bespomoćnosti od osoba koje nisu imale takvo iskustvo.

f3) Treći oblik „razrješenja“ situacije potpunog gubitka kontrole psihološki je najlošiji, a uključuje trajno odustajanje od daljnjih pokušaja ili reinterpretacije situacije te je praćeno osjećajem **bespomoćnosti, beznada, narušavanjem samopoštovanja, vjere u sebe i doživljaja niske osobne samoeffikasnosti**. U nastavku ćemo detaljnije razmotriti stanje bespomoćnosti i koncept naučene bespomoćnosti.

7.3. Stanje stvarne bespomoćnosti

*Confusion in her eyes that says it all
 She's lost control
 And she's clinging to the nearest passerby
 She's lost control
 And she gave away the secrets of her past
 And said, "I've lost control again"
 And to the voice that told her when and where to act
 She said, "I've lost control again"*

*And she turned around and took me by the hand
 And said, "I've lost control again"
 And how I'll never know just why or understand
 She said, "I've lost control again"
 And she screamed out, kicking on her side, and said
 "I've lost control again"
 And seized up on the floor, I thought she'd die
 She said, "I've lost control!"*

*She's lost control again
 She's lost control
 She's lost control again
 She's lost control*

Joy Divison, „She's Lost Control“

Osjećaj bespomoćnosti javlja se u situaciji u kojoj osoba procjenjuje da nema nikakvu kontrolu nad događajem, odnosno da ne raspolaže ikakvom idejom ili strategijom kojom bi riješila problem ili ostvarila pozitivan ishod. Kao i kod drugih subjektivnih procjena, i kod bespomoćnosti se mogu očekivati individualne razlike među ljudima koji se nalaze u objektivno jednakoj situaciji. Važno je učiniti razliku između **uvjerenja o bespomoćnosti u situacijama kada još uvijek postoje moguća rješenja** ali ih osoba ne prepoznaje i **objektivnog stanja bespomoćnosti** u kojemu je uistinu jedino rješenje prihvaćanje situacije (npr. neizlječiva bolest bliske osobe u terminalnoj fazi). Također je važno činiti razliku između **stvarnog stanja bespomoćnosti** i **naučene bespomoćnosti** koji se ponekad u literaturi neopravdano koriste u sličnom značenju. Koncept naučene bespomoćnosti opisan je u završnom dijelu ovog poglavlja. Abramson, Seligman i Teasdale (1978) razlikuju **osobnu bespomoćnost** kod koje pojedinac ne raspolaže mehanizmima uspostavljanja kontrole u zadanoj situaciji od **univerzalne bespomoćnosti** kod koje nitko nema kontrolu na situacijom.

Posljedice doživljaja bespomoćnosti postaju sve ozbiljnije **kako raste važnost** situacije koja nije pod kontrolom osobe. Osobito je važno razlikovati situacije doživljaja bespomoćnosti u slučajevima koji **ugrožavaju život osobe i njoj bliskih osoba** i koji ostavljaju dugoročne nepopravljive štetne posljedice.

Posljedice bespomoćnosti su veće u slučajevima niskog samopoštovanja i samoefikasnosti osobe, niske socijalne podrške ili visoke osobne potrebe za kontrolom.

U jednostavnom primjeru s prometnom gužvom, osoba koja ne mora stići na odredište u točno vrijeme, neće niti primijetiti doživljaj gubitka kontrole, ali u slučaju da mora stići po dijete u vrtić ili na važan liječnički pregled, taj osjećaj postaje znatno izraženiji. Međutim, posljedice ovakvoga kratkotrajnog gubitka kontrole najčešće nisu dugoročne i mogu se očitovati u osjećaju frustracije, emocionalne uznemirenosti i ljutnje na sebe ili druge vozače (u obliku pomaknute agresije). Razrješenjem ovakvog stanja najčešće nestaju i posljedice. Kumulativni učinak većeg broja ovakvih kratkotrajnih gubitaka kontrole može dovesti i do ozbiljnijeg učinka na mentalno zdravlje pojedinca.

U ranijem primjeru roditelja čije dijete se davno trebalo vratiti iz večernjeg izlaska, osjećaj bespomoćnosti je intenzivniji jer su i moguće posljedice teže. Roditelji objektivno u toj situaciji nemaju kontrolu nad situacijom.

Ako se dijete ne javlja na mobitel, ostaje mogućnost pozivanja prijatelja ili izlaska na ulicu i pretraživanja kvarta. Ovi postupci mogu tek razviti iluziju kontrole i olakšati suočavanje s trenutnim stanjem frustracije, zabrinutosti i straha. U slučaju da se dijete ne pojavi ni tijekom sljedećeg dana, osjećaj bespomoćnosti postaje iznimno naglašenim. Tek s povratkom djeteta, koje je npr. prenoćilo kod prijatelja, stanje se polagano normalizira, ali emocionalna uznemirenost može trajati još dulje vrijeme.

Osjećaj bespomoćnosti može se javiti i u situacijama u kojima osoba pokušava riješiti neki zadatak ili problem, ali svi pokušaji dovode do neuspjeha. Taj problem često se javlja u školskom kontekstu kod učenika koji opetovano doživljavaju neuspjeh u određenom području. Atribucija neuspjeha u ovom slučaju je usmjerena na stabilne i nepromjenjive karakteristike (npr. niske vlastite sposobnosti: „ja to nikada neću shvatiti“). Atribucije usmjerene na promjenjive karakteristike (nedovoljno vrijeme pripreme i sl.) ostavljaju prostor za pozitivan konačan ishod.

Važno je izdvojiti situacije u kojima je osoba izložena nasilju socijalne okoline, pri čemu počinitelj, kroz agresivno i nasilno ponašanje, nastoji ostvariti kontrolu nad žrtvom upravo na način da kod nje stvori osjećaj bespomoćnosti i nemoći. Stoga ćemo posebice razmotriti neke situacije gubitka kontrole praćene posljedicama koje ugrožavaju život i zdravlje osobe, odnosno njezin tjelesni i psihološki integritet. Ovakve situacije u većini slučajeva imaju značajke psihološke traume i povezane su s najtežim posljedicama po dobrobit pojedinca izloženog takvim stanjima. U ovu kategoriju mogu se svrstati događaji poput vlastite teške bolesti, bolesti vlastitog djeteta, izloženosti seksualnom nasilju, obiteljsko nasilje, mučenje u uvjetima zarobljeničtva, kazna doživotnog zatvora i sl.

Traumatski događaji u većini slučajeva narušavaju uobičajeni doživljaj kontrole koji pojedinac ima nad životom i način na koji osoba svijet oko sebe čini smislenim (Herman, 1997). Važno je naglasiti da se u interpersonalnim odnosima kontrola nad osobom (partnerom, djetetom, učenicom) tradicionalno nastojala provesti tjelesnim kažnjavanjem. Izreka „batina je iz raja izašla“ sadrži implicitnu poruku da je kažnjavanje dobar način uspostavljanja kontrole ili discipliniranja druge osobe. Tek posljednjih desetljeća tjelesno kažnjavanje djece u obitelji i školi postalo je neprihvatljivo i zakonski sankcionirano. Međutim u osobnoj nemoći da kontroliraju drugu osobu pojedinci reagiraju agresivno i fizičkim nasiljem nastoje uspostaviti kontrolu ili poslušnost druge osobe. Rose navodi podatke da 20-30% odraslih u SAD-u odobrava udaranje partnera (Rose, 1993).

7.4. Primjeri situacija u kojima osobe doživljavaju bespomoćnost

7.4.1. Zlostavljanje djece u obitelji

Jedan od najtežih oblika doživljaja bespomoćnosti rezultat je **zlostavljanja djece unutar obitelji**. Obitelj bi trebala biti okruženje koje pruža sigurnost, predvidivost i osjećaj kontrole nad događajima. Krause (2005) naglašava da traumatski događaji u ranijoj dobi djeluju na osjećaj smisla života, povjerenje u sebe i svoje mogućnosti, doživljaj svijeta kao sigurnog mjesta i povjerenje u druge. Cicchetti i Toth (2000) navode različite oblike zlostavljanja kao što su tjelesno, spolno i emocionalno, kao i različite oblike zanemarivanja. Teže posljedice, između ostalog, povezane su s duljim trajanjem zlostavljanja, osjećajem bespomoćnosti, zlostavljanjem od strane bliske osobe ili osobe od koje se očekuje pomoć, izostankom podrške ili negativnim posljedicama povjeravanja tajne. Među najsloženije klijente pripadaju sobe koje su iskusile dugotrajno, ponovljeno nasilje u razdoblju djetinjstva. Ovi klijenti uz svoje iskustvo povezuju odsustvo kontrole nad događajima, nedostatak sigurnosti i gubitak povjerenja (Perry, 1994; Krause, 2005). Osobe koje su preživjele zlostavljanje u djetinjstvu očekuju da će biti povrijeđene i u budućim interakcijama („što mogu očekivati od drugih ljudi, kada me moji roditelji zlostavljaju?“). Osobe s iskustvom traume trebaju „sigurno mjesto“ za oporavak i emocionalnu podršku bliskih osoba, što u slučaju obiteljskog nasilja nije moguće. Traumatski događaji što ih je uzrokovala osobe poznata žrtvi, ili je na određeni način važna za nju, imaju veću vjerojatnost izazivanja traumatskih simptoma. Najteži oblik ovog odnosa jest roditelj kao zlostavljač vlastitog djeteta (Giller, 1999). Istraživanja u Hrvatskoj navode rezultate prema kojima je 15,9% mladih procijenilo da su doživjeli neki oblik tjelesnog zlostavljanja, 16,5% emocionalnog, 14,5% spolnog, dok je 14,8% svjedočilo nasilju u obitelji (Buljan Flander, 2007; Luca Mrđen i sur., 2007). Djeca koja su češće doživljavala nasilje, u većoj mjeri su i sama nasilna prema drugoj djeci (Žilić i Janković, 2016).

7.4.2. Nasilje u obitelji i partnerskim vezama

Brak i partnerski odnosi predstavljaju jedan od najintenzivnijih socijalnih odnosa u koji osoba može ući tijekom života. Rezultati istraživanja autora Myersa i Bootha (1999) pokazuju kako partneri s internalnim lokusom kontrole imaju manje bračnih trzavica i općenito višu razinu kvalitete braka. Teorija jednakosti Walster i suradnika (1978) zadovoljstvo brakom objašnjava podjednakim omjerom percipiranih ulaganja i dobivanja, dok drugi autori naglašavaju važnost subjektivnog doživljaja međusobnog poštovanja i ravnopravnosti (Tuites i Tuites, 1986). Nažalost, rezultati ukazuju na značajan broj brakova u kojima se događa nasilje. Podaci pokazuju da je približno 27% žena izloženo nasilju u partnerskim vezama, kao i da su počinitelji nasilja u partnerskim vezama u 90% slučajeva muškarci (Ajduković i Ajduković, 2010).

Moguće je razlikovati različite uzroke i ciljeve nasilja u obitelji. Ponekad nasilje proizlazi iz frustracije ili patološke agresije, nedostatka samokontrole i rezultira prekidom odnosa ili razvodom. Kelly i Johnson (2008) opisuju tri vrste nasilja u partnerskim vezama: situacijsko nasilje, nasilje potaknuto razvodom ili razdvajanjem i nasilje koje karakterizira prisila i kontroliranje. Posebice rizično je nasilje koje za cilj ima preuzimanje kontrole nad (najčešće) partnericom, na način da ju se sprječava da izađe iz veze i da joj se ograniči sloboda izbora („Bit ćeš moja ili te neće biti“, „Ti možeš ići, ali djecu zaboravi“). U ovom slučaju žrtva se ponižava s ciljem da se psihički slomi, učini bespomoćnom i zadrži u patološkom odnosu sa zlostavljačem.

Prema jednom od određenja, nasilje u obitelji predstavlja skup ponašanja čiji je cilj kontrola nad članovima obiteljske zajednice uporabom sile, zastrašivanja i manipuliranja (Ajduković i Ajduković, 2010). Moguće je razlikovati različite aspekte nasilja kao što su psihičko, tjelesno, seksualno ili ekonomsko nasilje, iako treba naglasiti da su najčešće međusobno povezani. **Psihičko nasilje** redovito uključuje emocionalno zlostavljanje čiji je cilj ponižavanje osobe i ostvarivanje moći i kontrole nad žrtvom. Može uključivati vrijeđanje, omalovažavanje, ograničavanje i kontrolu kretanja, uhođenje, provjeravanje, manipuliranje osjećajima i sl. **Tjelesno nasilje** uključuje široki raspon zlostavljanja od udaranja, čupanja kose, zaključavanja, pa do nanošenja teških ozljeda i ubojstva. **Seksualno nasilje** može uključivati različite oblike uznemiravanja i ponižavanja sve do prisilnoga seksualnog odnosa. Ovaj oblik nasilja ostavlja iznimno teške psihičke posljedice na žrtvu i zahtijeva dugotrajan tretman i oporavak. U braku je često i **ekonomsko nasilje** koje se odnosi na uskraćivanje ili oduzimanje financijskih sredstava, ograničavanje sredstava, zabranu privređivanja i sl., a sve s ciljem razvijanja potpune financijske ovisnosti žrtve. Kako brak ili partnerska veza uključuju različite aspekte funkcioniranja, izloženost nasilju i ovisnost o partneru odražava se na cjelokupni život i funkcioniranje žrtve. Svi navedeni oblici kod žrtve izazivaju strah, bespomoćnost, narušavaju psihičko i tjelesno zdravlje, samopoštovanje i vjeru u sebe.

Nasilje se odvija u narušenoj komunikaciji i interakciji nasilnika i žrtve, a kada je riječ o nasilju u obitelji, nasilnik i žrtva su u međusobnoj formalnoj, kulturološkoj, socijalnoj i emocionalnoj povezanosti (Mamula i sur., 2013). Etiologija nasilja je složena, a među rizične faktore ubrajaju se obiteljski i genetski faktori, poremećaji ličnosti, socio-ekonomski status, poremećena socijalna kognicija i sustav vrijednosti, ovisnosti te širi kulturološki i socijalni faktori (Nedimović i Biro, 2011). Teorijska objašnjenja nasilja uključuju različite faktore poput: genetike i bioloških faktora, socijalnog učenja, reakcije na frustraciju i psihopatologije, a uključuju osobine i nasilnika i žrtve. Počinitelj često ima lošu sposobnost komuniciranja i rješavanja konfliktnih situacija, lošu samokontrolu i regulaciju emocija te često patološku potrebu za kontrolom.

Finkenauer i suradnici (2015), u okviru modela jačine samokontrole, ispituju ulogu samokontrole u objašnjavanju obiteljskog nasilja. Samokontrola se u ovom kontekstu definira kao sposobnost inhibiranja, nadjačavanja i promjene nepoželjnih reakcija i ponašanja s ciljem prilagodbe standardima (Tangney i sur., 2004). Izloženost obiteljskom nasilju povezana je sa zdravstvenim problemima, psihopatologijom, profesionalnim i akademskim neuspjehom, ovisničkim ponašanjem i suicidom (Felitti i sur., 1998), a ranije iskustvo nasilja dijelom može objasniti i pojavu samoga nasilničkog ponašanja. Problem nasilja često se prenosi transgeneracijski (Žilić i Janković, 2016). Rizkia i Kusristanti (2021), kod žena žrtava obiteljskog nasilja nalaze povezanost eksternalnog lokusa kontrole i niže otpornosti na traumu. Autorice naglašavaju važnost lokusa kontrole koji kroz ojačavanje otpornosti može voditi jačanju samokontrole i ponašanja usmjerenog rješavanju problema. Neka istraživanja pokazuju da internalni lokus kod žena koje su doživjele seksualno nasilje u djetinjstvu, može pomoći u preživljavanju trau-

matkskog iskustva (Valentine i Feinaur, 2007). Drugi autori naglašavaju da osobe s eksternalnim lokusom kontrole lakše prihvaćaju neophodnu vanjsku pomoć (Asberg i Renk, 2014). Nasilje u obitelji iznimno je složen društveni problem i zahtijeva pomoć žrtvama koje se vrlo često nalaze u situacijama u kojima je mogućnost bijega iz situacije realno vrlo teška bez vanjske pomoći.

7.4.3. Dijagnoza teško izlječive bolesti

Primjer gubitka kontrole nad dosadašnjim načinom života predstavlja spoznaja o dijagnozi vlastite teške bolesti. Zdravstveni problemi mogu na različite načine djelovati na dobrobit osobe. Pojedine bolesti direktno ugrožavaju život pojedinca i pripadaju u traumatske događaje (onkološke bolesti, kardiološki problemi, moždani udar i sl.), dok neka oboljenja mogu znatno umanjiti kvalitetu života i zahtijevati velike promjene u ranijem načinu funkcioniranja (djelomični ili potpuni gubitak vida, teži oblici invaliditeta, potpuna ovisnost o medicinskim uređajima kao što je slučaj kod dijalize i sl.). Osoba koja ima potpunu kontrolu nad događajima, uspješnu karijeru, dobra primanja, sređenu obitelj, u jednom trenutku može spoznajom o teškoj dijagnozi „izgubiti tlo pod nogama“. Sve što je do tada funkcioniralo, u novoj situaciji izmiče kontroli. Postoje značajne individualne razlike u načinu reagiranja i suočavanja s dijagnozom teške bolesti, na što mogu utjecati faktori poput premorbidne strukture ličnosti, ranijeg zdravstvenog statusa, vrijednosti, dobi, podrške okoline, efikasnosti tretmana i sl. (Seiler i Jenewein, 2019). Tako npr. dijagnoza teške bolesti zahtijeva promjenu životnih navika te je često povezana sa smanjenjem radne sposobnosti i odlaskom na bolovanje, što posljedično smanjuje financijske prihode. S druge strane, zbog potreba liječenja i terapije često rastu financijski troškovi. Financijski problemi mogu voditi pogoršanju partnerskih odnosa, što na širem planu kod osobe može rezultirati generalizacijom gubitka kontrole nad cjelokupnim životom.

Kod osoba oboljelih od karcinoma stres se može javiti već pri pojavi sumnje o mogućoj bolesti, a posebice je intenzivan potvrdom dijagnoze i tijekom procesa liječenja. Stanje neizvjesnosti može potrajati i nakon završetka liječenja praćeno strahom od mogućeg povratka bolesti. Holland navodi da psihološki i tjelesni simptomi stresa, anksioznost, negativne misli i razmišljanje o smrti postupno opadaju tijekom prve godine od postavljanja dijagnoze. Meyerowitz (1980) izdvaja tri područja utjecaja onkoloških bolesti: **psihološka neugoda** koja se očituje kroz simptome anksioznosti, depresivnosti i ljutnje; **promjene u životnim navikama i obrascima** koje uključuju smanjenje razine aktivnosti, promjene u radnim aktivnostima, promjene u funkcioniranju obitelji i partnerskim odnosima; te **strahovi i brige** vezani uz mogući povratak bolesti, smrt, skrb o članovima obitelji, materijalnu sigurnost i dr. Istraživanja pokazuju da se prevalencija posttraumatskog stresnog poremećaja kod onkoloških bolesnika kreće između 5% i 35% (Cordova i sur., 2007). Simptomi stresa poput teškoća sa spavanjem, smanjenog apetita, iritabilnosti, opće pobuđenosti i dr., dovode do dodatnog iscrpljivanja organizma u trenucima kada pacijent započinje intenzivnu i iscrpljujuću terapiju. Gubitak kontrole nad vlastitim zdravljem često se širi na ostala područja života. Uobičajene faze suočavanja s dijagnozom i gubitkom kontrole uključuju početni šok i dezorganizaciju ranijeg ponašanja i aktivnosti. Osoba nastoji uspostaviti kontrolu i tražiti optimalne strategije suočavanja s novom situacijom. Pozitivan ishod predstavlja prihvaćanje novih okolnosti i uspostavljanje nove organizacije života, i to često puta na drugačijoj osnovi i uz drugačiji raspored prioriteta. Za većinu ljudi ovo iskustvo je prvo suočavanje sa činjenicom vlastite smrtnosti i ranjivosti te s okolnosti u kojima postaju ovisni o vanjskim faktorima. U tom kontekstu raniji isključivi unutarnji lokus prestaje biti učinkovit, a traženje pomoći u vanjskim faktorima kao što su liječnici, zdravstveni sustav, podrška obitelji i prijatelja, kao i nada u Božju pomoć, postaju važni u uspostavi nade i doživljaja kontrole nad vlastitim životom.

👉 Komunikacija s teško oboljelim osobama

Sep i suradnici (2013) naglašavaju važnost afektivne uključenosti u komunikaciju liječnik-pacijent jer priopćavanje informacija o teško izlječivoj bolesti povećava fiziološku pobuđenost kod pacijenta te umanjuje kvalitetu razumijevanja i naknadnog prisjećanja informacija. U suvremenoj medicini, a osobito u liječenju terminalnih

bolesti, tradicionalna paradigma asimetričnog i paternalističkog odnosa liječnika i pacijenta postupno se mijenja u partnerski i suradnički odnos, pri čemu je važno da se u tom odnosu sačuva autoritet i povjerenje u liječnika (Talanga, 2006). Istraživanja pokazuju da je kvaliteta života i zadovoljstvo pacijenta značajno povezano s emocionalnom kvalitetom onkoloških konzultacija (Ong i sur., 2000). U literaturi se razlikuju dva oblika komunikacije liječnik-pacijent. Prvi je usmjeren na liječenje i uključuje instrumentalno ponašanje: pružanje informacija o liječenju i postavljanje pitanja (*cure-oriented*). Drugi oblik komunikacije usmjeren je na brigu o pacijentu i obilježava ga socio-emocionalna komponenta koja uključuje empatiju i brigu za pacijenta kao osobu (*care-oriented*). Analiza konzultacija pokazuje da 2,5 puta više vremena otpada na prvi oblik komunikacije. Liječenje usmjereno na pacijenta odlikuje uvažavanje pacijentovih individualnih preferencija, potreba i vrijednosti pri donošenju medicinskih odluka (Reeve i sur., 2017). Povjerenje u odluke liječnika, izbor primjerene terapije i vjerovanje u uspjeh cjelokupnog liječenja omogućuju barem djelomični povratak doživljaja kontrole u ovakvim teškim okolnostima.

7.4.4. Tortura ili mučenje

Tortura ili mučenje upotrebljava se u autoritarnim režimima ili za vrijeme oružanih sukoba i konflikata kao sredstvo iznude priznanja ili dobivanja informacija, zastrašivanja i ponižavanja žrtve ili trećih osoba, osvete ili slamanja žrtve kako bi odustala od određenih političkih aktivnosti, vrijednosti ili ideologije. Ujedinjeni narodi su 1948. godine izglasali konvenciju protiv torture i drugih nehumanih i ponižavajućih tretmana i oblika kažnjavanja. Svjetska zdravstvena organizacija (WHO, 2016) definirala je torturu 1975. u tzv. Tokijskoj deklaraciji kao „namjerno, sustavno ili nemilosrdno zadavanje fizičke i psihičke patnje od strane jedne ili više osoba koje djeluju same ili po naređenju bilo kojega autoriteta, da bi prisilile drugu osobu da oda informacije, priznanje ili zbog bilo kojeg drugog razloga“. Ujedinjeni narodi su 1948. izglasali konvenciju protiv torture i drugih nehumanih i ponižavajućih tretmana i kažnjavanja. Tortura se često provodi sustavno i planirano (u zarobljeničkim logorima, zatvorima i sl.) s ciljem psihičkog i fizičkog slamanja žrtve, pri čemu su gubitak bilo kakvog oblika kontrole i izazivanje osjećaja bespomoćnosti i beznada jedan od temeljnih ciljeva. Neke od metoda mučenja usmjerene su na tjelesnu patnju, poput izazivanja ekstremne boli, udaranja, izlaganja ekstremnoj toplini i hladnoći, guranja glave u vodu i sl. Jednako su strašne i psihičke torture poput izazivanja straha od smrti (izvođenje na lažna pogubljenja, prisilni rad na prvoj crti bojišta), ponižavanja (skidanje, držanje u prisilnom položaju), socijalne izolacije (držanje u samici), uskraćivanja sna, svjedočenje mučenju drugih osoba, prisila na mučenje drugih zatvorenika i sl.

Klinička iskustva i rezultati istraživanja potvrđuju da je **svjedočenje nasilju** izvor traumatskog iskustva praćen izrazitim doživljajem bespomoćnosti. Basoglu (1992) navodi primjere iskaza zarobljenika koji su svjedočili da im je bilo najteže slušati zvukove mučenja u susjednim ćelijama upravo iz osjećaja bespomoćnosti i nemogućnosti da bilo što učine. Drugi primjer može biti svjedočenje osobe koja je skrivena svjedočila kako članicu obitelji zlostavljaju pripadnici neprijateljske vojske. Osoba je osjećala bespomoćnost, užas i strah zbog kojega je ostala zakočena i nije se usudila izaći i pokušati zaštititi žrtvu. Neki nalazi govore da su osobe s čvrstom ideologijom, politički progonjeni i osobe koje nalaze smisao svoje patnje, imale veći osjećaj kontrole i spremnosti na žrtvu čak i u situacijama objektivno potpune bespomoćnosti (Vesti i Kastrup, 1992; Popović 1999; Basoglu 1992). Stalno iščekivanje i nepredvidivost sljedećeg postupka otežava žrtvama doživljaj bilo kakve pravilnosti. Žrtve navode da je barem neka pravilnost u režimu dana (npr. doba dana za određenu vrstu torture) pružala barem malu šansu da zadrže osjećaj minimalne kontrole.

7.5. Naučena bespomoćnost

Jedna od mogućih posljedica potpunog gubitka kontrole u ugrožavajućim situacijama jest pojava naučene bespomoćnosti. Ovaj koncept potječe od Martina Seligmmana koji je proučavao posljedice gubitka kontrole na ponašanje kod ljudi i životinja. Naučena bespomoćnost predstavlja pasivno prihvaćanje i trpljenje neugode u situacijama kada postoji mogućnost bijega iz situacije. Ovakva reakcija rezultat je ranije izloženosti bolnim ili neugodnim podražajima ili situacijama u kojima je osoba iskusila da nema mogućnosti kontrole ili bijega, što se

zatim generalizira i na druge uvjete gdje postoji stvarna mogućnost kontrole. Važno je razlikovati stvarnu bespomoćnost, koja je posljedica stanja u kojemu pojedinac objektivno nema mogućnost kontrole nad situacijom (teška bolest, gubitak bliske osobe i sl.), od naučene bespomoćnosti, kod koje postoje moguća rješenja, ali ih osoba ne traži aktivno i prihvaća svoje stanje bespomoćnosti. Kod naučene bespomoćnosti možemo razlikovati barem dva različita konteksta. U **prvom** osoba pasivno trpi neugodne i bolne ugrožavajuće podražaje te ne pokušava izbjeći takvo stanje. To mogu biti slučajevi trpljenja nasilja, odustajanja od tretmana vezanog uz teško oboljenje i sl. **Drugi** kontekst odnosi se na situacije koje nisu životno ugrožavajuće za osobu, ali ona odustaje od pokušaja rješavanja problema koje bi realno mogla riješiti. Primjer može biti odustajanje od dovršetka studija, pronalaženja partnera, pronalaska posla i sl. U ovim slučajevima osoba, zbog niza ranijih neuspjeha, prestaje vjerovati da može ostvariti zadane ciljeve i odustaje od njih.

Seligman se bavio područjem učenja i krajem šezdesetih godina objavio je rezultate jednog eksperimenta provedenog na psima (Seligman i Maier, 1967; Overmier i Seligman, 1967). Psi su bili izlagani bolnim podražajima (električnim šokovima) koje nisu mogli izbjeći. Tijekom prvih šokova psi su pokušavali izbjeći podražaj, trčali su, zavijali i urinirali, međutim nakon određenog vremena počeli su prihvaćati bolne podražaje, postali su pasivni i nisu više pokušavali pobjeći. U nastavku eksperimenta psi su mogli naučiti kako preskakanjem barijere mogu izbjeći bolni podražaj. Psi, koji ranije nisu bili izloženi bolnim podražajima bez mogućnosti bijega, uspjeli su naučiti kako izbjeći bolni podražaj. Međutim, psi koji su ranije bili izlagani nekontrolabilnim šokovima, nisu ni pokušavali izbjeći bolne podražaje. Psi bi prestali trčati i zavijati, povukli bi se i tiho cvilili dok šok ne prestane. Nisu pokušavali preskočiti barijeru i pobjeći iz averzivne situacije. Seligman i suradnici zaključili su da su psi naučili na bespomoćnost tako da, ni u novoj situaciji u kojoj je bijeg bio moguć, nisu pokušavali izbjeći bolne podražaje. Ti psi su povremeno preskočili barijeru u početnoj fazi učenja, ali bi se potom vratili i podnosili bol. Nisu uspjeli naučiti da se preskakanjem barijere može izbjeći bolni podražaj.

Ovi nalazi potaknuli su brojna istraživanja i interpretacije psiholoških i bihevioralnih posljedica izloženosti podražajima koje nije moguće kontrolirati. Ipak, treba naglasiti da su, čak i ovim početnim eksperimentima, postojale individualne razlike među psima. Od 150 pasa uključenih u pokus sa nekontrolabilnim podražajima, 2/3 nije pokušavalo pobjeći, dok je 1/3 uspjela naučiti bijeg iz bolne situacije. Kod „kontrolne“ grupe pasa u normalnom treningu učenja bijega svega 6% nije uspjelo naučiti kako pobjeći. Autori koriste termin naučena bespomoćnost kako bi opisali razvoj ovoga neadaptivnog obrasca ponašanja koje predstavlja rezultat izloženosti neizbježnom bolnom podražaju. Ovaj nalaz potvrđen je na drugim vrstama životinja kao što su štakori, mačke, ribe, miševi, a također i u različitim istraživanjima na ljudima. Pokazalo se da nekontrolirani bolni podražaji rezultiraju većim stresom od kontrolabilnih, zaostajanjem u učenju, većom suzdržanošću i pasivnošću i brojnim drugim posljedicama.

Mnogi autori izražavali su sumnju u prikladnost primjene rezultata eksperimenata na životinjama na ljudsku bespomoćnost (npr. Blaney, 1977). Nakon što je uvođenje koncepta potaknulo veliki broj istraživanja i otvorilo brojna pitanja, Seligman sa suradnicima u manjoj mjeri revidira koncept (Abramson, Seligman i Teasdale, 1978). Naglašavaju dva problema proizašla iz polaznih pretpostavki. Prvi se odnosi na objašnjenje razlika na dimenziji **univerzalna-osobna (ne)kontrolabilnost**. Rezultati su pokazali da se doživljaj nemogućnosti kontrole ne razvija jednako kod svih ispitanika izloženih averzivnim podražajima. Seligman predlaže razlikovanje osobne i univerzalne bespomoćnosti. U slučaju kada osoba procjenjuje da nitko drugi ne bi pronašao rješenje problema, radi se o **univerzalnoj bespomoćnosti** („Za određenu bolest ne postoji lijek“), za razliku od **osobne bespomoćnosti** koju karakterizira procjena da je nemogućnost kontrole vezana uz samog pojedinca („Ja ne mogu ostvariti cilj, dok drugi ljudi, relevantni za usporedbu, to mogu učiniti“).

Drugi problem se odnosi na razlikovanje situacija u kojima kod pojedinca dolazi do bespomoćnosti u specifičnom užem području života (npr. odnosi s djecom) i generalizirane bespomoćnosti koja zahvaća cjelokupno ponašanje i funkcioniranje osobe. **Generalizirana bespomoćnost** vodi prema odustajanju od borbe u širokoj domeni ponašanja, dok je **specifična bespomoćnost** povezana s odustajanjem ili doživljajem bespomoćnosti u samo jednom specifičnom području na koje se odnosilo ranije iskustvo.

U osnovi koncepta naučene bespomoćnosti jest generalizacija iskustva gubitka kontrole stečenog u jednoj situaciji na druge situacije u kojima je kontrola moguća. Istraživanja pokazuju da postoje razlike u stupnju ove ge-

neralizacije. Učenik koji nije uspio položiti konkretan ispit, može odustati i od drugih ispita u kojima bi vjerojatno bio uspješan, može odustati od cijelog studija, a može prestati pokušavati rješavati probleme i u drugim područjima koji nemaju sličnosti s akademskim kontekstom. U drugom slučaju učenik može nastaviti s aktivnostima u kojima je uspješan kao što su sport, romantične veze ili pisanje poezije.

Trajanje naučene bespomoćnosti također može varirati. Kada bespomoćnost traje dugo vremena ili se ponavlja, nazivamo je **kroničnom bespomoćnošću**. Naučena bespomoćnost koja traje kraće vrijeme i potom se gasi, opisuje se kao **akutna bespomoćnost**.

S ciljem razrješenja navedenih problema, Seligman i suradnici posuđuju koncepte iz teorije atribucije te u analizu uvode različite aspekte percepcije uzroka nemogućnosti kontrole na dimenzijama **akutno-kronično, internalno-eksternalno i globalno-specifično**. Kada osoba doživi bespomoćnost, nastoji atribuirati uzroke takvog stanja. U slučaju osobne bespomoćnosti, atribucija može biti usmjerena na nedostatak vlastitih resursa, tj. osoba zaključuje da se događaj može kontrolirati, ali sama ne raspolaže resursima (niske sposobnosti i sl.). Ponekad se Bandurin koncept samoefikasnosti koristi u objašnjenju individualnih razlika u doživljaju bespomoćnosti (Bandura, 1977). Osobna bespomoćnost povezana s visokim očekivanjima ishoda vodi narušenom samopoštovanju, odnosno osobnoj krivnji za neuspjeh. U ovom kontekstu autori ukazuju na sličnost koncepta naučene bespomoćnosti i Rotterovog lokusa kontrole, pri čemu se bespomoćnost u većoj mjeri veže uz vanjski lokus, iako ovaj odnos može biti složen i uključivati brojne druge varijable. Osoba može biti „internalno“ i „eksternalno“ bespomoćna s obzirom na lokus. Stoga je važno činiti razliku između nemogućnosti osobne kontrole i neuspjeha, kao što neuspjeh valja razlikovati od lošeg ishoda. Neuspjeh se može odrediti i kao oblik bespomoćnosti kojemu je prethodio veći broj neuspješnih pokušaja. Atribucija razloga koji su doveli do izostanka uspjeha važna je za pojavu ili izostanak doživljaja bespomoćnosti.

Pojedini autori navode zanimljive nalaze prema kojima i **pozitivni ishodi, koji se javljaju neovisno o ponašanju**, mogu voditi prema motivacijskim i kognitivnim deficitima, odnosno bespomoćnosti kod životinja (Goodkin, 1976). Kod ljudi je moguće pretpostaviti situaciju u kojoj dijete dobiva nagrade neovisno o zaslugama i ponašanju. Moguća je posljedica izostanak vlastitog truda u situacijama kada je osobni napor nužan za ostvarenje zadanog cilja, kao i razvoj očekivanja da će okolina riješiti probleme.

Atribucijska komponenta stabilnosti omogućuje objašnjenje trajanja bespomoćnosti, kao i stupnja generalizacije. U slučajevima kada konkretna situacija uključuje atribuciju „nitko ne bi ostvario uspjeh“, znatno se sužava opseg mogućih alternativnih atribucija.

Tablica 7.1a. Primjeri različitih atribucija neuspješnog polaganja ispita iz statistike (prilagođeno prema članku Abramson i sur., 1978)

	internalno		eksternalno	
	stabilno	nestabilno	stabilno	nestabilno
globalno	A) moje kognitivne sposobnosti su općenito niske	B) imao sam obiteljske probleme u vrijeme ispitnog roka	E) Ispiti na cijelom studiju su zahtjevni i teški ili studiranje općenito zahtijeva veliki napor	F) potres prije mjesec dana je cijeli ispitni rok učinio stresnim
specifično	C) moje sposobnosti rješavanja numeričkih zadataka su loše	D) na dan ispita sam bio iscrpljen zbog prehlade	G) ispit je težak i očekivanja ispitivača su prevelika	H) ispit na jesenskom roku je bio iznimno težak

U navedenom primjeru moguće je razlikovati osam različitih atribucija kojima se opisuje neuspjeh na ispitu. Ove atribucije imaju različite implikacije na procjenu vlastite uspješnosti u ostalim aktivnostima. Općenito, **globalne i stabilne** atribucije pružaju veći potencijal generalizacije bespomoćnosti na druge situacije tijekom budućeg vremena. Ako uključuju aspekt nestabilnosti, moguće je da će utjecati na ponašanje u kraćem vremenskom razdoblju. Internalne (osobito stabilne) atribucije mogu utjecati na samopoimanje i procjenu samoefikasnosti. U slučaju atribucija neuspjeha u široj domeni, kao što je npr. neuspjeh na studiju, jasno je da će prevladavati stabilniji i dugotrajniji uzroci jer se odnose na dulji vremenski period. Mikulincer (1986) naglašava važnost atribucijskih

stilova te navodi da je vjerojatnost naučene bespomoćnosti veća u slučajevima nerješivih problema praćenih globalnim i internalnim atribucijama.

I sam Seligman navodi da nije opravdano navedene dimenzije razmatrati kao dihotomije, već ih treba shvaćati kao kontinuum. **Dihotomna podjela** na unutarnje i vanjske uzroke u brojnim slučajevima je umjetna i artifičijelna. Uzmimo primjer roditelja teško bolesnog djeteta. Ono što mogu učiniti, i što jest u njihovoj domeni utjecaja, jest da pronađu najboljeg liječnika, osiguraju sredstva i uvjete, da se mole za ozdravljenje i sl., ali izbor lijeka, učinkovitost lijeka i terapije nisu pod njihovom kontrolom. U mnogim takvim slučajevima ishod je uistinu pod utjecajem većeg broja unutarnjih i vanjskih faktora. Druga poteškoća jest pretpostavka o dihotomiji percepcije mogućnosti kontrole koja ponovno implicira da je ishod ili moguće ili nije moguće kontrolirati. Razumnijom se čini pretpostavka o kontinuumu na kojemu bi osoba mogla procijeniti kolika je vjerojatnost ostvarenja pozitivnog ishoda u određenom kontekstu. U mnogim situacijama teško je odrediti točku u kojoj se može procijeniti da je vjerojatnost uspjeha (izlječenja, polaganja ispita i sl.) jednaka 0%. Ljudi se mogu razlikovati prema atribucijskim stilovima, a njihove procjene se ne događaju izvan konteksta, već se dijelom zasnivaju na godinama ranijeg iskustva s ostvarivanjem kontrole u različitim situacijama.

Tablica 7.1b. Primjeri atribucija neuspjeha u romantičnoj vezi (prilagođeno prema članku Abramson i sur., 1978)

	internalno		eksternalno	
	stabilno	nestabilno	stabilno	nestabilno
globalno	A) Ja sam općenito loš u odnosima sa ženama ili Ja se ne mogu sviđjeti niti jednoj ženi	B) Ima trenutaka kada znam biti naporan u vezi	E) Žene zapravo ne znaju što žele od veze s muškarcem	F) U svakoj vezi ponekad dođe do krize
specifično	C) Ja se njoj ne sviđam	D) Ja ponekad izazovem situacije u kojima se ona osjeća povrijeđeno	G) Ona zapravo ne zna što želi od mene	H) Ona se ponekad ponaša tako da me izludi

Tablica 7.1c. Primjeri atribucija nasilja u vezi (prilagođeno prema članku Abramson i sur., 1978)

	internalno		eksternalno	
	stabilno	nestabilno	stabilno	nestabilno
globalno	A) Ja nisam sposobna napraviti bilo što uspješno u svom životu	B) Ja ponekad znam biti teška osoba	E) Većina muškaraca se tako ponaša prema ženama	F) Svaki muškarac ponekad udara ženu
specifično	C) Ja nisam dovoljno dobra za njega	D) Ja ponekad izazovem ljutnju kod njega	G) On je agresivan i loš čovjek	H) On je agresivan samo kad popije

Međutim, analiza posljednjeg primjera, koji se odnosi na ostanak u situaciji izloženosti nasilju i bolnim podražajima, treba uključiti i druge faktore koji nisu vezani isključivo uz atribucije. Ovdje možemo uzeti u obzir strah od partnera izazvan prijetnjama u slučaju odlaska, posljedice ranijega tjelesnog nasilja, strah za djecu i njihovu budućnost, nedostatak socijalne podrške obitelji ili stručnih službi, narušavanje vlastite slike o sebi zbog neuspješnog braka i osobnu toleranciju na trpljenje boli. Jednostavno zaključiti da je žrtva naučila biti bespomoćna ponekad predstavlja pojednostavljen pristup složenim životnim situacijama kojima su žrtve izložene. Pregled literature pokazuje da se vrlo često koncept naučene bespomoćnosti koristi za objašnjenje ostanka u nasilnim vezama, što nije uvijek opravdano.

U iznimno teškim traumatskim situacijama ugroženosti od zlostavljača, kao u slučajevima taoca, žrtava nasilja, zlostavljane djece ili zarobljenika koncentracijskih logora, ponekad se javlja poseban oblik vezanosti uz vlastite zlostavljače. Taj skup simptoma naziva se Stockholmski sindrom i proizlazi iz potpune bespomoćnosti i ugrože-

nosti, praćen je lojalnošću žrtve prema nasilniku, opravdavanjem njegovih postupka i odustajanjem od bijega iz takve situacije. Neki autori navode da se ovakvi, naizgled nelogični postupci, mogu razmatrati kao manje ili više svjesna strategija suočavanja, adaptivna u takvoj bezizlaznoj situaciji, i pruža barem neki oblik nade ili kontrole (Jameson, 2010). Psihološki procesi u osnovi ovog sindroma uključuju umanjivanje značaja događaja, potiskivanje ljutnje, ovisnost o nasilniku, preuzimanje nekih stavova nasilnika, ali i mentalne probleme poput depresije, apatije ili posttraumatskog stresnog poremećaja. Ciklusi nasilja mogu uključivati i povremeno nenasilno ponašanje koje kod žrtve može osnažiti doživljaj da i sama doprinosi valovima nasilja. U tim slučajevima žrtva može pokušati ugoditi zlostavljaču kako bi smanjila vjerojatnost nastavka ciklusa nasilja i biti zahvalna za situacije kada nije tretirana nasilno. Autori s iskustvom u području izloženosti nasilju naglašavaju važnost dubljeg uvida u kontekst u kojemu se nasilje odvija te uključivanje u analizu strukture ličnosti žrtve i obrambenih mehanizama koje ima u svom repertoaru ponašanja. Kvalitetna dijagnostika u ovakvim slučajevima može pomoći u radu s žrtvama i odabiru optimalnog tretmana (Pilyugina i Suleymanov, 2021).

Seligman nastoji ponuditi jedinstven teorijski okvir za pojavu ovakvog deficita u adaptivnom ponašanju kroz **teoriju naučene bespomoćnosti** koju povezuje s depresijom. On pretpostavlja da iskustvo nemogućnosti kontrole nad podražajima vodi trima ključnim deficitima, a to su: motivacijski, kognitivni i emocionalni (Seligman, 1975), a kasnije dodaje i domenu samopoštovanja (Abramson i sur., 1978). **Kognitivni aspekt** naglašava da nije dovoljno izlaganje neugodnom podražaju, već se mora razviti **očekivanje** da nije moguće kontrolirati uzrok neugode. Posljedica ove kognitivne procjene vodi smanjenju **motivacije** za voljnim djelovanjem ili pokretanjem akcije. Dodatna hipoteza jest da se može razviti kognitivni deficit koji vodi zaključku da se i u drugim situacijama može očekivati sličan negativan ishod. Prema teoriji, sam gubitak kontrole, bez očekivanja neuspjeha u sljedećim situacijama, nije dovoljan za pojavu naučene bespomoćnosti i depresivnosti.

Istraživanja i iskustvo ukazuju na važnost cilja koji nije moguće ostvariti, kao i „cijenu“ koju odustajanje ima na vlastito samopoštovanje, sliku o sebi, očekivanja okoline i druge faktore što utječu na emocionalno funkcioniranje pojedinca. Gubitak kontrole predstavlja samo jedan od mehanizama za pojavu depresivnih simptoma, pri čemu depresija uključuje i druge faktore, poput fizioloških i hormonalnih promjena, gubitka interesa ili promjena na biokemijskoj razini. Pojedini autori u mehanizme naučene bespomoćnosti uključuju i neurofiziološke i biokemijske procese koji se u organizmu događaju pri izlaganju stresnom događaju. Maier i Watkins (2005) navode da, pri djelovanju nekontrolabilnih stresora, dolazi do podraživanja serotonergičkih neurona u području tzv. dorsalnih rapha jezgri. Pojačano oslobađanje serotonina djelomično može biti odgovorno za promjene ponašanja. Ovdje je važno naglasiti razlikovanje bespomoćnosti u stresnim stanjima koja izazivaju bol i neugodu od stanja u kojima osoba ne uspijeva izvršiti određenu aktivnost a stres se može i ne mora pojaviti uslijed neostvarenog cilja.

Također je važno razlikovati koncepte bespomoćnosti (*helplessness*) i beznađa (*hopelessness*). U određenim slučajevima osoba bi i mogla pronaći način ostvarenja cilja, ali joj ostvarenje cilja više ne predstavlja zadovoljstvo. Umjesto stava „Ja to ne mogu učiniti“, javlja se stav „Meni to više ništa ne znači“, koji dijelom može biti potaknut promjenama na biokemijskoj razini za koje se objašnjenje može potražiti u okviru teorija stresa i traume.

7.5.1. Mjerenje (naučene) bespomoćnosti

Razvijeni su i instrumenti za mjerenje naučene bespomoćnosti. U znanstvenim istraživanjima korištena je Skala naučene bespomoćnosti Quinlesa i Nelsona (1988) namijenjena generaliziranoj bespomoćnosti. Istraživanja pokazuju da generalizirana naučena bespomoćnost utječe na akademsku uspješnost jer uključuje niz varijabli kao što su: samoeфикаsnost, samoprezentacija, atribucijski stilovi, motivacija i anksioznost vezana uz izvedbu (Macher i sur., 2012). Bespomoćnost u školskom okruženju karakterizira pasivnost, nesposobnost učenja novih sadržaja, a posljedica je izloženosti ranijim stresnim nekontrolabilnim i općenito neugodnim podražajima doživljenim u školskom kontekstu (Abramson i sur., 1989). Na uzorku kineskih studenata Wu i Tu (2019) nalaze nisku negativnu povezanost doživljaja bespomoćnosti i samoeфикаsnosti za vrijeme učenja od -0.18 ($p < .01$). Naučena bespomoćnost je dodatno povezana sa socijalnom podrškom -0.23 ($p < .01$), dok su socijalna podrška i samoeфика-

snost povezani .44 ($p < .01$). Autori potvrđuju moderatorski utjecaj socijalne podrške na odnos između naučene bespomoćnosti i samoeфикаsnosti. Istraživači ukazuju na četiri izvora uvjerenja o vlastitoj samoeфикаsnosti: a) ranije iskustvo u ovladavanju zadacima, b) proučavanje drugih osoba kako rješavaju zadatke, c) persuazivne poruke drugih osoba i d) emocije povezane sa stresom i neugodom povezanim sa zadacima (Schunk i Pajares, 2002).

Sorrenti i suradnici (2015) ispituju utjecaj naučene bespomoćnosti u školskom okruženju. Razvijaju upitnik (LHQ) sačinjen od 12 pitanja, čija latentna struktura ukazuje na dva faktora opisana kao naučena bespomoćnost (LH – „Pokušavam riješiti zadatke/zadake i kada su teški“, „Kada dobijem lošu ocjenu, nastojim se više truditi kako bih je ispravio“) i strategiju ovladavanja (MO – „Kada imam problema s rješavanjem zadatka najčešće kažem – ja to ne mogu-“). Viši rezultat na dimenziji naučene bespomoćnosti povezan je negativno s uvjerenjem o uspješnom rješavanju teških situacija ($r = -.54$; $p < .01$) i općim uvjerenjem u vlastite sposobnosti ($-.26$; $p < .01$), kao i zadovoljstvom ulogom učenika ($-.29$; $p < .01$). Rezultati potvrđuju zaključke da naučena bespomoćnost predstavlja skup maladaptivnih atribucija povezanih s niskim povjerenjem u sebe, niskim samopoštovanjem, lošom izvedbom, niskim očekivanjima i motivacijom, pasivnošću i slabom ustrajnošću. Učenici s visokim rezultatom na dimenziji strategije ovladavanja usmjereni su na zadatak, motivirani i optimistični (Peterson i sur., 1993; Sorrenti i sur., 2015). Ziegler i suradnici (2021) ispituju razvoj doživljaja bespomoćnosti u uvjetima prelaska na online nastavu na uzorku studenata. Nalaze da je viša procjena bespomoćnosti povezana s nižim uvjerenjima u mogućnost unapređenja vlastitih vještina ($-.43$; $p < .01$), nižom procjenom stabilnosti usvojenih znanja ($-.23$; $p < .01$), nižom prosječnom ocjenom ($-.41$; $p < .01$), i općenito nižim resursima za učenje u ispitivanom području ($-.41$; $p < .01$).

Jedan perspektivan smjer istraživanja bespomoćnosti povezuje teoriju naučene bespomoćnosti s modelima stresa i konceptom suočavanja sa stresom te uključuje mjere navedenih koncepata. Schroder i suradnici (2013), na osnovi teorija depresije koje uključuju koncepte bespomoćnosti i beznađa, razvijaju Upitnik kompetencija suočavanja (CCQ – *Coping Competence Questionnaire*). Upitnik se sastoji od 12 pitanja koja se odnose na strategije suočavanja zasićene kognicijama povezanim s doživljajem bespomoćnosti. Upitnik uključuje tvrdnje kao što su: „Lako se obeshrabrim nakon neuspjeha“, „Izgubim vjeru u sebe nakon što učinim pogrešku“, „Često osjećam da nisam u stanju nositi se s problemima“, „Kada netko kritizira moj rad osjećam se depresivno“, „Kada sam suočen s neuobičajenim zahtjevima, osjećam se bespomoćno“. Zadatak ispitanika je da na ljestvici od 6 stupnjeva procijene stupanj u kojemu tvrdnja opisuje njihovo uobičajeno ponašanje. Rezultat može varirati u rasponu od 12 do 72, pri čemu viši rezultat ukazuje na veću kompetenciju (tj. veću otpornost na naučenu bespomoćnost), a niži rezultat na sklonost naučenoj bespomoćnosti. Na uzorku od 2172 studenta provode validacijsku studiju koja pruža korisne informacije o strukturi povezanosti suočavanja zasićenog bespomoćnošću s nizom vanjskih varijabli. Tako je niža razvijenost bespomoćnosti povezana s depresijom $-.53$ ($p < .01$), ljutnjom $-.28$ ($p < .01$), samokontrolom $.53$ ($p < .01$) i strategijama samoregulacije $.31$ ($p < .01$). Nadalje, manja orijentacija na bespomoćnost povezana je s ekstraverzijom $.23$ ($p < .01$), ugodnošću $.25$ ($p < .01$), savjesnošću $.32$ ($p < .01$), otvorenošću iskustvu $.15$ ($p < .01$) te visokih $-.64$ s neuroticizmom. Dodatne osobine ličnosti ispitane kraćom verzijom Upitnika MPQ (*Multidimensional Personality Questionnaire*) ukazuju na povezanost manjeg korištenja bespomoćnosti s općom dobrobiti $.41$ ($p < .01$), reagiranjem na stres $-.66$ ($p < .01$), alijenacijom $.39$ ($p < .01$), agresivnošću $-.15$ ($p < .01$), ali ne i sa subskalom kontrola-impulzivnost, s kojom je korelacija $.07$.

Ukupni rezultat na Upitniku CCQ korelira negativno s brojem negativnih životnih događaja $-.33$ ($p < .01$), te subskalama Upitnika suočavanja COPE: subskalom disfunkcionalnog suočavanja $-.52$ ($p < .01$), suočavanjem orijentiranim na emocije $.12$ ($p < .01$) te suočavanjem orijentiranim na probleme $.02$. Na osnovi prikupljenih rezultata, autori zaključuju da je Upitnik kompetencija suočavanja povezan s mjerama depresije, neuroticizma i reakcija na stres te da ima zadovoljavajuću diskriminantnu valjanost u odnosu na niz mjera ličnosti. Model ukazuje da otpornost na korištenje bespomoćnosti kao strategije suočavanja, može ublažiti utjecaj stresa i negativnih životnih događaja na depresivne simptome. Disfunkcionalne strategije imaju ulogu medijatora u analizi odnosa orijentacije na bespomoćnost i depresije (Schroder i sur., 2013). Čini se da ovakva operacionalizacija bespomoćnosti kao strategije suočavanja sa stresnim događajima može biti korisna u istraživanjima i praksi.

7.6. Sažetak sedmog poglavlja

Sedmo poglavlje razmatra posljedice nedostatka ili gubitka kontrole nad događajima u životu pojedinca. U tekstu se razlikuju slučajevi gubitka kontrole u svakodnevnim životnim situacijama i **opći gubitak kontrole** koji zahvaća šira područja života ili cjelokupan život osobe. Naglašava se važnost razlike između **subjektivne procjene** gubitka kontrole u odnosu na stvarnu i **objektivne nemogućnosti** upravljanja situacijom. Osim togam razlikuju se situacije u kojima je gubitak ograničen na konkretnog pojedinca od **univerzalnog gubitka kontrole** kod kojega nitko u zadanoj situaciji ne može kontrolirati ishode događaja. Ovisno o individualnoj procjeni važnosti ishoda nad kojima ne postoji kontrola, posljedice gubitka kontrole predstavljaju izvor stresa za osobu te se stoga ovi procesi mogu razmatrati u kontekstu teorija ili modela stresa. U tekstu su procesi gubitka kontrole razmatrani u kontekstu Lazarusovoga kognitivnog transakcijskog modela stresa.

Gubitak kontrole vodi prema stanju bespomoćnosti, koji je detaljnije opisan. Posljedice doživljaja bespomoćnosti postaju sve ozbiljnije **kako raste važnost** situacije koja nije pod kontrolom osobe, tj. kada se **radi o vanjskoj opasnosti koja ugrožava njezin život i zdravlje ili dobrobit bliskih osoba**. Opisane su različite strategije koje osobe mogu koristiti u slučajevima gubitka kontrole i bespomoćnosti kao što su: reinterpretacija važnosti ishoda, traženje podrške, izvlačenje pozitivnih iskustava iz cjelokupne situacije ili prihvaćanje nove situacije uz promjenu životnih prioriteta. Psihološki najmanje prikladan oblik reakcije predstavlja trajno odustajanje praćeno beznađem, narušavanjem vjere u sebe, narušenim samopoštovanjem i općom generalizacijom bespomoćnosti na cjelokupni život pojedinca.

Posljedice gubitka kontrole mogu se očitovati na različitim razinama kao što su tjelesni simptomi, promjene ponašanja te poteškoće u kognitivnom i emocionalnom funkcioniranju. Gubitak kontrole prati **nemogućnost predviđanja budućih događaja, što potiče razvoj osjećaja neizvjesnosti, anksioznosti, straha** te vodi k širem spektru problema prilagodbe.

Opisane su neke specifične životne situacije koje karakterizira doživljaj bespomoćnosti kao što su: zlostavljanje djece u obitelji, obiteljsko nasilje, suočavanje s dijagnozama teško izlječivih bolesti i izloženost torturi i mučenju. Iskustva proživljena u opisanim situacijama mogu ostaviti dugotrajne psihološke i zdravstvene posljedice na pojedince i rezultirati značajnim problemima prilagodbe. Naglašeno je da je u ovakvim situacijama stvarne bespomoćnosti koje ugrožavaju život i osobnu dobrobit pojedinca, važno razlikovati stvarnu od naučene bespomoćnosti.

Opisan je i detaljnije razmotren koncept naučene bespomoćnosti. Koncept naučene bespomoćnosti uveo je M. Seligman i odnosi se na situacije u kojima osoba, zbog ranije izloženosti situacijama u kojima nije postojala stvarna mogućnost kontrole, taj doživljaj bespomoćnosti generalizira i na druge situacije u kojima je kontrola ili izlaz iz situacije realno moguć. Opisana je razlika između akutne bespomoćnosti i kronične bespomoćnosti koja traje dulje vrijeme. U analizi je važno razlikovati stanje u kojemu osoba ne pokušava tražiti izlaz zbog naučene bespomoćnosti od situacije u kojoj osobi izlaz više nije važan što se značajno preklapa sa simptomima iz depresivnog spektra. U završnom dijelu opisani su instrumenti za ispitivanje (naučene) bespomoćnosti te razmotrena njihova povezanost s dispozicijskim osobinama ličnosti te strategijama suočavanja sa stresom.



Društvo i kontrola

8. Društvo i kontrola

*Tko kontrolira prošlost, kontrolira budućnost,
tko kontrolira sadašnjost kontrolira prošlost*

George Orwell, 1984

Prethodna poglavlja odnosila su se na različite aspekte doživljaja kontrole iz perspektive pojedinca. U ovom poglavlju ćemo ukratko razmotriti mehanizme koje razvija društvo s ciljem kontrole pojedinaca, njihovog ponašanja, ideja, želja i planova, ali i utjecaja na njihove vrijednosti i stavove. Ova tema uključuje sociološke, politološke, pravne, etičke i psihološke aspekte. Unutar sociologije razvijen je koncept socijalne kontrole koji opisuje institucionalne temelje što osiguravaju funkcioniranje društvenog poretka (Chriss, 2013). Specifičan interes usmjeren je na kapacitet društva da regulira odnose bez potrebe za uporabom sile i represivnih metoda. Taj utjecaj ogleda se u različitim područjima kao što su pravo, religija, umjetnost, kultura, moral, običaji, obitelj i dr. U okviru socijalne psihologije, kroz koncept socijalne kontrole razmatraju se mehanizmi kojima socijalne grupe, institucije i organizacije kontroliraju i reguliraju ponašanja i aktivnosti članova. U kontroli **što ju** državne vlasti ostvaruju kroz različite mehanizme i sustave, jedan od ključnih mehanizama predstavljaju zakoni i pravila čije kršenje kontroliraju i **kaznjavaju** institucije. Drugi mehanizam kontrole ponašanja odvija se kroz promicanje određenih vrijednosti i ideja koje postaju dominantne u određenom društvu ili kulturi. Nepridržavanje tih normi ne mora biti praćeno formalnim sankcijama, ali nailazi na moralnu osudu okoline, socijalnu marginalizaciju i stigmatizaciju pojedinaca koji krše norme. Član društva ili grupe može internalizirati te vrijednosti i ideje te se ponašati u skladu s njima bez potrebe za vanjskim nadzorom. Ljudska sklonost konformizmu povećava moć socijalnih institucija u procesu oblikovanja ponašanja (APA, 2022). Uspjeh društva u internalizaciji određenih normi u pojedinaca, povećava vjerojatnost da će se članovi društva ponašati na očekivani način, što znači da će potreba za stvarnom kontrolom biti manja. Vrijednosti i norme promiču se kroz različite sustave društva kao što su: obrazovne institucije, aktivnosti političkih stranaka, javne službe, javni mediji, kultura, glazba i dr. Posebice **učinkoviti su mehanizmi uključivanja ili inicijacije mladih u različite organizacije i društva u kojima postoje vrlo jasna pravila ponašanja i sustav vrijednosti. Treba naglasiti da posljedice ovakvog nastojanja upravljanja ponašanjem članova društva ne moraju nužno biti negativne, kao što su npr. ograničenja kojima se nastoje potaknuti zdrave životne navike.** U literaturi se ponekad razlikuje formalna i neformalna kontrola, pri čemu se smatra da je neformalna učinkovitija. Postupci ostvarenja socijalne kontrole znatno utječu na socijalnu klimu (Zvonarević, 1989). Psihološka dimenzija utjecaja kontrole odnosi se na utjecaj izloženosti kontroli na emocionalno, kognitivno i bihevioralno funkcioniranje osobe. Društvo ne može funkcionirati bez nekog oblika kontrole kojim se osigurava sigurnost članova i zaštita njihovih prava, funkcioniranje sustava kao što su promet, zdravstvo, pravosuđe i dr. S druge strane, prevelika kontrola narušava slobode i ljudska prava, pravo na privatnost i osjećaj intimnosti. Ključno pitanje u ovom kontekstu odnosi se na psihološke posljedice života u uvjetima visoke kontrole ponašanja.

8.1. Politički sustav i kontrola

Različiti oblici uređenja društvenih odnosa razlikuju se prema stupnju kontrole nad građanima ili pojedincima i skupinama. Ta se kontrola regulira kroz zakone i propise, oblike sudjelovanja članova u političkom životu (politički sustav, provedba izbora, prava sudjelovanja članova u donošenju odluka), razvoj službi koje nadziru ponašanje članova društva, najčešće s ciljem praćenja i prevencije ponašanja koja nisu odobrena ili podržana od strane vlasti (policija, tajne službe). Jedno od temeljnih obilježja diktatura ili autokratskih sustava upravo se odnosi na visoki stupanj kontrole ili nadzora nad članovima društva, organizacijama ili skupinama. Pisac G. Orwel (originalno E. A. Blair) u svom poznatom futurističkom romanu *1984*, objavljenom 1949. godine, opisuje društvo koje karakterizira potpuna kontrola praćena otuđenjem, nepravdom i nasiljem. Lik Velikog Brata postao je sinonim za kontrolu sustava nad članovima, a pojam *orvelovski* simbolizira upravo takva društva. Roman je dijelom zasnovan na autorovim iskustvima Španjolskoga građanskog rata, Drugoga svjetskog rata te ideologijama fašizma i komunizma. Nažalost, Orwelove literarne ideje ostvarile su se u brojnim stvarnim državama.

U autoritarnim sustavima velika pozornost se posvećuje praćenju aktivnosti članova društva kroz prikupljanje informacija legalnim i ilegalnim postupcima i sredstvima (prisluškivanje, praćenje kretanja, pristup privatnim podacima i komunikaciji i dr.). Razvijanje mreže neformalnih suradnika, koji imaju zadatak praćenja i dojavljivanja svih sumnjivih aktivnosti, stvara ozračje nepovjerenja jer se nikada ne zna u koga se može imati povjerenje i tko može imati pristup informacijama. Moguće je razlikovati otvorenu i prikrivenu kontrolu, a dio članova društva tek je djelomično svjestan da je njihovo ponašanje kroz različite mehanizme utjecaja usmjeravano i posredno kontrolirano. Primjerice, za vrijeme komunističke vlasti odlazak u vjerske institucije i slavljenje vjerskih blagdana nisu bili formalno zabranjeni, ali je bilo jasno da vlast ne podržava takva ponašanja. Međutim iskazivanje određenih političkih ideja bilo je praćeno formalnim sankcijama, od zatvorskih kazni do niza drugih posljedica kao što su oduzimanje prava kretanja, napuštanja mjesta boravka, ograničavanje prava članova obitelji i sl. U tom kontekstu brojni pojedinci su prilagođavali ponašanje službenim normama i pravilima. Ne treba imati iluzija da je kontrola vezana samo za zemlje s autoritarnim režimima. Slučajevi WikiLeaksa, J. Asaangea i E. Snowdena samo su potvrdili da je nelegalni pristup tajnim podacima svakodnevna realnost suvremenog svijeta. Kolonijalizam, koji je podrazumijevao kontroliranje života drugih zemalja i naroda, formalno je ukinut tek u razdoblju iza Drugoga svjetskog rata. Ograničavanje prava sudjelovanja u javnom životu i sudjelovanja na izborima jedan je od najefikasnijih mehanizama kontrole nad građanima. U SAD-u je tek 1964. godine usvojen Zakon o građanskim pravima kojim se, barem formalno, zabranjuje diskriminacija na temelju „rase, boje kože, religije i nacionalnosti“. Zakon o glasačkim pravima usvojen je 1965. Do tada osobe crne boje kože nisu smjele koristiti određene škole, restorane, hotele, trgovine i sl., a bio im je otežan i izlazak na izbore. Zanimljiv je primjer Švicarske u kojoj su žene dobile pravo glasa na izborima tek 1971., dok je to pravo u jednom od najmanjih kantona uvedeno 1990. U Liechtensteinu puno pravo glasa žene su izborile 1984. godine (pretpostavljamo neovisno o Orwelovoj knjizi). U ovom kontekstu treba naglasiti da je i dio žena, na ranijim referendumima, bio protiv uvođenja prava glasa za žene jer su očito internalizirale takav sustav vrijednosti.

Neovisno o stvarnom utjecaju državne kontrole, jedna od raširenih teorija unutar pobornika teorija zavjere jest da svijetom upravljaju tajne nadnacionalne i moćne organizacije (različita bratstva, iluminati i sl.), koji nastoje uvesti novi svjetski poredak i kontroliraju sve važne procese na razini pojedinih država i vlada. Živković (2018) nalazi povezanost vanjskog lokusa kontrole i veće sklonosti vjerovanju u teorije zavjere (.21; $p < .01$). Primjer čestice iz Upitnika Ljestvica sklonosti vjerovanju teorijama zavjere je: „Svijetom ne vladaju vlade i političari, već tajna društva“. Primjeri ovakvih atribucija česti su u vremenu krize kao što je bila pandemija izazvana virusom Covid-19, različiti sukobi i ratovi, izbjegličke krize i dr. Istraživanja pokazuju da približno 7% Amerikanaca vjeruje da iza Covid krize stoji Bill Gates.

Kemp (2016) ispituje moguće razlike u naučenoj bespomoćnosti, lokusu kontrole i samoeфикаsnosti kod ljudi koji su živjeli u komunističkom društvenom uređenju i zemljama Zapadne Europe. Moguća istraživačka hipoteza jest da su u autoritarnim sustavima privatne inicijative i slobodna volja bili potisnuti na račun kolektiva i dominantne ideologije. Na osnovi toga, pretpostavka je da se doživljaj bespomoćnosti u jednom području može generalizirati

rati na ostala područja života. Usporedbe zemalja s komunističkim uređenjem i zapadnih zemalja s liberalnim kapitalističkim sustavima nisu potvrdile hipotezu o generalizaciji. Jedna od sustavnih razlika odnosila se na manjak inicijative u poslu. Tri desetljeća nakon ekonomske tranzicije u pojedinim postkomunističkim zemljama i dalje su naglašena očekivanja od države u pogledu rješavanja različitih ekonomskih i društvenih problema. Ova uvjerenja na tragu su vanjskog lokusa kontrole.

Demokratski sustav ne jamči nužno mogućnost doživljaja kontrole nad političkim procesima, osobito u slučaju kada se stavovi većine ne podudaraju sa stavovima pojedinca koji živi u tom društvu. Mađerčić i Vukasović Hlupić (2020) pokušale su, na osnovi lokusa kontrole (RIE) i osobina ličnosti Petofaktorskog modela, predviđati građanski aktivizam na uzorku od 278 aktivnih članova 25 organizacija civilnoga društva u Hrvatskoj. Aktivizam je u ovom kontekstu definiran kao bilo koje ponašanje poduzeto s namjerom stvaranja nekog društvenog ili političkog napretka. Lokus kontrole nije se pokazao značajnim prediktorom različitih oblika građanskog aktivizma. Ekstraverzija se pokazala značajno povezanom s građanskim i konvencionalnim aktivizmom, otvorenost iskustvu s konvencionalnim aktivizmom, dok je savjesnost negativno povezana s aktivizmom visokog rizika. Ranija istraživanja ne nude konzistentne rezultate vezane uz odnos lokusa kontrole i aktivizma. Dio istraživača ne nalazi korelacije između lokusa kontrole i političkog aktivizma studenata (Gootnick, 1974; Blanchard i Scarboro, 1972; Evans i Alexander, 1970) ili nalaze nisku pozitivnu korelaciju s internalnim lokusom (Rosen i Salling, 1971).

8.2. Kultura i lokus kontrole

Dio autora postavlja hipotezu da kultura i društvo utječu na dominantnu orijentaciju vezanu uz doživljaj kontrole (Gould, 1999). Empirijske provjere ovih pretpostavki ne daju uvijek konzistentne rezultate. Različite kulture i tradicije na različite načine određuju poželjni odnos između pojedinca i društva, pri čemu je jedna od važnih razlika vezana uz dimenziju individualizma-kolektivizma. Osobe s izraženom karakteristikom individualizma motivirane su primarno vlastitim ciljevima i preferencijama ili neovisnim sebstvom (*self*), kako to opisuju Markus i Kitayama (1998). Kolektivizam uključuje doživljaj pripadanja socijalnoj grupi i dijeljenje grupnih vrijednosti i motiva. Društva/nacije koje karakterizira individualizam su zemlje Anglo-Europskog svijeta (SAD, Kanada, Zapadna Europa, Australija, Novi Zeland), dok su primjeri zemalja koje karakterizira kolektivizam Kina, Indija, Japan te zemlje Latinske Amerike (Spector i sur., 2001).

Spector i suradnici (2001), na uzorku 5185 menadžera iz 21 nacije/regije, ispituju razlike u radnom lokusu kontrole, dimenziji individualizma-kolektivizma i psihološkom blagostanju (izraženom kroz zadovoljstvo poslom te psihološko i tjelesno zdravlje). Uzorkom su zahvaćene kulturalno različite regije: Azija, Istočna i Zapadna Europa, uz SAD, Kanadu, Australiju i Novi Zeland. Pronađene su razlike između regija na svim spomenutim mjerama te stabilna povezanost psihološkog blagostanja s unutarnjim lokusom kontrole. Individualizam je značajno povezan s unutarnjim lokusom, a kolektivizam s vanjskim lokusom. Zemlje s izraženijim unutarnjim radnim lokusom kontrole su Novi Zeland, SAD, Južna Afrika, Njemačka, Australija i Kanada, odnosno zemlje zapadne kulturne tradicije uz Južnu Afriku. Zemlje s izraženim vanjskim radnim lokusom su Kina, Bugarska, Ukrajina, Hong Kong, Japan, Tajvan i Slovenija. Zemlje Istočne Europe i istoka Azije imaju izraženiji vanjski lokus, ali i kolektivizam.

Hornsey i suradnici (2019) analiziraju razlike u percipiranoj kontroli i želji za kontrolom na uzorku 38 nacionalnih uzoraka. Rezultati ukazuju na sustavno najniže rezultate Japana na obje mjere, dok druge razlike nisu potvrdile očekivani efekt individualnih/kolektivnih ili holističkih/neholističkih kultura. Holističke kulture su one koje su pod dominantnim utjecajem budizma, hinduizma, konfucijanizma ili taoizma. Najniža percipirana kontrola registrirana je u Japanu, Rusiji, Egiptu, Estoniji, Ukrajini i Indiji, a najviša u Meksiku, zemljama južne Amerike (npr. Kolumbija) i zemljama zapadne kulture (Australija, SAD, Švedska, Novi Zeland). Želja za kontrolom najviša je u zemljama Južne Amerike, dok rezultati većine zemalja ne ukazuju na jasne regionalne ili kulturalne razlike.

U kontekstu razmatranja odnosa pojedinca i okoline Weisz i suradnici (1984) predlažu razlikovanje primarne i sekundarne kontrole. Primarna kontrola odnosi se na nastojanje pojedinca da okolinu prilagodi svojim potre-

bama. Sekundarna kontrola usmjerena je na prilagođavanje sebe zahtjevima okoline. Postoje brojni tekstovi koji se bave razlikama istočne i zapadne filozofije života. Često se navodi da je zapadni svijet okrenut individualnosti, materijalnim vrijednostima, asertivnosti i praktičnosti, dok je istok više usmjeren na kolektivno, na prihvaćanje i na duhovnost. Bogatstvo se na zapadu primarno atribuirira individualnim sposobnostima i poduzetništvu, a na istoku sreći (Memmi, 2017). Različiti rituali karakteristični za određene kulture i tradicije mogu poticati razvoj individualnog rješavanja problema ili oslanjanje na pomoć okoline. Morling (2017) opisuje primjere razlika između Japana i SAD-a vezane uz poticanje samostalnosti djece. U SAD-u je uobičajeno da se djecu potiče da spavaju u odvojenim sobama, dok je u Japanu tradicija da majka spava zajedno s djetetom. U SAD-u će kaznu predstavljati prijetnja zabranom izlaska (prijetnja neželjenim ostankom unutar obitelji), dok je u tradicionalnom Japanu to prijetnja prisilnim izlaskom iz kuće (neželjena separacija). Dio razlika proizlazi i iz religijske tradicije i učenja. Prema autorima, kršćanstvo je više usmjereno na primarnu kontrolu, dok je npr. zen-budizam potiče sekundarnu kontrolu, na način da ljudi ne trebaju biti usredotočeni na samu realnost, koliko na različite aspekte doživljaja te realnosti.

Autori u ovom kontekstu smatraju da pasivnost, povlačenje i submisivnost također mogu biti korisni za prilagodbu i razvijanje doživljaja kontrole. Osoba koja izbjegava nekontrolabilne situacije posredno smanjuje vjerojatnost da se nađe u situacijama koje neće moći kontrolirati. Osobe koje predstavljaju manjinu u nekom socijalnom kontekstu, svojim manjim eksponiranjem preveniraju moguće probleme i ugroženost. Autori naglašavaju da primarna kontrola vodi većim uspjesima, ali može dovesti i do većih neuspjeha. Za sekundarnu kontrolu postavljaju očekivanje da će se vjerojatnije javiti tek nakon neuspjeha primarne kontrole. Sekundarna kontrola može imati nekoliko oblika: prvi se odnosi na promjenu razine osobnih očekivanja, drugi na oslanjanje na praznovjerna ponašanja koja uključuju sreću i sudbinu, treći na povezivanje s drugim važnim ljudima ili pronalaženje određenoga značenja u spoznaji o niskoj mogućnosti kontrole. Autori ove pristupe ne smatraju rezignacijom povezanom s neuspjehom primarne kontrole, već načinom održavanja doživljaja kontrole. Zapadna kultura uspjeh i zadovoljstvo operacionalizira kroz individualni uspjeh, kompeticiju i materijalne vrijednosti, dok su istočne kulture okrenute unutarnjem zadovoljstvu. Morling i Evered (2006) kroskulturalne razlike u lokusu analiziraju upravo na tragu razlikovanja dvaju povezanih aspekata sekundarne kontrole „prihvaćanja okoline kakva jest“ i „prilagođavanja sebe okolini“. U jednom simboličkom primjeru opisuje se osoba zapadne tradicije koja, kada ugleda cvijet u prirodi, ubere ga, osjeti njegov miris i zatim ga baci. Istočnjak će se približiti cvijetu, osjetiti miris i ostaviti ga u njegovom prirodnom okruženju.

Osim toga, pojedini narodi stoljećima su živjeli pod totalitarnim vladarima i upravama, izloženi represiji i teroru. U takvim uvjetima umijeće prihvaćanja stanja i orijentacija na vanjske faktore, poput sudbine i Božje volje, mogu postati adaptivniji i prevladati nad unutarnjim faktorima. Kroskulturalne razlike ponekad ukazuju na značajne razlike u prosječnim vrijednostima na mjerama lokusa, ali i dalje ostaju važne interindividualne razlike unutar svake pojedine kulture. Dominacija vanjskih atribucija može se zapaziti i u narativu te frazama koje osobe koriste u svakodnevnoj komunikaciji. U pojedinim regijama uobičajena su „fatalistička“ objašnjenja određenih događaja kroz fraze: „tu čovjek ništa ne može učiniti“, „mora se živjeti“, „ne može se protiv sudbine“, „takva su vremena došla“, „Kako si? – Kako drugi hoće“ i sl.

8.3. Suvremena tehnologija i kontrola

Orwel je bio optimist
grafit

Pojava interneta i suvremene komunikacijske tehnologije otvorili su nove mogućnosti nadzora i kontrole nad ponašanjem ljudi koje značajno nadilaze Orwelove ideje i mogućnosti Velikog Brata. Veliki broj stanovnika našeg planeta koristi mobilne uređaje i usluge Googlea, a razmjerno mali broj ljudi upoznat je s informacijama koje o njima prikupljaju pružatelji različitih vrsta telekomunikacijskih usluga, mobilnih i drugih uređaja, programa i

aplikacija (operativni sustavi, pretraživači interneta, komercijalni programi i dr.). Jedan dio informacija se prikuplja i pohranjuje s ciljem „prilagođavanja usluga potrebama korisnika“ i poboljšanja opće kvalitete usluge, dok se dio informacija prodaje trećim stranama u komercijalne svrhe (reklama, prodaja, političke aktivnosti i druge vrste utjecaja), čime se potencijalno otvara mogućnost zlouporabe.

Navedimo samo neke od informacija dostupne o pojedinoj osobi na osnovi korištenja mobilnih telefona, računala i Googleovih usluga: dob, spol/rod, roditeljski status, broj i dob djece, partnerski status, vrsta i cijena uređaja koje koristi (mobitel, računalo, TV i svi drugi uređaji prijavljeni na internet), stupanj obrazovanja i radni status, radno mjesto, školski uspjeh, jezik/jezici kojima se služi, uvjeti i lokacija smještaja, operativni sustav i programi koje koristi, stupanj zaštite na računalo. Aktivnosti koje se registriraju i pohranjuju odnose se na vrijeme provedeno u korištenju pojedinog programa ili TV-a, cjelokupnu povijest aktivnosti na internetu, posjećene stranice i pretraživanje, presnimljeni sadržaji, komunikacija mailom koja uključuje povijest primljenih i poslanih mailova (pri čemu je tehnički dostupan i sadržaj mailova), SMS poruka, slika, trenutna lokacija te povijest kretanja i zadržavanja u duljem razdoblju, glasovna komunikacija s drugim osobama. Tehnički su dostupne i informacije o proizvodima koje je osoba kupila ili namjeravala kupiti, koliko je novca potrošila i na koje proizvode, koju svotu troši na dnevnoj, tjednoj ili mjesečnoj razini, s kojim osobama je fizički bila u blizini/kontaktu itd. Google i drugi sustavi na osnovi ovih podataka kreiraju „osobni profil osobe“ koji se može koristiti na različite načine. Pozitivan primjer može biti aplikacija koja prepoznaje da osoba izlazi iz stana te joj automatski šalje poruku da ponese kišobran jer se očekuje kiša i da ne koristi cestu A2 jer je trenutno povećana gužva. Mogućnosti lokacije osobe putem praćenja položaja mobilnih telefona u velikom broju slučajeva omogućile su pronalaženje i spašavanje osoba koje su nestale, zalutale u prirodi ili su imale zdravstvene probleme. Drugi, manje pozitivan primjer, može biti korištenje informacija o navikama, vrijednostima i interesima osobe kako bi joj se selektivno i ciljano uoči političkih izbora slale individualizirane poruke koje će povećati vjerojatnost glasanja za određenu političku opciju. Virtualni svijet (informacije, poruke, prijedlozi itd.) koji okružuje osobu može se u potpunosti prilagoditi njezinom profilu te na taj način upravljati njezinim ponašanjem (odlukama o kupovini, socijalnim kontaktima, političkim preferencijama, različitim osobnim odlukama i izborima). Veliki broj javnih površina, institucija, prometnica, vozila javnog prijevoza i drugih prostora, danas je pod video-nadzorom tako da je moguće nadzirati kretanje i ponašanje ljudi na velikom broju površina.

Kroz niz edukativnih emisija medijska kuća Deutsche Welle (DW) opisuje različite mogućnosti uporabe umjetne inteligencije i tehnologije u svakodnevnom životu. Tako npr. opisuju sustave, razvijene u Kini, koji prate ponašanje učenika u učionicama za vrijeme nastave. U slučaju registracije smanjenja koncentracije ili pažnje, sustav može reagirati i upozoriti nastavnika. Razvijeni su i sustavi koji na osnovi „prepoznavanja lica“ (*face recognition*) na javnim površinama mogu detektirati pripadnost osobe nekoj od nacionalnih manjina, njezin spol i sl. Takvi oblici nadzora naišli su na kritike pobornika zaštite ljudskih prava, a opravdanje je bilo da te tehnike praćenja mogu pomoći pri unaprjeđenju kvalitete života pripadnika manjina. U području medicine razvijaju se mikroprocesori koji će se moći ugraditi s ciljem praćenja tjelesnih promjena u realnom vremenu (temperature, tlaka, pulsa, biokemijskih parametara i dr.), što će povećati mogućnosti prevencije i pravovremenog reagiranja na pojavu simptoma.

Pinheiro (2010) navodi da je upravo kontrola jedna od najvažnijih uloga upravljanja u organizacijskim sustavima. Danas su dostupni sustavi koji omogućuju praćenje ponašanja zaposlenika u realnom vremenu putem GPS lokacije. Profesionalni vozači nisu u mogućnosti skrenuti s odabrane rute bez znanja poslodavca jer je položaj i kretanje vozila moguće kontinuirano pratiti. Kretanje zaposlenika u organizacijskoj jedinici moguće je registrirati s visokom preciznošću, kao i čestinu njihovih međusobnih kontakata tijekom rada (*Employee Tracking Applications With GPS*). Ponuda takvih sustava obrazlaže se povećanjem sigurnosti i mogućnosti planiranja procesa, unaprjeđenjem poslovnih procesa te većim zadovoljstvom korisnika. Neki od argumenata za uporabu sustava nadzora odnose se na povećanje efikasnosti jer zaposlenik koji zna da je nadgledan, neće činiti prevelike pauze ili usporavati proces rada. Drugi argument jest da se može brzo reagirati na nepredviđene zastoje u radnom procesu.

Prema istraživanju tvrtke „TSheets by QuickBooks“ iz 2018. godine (<https://cdn.tsheets.com/documents/GPS%20Study%20Final.pdf>), provedenom na uzorku od 2500 zaposlenika u SAD-u, Velikoj Britaniji, Kanadi

i Australiji, gotovo trećina ispitanika u svojoj organizaciji nadgledana je sustavima praćenja. pritom je približno 50% praćeno za vrijeme rada, oko 15% tijekom 24 sata, dok približno 30% nije sigurno za vrijeme tijekom kojega je njihovo kretanje nadzirano. Približno 50% ispitanih zabrinuto je zbog narušavanja privatnosti i mogućnosti praćenja nakon posla, kao i općeg povjerenja, dok je nešto manji postotak zabrinut zbog mogućnosti praćenja. Oko 10% ispitanika ima negativan stav prema praćenju njihovog kretanja, a dodatnih 40% neutralan. Većina zaposlenika nije imala velikog izbora pri odluci uprave o uvođenju praćenja. Uz različite ciljeve praćenja od strane poslodavca, 36% zaposlenika procjenjuje da se koristi za praćenje uratka, 35% za povećanje sigurnosti, 48% za povećanje učinkovitosti, 20% za zaštitu vlasništva tvrtke, 33% za provjeru lokacije zaposlenika, 8% za praćenje njihovog privatnog života i 11% za praćenje kretanja za vrijeme pauza. Istraživanja posljedica ovakve vrste nadzora tek su u začetku, ali je očito da mogu djelovati na smanjenje privatnosti i opće zadovoljstvo zaposlenika. Ključni preduvjet je kvalitetno informiranje zaposlenika o stvarnim mogućnostima i ciljevima takvih sustava, kao i povjerenje između poslodavaca i zaposlenika.

Razvoj tehnologije otvara novo područje istraživanja proučavanjem povjerenja osoba u autonomne sustave kao što su automobili, autobusi ili kamioni koji voze bez vozača. Trenutni razvoj tehnologije i umjetne inteligencije omogućio je izradu autonomnih vozila (AV – *autonomous vehicles*), međutim, otvoreno je pitanje koliki broj ljudi će imati povjerenje u takve sustave, tj. prepustiti kontrolu vozilu. Istraživači su usmjereni na analizu faktora koji utječu na povjerenje vozača i putnika u autonomne sustave kako bi se sustavi dizajnirali na način da osiguravaju povjerenje korisnika. Za većinu ljudi pitanje o vjerojatnosti korištenja taksi-vozila bez vozača nije povezano s ma kakvim ranijim iskustvom.

Raats i suradnici (2020) navode da samo 10% vozača u SAD-u navodi da imaju povjerenje u u vozila koja su u potpunosti autonomna u vožnji, a 28% nije sigurno. Suvremena tehnologija uključuje sve više automatiziranih sustava, međutim razvoj područja u znatnoj mjeri će ovisiti upravo o povjerenju korisnika u te sustave. Autori naglašavaju važnost interdisciplinarnog pristupa, uključivanja socijalnih i kulturalnih faktora te opisuju projekt čiji je cilj razvijanje teorijskog okvira za ispitivanje povjerenja u inteligentna vozila (TIC – *Trust in Intelligent Cars*). Hatakka i suradnici (2002) razmatraju promjene što će ih trebati uvesti u edukaciju vozača nakon uvođenja vozila koja će imati mogućnost autonomne vožnje. Trenutno je tzv. auto-pilot dio standardne opreme u većini modernih zrakoplova. Čak i u situacijama kada objektivni podaci ukazuju da vozači skrivaju veći broj nesreća u odnosu na autonomna vozila, iluzija kontrole ljude vodi doživljaju veće kontrole kada sami upravljaju vozilom ili uređajem.

Razvoj tehnologije u sljedećim desetljećima otvorit će mogućnosti apsolutne kontrole nad životima pojedinaca, registracije ogromne količine podataka o njihovom životu te otvoriti neslućene mogućnosti unaprjeđenja kvalitete života, ali i potencijalne zlouporabe.

8.4. Potreba za kontrolom u interpersonalnoj komunikaciji

*We don't need no education
We don't need no thought control
No dark sarcasm in the classroom
Teacher, leave them kids alone
Hey, teacher, leave them kids alone
All in all it's just another brick in the wall
Pink Floyd, „Another Brick in the Wall“*

Ljudi su svakodnevno uključeni u različite oblike interpersonalne komunikacije, i to u različitim uvjetima i socijalnim okruženjima: od obitelji, posla, škole, prijatelja pa sve do neformalne komunikacije s nepoznatim osobama u javnom prostoru. Interpersonalna komunikacija može imati različitu svrhu i ciljeve, a u ovom kontekstu ćemo se usmjeriti na faktore vezane uz ostvarivanje **kontrole, dominacije i moći** među osobama uključenima u komunikaciju. U određenim slučajevima već i različite uloge sudionika mogu implicirati dominaciju (npr. odnosi

nastavnik - učenik, poslodavac - zaposlenik, roditelj - dijete, liječnik - pacijent i sl.), ali to ne znači nužno da se jedan od sugovornika mora osjećati podređenim. Komunikacija bi u idealnom slučaju trebala uključivati **razmjenu argumenata i mišljenja te međusobno uvažavanje sugovornika**. Persuazivna komunikacija predstavlja oblik komunikacije kojom se racionalnim sredstvima (argumentima, činjenicama, informacijama) nastoji djelovati na prosudbe, stavove, vjerovanja i ponašanje pojedinca (Stiff, 1994). Prevelika potreba za kontroliranjem i ograničavanjem drugih osoba može loše utjecati na kvalitetu komunikacije i psihološku dobrobit „žrtava“ takvih odnosa. Posebice osjetljivo područje predstavljaju školske institucije u kojima se pretjeranom kontrolom i ograničavanjem prostora slobodnog mišljenja mogu proizvesti loše posljedice na generacije mladih ljudi.

U pojedinim slučajevima, svjesno ili nesvjesno, pojedinci nastoje uspostaviti kontrolu ili dominaciju nad sugovornikom ne uzimajući u obzir izrečene argumente sugovornika, ignorirajući činjenice i vodeći komunikaciju do točke kada sugovornik prihvati stavove i/ili ideje ili odustane od komunikacije. Teorija (međuljudskih) odnosa L. Baxtera (prema Littlejohn i Foss, 2005) razmatra značajke simetričnih odnosa i uključuje dimenzije **kontrole, povjerenja i intimnosti**. Dimenzija kontrole u interpersonalnim odnosima najviše je ispitivana. U spomenutoj teoriji naglasak se stavlja na **odnos sudionika** koji postaje važniji od sadržaja. Za analizu postaju važni rituali i pravila koja se kreiraju kroz komunikaciju i pomažu u održavanju i definiranju odnosa (Žižak i sur., 2012). Kontrola komunikacijskog procesa predstavlja jednu od komunikacijskih vještina, ali u ovom slučaju ćemo se usmjeriti na nepoželjno korištenje komunikacije za ostvarivanje kontrole nad sugovornikom.

Istraživanja su ukazala na tendenciju da osoba višeg statusa, odnosno osoba koja ima veću kontrolu i moć, **postavlja više pitanja**. Iskustvo pokazuje da u slučaju asimetričnog odnosa, prevelik broj pitanja može izazivati stres. **Zatvorena pitanja** („Slažete li se s prijedlogom?“) omogućuju veću kontrolu i ne omogućuju sugovorniku da iznese vlastito mišljenje u odnosu na otvoreni oblik pitanja („Kako biste vi riješili problem?“), te općenito mogu „ubiti“ razgovor. Iako načelno i jedan i drugi oblik pitanja može biti koristan, otvorena pitanja omogućuju „podređenom sugovorniku“ veću slobodu, osjećaj uključenosti i osjećaj kontrole u komunikaciji (Hargie i Dickson, 2004). Uporaba **ti-poruka** i **ja-poruka** također utječe na karakter komunikacije. Ti-poruke („Ti moraš znati da...“) smanjuju bliskost, ograničavaju empatiju, omalovažavaju mišljenje sugovornika te impliciraju asimetriju u odgovornosti i statusu. Fraze koje se često koriste u ovakvom kontrolirajućem obliku komunikacije su: „Ti bi trebao...“, „Vi morate znati da...“, „Ti ne bi smjela...“ itd. Kontrolirajuće osobe izbjegavaju ja-poruke („Ja bih volio da čuješ moje mišljenje...“) ili ih koriste na način da demonstriraju nadmoć („Ja se tebi čudim...“, „Ja to nisam očekivao od tebe...“). Neverbalni aspekt ovakve komunikacije može uključivati prodoran, ispitivački pogled koji može obeshrabriti „žrtvu“, ciničan smijeh kao reakciju na argumente, intonaciju glasa, odmahivanje ili uzdahe te pokrete glavom lijevo-desno kao znak neslaganja (Patterson, 1983). Brojni učenici i studenti navode da izbjegavaju postavljanje pitanja tijekom nastave kako bi izbjegli čuđenje nastavnika „kako im to nije jasno“ ili slične reakcije koje izazivaju neugodu.

Pojedinci koji imaju visoku potrebu za kontrolom nastoje u komunikaciji nametnuti svoje stavove čak i u situacijama kada ne raspolazu nikakvim racionalnim argumentima niti je za komunikaciju važno evaluirati jedan od stavova kao bolji. Ovakva komunikacija uključuje ignoriranje i ponižavanje sugovornika, čega osoba u određenim slučajevima ne mora niti biti svjesna. Kontrolirajući sugovornik u komunikaciju ulazi s već formiranim zaključkom ili stavom te od same komunikacije ne očekuje da će utjecati na njegovo mišljenje. Kontrolirajući sugovornik redovito nastupa iz pozicije da je njegovo mišljenje jedino točno i neupitno (implicitna poruka u kontrolirajućoj komunikaciji je: „Ja to bolje znam“, „Tvoje mišljenje nije važno“). Moguće argumente sugovornika prevenira optužujućim oblicima komunikacije („Ti se uvijek bojiš“, „Vidim da se nisi pripremio“, „Ne možeš razmišljati na takav način“ i sl.). Pored toga, kritika je usmjerena na samu osobu, a manje na sadržaj stava ili specifično ponašanje o kojemu se raspravlja. To vodi potrebi „žrtve“ da se brani ili povuče, umjesto da se vrednuju njezini argumenti. Nedostatak stvarnih argumenata ili izvora često se opravdava frazama: „To se tako ne radi...“, „Pa to je opće poznata činjenica“, „To nije dobro...“ i sl. Ovakvu komunikaciju važno je prepoznati jer može biti toksična i ugrožavati „žrtvu“ na način da izaziva **frustraciju**, utječe na **samopoštovanje**, narušava **povjerenje u sebe** i svoje stavove, izaziva **socijalnu anksioznost** i potrebu za pretjeranim provjeravanjem vlastitih stavova.

Ovakvi sugovornici obično se opisuju kao naporni, teški i kontrolirajući te većina osoba nastoji izbjeći komunikaciju s njima ukoliko nije nužna. U pojedinim slučajevima, zbog socijalnih uloga i konteksta, nije moguće izbjeći ovakve sugovornike i to na njihove „žrtve“ (npr. učenik, dijete, partner) može djelovati na različite nega-

tivne načine. Dugoročna izloženost ovakvom obliku komunikacije smanjuje potrebu za kritičkim i kreativnim mišljenjem te potiče osobu da se konformira sa sugovornikom kako bi zadobila njegovo uvažavanje. Ovo je osobito rizično za osobe koje se nalaze u podređenoj ulozi ili već imaju nisko samopoštovanje. Izloženost ovakvoj komunikaciji povećava vjerojatnost razvijanja eksternalnog lokusa kontrole te niže samoefikasnosti. Cjelokupni sustav školstva trebao bi poticati slobodno i kritičko mišljenje, razvoj samopoštovanja i kreativnosti, nasuprot konformizmu, prilagođavanju sustavu i bojazni od reakcija na vlastito mišljenje. Moguća je pretpostavka da se osobe koje teže pretjeranoj razini kontrole, u osnovi, same osjećaju nesigurno i pribijavaju stvarne otvorene rasprave u kojoj nisu uvjerene da bi njihovi argumenti bili valjani ili ih ugrožava mogućnost da njihovi stavovi ne prevladaju. Samopouzdanje i vlastita sigurnost se očituju između ostalog u **otvorenosti mišljenju drugih** jer oni ne ugrožavaju osobu koja je sigurna u svoje stavove i spremna ih je braniti.

W. Schutz (1958) predlaže teoriju interpersonalnih odnosa pod nazivom FIRO (*Fundamental Interpersonal Relations Orientation*), a koja se i danas koristi u modificiranom obliku (Schnell i Hammer, 2000). Autor razlikuje tri glavne interpersonalne potrebe koje ljudi razvijaju u uključivanju u neku grupu ili socijalnu interakciju: **uključenost, kontrolu i otvorenost**. Schulz uz svaku od potreba pretpostavlja da mogu biti izražene u barem dva oblika. Tako npr. kontrola može imati dvije dimenzije: potrebu da se kontrolira druge (ako je visoka, vodi autoritarnosti, a ako je niska, kognitivnim deficitima) ili potrebu za podložnosti kontroli (visoka ukazuje na submisivnost, a niska na buntovnost). Kombinacije različitih dimenzija omogućuju zanimljivu deskripciju različitih obrazaca poželjnih, idealnih, anksioznih i patoloških oblika interpersonalnih odnosa.

J. Juul (2008) nudi prijedloge za kvalitetnu komunikaciju u području roditeljstva, ali koje vrijede i u kontekstu školstva, partnerskih odnosa, radnog okruženja i sl. On naglašava paradigmu **ravnopravnog dostojanstva**, što znači osobni autoritet nasuprot autoritarnosti, zainteresiranost nasuprot kontrole, dijalog umjesto propovijedanja, relacijska kompetentnost umjesto nadmoći, uvid umjesto kritike, kao i uključivanje druge strane u sudjelovanje. Neke značajke otvorene komunikacijske (i organizacijske) klime su otvorenost i iskrenost, empatija, egalitarnost i podržavajuća povratna informacija, dok zatvorenu komunikacijsku klimu obilježava kontroliranje, očekivanje konformizma i poštivanje pravila, procjenjivanje i stalno vrednovanje (dobro-loše), rigidnost, naglašavanje statusa i neuvažavanje tuđeg mišljenja (Buchanan i Huczinsky, 2004). Naglašava se i da razvijena sposobnost samomotrenja, kao i viša samokontrola, omogućuju kvalitetniju kontrolu nad tijekom razgovora (Ivančević i Matteson, 1990). DeVito (1989) navodi ključna obilježja kompetentnih komunikatora i naglašava važnost motiva za kvalitetnim odnosom a ne želje za uspostavom kontrole, kao i spremnosti na otvaranje prema drugima.

Tablica 6.2. Neki primjeri reakcija kontrolirajućeg sugovornika:

„žrtva“	„kontrolirajući sugovornik“
Ja bih kavu bez šećera	Ali zašto nećeš šećer, bit će ti gorka kava
Hvala, ali ja ne pijem alkohol	Pa neće ti ništa biti od jedne čašice
Povrijedilo me to što nisam dobio poruku od Marka	Ne smiješ tako razmišljati
Tužan sam što Ana neće doći sutra	Ne smiješ zbog toga biti tužan
Volio bih ...	Ne može uvijek biti kako ti želiš
Ja ipak mislim da je moj prijedlog dobar	Ti nisi u stanju prihvatiti kritiku
Ja bih volio da večeras idemo u kino	Ne može uvijek biti kako si ti zamislio
Ja sam tu pjesmu drugačije doživio.	Ti stalno moraš imati drugačije mišljenje od ostalih.

8.5. Sažetak osmog poglavlja

U osmom poglavlju opisani su neki mehanizmi pomoću kojih društvo nastoji ostvariti kontrolu nad pojedincima i skupinama, pri čemu se nastoje promicati poželjni oblici ponašanja ili spriječiti nepoželjna ponašanja, aktivnosti ili mišljenja. Činjenica je da društvena zajednica teško može opstati bez nekog oblika kontrole kojim se osigurava funkcioniranje važnih sustava, sigurnost članova i zaštita njihovih prava. S druge strane, prevelika kontrola narušava slobode i ljudska prava, ograničava ponašanje, privatnost i osjećaj intimnosti te djeluje na psihološko funkcioniranje, dobrobit članova društva te opću socijalnu klimu. Moguće je razlikovati formalne i neformalne mehanizme kontrole. Opisani su različiti mehanizmi socijalne kontrole i upravljanja kroz zakone i propise, promicanje društvenih vrijednosti i normi te sustave za sankcioniranje članova i skupina koji krše propisana pravila.

Jedna od bitnih odrednica različitih političkih sustava uključuje upravo mehanizme kojima se ostvaruje upravljanje državom te kojima se ostvaruje nadzor nad članovima. Opisane su neke od razlika između demokratskih i autoritarnih političkih sustava koje se očituju u izbornim pravima građana, funkcioniranju sustava policije i tajnih službi, ljudskim pravima i zakonskim propisima. Razmotrene su neke odrednice sklonosti političkom aktivizmu, kao i uvjerenjima o tajnim nadnacionalnim organizacijama koje na široj razini upravljaju svjetskim poretom i međunarodnom politikom.

Dio istraživanja usmjeren je na ispitivanje međukulturalnih razlika vezanih uz doživljaj kontrole i percepciju mogućnosti utjecaja na događaje u društvu. Jedan od predmeta istraživanja odnosi se na ispitivanje razlika u lokusu kontrole između zemalja i kultura različito pozicioniranih na dimenziji individualizma-kolektivizma te holizma-neholizma. Rezultati nisu konzistentni, ali postoje brojne razlike na razini pojedinih država, nacija, regija ili kultura koje se očituju u običajima, normama, religiji i drugim aspektima svakodnevnog funkcioniranja vezanih uz provedbu kontrole nad članovima. Tako npr. niska percipcija kontrole i niska potreba za kontrolom odvajaju Japan od većine drugih zemalja.

Dugotrajni život u državama s totalitarnim režimima može poticati mehanizme opstanka usmjerene na sekundarnu kontrolu, tj. „prilagođavanje sebe okolini“ i prihvaćanje okoline jer su mogućnosti za djelovanje, kojim bi se ostvarile promjene, teško ostvarive.

Razvoj suvremene tehnologije i informatičkih sustava posljednjih desetljeća stvorio je tehničke mogućnosti za praćenje neograničenog broja informacija o ponašanju ljudi. Uporaba interneta, društvenih mreža, pametnih telefona, različitih aplikacija i drugih tehnoloških sustava omogućila je prikupljanje informacija o pojedincima koji se mogu koristiti s ciljem unaprjeđenja kvalitete života, ali omogućuju i velike mogućnosti zlouporabe. Razmotrene su potencijalne posljedice izloženosti ovim sustavima na psihološko funkcioniranje ljudi i moguće posljedice daljnjeg razvoja tehnologije na ljudsko društvo i kontrolu ponašanja.

U završnom dijelu poglavlja opisani su neki aspekti potrebe za ostvarivanjem kontrole u svakodnevnoj interpersonalnoj komunikaciji, posebice u sustavima poslovnog i školskog okruženja.

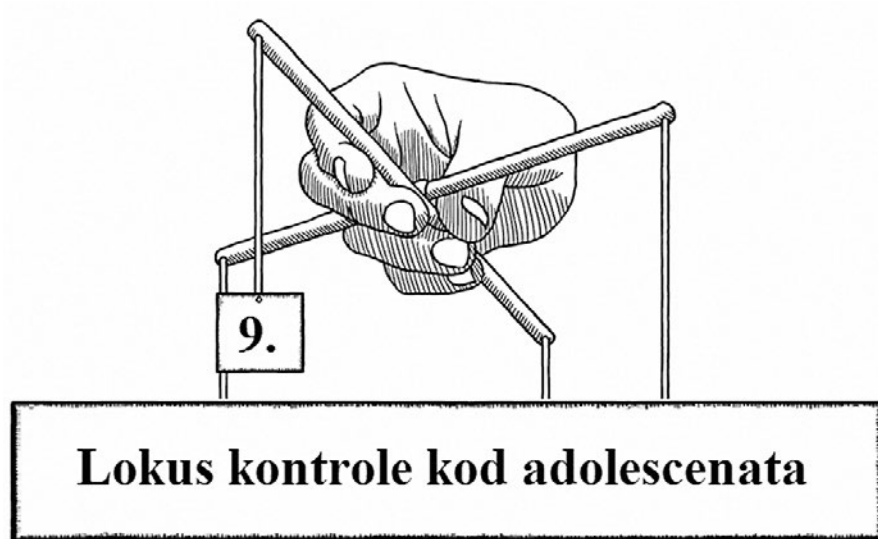
B) Drugi dio

Prikaz istraživanja i mjerenja konceptata kontrole na adolescentima

U drugom dijelu knjige prikazani su rezultati tri istraživanja koja se odnose na koncepte lokusa kontrole, potrebe za kontrolom i atribucije uspjeha u životu. Na osnovi metodoloških razmatranja opisanih u prvom dijelu knjige, operacionalizirana su i konstruirana tri nova mjerna instrumenta, primarno prilagođena populaciji adolescenata. Jedan od motiva za izradu novih mjernih instrumenata proizlazi iz činjenice da je razmjerno malo suvremenih upitničkih mjera za ispitivanje lokusa kontrole, potrebe za kontrolom i atribucije faktora povezanih s ostvarenjem životnih ciljeva prilagođenih adolescentima.

U tri odvojena poglavlja opisani su rezultati validacije novih instrumenata, kao i rezultati istraživanja usmjerena na tri široka istraživačka cilja. Prvo istraživanje proučava važnost doživljaja kontrole nad važnim aspektima vlastitog života kod adolescenata. Drugo istraživanje ispituje važnost opće potrebe za kontrolom i planiranja vlastitih aktivnosti kod mladih. Treće istraživačko pitanje odnosi se na faktore kojima mladi pripisuju ostvarenje vlastitih životnih ciljeva.

Deveto poglavlje predstavlja prikaz novog instrumenta za mjerenje lokusa kontrole za adolescente (LKA) te rezultate ispitivanja povezanosti lokusa kontrole s mjerama psihološkog zdravlja, izvorima stresa, akademskog uspjeha, strategijama suočavanja sa stresom i općim samopoimanjem. U desetom poglavlju opisan je novi instrument za mjerenje potrebe za kontrolom (UPK) te rezultati ispitivanja odnosa doživljaja kontrole i potrebe za kontrolom, posljedice neusklađenosti ovih dvaju konstrukta te odnos potrebe za kontrolom na neke mjere samopoimanja kod adolescenata. Rezultati trećeg istraživanja prikazani su u jedanaestom poglavlju. Poglavlje sadrži opis novog instrumenta za mjerenje atribucija uspjeha u životu (AUŽ) i prikaz rezultata ispitivanja hijerarhije atribucija na uzorku adolescenata. Pored toga, ispitane su mogućnosti predikcije atribucija uspjeha na osnovi nekoliko skupova prediktorskih varijabli. U završnom dijelu opisana su očekivanja adolescenata vezana uz vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva i povezanost očekivanja sa strukturom atribucija.



Lokus kontrole kod adolescenata

9. Lokus kontrole kod adolescenata

Period adolescencije obilježen je intenzivnim promjenama u tjelesnom, kognitivnom, emocionalnom i socijalnom aspektu funkcioniranja te predstavlja vrijeme posebnog rizika za pojavu teškoća u psihosocijalnoj prilagodbi (Lacković-Grgin, 2006). Adolescenti razvijaju vještine upravljanja vlastitim životom i nastoje uspostaviti kontrolu nad bitnim aspektima vlastitog života.

Spoznaje u području kontrole i naučene bespomoćnosti potaknule su istraživanja o mehanizmima odnosa između doživljaja kontrole i depresivnosti te drugih mjera psihološke prilagodbe i samopoimanja (Abramson, Metalsky i Alloy, 1989). Kao što je detaljno opisano u prvom dijelu knjige, uvjerenje o unutaršnjem lokusu kontrole povezano je s boljom prilagodbom, višim samopoštovanjem i nižom depresivnom simptomatologijom. Za psihološku prilagodbu mladih osobito je važan razvoj primjerenih strategija suočavanja sa stresom koje posreduju između izvora stresa i kvalitete prilagodbe. Mirowsky i Ross (1990) navode da previsok osjećaj kontrole također nije uvijek adaptivan jer potiče osjećaj krivnje u situacijama koje su procijenjene kao kontrolabilne a nije se djelovalo. Havighurst (1972), kroz teoriju razvojnih zadataka, opisuje neke od glavnih razvojnih ciljeva adolescencije. Među osnovne zadatke pripada prihvaćanje vlastitoga fizičkog izgleda i briga o svom tijelu, razvijanje socijalnih vještina i ostvarivanje zrelih odnosa s vršnjacima, emocionalna neovisnost od roditelja, razvoj vlastite spolne i rodne uloge, pripreme za vlastito profesionalno djelovanje i ekonomsku neovisnost, prihvaćanje društvenih vrijednosti i razvijanje vlastite hijerarhije vrijednosti te etičkih načela. Ovi zadaci ostvaruju se kroz mehanizme učenja i strategije samoregulacije te se odvijaju u kontekstu obiteljskih, materijalnih, kulturalnih i širih društvenih uvjeta u kojima mlada osoba živi.

Rezultati prikazani u ovom poglavlju prikupljeni su u okviru projekta *Pogled u sebe*, što ga je financirao Ured za zdravstvo grada Zagreba tijekom 2020. godine. Cilj terenskog istraživanja bio je prikupljanje podataka o mentalnom zdravlju, izloženosti rizičnim čimbenicima te analiza potencijalnih zaštitnih čimbenika koji mogu smanjiti vjerojatnost razvoja psiholoških problema i poremećaja na populaciji učenika srednjih škola grada Zagreba.

Na osnovi opisanih metodoloških poteškoća vezanih uz postojeće mjerne instrumente za mjerenje lokusa kontrole, osobito na populaciji adolescenata, operacionaliziran je novi upitnik za ispitivanje doživljaja kontrole za adolescente. U okviru ovog poglavlja opisan je koncept novog upitnika, navedene su osnovne psihometrijske karakteristike, latentna struktura upitnika i validacijski podaci vezani uz novi instrument. U drugom dijelu analize ispitana je povezanost mjera lokusa kontrole s nekoliko skupova varijabli kao što su: izvori stresnih događaja, mjere samopoimanja, percipirana socijalna podrška, strategije suočavanja sa stresom i mjere mentalnog zdravlja. Ispitani su prediktori razine doživljaja kontrole te potencijalni moderatorski status lokusa kontrole pri odnosu izvora stresa i internaliziranih problema vezanih uz mentalno zdravlje.

9.1. Metodologija istraživanja

9.1.1. Opis uzorka

Ciljanu populaciju u širem istraživanju predstavljali su učenici srednjih škola na području grada Zagreba. S tim ciljem definiran je kvotni uzorak, pri čemu su kvote predstavljale usmjerenje (gimnazije, četverogodišnje stru-

kovne škole, trogodišnje strukovne škole, umjetničke škole, strukovne škole s prilagođenim programom i programi za djecu s teškoćama u razvoju, strukovne petogodišnje medicinske škole), spol (mladići, djevojke) i razred (1, 2, 3, 4. i 5.). Realizirani uzorak prema relevantnim karakteristikama reprezentira ciljanu populaciju i predstavlja približno 2.5% ukupne populacije. Jedinicu uzorkovanja predstavljao je školski razred. U istraživanju je ukupno sudjelovalo 905 učenika srednjih škola, ali je valjane podatke u mjerama doživljaja kontrole imao ukupno 851 sudionik/ica. Stoga je u nastavku opisan taj uzorak koji i dalje reprezentira bitne značajke populacije. U istraživanju su sudjelovali učenici 37 zagrebačkih srednjih škola. Uzorak se sastoji od 222 učenika prvih razreda (26.1%), 279 učenika drugih razreda (32.8%), 172 učenika trećih razreda (20.2%), 158 učenika četvrtih razreda (18.6%) te 20 učenika petih razreda (2.4% - strukovne medicinske škole).

Tablica 9.1. Struktura uzorka prema spolu i vrsti usmjerenja

		Gimnazijsko	4g Strukovno	3g strukovne	Umjetničke	Ukupno	
Spol	Muški	N	165	175	48	394	
		%	38.3%	58.5%	51.6%	21.4%	46.3%
	Ženski	N	266	124	45	22	457
		%	61.7%	41.5%	48.4%	78.6%	53.7%
Ukupno	N	431	299	93	28	851	
	% (usmjerenje)	50.6%	35.1%	10.9%	3.3%	100.0%	

Prosječna dob učenika iznosila je $M = 16.2$ godine ($SD = 1.27$) uz dobni raspon od 14 do 19 godina. S obzirom na spolnu strukturu i usmjerenja, uzorak odstupa 10-15% od službenih podataka Ureda za obrazovanje Grada Zagreba za 2018. godinu. Uzorak se sastoji od 53.7% djevojaka i 46.3% mladića. Od ukupnog broja učenika uključenih u istraživanje, 50.6% pohađa različite gimnazijske programe (službeni podaci navode udio od 40% gimnazijalaca), 35.1% četverogodišnje i petogodišnje strukovne škole (prema 42.3%), 10.9% trogodišnjih strukovnih (11.7%), 3.3% umjetničkih škola (3.8%). Usporedba strukture realiziranog uzorka i službenih podataka ukazuje na nešto veći broj gimnazijalaca u odnosu na učenike četverogodišnjih i petogodišnjih škola. Kod analiza koje uključuju usporedbu usmjerenja izostavljeni su učenici umjetničkih škola zbog veličine uzorka i rezultata koji nisu opravdavali pridruživanje drugim vrstama usmjerenja. Unutar pojedinoga šireg usmjerenja uključene su različite vrste programa. Tako su u uzorku gimnazijalaca učenici iz općih gimnazijskih programa, jezičnih, prirodoslovno-matematičkih i klasičnih programa. Učenici četverogodišnjih strukovnih škola reprezentiraju 17 različitih programa podijeljenih u pet širih kategorija: tehničke, zdravstvene, gospodarske, poljoprivredne i ekonomsko/trgovačke programe. Strukovne trogodišnje škole mogu se podijeliti u tri podkategorije: industrijske, obrtničke i ostale programe, a zastupljeno je ukupno 6 različitih programa. Pored toga, u uzorak su uključeni učenici državnih i privatnih srednjih škola. Na osnovi strukture uzorka možemo zaključiti da omogućuje generalizaciju rezultata na opću populaciju urbanih adolescenata u dobi od 15 do 18 godina koji pohađaju redovne srednjoškolske programe.

9.1.2. Provedba istraživanja

Rezultati su prikupljeni terenskim istraživanjem primjenom anketnih upitnika. Prije početka istraživanja sa školskim psiholozima dogovoreni su termini provedbe istraživanja te su poslani obrasci za pristanak za sudjelovanje u istraživanju. Ispitivanje je provedeno grupno u unaprijed odabranim razredima 37 zagrebačkih srednjih

škola. Sudionici su predviđene upitnike ispunjavali grupno za vrijeme nastave, a za primjenu su bila predviđena dva školska sata. Svi sudionici potpisali su pristanak na sudjelovanje u kojem im je detaljno objašnjena svrha, postupak i rizici kojima se izlažu istraživanjem, a u svakom trenutku mogli su odustati od anonimnog ispunjavanja upitnika. Također, roditeljima su poslani obavijesti o istraživanju kako bi bili upoznati sa sudjelovanjem njihove djece u istraživanju. Grupno testiranje u svakom razredu provodila su po dvoje educiranih studenata psihologije kojima su se učenici mogli obratiti u slučaju nejasnoća. U razredima u kojima je nakon ispunjavanja upitnika ostalo vremena, provedena je kratka radionica o mentalnom zdravlju i higijeni adolescenata.

9.1.3. Mjerni instrumenti

a) Sociodemografski podaci

Sociodemografski upitnik sastojao se od 30 pitanja i uključivao je pitanja vezana uz sociodemografske karakteristike, odnose unutar obitelji te podatke vezane uz školu. U ovom radu korišteni su podaci koji su se odnosili na spol, dob, školu, srednjoškolsko usmjerenje, materijalni status obitelji, odnose s roditeljima, akademski uspjeh te odnos s vršnjacima u školi i razredu.

b) Upitnik svakodnevnih stresnih događaja

Upitnik za ispitivanje svakodnevnih stresnih događaja sastojao se od 40 događaja što opisuju različite događaje koji mogu kod pojedinca izazvati uznemirenost, napetost, nelagodu, strah, odnosno općenito potrebu za nekom vrstom prilagodbe (npr. „Neslaganja i svađe između roditelja“). Uz svaki događaj ispitanik je trebalo navesti da li je u posljednje vrijeme doživio svaki od događaja (Da – Ne) te uz svaki doživljeni događaj procijeniti stupanj u kojemu ga je taj događaj uznemirio ili bio za njega stresan. Procjenu stupnja stresnosti ispitanik treba procijeniti na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = uopće nije, 2 = u manjoj mjeri, 3 = osrednje, 4 = prilično, 5 = izrazito). Svih 40 događaja mogu se rasporediti u 14 sadržajno različitih područja: 1. Problemi u obiteljskim odnosima; 2. Problemi u ostvarenju postignuća u školi; 3. Količina školskih obaveza; 4. Problemi vezani uz ljubavni život; 5. Problemi u odnosima s vršnjacima; 6. Problemi u odnosima s nastavnicima; 7. Neizvjesnost vezana uz vlastitu budućnost; 8. Nedostatak slobodnog vremena; 9. Financijski problemi; 10. Preuzimanje obveza i odgovornosti; 11. Problemi vezani uz fizički/tjelesni izgled; 12. Zdravstveni problemi; 13. Problemi s mentalnim zdravljem; 14. Problemi vezani uz vlastitu spolnost.

Ukupni rezultat, izražen kao zbroj događaja koje je osoba iskusila, može varirati u rasponu od 0 do 40. Upitnik predstavlja prilagodbu više različitih mjera izvora stresa, a autori su D. Ljubotina i K. Skopljak. Pouzdanost Upitnika izražena Cronbachovim alfa koeficijentom u ovom je istraživanju iznosila $\alpha = 0.870$.

c) Upitnik vršnjačkog nasilja

Korištena je kratka skala koja uključuje 7 mogućih ponašanja koja predstavljaju vršnjačko nasilje (npr. „Netko te je vrijeđao i govorio ti ružne stvari“). Uz svaki opisani događaj ispitanik je trebao označiti koliko često je doživio svaki od navedenih događaja: 0 = nikada, 1 = jednom ili vrlo rijetko, 3 = često. Pored toga, uz svaki događaj koji je doživio, ispitanik je trebao procijeniti koliko ga je uznemirio na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = uopće nije, 2 = u manjoj mjeri, 3 = osrednje, 4 = prilično, 5 = izrazito). Pitanja su preuzeta iz Upitnika školskog nasilja (UŠN-2003) što su ga razvili djelatnici Poliklinike za zaštitu djece grada Zagreba. Upitnik predstavlja izmijenjenu i dopunjenu verziju Upitnika nasilnik/žrtva (Bully /Victim Questionnaire) autora D. Olweusa. Ukupni rezultat u upitniku može varirati u rasponu od 0 do 14. Pouzdanost Upitnika u ovom istraživanju iznosila je $\alpha = 0.720$, a kako se radi o ček-listi, moguće je da je dijelom podcijenjena.

d) Upitnik traumatskih životnih iskustava

Potencijalno visoko stresni ili traumatski događaji ispitani su upitnikom koji sadrži opise 18 događaja. Zadatak ispitanika bio je da uz svaki događaj označi da li ga je doživio ikada u životu (mogući odgovori Da ili Ne).

Kao i kod stresnih događaja, ispitanik je uz svaki događaj koji je doživio, trebao procijeniti koliko je događaj za njega bio uznemirujući na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = uopće nije, 2 = u manjoj mjeri, 3 = osrednje, 4 = prilično, 5 = izrazito). Neki od događaja uključenih u upitnik odnose se na smrt jednog od roditelja ili druge bliske osobe, trajna tjelesna oštećenja ili invaliditet, rastavu roditelja, svjedočenje obiteljskom nasilju i dr. Ukupni rezultat može varirati u rasponu od 0 do 18. Autori Upitnika su D. Ljubotina i K. Skopljak. Pouzdanost procijenjena alfa koeficijentom iznosi .660, ali je i u ovom slučaju, zbog strukture ček-liste i izrazitih asimetrija, vjerojatno podcijenjena.

e) Upitnik za ispitivanje strategija suočavanja sa stresom

U istraživanju je korištena skraćena i djelomično prilagođena verzija Upitnika za ispitivanje strategija suočavanja sa stresom (COPE – *Coping Orientation to Problems Experienced*; Carver i sur., 1989; Carver, 1997). Originalna verzija upitnika sastojala se od 60 pitanja raspodijeljenih u 15 subskala. Pouzdanosti subskala sačinjenih od po 4 pitanja koje navode Carver i sur. (1989) kretale su se u rasponu od .45 do .92. Verzija korištena u ovom istraživanju skraćena je s obzirom na broj čestica tako da svaku ispitanu strategiju opisuju dvije čestice. Pritom su dodane tri nove subskale koje opisuju strategije samookrivljanja, pomaknute agresije i traženje stručne pomoći.

Korištena verzija upitnika sastojala se od 36 tvrdnji koje ispituju 18 različitih strategija suočavanja. Svaka strategija opisana je s po dvije tvrdnje. Zadatak ispitanika je da uz svaki opis ponašanja navede koliko je opisano ponašanje karakteristično za njega kada se nađe u stresnoj situaciji. Procjene se daju na ljestvici od 4 stupnja (1 = obično to uopće ne činim, 2 = obično to činim u maloj mjeri, 3 = obično to činim umjereno, 4 = obično to činim puno). Upitnik uključuje sljedeće strategije suočavanja: 1. Pozitivna interpretacija i rast ličnosti; 2. Mentalno izbjegavanje; 3. Ventiliranje emocija; 4. Traženje socijalne podrške zbog instrumentalnih razloga; 5. Aktivno suočavanje; 6. Negiranje; 7. Religija; 8. Humor; 9. Bihevioralno izbjegavanje; 10. Suzdržavanje; 11. Traženje socijalne podrške zbog emocionalnih razloga; 12. Korištenje alkohola i droge; 13. Prihvatanje; 14. Potiskivanje kompeticijskih aktivnosti; 15. Planiranje; 16. Samookrivljanje; 17. Pomaknuta agresija; 18. Traženje stručne pomoći. Pouzdanosti korištenih subskala procijenjene Cronbachovim alfa koeficijentom kreću se u rasponu od .429 do .913.

f) Skala procjene socijalne podrške

U istraživanju je korištena skraćena verzija Skale procjene socijalne podrške (SS-A – *Social Support Appraisal Scale*). Autori skale su Vaux i sur. (1986). Skalom se ispituje percipirana socijalna podrška iz triju izvora: obitelji, prijatelja i škole. Svaki od 3 aspekta podrške ispituje se zasebnom subskalom. U originalnoj verziji Skala se sastoji od 24 pitanja, pri čemu svaka od 3 subskale sadrži po 8 pitanja. U ovom istraživanju je korištena skraćena verzija koja se sastoji od ukupno 12 pitanja, pri čemu svaka od tri subskale sadrži po 4 pitanja. Zadatak ispitanika je da za svaku tvrdnju procijeni u kojem stupnju tvrdnja točno opisuje njegova iskustva s ljudima. Procjene se daju na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = uopće nije točno za mene; 5 = potpuno je točno za mene). Rezultat na svakoj subskali izražava se kao zbroj odgovora na sva pitanja unutar subskale, pri čemu viši rezultat ukazuje na veću percipiranu socijalnu podršku. Rezultati mogu varirati u rasponu od 4 do 20. Pouzdanosti subskala iznose $\alpha = 0.863$ za podršku obitelji, $\alpha = 0.852$ za podršku prijatelja i $\alpha = 0.806$ za podršku nastavnika.

g) Rosenbergova skala samopoštovanja

Kao mjera općeg samopoštovanja korištena je Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1965). Skala se sastoji od 10 tvrdnji, od kojih je pet formulirano na način da ukazuju na pozitivno samopoštovanje („Općenito govoreći zadovoljan / zadovoljna sam sobom“), a preostalih pet ukazuje na negativno samopoštovanje („Ponekad se osjećam potpuno beskorisnim / beskorisnom“). Ispitanici za svaku tvrdnju na ljestvici od 1 („U potpunosti netočno“) do 5 („U potpunosti točno“) iskazuju svoj stupanj slaganja s pojedinom tvrdnjom. Ukupni rezultat izražava se kao zbroj odgovora na svih 10 čestica, a viši rezultat ukazuje na više opće samopoštovanje. Rezultat na skali može varirati u rasponu od 10 do 50, a Cronbachov alfa koeficijent dobiven u ovom istraživanju iznosi .868.

h) Samoprocjene samopoimanja

Za procjenu različitih aspekata samopoimanja, odnosno općeg zadovoljstva, korišteno je pet jednostavnih pitanja koja su se odnosila na: a) opću samoprocjenu zadovoljstva vlastitim životom („U cjelini zadovoljan/zadovoljna sam svojim životom“), b) opću samoprocjenu sreće („Za sebe mogu reći da sam sretna osoba“), c) procjenu ostvarenja vlastitih snova i ciljeva („Vjerujem da ću u svom životu ostvariti svoje snove i ciljeve“), d) upornost u ostvarenju zadataka („Kada si postavim neki zadatak ne odustajem dok ga ne ostvarim“), e) procjenu samokompetentnosti („Vjerujem da mi moje sposobnosti omogućuju da uspješno riješim većinu problema koje mi život donosi“). Ispitanici su stupanj točnosti svake tvrdnje procjenjivali na ljestvicama od 5 stupnjeva (1 = u potpunosti netočno; 5 = u potpunosti točno). Kako se radi o pojedinačnim česticama, nisu dostupne procjene pouzdanosti, ali mjere konvergentne i kriterijske valjanosti ukazuju na zadovoljavajuću valjanost korištenih varijabli u istraživačke svrhe. Međusobne korelacije 5 mjera kreću se u rasponu od .317 do .775. Latentna struktura ovih pet indikatora samopoimanja konvergira jednom generalnom faktoru.

i) Kratka skala otpornosti

Kao mjera samoprocjene otpornosti u ovom istraživanju korištena je Kratka skala otpornosti (BRS – *Brief Resilience Scale*; Smith i sur., 2008) prema prijevodu i prilagodbi Sliškočić i Burić 2018. Skala se sastoji od šest čestica, od čega su tri pozitivno formulirane (primjer tvrdnje: „Obično se brzo oporavim nakon teških vremena“), a tri negativno formulirane (primjer tvrdnje: „Teško mi je prolaziti kroz stresne događaje“). Zadatak ispitanika jest da na ljestvici od 5 stupnjeva procjene stupanj slaganja sa svakom od 6 tvrdnji (1 = uopće se ne slažem, 2 = ne slažem se, 3 = niti se slažem niti se ne slažem, 4 = slažem se, 5 = u potpunosti se slažem). Ukupni rezultat na skali izražava se kao prosjek odgovora na svih 6 tvrdnji, pri čemu se rezultati na tvrdnjama 2, 4 i 6 obrnuto boduju. Viši rezultat ukazuje na veću samoprocjenu otpornosti. Raspon rezultata kreće se od 1 do 5. Pouzdanost Skale iznosila je $\alpha = .850$.

j) Skala samoprocjene ponašanja mladih

Kao mjera mentalnog zdravlja adolescenata korištena je Skala samoprocjene ponašanja mladih (YSR – *Youth Self-Report*; Achenbach i Rescorla, 2001). Skala se sastoji od ukupno 112 čestica raspoređenih u osam dimenzija, odnosno skupina simptoma: anksioznost/depresivnost ($k = 14$; $\alpha = .871$), povlačenje ($k = 8$; $\alpha = .750$), tjelesne poteškoće ($k = 10$; $\alpha = .850$), socijalni problemi ($k = 11$; $\alpha = .700$), problemi mišljenja ($k = 12$; $\alpha = .735$), problemi pažnje ($k = 9$; $\alpha = .742$), kršenje pravila (delinkventno ponašanje) ($k = 15$; $\alpha = .782$) i agresivno ponašanje ($k = 17$; $\alpha = .811$). Tvrdnje opisuju različita ponašanja ili osjećaje uz koje ispitanici trebaju označiti na ljestvici od 3 stupnja u kojoj mjeri tvrdnja točno opisuje njihovo ponašanje ili doživljava u protekla dva mjeseca (0 = nije točno, 1 = ponekad ili djelomično točno i 2 = potpuno točno). Prema uputama autora, 32 tvrdnje mjere internalizirane probleme ($\alpha = .916$), 32 tvrdnje eksternalizirane probleme ($\alpha = .875$), 11 tvrdnji socijalne probleme, 12 tvrdnji probleme mišljenja, a 9 tvrdnji odnosi se na probleme pažnje. Od osam skala sindroma tri pripadaju u skupinu internaliziranih problema (skala povlačenja, anksioznosti/depresivnosti i tjelesnih poteškoća; primjeri tvrdnji: „povučen sam“; „nastojim se držati po strani“; „nesretan sam, tužan ili potišten“), dvije skale u skupinu eksternaliziranih problema (skala agresivnosti, skala kršenja pravila – delinkventnog ponašanja; primjer tvrdnji: „kršim pravila kod kuće, u školi i drugdje“; „često zadirkujem druge“), dok se rezultati na preostale tri skale (socijalni problemi, problemi mišljenja i problemi pažnje; primjer tvrdnje: „nisam omiljen među vršnjacima“) zasebno razmatraju (Achenbach, Rescorla, 2001; Macuka, 2016). Skala je prevedena i korištena na uzorcima hrvatskih adolescenata (Rudan i sur. 2005; Macuka, 2016) i pokazala je zadovoljavajuće metrijske karakteristike. Ukupni rezultat na pojedinoj subskali izražava se kao zbroj odgovora na tvrdnje koje sačinjavaju tu subskalu. Ukupni rezultati ukazuju na veću izraženost simptoma, odnosno problema.

Novi Upitnik lokusa kontrole za adolescente za adolescente (LKA) detaljno je opisan u sljedećem odjeljku.

9.2. Upitnik lokusa kontrole za adolescente – LKA

Teorijsko polazište za operacionalizaciju instrumenta predstavlja osnovna ideja od koje polazi Rotter (1966) o važnosti percepcije mogućnosti utjecaja na događaje u životu. Osnovni koncept pretpostavlja postojanje generalnoga dispozicijskog faktora kontrole koji se očituje u različitim područjima života, ali je prihvaćena mogućnost različito izraženog uvjerenja o kontroli, ovisno o području ponašanja. Lefcourt (1982; Lefcourt i sur. 1981) naglašava važnost da se mjerenje lokusa približi realnim životnim situacijama i potiče razvoj mjera lokusa usmjerenih na specifična područja života. Dodatna premisa pri izradi upitnika odnosila se na izražavanje lokusa kao kontinuuma nasuprot čestom inzistiraju na dihotomiji unutarnje-vanjsko. Pored toga, motiv za izradu instrumenta proizlazi iz nedostatka novijih mjera uvjerenja o kontroli prilagođenih populaciji adolescenata. Većina istraživača suglasna je sa zaključkom da je za pojedinca iznimno važno da sebe doživljava kao kreatora vlastitog života, što je povezano s kvalitetnijim psihološkim funkcioniranjem, osjećajem samopoštovanja (npr. Lefcourt, 1982), korištenjem aktivnih strategija suočavanja, nezavisnim donošenjem odluka (Ebata i Moos, 1994) i preuzimanjem odgovornosti (De Vos i sur., 2004). U dijagnostičkoj praksi važno je raspolagati instrumentima koji omogućuju opću procjenu generalizirane kontrole, ali i identifikaciju područja u kojima osoba doživljava nisku kontrolu. U širi koncept upitnika, pored procjene mogućnosti kontrole, uključene su i procjene **zadovoljstva** i **važnosti** za svaku pojedinu domenu kako bi se mogao kontrolirati značaj niske percepcije kontrole u specifičnim područjima života.

Upitnik lokusa kontrole zamišljen je kao opća mjera percipirane mogućnosti utjecaja na važne aspekte života adolescenata, uz razlikovanje nekih specifičnih domena važnih za to životno razdoblje.

Upitnik lokusa kontrole konceptualiziran je u okviru šire baterije od tri upitnika pod zajedničkim nazivom SELFIE. Ova baterija namijenjena je ispitivanju lokusa kontrole, zadovoljstva različitim aspektima samopoimanja i procjene osobne važnosti istih aspekata samopoimanja. Osnovna ideja uporabe ovih triju upitnika jest da pruže uvid u način na koji mlada osoba doživljava neke svoje karakteristike ili aspekte samopoimanja, koliko su joj te karakteristike važne te kako procjenjuje mogućnost utjecaja na njih. Pri razradi koncepta jedna od temeljnih ideja bila je mogućnost povezivanja doživljaja kontrole s procjenama zadovoljstva različitim aspektima slike o sebi i procjenama njihove važnosti. Na osnovi predistraživanja i pregleda literature vezane uz samopoimanje, odabrano je dvadeset aspekata ponašanja relevantnih za adolescente. Na osnovi tih 20 domena sačinjeno je 20 tvrdnji uključenih u konačnu verziju Upitnika. Područja koja se ispituju Upitnikom su: 1) tjelesni izgled, 2) vještina komuniciranja s drugim ljudima, 3) ostvarenje akademskog uspjeha, 4) ostvarivanje i održavanje romantičnih veza, 5) lakoća učenja i rješavanja kognitivnih problema 6) tjelesno zdravlje, 7) psihičko (mentalno) zdravlje, 8) razumijevanja osjećaja i problema drugih ljudi, 9) originalnost i razlikovanje od drugih ljudi, 10) kreativnost i umjetničko izražavanje, 11) talent ili darovitost za neko specifično područje, 12) prihvaćenost od strane vršnjaka, 13) osjećaj pripadnosti društvu u kojemu osoba živi, 14) materijalni status, 15) uspješnost u ostvarivanju uloge sina ili kćeri, 16) uspješnost u sportskim aktivnostima, 17) uspješnost u rješavanju tehničkih problema, 18) pridržavanje moralnih vrijednosti, 19) uspješnost u matematici i 20) uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju.

Zadatak ispitanika jest da uz svaku od navedenih domena (npr. tjelesni izgled, vještina komuniciranja i dr.) izvrše **tri vrste procjena**. Prva procjena odnosi se na osobnu **važnost** svake pojedine domene, zatim da procjene vlastito **zadovoljstvo** pojedinom domenom te, naposljetku, da procijene **stupanj u kojemu mogu utjecati** na svaku od domena. Ova posljednja procjena predstavlja procjenu lokusa kontrole. To znači da se procjene **važnosti**, **zadovoljstva** i **kontrole** odnose na isti skup tvrdnji, ali se uz svaku od tri procjene koristi različita uputa.

a) Procjena važnosti svake karakteristike

Uz svaku od 20 karakteristika ispitanik treba procijeniti stupanj u kojemu je njemu osobno važna svaka od navedenih karakteristika. Uputa uz ovu vrstu procjene glasila je „**Koliko je tebi osobno važna svaka od navedenih karakteristika?**“. Procjene se daju na ljestvici od 7 stupnjeva, pri čemu 1 ukazuje na nisku važnost, 4 ukazuje na srednju važnost, a 7 na visoku važnost svake pojedine karakteristike. Ljestvica za procjenu prikazana je ispod.

1	2	3	4	5	6	7
Uopće mi nije važna			Osrednje mi je važna			Iznimno mi je važna

Oblici upitnika za mjerenje zadovoljstva i važnosti osobnih karakteristika u ovom tekstu nisu detaljnije opisani, dok je u nastavku teksta naveden prikaz hijerarhije važnosti i zadovoljstva u funkciji usporedbe s mjerama kontrole.

b) Procjena zadovoljstva svakom od karakteristika

Uz dvadeset istih tvrdnji od ispitanika se zahtijeva procjena osobnog zadovoljstva svakom pojedinom karakteristikom, odnosno domenom vlastitog funkcioniranja. Uputa uz ovu vrstu procjene glasila je: „Ljudi mogu biti manje ili više zadovoljni nekim svojim osobinama“. U nastavku je opisano 20 različitih osobina koje možemo razlikovati kod nas samih kao i kod drugih ljudi: „Molimo te da uz svaku od 20 navedenih karakteristika procijeniš koliko si **zadovoljan/a** s time koliko je svaka od navedenih karakteristika razvijena kod tebe?“. Procjene se ponovno daju na ljestvici od 7 stupnjeva, pri čemu 1 ukazuje na izrazito nezadovoljstvo, 4 na srednje zadovoljstvo, a 7 na potpuno zadovoljstvo. Ljestvica za procjenu prikazana je ispod teksta. Ovaj oblik upitnika može se koristiti kao mjera općeg samopoimanja, odnosno slike o sebi. Upitnik je pokazao zadovoljavajuće metrijske karakteristike i može se koristiti u istraživačkom i kliničkom radu s populacijom adolescenata (Fidrmuc, 2020).

1	2	3	4	5	6	7
Vrlo nezadovoljan/a			Zadovoljan/a u srednjoj mjeri			U potpunosti sam zadovoljan/na

c) Procjena lokusa kontrole za svaku karakteristika

Treća procjenu predstavlja procjenu lokusa kontrole, a zadatak ispitanika jest da uz svaku od 20 karakteristika procijeni koliko je ta karakteristika **pod utjecajem vanjskih faktora, kao što su sreća, sudbina i slično, a koliko pod njegovim utjecajem i kontrolom**. Mogućnost utjecaja na svaku od 20 osobina ispitanici procjenjuju na sljedećoj ljestvici:

1	2	3	4	5	6	7
Uopće nije pod mojom kontrolom			Podjednako mogu sam utjecati kao i vanjski faktori			U potpunosti je pod mojom kontrolom

Ova treća procjena predstavlja Upitnik lokusa kontrole za adolescente (LKA) i može se primjenjivati samostalno ili u kombinaciji s dvije opisane dodatne mjere. Na slici 9.1. prikazan je izgled svih triju oblika upitnika kojima se ispituje važnost, zadovoljstvo i lokus kontrole za 20 osobnih karakteristika.

Slika 9.1. Prikaz mjera važnosti, zadovoljstva i kontrole nad različitim osobnim karakteristikama korištenim u ovom istraživanju.

Ljudi mogu biti manje ili više zadovoljni nekim svojim osobinama. U nastavku je opisano 20 različitih osobina koje možemo razlikovati kod nas samih kao i kod drugih ljudi.

Molimo te da uz svaku od 20 navedenih karakteristika procijeniš najprije koliko ti je pojedina osobina **važna**, zatim koliko si **zadovoljan** koliko je svaka osobina razvijena kod tebe, te na kraju **koliko možeš utjecati** na razvijenoj pojedine osobine kod sebe.

C1 = Koliko je tebi osobno važna svaka od navedenih karakteristika?

Važnost svake od 20 osobina izrazi zaokruživanjem brojeva na sljedećoj ljestvici:

1	2	3	4	5	6	7
Uopće mi nije važna			O srednje mi je važna			Iskreno mi je važna

1. Moj vanjski/fizički izgled	1 2 3 4 5 6 7
2. Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	1 2 3 4 5 6 7
3. Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	1 2 3 4 5 6 7
4. Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	1 2 3 4 5 6 7
5. Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	1 2 3 4 5 6 7
6. Moje fizičko zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
7. Moje psihičko (mentalno) zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
8. Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
9. Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
10. Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način.	1 2 3 4 5 6 7
11. Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje.	1 2 3 4 5 6 7
12. Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka.	1 2 3 4 5 6 7
13. Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
14. Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim.	1 2 3 4 5 6 7
15. Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri.	1 2 3 4 5 6 7
16. Moja sposobnost u sportskim i tjelesnim aktivnostima.	1 2 3 4 5 6 7
17. Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke.	1 2 3 4 5 6 7
18. Moje pridržavanje moralnih vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
19. Moja uspješnost u matematičkim i računskim zadacima.	1 2 3 4 5 6 7
20. Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju.	1 2 3 4 5 6 7

C2 = Koliko si zadovoljan s time koliko je svaka od navedenih karakteristika razvijena kod tebe?

Zadovoljstvo svakom od 20 osobina izrazi zaokruživanjem brojeva na sljedećoj ljestvici:

1	2	3	4	5	6	7
Već nezadovoljan/a			Zadovoljan/a u srednjoj mjeri			U potpunosti sam zadovoljan/a

1. Moj vanjski/fizički izgled	1 2 3 4 5 6 7
2. Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	1 2 3 4 5 6 7
3. Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	1 2 3 4 5 6 7
4. Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	1 2 3 4 5 6 7
5. Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	1 2 3 4 5 6 7
6. Moje fizičko zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
7. Moje psihičko (mentalno) zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
8. Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
9. Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
10. Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način.	1 2 3 4 5 6 7
11. Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje.	1 2 3 4 5 6 7
12. Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka.	1 2 3 4 5 6 7
13. Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
14. Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim.	1 2 3 4 5 6 7
15. Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri.	1 2 3 4 5 6 7
16. Moja sposobnost u sportskim i tjelesnim aktivnostima.	1 2 3 4 5 6 7
17. Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke.	1 2 3 4 5 6 7
18. Moje pridržavanje moralnih vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
19. Moja uspješnost u matematičkim i računskim zadacima.	1 2 3 4 5 6 7
20. Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju.	1 2 3 4 5 6 7

C3 = Što misliš, koliko je svaka od navedenih karakteristika pod utjecajem vanjskih faktora, kao što su sreća, sudbina i slično, a koliko pod tvojim utjecajem i kontrolom?

Mogućnost utjecaja na svaku od 20 osobina izrazi zaokruživanjem brojeva na sljedećoj ljestvici:

1	2	3	4	5	6	7
Uopće nije pod mojom kontrolom			Podjednako mogu sam utjecati kao i vanjski faktori			U potpunosti je pod mojom kontrolom

1. Moj vanjski/fizički izgled	1 2 3 4 5 6 7
2. Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	1 2 3 4 5 6 7
3. Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	1 2 3 4 5 6 7
4. Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	1 2 3 4 5 6 7
5. Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	1 2 3 4 5 6 7
6. Moje fizičko zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
7. Moje psihičko (mentalno) zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
8. Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
9. Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
10. Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način.	1 2 3 4 5 6 7
11. Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje.	1 2 3 4 5 6 7
12. Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka.	1 2 3 4 5 6 7
13. Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
14. Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim.	1 2 3 4 5 6 7
15. Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri.	1 2 3 4 5 6 7
16. Moja sposobnost u sportskim i tjelesnim aktivnostima.	1 2 3 4 5 6 7
17. Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke.	1 2 3 4 5 6 7
18. Moje pridržavanje moralnih vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
19. Moja uspješnost u matematičkim i računskim zadacima.	1 2 3 4 5 6 7
20. Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju.	1 2 3 4 5 6 7

21. Koliko općenito možeš utjecati na stvari koje ti se događaju u životu?	1 2 3 4 5 6 7
--	---------------

U nastavku je primjer Upitnika LKA u slučaju kada se ispituje lokus kontrole. Pored 20 zajedničkih tvrdnji uključeno je i 21. pitanje koje se odnosi na opću procjenu mogućnosti kontrole nad vlastitim životom.

UPITNIK LOKUSA KONTROLE ZA ADOLESCENTE – LKA

Što misliš, koliko je svaka od navedenih karakteristika pod utjecajem vanjskih faktora, kao što su sreća, sudbina i slično, a koliko pod tvojim utjecajem i kontrolom?

Mogućnost utjecaja na svaku od 20 osobina izrazi zaokruživanjem brojeva na sljedećoj ljestvici:

1	2	3	4	5	6	7
Uopće nije pod mojom kontrolom			Podjednako mogu sam utjecati kao i vanjski faktori			U potpunosti je pod mojom kontrolom

1.	Moj vanjski/fizički izgled	1 2 3 4 5 6 7
2.	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	1 2 3 4 5 6 7
3.	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	1 2 3 4 5 6 7
4.	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	1 2 3 4 5 6 7
5.	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	1 2 3 4 5 6 7
6.	Moje fizičko zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
7.	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	1 2 3 4 5 6 7
8.	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
9.	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi.	1 2 3 4 5 6 7
10.	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način.	1 2 3 4 5 6 7
11.	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje.	1 2 3 4 5 6 7
12.	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka.	1 2 3 4 5 6 7
13.	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
14.	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim.	1 2 3 4 5 6 7
15.	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri.	1 2 3 4 5 6 7
16.	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima.	1 2 3 4 5 6 7
17.	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke.	1 2 3 4 5 6 7
18.	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti.	1 2 3 4 5 6 7
19.	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima.	1 2 3 4 5 6 7
20.	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju.	1 2 3 4 5 6 7
21.	Koliko općenito možeš utjecati na stvari koje ti se događaju u životu?	1 2 3 4 5 6 7

Uz svaku česticu ispitanici trebaju procijeniti koliko je svaka od navedenih karakteristika pod utjecajem vanjskih faktora kao što su sreća, sudbina i slično, a koliko pod njihovim utjecajem i kontrolom. Ispitanici procjene daju na ljestvici od 7 stupnjeva, pri čemu 1 označava doživljaj „uopće nije pod mojom kontrolom“, a 7 „u potpunosti je pod mojom kontrolom“, uz neutralnu poziciju označenu brojem 4 „podjednako mogu utjecati sam kao i vanjski faktori“. Viši rezultat na svakoj od procjena ukazuje na izraženiji doživljaj mogućnosti kontrole nad događajima, odnosno na unutarnji lokus kontrole. Ideja u osnovi razvoja skale jest da kod pojedinca lokus kontrole može biti generalno unutarnji ili vanjski, ali je moguće dijagnosticirati osobe koje razvijaju različiti lokus ovisno o području.

Dodatno, 21. pitanje, odnosilo se na opću procjenu mogućnosti utjecaja na stvari koje se ispitaniku događaju u životu. Kao opća mjera generalnog lokusa kontrole, odnosno procjene utjecaja na stvari koje se ispitaniku događaju u životu, korišteno je sljedeće pitanje: „Koliko općenito možete utjecati na stvari koje Vam se događaju u životu?“. Zadatak ispitanika je da na ljestvici od 7 stupnjeva procijeni koliko su stvari koje mu se događaju u životu općenito pod njegovom kontrolom (1 = uopće nisu pod mojom kontrolom; 7 = u potpunosti pod mojom kontrolom“).

9.3. Deskriptivna statistika rezultata dobivenih primjenom Upitnika LKA

Tablica 9.2. Aritmetičke sredine, standardne devijacije i frekvencije odgovora na 20 tvrdnji Upitnika LKA

rb.	Tvrdnja	rang	M	SD	Postotak odgovora						
					1 uopće nije pod mojom kontrolom	2	3	4 Podjednako mogu utjecati sam kao i vanjski faktori	5	6	7 u potpunosti pod mojom kontrolom
					%	%	%	%	%	%	%
P1	Moj vanjski/fizički izgled	17.	4.79	1.67	4.9	4.7	7.6	30.4	16.9	13.5	22.1
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	4.	5.52	1.41	1.1	2.0	3.9	19.0	19.4	20.3	34.3
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	3.	5.54	1.41	1.1	1.4	4.7	18.9	17.9	21.7	34.4
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	18.	4.78	1.73	6.6	3.4	7.9	29.3	16.6	12.9	23.3
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	11.	5.12	1.44	0.9	2.9	7.5	25.2	22.7	17.1	23.6
P6	Moje fizičko zdravlje	8.	5.18	1.68	3.8	3.9	6.0	23.0	14.9	17.0	31.5
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	12.	5.09	1.76	4.6	4.5	8.6	21.2	13.1	17.0	31.1
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi.	5.	5.50	1.41	1.1	1.9	3.9	19.8	18.5	21.8	33.0
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi.	9.	5.15	1.62	2.9	3.5	6.8	23.8	17.6	15.9	29.4
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način.	13.	5.09	1.65	3.2	4.6	7.2	23.4	17.2	16.1	28.4
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje.	14.	4.91	1.78	5.6	5.2	8.6	23.2	15.7	14.1	27.6
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka.	16.	4.79	1.59	3.8	3.9	9.5	29.8	18.3	14.9	19.8
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti.	19.	4.73	1.54	3.2	4.0	9.5	32.4	19.4	13.5	18.0
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim.	20.	4.27	1.76	8.8	9.0	10.2	30.0	16.8	10.2	14.9
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri.	1.	5.82	1.34	1.1	1.3	1.9	14.7	16.1	21.8	43.2
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima.	6.	5.42	1.55	2.1	2.2	6.0	20.6	15.0	18.8	35.3
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke.	10.	5.14	1.46	2.0	2.1	7.3	22.7	23.7	18.9	23.3
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti.	2.	5.73	1.36	0.8	0.7	3.8	17.7	14.6	20.8	41.7
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima.	15.	4.90	1.68	4.8	4.2	8.9	23.7	17.7	17.9	22.7
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju.	7.	5.29	1.49	2.3	1.9	5.9	20.3	21.3	20.5	27.8

U tablici 9.2. prikazane su frekvencije odgovora i deskriptivna statistika procjena za pojedina pitanja iz Upitnika LKA koja omogućuju analizu doživljaja kontrole što ju adolescenti procjenjuju u različitim domenama. Procjene se mogu kretati u teorijskom rasponu od 1 (nepostojanje kontrole) do 7 (potpuna kontrola), pri čemu vrijednost 4 ukazuje na situaciju u kojoj je podjednak utjecaj osobe i vanjskih faktora. Aritmetičke sredine tvrdnji variraju u rasponu od 4.27 do 5.82, što znači da niti za jedno područje procjene kontrole nisu ispod vrijednosti 4, što bi ukazivalo na veći utjecaj vanjskih faktora.

Najviša procjena mogućnosti utjecaja procijenjena je uz tvrdnju 15, „uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri“ ($M = 5.82$), uz koju 43.2% ispitanika navodi procjenu 7, tj. maksimalnu mogućnost kontrole. Slijedi tvrdnja 18 uz koju je procjena $M = 5.73$, a koja se odnosi na pridržavanje moralnih vrijednosti i uz koju 41.7% adolescenata navodi maksimalnu mogućnost kontrole. Na trećem mjestu, prema procjeni mogućnosti utjecaja, nalazi se sposobnost zadovoljavanja zahtjeva škole i ostvarivanja dobrog uspjeha u školi ($M = 5.54$). Ukupno 56.1% učenika procjenjuje mogućnost vlastitog utjecaja na zadovoljavanje zahtjeva škole s dvije najviše vrijednosti 6 (21.7%) ili 7 (34.4%). Ovako visoka procjena mogućnosti kontrole nad zahtjevima škole čini se donekle neočekivanom. Na četvrtom i petom mjestu, prema procjenama osobne kontrole, nalaze se vještina komuniciranja s drugim ljudima ($M = 5.52$) i sposobnost razumijevanja osjećaja i problema drugih ljudi ($M = 5.50$).

Najmanji stupanj osobne kontrole ispitanici su procijenili uz tvrdnju 14 koja se odnosi na materijalni status, odnosno mogućnosti osobe da si priušti stvari koje želi ($M = 4.27$), pri čemu 14.9% adolescenata procjenjuje da je ovo područje u potpunosti pod njihovom kontrolom. Pretposljednja prema rangu je procjena mogućnosti utjecaja na doživljaj pripadnosti društvu u kojemu mlada osoba živi ($M = 4.73$). Procjena mogućnosti utjecaja na uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza također je među područjima s nižom procjenom osobnog utjecaja ($M = 4.78$). Ukupno 29.3% mladih procjenjuje da na romantične veze podjednako utječu sami, koliko i vanjski faktori, 23.3% procjenjuje da mogu u potpunosti utjecati na svoj ljubavni život, dok 6.6% navodi da nemaju nikakav utjecaj na to područje života. Vrlo slično procjenjuje se i mogućnost utjecaja na vlastiti fizički izgled ($M = 4.79$) za koji 30.4% adolescenata procjenjuje da je podjednako pod njihovim utjecajem, kao i utjecajem vanjskih faktora. Ovdje se ne radi o procjeni zadovoljstva vlastitim izgledom, već mogućnosti da se taj izgled mijenja i prilagođava promjenom frizure, promjenom težine ili na druge načine. Potpunu mogućnost utjecaja na vlastiti tjelesni izgled procijenilo je 22.1% ispitanika. Među pet tvrdnji s najnižim procjenama mogućnosti kontrole pripada i osobina prihvaćenosti među vršnjacima ($M = 4.79$) te 19.8% adolescenata procjenjuje da u potpunosti mogu utjecati na to hoće li biti prihvaćeni od vršnjaka.

9.3.1. Raspodjela procjena za pojedine karakteristike s obzirom na unutarnji, neutralni i vanjski lokus kontrole

Odgovori na ljestvici od 7 stupnjeva za svaku pojedinu tvrdnju grupirani su u tri kategorije. Prvu kategoriju čine odgovori 1 i 2 koji ukazuju na vanjski lokus, odnosno nizak doživljaj mogućnosti utjecaja na zadanu karakteristiku. Odgovori 3, 4, i 5 grupirani su tako da ukazuju na lokus koji uključuje i vanjske i unutarnje faktore, odnosno srednju procjenu mogućnosti utjecaja na događaje. Odgovori 6 i 7 sačinjavaju treću kategoriju koja ukazuje na unutarnji lokus kontrole, odnosno izraženi doživljaj mogućnosti utjecaja na zadane karakteristike. U tablici 9.3 prikazani su postoci tako kategoriziranih odgovora za svih 20 tvrdnji.

Tablica 9.3. Postoci učeničkih procjena vezanih uz mogućnost kontrole nad različitim aspektima samopoimanja grupirani u tri kategorije na dimenziji od vanjskog do unutarnjeg lokusa

		VL Vanjski lokus (odgovori 1 i 2)	VL/UL Vanjski i unutarnji lokus (odgovori 3,4,5)	UL Unutarnji lokus (odgovori 6,7)
		%	%	%
P1	Moj vanjski/fizički izgled	9.6	54.6	35.7
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	2.9	42.5	54.5
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	2.5	41.5	56.1
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	10.0	53.8	36.2
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	3.9	55.3	40.8
P6	Moje fizičko zdravlje	7.6	43.8	48.5
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	9.0	43.0	47.9
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi	2.9	42.2	54.9
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi	6.5	48.2	45.4
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način	7.8	47.7	44.5
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje	10.8	47.6	41.6
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka	7.6	57.6	34.8
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti	7.2	61.3	31.5
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim	17.9	57.1	25.0
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri	2.4	32.7	65.0
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima	4.3	41.6	54.1
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke	4.1	53.8	42.1
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti	1.5	36.1	62.4
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima	9.0	50.3	40.7
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju	4.2	47.5	48.3

VL – vanjski lokus kontrole; VL/UL – kombinacija vanjskog i unutarnjeg lokusa kontrole; UL – unutarnji lokus kontrole.

Najviša razina vanjskog lokusa procijenjena je za mogućnost utjecaja na vlastito materijalno stanje. Ukupno 17.9% učenika procjenjuje da je njihov materijalni status dominantno po utjecajem vanjskih faktora, što je za tu dob i očekivano. Nakon toga slijedi mogućnost utjecaja na vlastite talente (10.8%) te uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza (10.0%). Za sva ostala područja postotak učenika koji imaju dominantno vanjski lokus kontrole niži je od 10%. Među domene u kojima je postotak vanjskog lokusa između 9 i 10 posto nalazi se mogućnost utjecaja na vlastiti fizički izgled (9.6%), mentalno zdravlje (9.0%) te uspješnost u rješavanju matematičkih

zadataka (9.0%). Najmanji postotak ispitanika s unutarnjim lokusom vezan je uz utjecaj na pridržavanje moralnih vrijednosti (1.5%), uspješnost ostvarivanje uloge sina/kćeri (2.4%) te zadovoljavanje zahtjeva škole (2.5%). Ovi nalazi su zanimljivi jer ukazuju na procjenu velikog broja učenika da su uspjesi i neuspjesi u školi rezultat njihovih aktivnosti, a u manjoj mjeri vanjskih okolnosti.

Što se tiče unutarnjeg lokusa kontrole, on je dominantan uz 9 tvrdnji, dok je neutralni lokus, kao kombinacija unutarnjeg i vanjskog, dominantan uz 11 tvrdnji. Važno je naglasiti da je kriterij za kategoriju unutarnjeg lokusa bio odabir dvije ekstremnije kategorije 6 i 7, dok je neutralni lokus pokrio raspon od 3 središnje skalne točke 3, 4 i 5. Uz ovakav kriterij kategorizacije doživljaj osobnog utjecaja najizraženiji je uz spomenuta područja ostvarenja uloge sina/kćeri (65%), moralno ponašanje (62.4%), zadovoljavanje zahtjeva škole (56%), razumijevanje drugih ljudi (54.9%), uspješno bavljenje sportom (54.1%) i uspješno komuniciranje s drugim ljudima (54.5%). Procjena osobnog utjecaja na mentalno i tjelesno zdravlje kreće se oko 48% i tek je neznatno viša od postotka vezanog uz neutralni lokus. U ovom slučaju neutralni lokus definiran je na osnovi očekivanja da većina ljudi zapravo nema izraziti unutarnji ili vanjski lokus kontrole, već da u većini slučajeva procjenjuju da na ishode događaja podjednako utječu oni sami koliko i vanjski faktori.

Najveći postotak procjena koje se kreću oko neutralne skalne točke procijenjen je za aktivnosti kojima bi se ostvarilo pripadanje širem društvu u kojemu učenik živi. Utjecaj i unutarnjih i vanjskih faktora uz ovu domenu procjenjuje 61.3% ispitanika. Tek nešto niži postotak ispitanika s neutralnim lokusom vezan je uz nastojanje da se ostvari prihvaćenost među vršnjacima (57.6%) i utječe na materijalni status (57.1%). Tek nešto niži postotak ispitanika, koji procjenjuju važnost obje skupine faktora, procijenjen je uz uspješnost razumijevanja i rješavanja složenih problema (55.3%), vlastiti fizički izgled (54.6%), uspješnost ostvarivanja ljubavnih veza (53.8%), sposobnost rješavanja tehničkih problema (53.8%) te uspješnost u rješavanju matematičkih zadataka (50.3%).

Razlike između ispitanika s dominantno unutarnjim ili vanjskim lokusom i ispitanika s neutralnim lokusom, mogu se razmatrati kao kvantitativne uzimajući u obzir kontinuum unutarnje-vanjsko, ali dijelom mogu uključivati i kvalitativnu razliku u atribuiranju razloga (ne)uspjeha u određenom području života. U kasnijim analizama nastojat ćemo ispitati utjecaj ovako definiranog lokusa na neke kriterijske varijable.

9.3.2. Procjene zadovoljstva i važnosti za pojedine karakteristike

Kao što je navedeno pri opisu Upitnika, pored procjena mogućnosti kontrole, uz isti niz tvrdnji ispitanici su procjenjivali zadovoljstvo svakom od karakteristika te osobnu važnost svake od karakteristika. U tablici 9.4. navedena je osnovna deskriptivna statistika za mjere zadovoljstva i važnosti.

Tablica 9.4. Procjena zadovoljstva pojedinim karakteristikama i procjene važnosti pojedinih karakteristika

rb		zadovoljstvo			važnost		
		rang	M	SD	rang	M	SD
P1	Moj vanjski/fizički izgled	16.	4.726	1.669	10.	5.037	1.498
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	9.	4.956	1.590	4.	5.767	1.347
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	13.	4.834	1.442	6.	5.540	1.480
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	20.	3.920	2.014	16.	4.775	1.926
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	12.	4.871	1.499	5.	5.710	1.314
P6	Moje fizičko zdravlje	1.	5.713	1.455	1.	6.372	1.209
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	6.	5.288	1.877	2.	6.308	1.386
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi	2.	5.490	1.463	3.	5.844	1.387
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi	11.	4.893	1.480	17.	4.685	1.782
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način	18.	4.646	1.711	20.	4.408	1.879
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje	14.	4.830	1.727	13.	4.884	1.802
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka	7.	5.123	1.417	11.	4.923	1.638
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti.	8.	4.957	1.471	18.	4.529	1.686
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim	4.	5.380	1.474	12.	4.899	1.608
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri	5.	5.299	1.494	8.	5.473	1.558
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima	10.	4.906	1.741	15.	4.855	1.927
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke	17.	4.696	1.552	14.	4.876	1.596
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti	3.	5.474	1.328	7.	5.494	1.565
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima	19.	4.304	1.809	19.	4.447	1.829
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju	15.	4.824	1.528	9.	5.197	1.588

Na razini cijelog uzorka najveći stupanj zadovoljstva procijenjen je uz tjelesno zdravlje ($M = 5.713$), sposobnost razumijevanja drugih ljudi ($M = 5.490$), pridržavanje moralnih vrijednosti ($M = 5.474$), materijalni status ($M = 5.380$) te ostvarivanje uloge sina/kćeri ($M = 5.299$). Zadovoljstvo mentalnim zdravljem ($M = 5.288$) i prihvaćenost od vršnjaka ($M = 5.123$) također imaju prosječne procjene iznad vrijednosti 5. Najmanje zadovoljstvo izraženo je uz uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza ($M = 3.920$), i to je jedina karakteristika čiji je prosjek niži od središnje vrijednosti 4 i ulazi u područje nezadovoljstva. Relativno niske procjene zadovoljstva vežu se i uz uspješnost u matematici ($M = 4.304$), kreativnost i umjetničko izražavanje ($M = 4.646$), rješavanje tehničkih problema ($M = 4.696$) te vlastiti tjelesni izgled ($M = 4.726$), iako se procjene kreću oko osrednjeg zadovoljstva.

Procjene važnosti najviše su uz vlastito fizičko ($M = 6.372$) i psihičko zdravlje ($M = 6.308$), što potvrđuje da i mladi prepoznaju važnost zdravlja. Prosjeci na razini cijelog uzorka nalaze se blizu maksimalne vrijednosti 7. Iako je procjena važnosti oba aspekta zdravlja slična, zadovoljstvo mentalnim zdravljem je nešto niže u odnosu na fizičko. Procjena mogućnosti kontrole nad zdravljem kreće se oko vrijednosti 5, što znači da je bliže neutralnoj procjeni lokusa (tj. utjecaju unutarnjih i vanjskih faktora) nego visokoj osobnoj kontroli. Sljedeće osobine procijenjene kao važne odnose se na: sposobnost razumijevanja drugih ljudi ($M = 5.844$), vještine komuniciranja s drugim ljudima ($M = 5.767$), sposobnost rješavanja složenih problema ($M = 5.710$) te sposobnost zadovoljavanja zahtjeva škole ($M = 5.540$). Kao najmanje važne karakteristike procijenjene su sposobnosti kreativnog i umjetničkog izražavanja (4.408), uspješnost u matematici ($M = 4.447$), doživljaj pripadanja širem društvu u kojemu osoba živi ($M = 4.529$) te sposobnost da se bude drugačiji od drugih ljudi ($M = 4.685$). Važno je istaknuti da je važnost uspješnosti u ostvarivanju ljubavnih veza također procijenjena razmjerno nisko ($M = 4.775$), a to je osobina za koju je procijenjeno najmanje zadovoljstvo i relativno niska mogućnost utjecaja.

Uporaba sve tri informacije može biti korisna pri različitim vrstama analiza (ne)zadovoljstva osobnim karakteristikama i doživljajem kontrole nad tim osobinama. Moguća je pretpostavka da nisko zadovoljstvo uz osobine koje za osobu nisu važne, manje utječe na opću sliku o sebi, odnosno generalno samopoštovanje. Lokus kontrole u ovom kontekstu također može biti razmatran u interakciji s mjerama zadovoljstva i važnosti. Niska procjena kontrole uz manje važne osobine može imati manji utjecaj na opće funkcioniranje u odnosu na one osobine koje osoba procjenjuje važnim.

U tablicama 9.2. i 9.4 navedeni su rangovi 20 karakteristika s obzirom na prosječne procjene zadovoljstva, važnosti i mogućnosti kontrole izračunate na cijelom uzorku ispitanika. Rang korelacije između ove tri vrste procjena (broj jedinica analize iznosi 20) pokazuju da su procjene zadovoljstva povezane s važnošću $r = .618$ ($p < .01$), što znači da prosječne procjene zadovoljstva pojedinom osobinom korespondiraju s njihovom važnošću. Zadovoljstvo i doživljaj kontrole procijenjeni uz pojedine osobine koreliraju $.327$ i ne potvrđuju pretpostavku da će ispitanici imati veći doživljaj kontrole uz osobine s kojima su više zadovoljni. Naposljetku, doživljaj kontrole i procjena važnosti za različite osobine povezani su umjereno $r = .502$ ($p < .05$), što znači da postoji tendencija da se osobine uz koje je procijenjen viši doživljaj kontrole procjenjuju važnijim (kao i obrnuto).

Druga analiza, koja dovodi u odnos tri vrste procjene, odnosila se na povezanost između procjena zadovoljstva, važnosti i lokusa kontrole na razini cijelog uzorka. U tablici 9.5. prikazane su korelacije između procjena zadovoljstva i doživljaja kontrole, procjena važnosti i kontrole te procjena zadovoljstva i važnosti za svaku od pojedinih karakteristika. Korelacije su izračunate na razini cijelog uzorka ($N = 851$).

Tablica 9.5. Korelacije između procjena mogućnosti kontrole, zadovoljstva i važnosti za pojedine karakteristike

		korelacija zadovoljstva i kontrole	korelacija kontrole i važnosti	korelacija zadovoljstva i važnosti
P1	Moj vanjski/fizički izgled	.326***	.135***	-.003
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	.444***	.223***	.248***
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	.402***	.182***	.258***
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	.452***	.176***	.213***
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	.412***	.166***	.246***
P6	Moje fizičko zdravlje	.340***	.099**	.303***
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	.552***	.214***	.292***
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi	.474***	.284***	.375***
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi	.423***	.186***	.278***
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način	.463***	.338***	.478***
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje	.507***	.318***	.447***
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka	.442***	.152***	.146***
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti	.460***	.204***	.294***
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim	.294***	.152***	.008
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri	.436***	.278***	.365***
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima	.484***	.434***	.583***
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke	.464***	.284***	.422***
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti	.518***	.363***	.522***
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima	.514***	.364***	.465***
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju	.470***	.317***	.465***

Legenda: *** $p < 0.001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

Može se pretpostaviti da će kod osobina s kojima su adolescenti zadovoljniji biti procijenjen i viši stupanj osobne kontrole. Iz rezultata se može vidjeti da kod svih osobina postoji pozitivna povezanost između zadovoljstva pojedinom osobinom i procjene kontrole nad tom osobinom. Vrijednosti korelacija kreću se u rasponu od .294 ($p < .001$) za materijalni status do .552 ($p < .001$) za psihičko zdravlje. Kao što se vidi iz rezultata, niža povezanost opažena je kod materijalnog statusa, tjelesnog izgleda i fizičkog zdravlja, što pokazuje da osobe koje su zadovoljne tom osobinom mogu procijeniti manju (najčešće srednju) mogućnost utjecaja na te osobine. Detaljniji uvid u podatke upravo potvrđuje da u skupini ispitanika koji su visoko zadovoljni materijalnim statusom,

približno 50% procjenjuje vanjski ili neutralni lokus kontrole (tj. koristi vrijednosti od 1 do 4). Kod ispitanika koji su izrazito nezadovoljni dominira procjena vanjskog lokusa. Kod većine drugih osobina čini se da postoji tendencija da zadovoljstvo osobinom korespondira s višim doživljajem osobne kontrole.

Povezanost procjena važnosti i kontrole rezultirala je nešto nižim koeficijentima korelacije, što je i očekivano. Korelacije se kreću u rasponu od .099 ($p < .01$) (fizičko zdravlje) do .434 ($p < .001$) (uspješnost u sportskim aktivnostima). Rezultati ukazuju na tendenciju da je veći unutarnji lokus procijenjen za osobine koje su ujedno procijenjene važnijim.

Povezanosti između zadovoljstva osobinom i procjene važnosti variraju od nulte korelacije za tjelesni izgled i materijalni status do .583 ($p < .001$) za uspješnost u sportu. Korelacije ukazuju na potrebu analize povezanosti na razini pojedinih osobina jer neusklađenost osobne važnosti i zadovoljstva može biti izvor općeg nezadovoljstva osobe i rezultirati narušavanjem opće slike o sebi.

9.4. Provjera latentne strukture upitnika LKA

Teorijsko očekivanje pri konstrukciji upitnika i izboru čestica uključivalo je mogućnost ispitivanja lokusa kontrole u nekoliko širih domena kao što su: akademsko okruženje, socijalno funkcioniranje, zdravlje i opća dobrobit te individualnost ili originalnost. Istraživačka pretpostavka dopuštala je mogućnost različito izraženog lokusa u pojedinim područjima života, uz mogućnost jednog zajedničkog dijela varijance generaliziranog lokusa uključenog u sve čestice (Perry i sur., 2001; Lefcourt, 1979)

S ciljem provjere dimenzionalnosti latentnog prostora, koji definira 20 čestica Upitnika lokusa kontrole za adolescente, provedena je eksploratorna faktorska analiza uz primjenu modela zajedničkih faktora (PAF). Bartlettov test ($\chi^2 = 5369.481$; $df = 190$; $p < .001$) i Kaiser-Meyer-Olkinov indeks ($KMO = .887$) pokazuju da je korelacijska matrica podobna za provedbu faktorske analize. Standardni kriterij zadržavanja faktora u programu SPSS odnosi se na broj **komponenti** s karakterističnim korijenima većim od 1. Stoga je prethodno provedena analiza glavnih komponenti rezultirala s četiri karakteristična korijena sukcesivno ekstrahiranih glavnih komponenti većih od 1, a koji iznose $\lambda_1 = 6.209$, $\lambda_2 = 1.761$, $\lambda_3 = 1.343$, te $\lambda_4 = 1.190$, što ih čini značajnim na osnovi Kaiser-Guttmanovog kriterija. Vrijednosti preostalih karakterističnih korijena glavnih komponenti kreću se u rasponu od $\lambda_5 = 0.973$ do $\lambda_{20} = 0.283$. Paralelne analize ukazuju na 4 do 5 zajedničkih faktora čije su vrijednosti iznad slučajno dobivenih, iako oba kriterija posredno ukazuju na dominaciju prvog faktora. U tablici 7.6. navedene su vrijednosti karakterističnih korjenova izračunatih na zajedničkim faktorima.

Tablica 9.6. Karakteristični korijeni 4 zajednička faktora i postotak objašnjene varijance

Faktor	nakon ekstrakcije			nakon oblimin rotacije
	λ	% objašnjene varijance	Kumulativni % objašnjene varijance	λ
1	5.640	28.201	28.201	3.861
2	1.228	6.140	34.341	3.205
3	.839	4.195	38.536	3.437
4	.621	3.104	41.640	3.372

λ = karakteristični korijen

Četiri zajednička faktora objašnjavaju 41.64% ukupne varijance. S ciljem ostvarenja jednostavne latentne strukture provedena je kosokutna oblimin rotacija jer je i teorijsko očekivanje da manifestne varijable imaju jedan dio zajedničke varijance povezane s generalnim faktorom.

Tablica 9.7. Matrica faktorskog sklopa nakon oblimin rotacije i 4 zadržana faktora

		Faktor				
		1	2	3	4	h ²
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima	.786	-.043	.002	.040	.575
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke	.729	.180	-.090	.111	.641
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju	.602	-.043	-.104	-.107	.479
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima	.437	.213	-.086	.017	.337
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	.388	.041	.098	-.373	.376
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti	.359	-.116	-.143	-.269	.325
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	.320	.180	-.127	-.206	.386
P6	Moje fizičko zdravlje	.020	.742	.032	.081	.499
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	-.010	.690	.066	-.058	.475
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim	.046	.466	-.056	-.065	.292
P1	Moj vanjski/fizički izgled	.097	.326	-.110	-.089	.231
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način	.091	-.092	-.732	.027	.539
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje	.102	.118	-.717	.191	.565
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi	-.034	-.008	-.584	-.219	.465
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	.167	.082	.024	-.555	.449
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti	-.067	.306	-.169	-.439	.485
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka	-.119	.293	-.177	-.392	.399
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	.091	.111	-.020	-.384	.248
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi	-.048	.068	-.290	-.331	.284
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri	.280	-.001	-.051	-.317	.278

Legenda: h² – komunaliteti čestica objašnjeni na osnovi 4 zadržana zajednička faktora

Prvi faktor uključuje saturacije sa sedam čestica, a vrijednosti saturacija variraju u rasponu od .786 do .320. S obzirom na sadržaj tvrdnji, ovaj faktor nazvan je **procjenom kontrole u području akademskog postignuća**. Najvišu saturaciju s ovim faktorom imaju čestice koje se odnose na utjecaj na uspješnost u matematici (.786), rješavanju tehničkih problema (.729) te pismenom i usmenom izražavanju (.602). Nešto niže saturacije imaju čestice koje se odnose na kontrolu vlastitog uspjeha u sportu (.437), kao i opće zadovoljavanje zahtjeva škole (.388). Procjena utjecaja na pridržavanje moralnih vrijednosti (.359) povezana je s ovim faktorom iako sadržajno nije nužno vezana isključivo s akademskim postignućem, dok najnižu saturaciju ima procjena kontrole nad vlastitim kognitivnim sposobnostima (.320). Ovaj se faktor odnosi na procjenu mogućnosti utjecaja na ostvarenja u području akademskog okruženja i uključuje specifične sposobnosti i potencijale potrebne za ostvarenje uspjeha.

Drugi faktor uključuje četiri čestice, ali je njegov sadržaj heterogen i psihološki teško interpretabilan. Čestice s najvišim saturacijama odnose se na mogućnost utjecaja na vlastito fizičko (.742) i psihičko (mentalno) zdravlje (.690) i ukazuju na jasnu domenu utjecaja na vlastito zdravlje. Preostale dvije čestice uključuju procjenu kontrole nad vlastitim materijalnim statusom (.466) i tjelesnim izgledom (.326). Dodatne analize pokazuju da ove dvije čestice imaju općenito vrlo niske komunalitete te zahvaćaju područje koje je pod utjecajem i drugih vanjskih faktora kao što su materijalni status obitelji ili neka ponašanja vezana uz izgled, što zahtijeva drugačije mehanizme od domena uključenih u ovaj Upitnik. S obzirom na različiti sadržaj, ove dvije čestice su isključene iz drugog faktora te je faktor opisan kao **procjena utjecaja na vlastito zdravlje** i uključuje dvije čestice: P6 i P7. Kako je procjena doživljaja kontrole nad vlastitim zdravljem iznimno važna u ovoj dobi, odlučili smo zadržati ovaj faktor iako uključuje svega dvije čestice.

Treći faktor uključuje tri čestice koje opisuju utjecaj na vlastitu kreativnost i umjetničko izražavanje (-.732), talente za neko specifično područje (-.717) i opću sposobnost da se bude poseban i drugačiji od drugih ljudi (-.584). U adolescentskoj dobi mladi se nastoje svojim ponašanjem i aktivnostima na neki način izdvojiti i biti prepoznatljivi i originalni. Ovaj faktor nazvan je **procjenom utjecaja na vlastitu originalnost** koja uključuje kreativnost, umjetničke sklonosti i općenito specifične talente koji osobu čine drugačijom i jedinstvenom. Četvrti faktor povezan je sa šest čestica i uključuje procjenu kontrole uspješnosti u području socijalnih odnosa u različitim kontekstima. Najvišu saturaciju ovaj faktor ima s česticom procjene utjecaja na vlastitu vještinu komuniciranja s drugim ljudima (-.555), utjecaj na osjećaj pripadnosti širem društvu (-.439), prihvaćenost od vršnjaka (-.392) te utjecaj na uspjeh vlastitih ljubavnih veza (-.384). Dvije čestice s najnižim saturacijama odnose se na kontrolu nad sposobnosti razumijevanja osjećaja drugih ljudi (-.331) te uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri (-.317). Ovaj faktor nazvan je **procjenom utjecaja na uspješnost u socijalnim odnosima**. Ovaj je faktor u dodatnim analizama u značajnoj mjeri saturiran generalnim faktorom lokusa kontrole uključenim u sve čestice.

Korelacije između četiri rotirana faktora prikazane su u tablici 9.8. (vrijednosti ispod glavne dijagonale) uz napomenu da su iz drugog faktora isključene čestice P1 (fizički izgled) i P14 (materijalni status). Iznad glavne dijagonale nalaze se korelacije između ukupnih rezultata na subskalama kreiranim na osnovi faktorske strukture.

Tablica 9.8. Pearsonovi koeficijenti korelacije između četiri zajednička faktora nakon oblimin rotacije i četiri subskale kreirane na osnovi faktorske strukture (N = 851)

	1.	2.	3.	4.
1. Faktor1_Akademski lokus	1	.300***	.487***	.579***
2. Faktor2_Zdravstveni lokus	.231***	1	.239***	.419***
3. Faktor3_Lokus osobne originalnosti	-.402***	-.295***	1	.477***
4. Faktor4_Socijalni lokus	-.440***	-.390***	.408***	1

Legenda: *** $p < 0.001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; Iznad glavne dijagonale su koeficijenti korelacija između subskala, a ispod glavne dijagonale su koeficijenti korelacije između rotiranih faktora

Kao što se može vidjeti iz vrijednosti u tablici 9.8., povezanost među faktorima i subskalama ima sličnu strukturu. Korelacije među kosokutno rotiranim faktorima kreću se u rasponu od .231 do -.440, dok su korelacije među subskalama (tzv. realnim faktorima) između .239 i .579.

U slučaju provedbe hijerarhijske faktorske analize na četiri subskale dobiva se jedan generalni faktor koji objašnjava ukupno 56.87% ukupne varijance, a pojedine subskale imaju visoke projekcije na generalni faktor u rasponu od .451 (subskala zdravstvenog lokusa), preko .730 (subskala akademskog lokusa) i .608 (subskala lokusa originalnosti) do .816 (subskala socijalnog lokusa). Kada se čestice P1 (fizički izgled) i P14 (materijalni status) uključe u ovu analizu, i te dvije samostalne čestice imaju saturacije s generalnim faktorom drugog reda od 0.50. Ova provjera ukazuje na jedan dio zajedničke varijance u česticama Upitnika LKA koja se može pripisati generalnom faktorom lokusa kon-

trole, odnosno doživljaju kontrole uključenom u sva ispitivana područja ponašanja. Kako provjera latentne strukture ukazuje na mogućnost kreiranja rezultata na subskalama, ali i uporabu kompozitnog rezultata zasnovanog na uratku, u svim česticama u sljedećoj tablici su navedeni podaci o komunalitetima čestica objašnjeni korištenjem jednog i četiri faktora. Ovi podaci mogu poslužiti kao argumenti za konceptualno različite načine izražavanja skalnih rezultata, odnosno za odluku o broju faktora koje je opravdano zadržati i koristiti pri uporabi Upitnika.

Tablica 9.9. Varijance čestica Upitnika LKA objašnjene jednim generalnim faktorom i uporabom četiri grupna faktora

pit.	Sadržaj	MSA	h ² (inic)	h ² (PAF,1F)	h ² (PAF,4F)	r ² _{iu(nesp)}	riu(nesp)
P1	Moj vanjski/fizički izgled	.910	.246	.201	.231	.186	.431
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	.922	.369	.329	.449	.286	.535
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	.923	.331	.283	.376	.238	.488
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	.921	.239	.201	.248	.173	.416
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	.924	.391	.392	.386	.342	.585
P6	Moje fizičko zdravlje	.823	.368	.176	.499	.169	.411
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	.842	.376	.194	.475	.184	.429
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi	.904	.276	.218	.284	.193	.439
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi	.909	.380	.303	.465	.267	.517
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način	.860	.409	.256	.539	.220	.469
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje	.869	.411	.275	.565	.245	.495
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka	.862	.425	.273	.399	.246	.496
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti	.873	.486	.360	.485	.328	.573
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim	.925	.259	.195	.292	.181	.425
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri	.911	.288	.242	.278	.202	.449
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima	.914	.338	.291	.337	.250	.500
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke	.882	.542	.432	.641	.367	.606
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti	.910	.316	.254	.325	.209	.457
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima	.814	.521	.280	.575	.221	.470
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju	.875	.480	.345	.479	.289	.538

MSA = prikladnost varijable za faktorizaciju; $h^2_{(ini)}$ = inicijalna procjena komunaliteta na osnovi multiple korelacije pri čemu su sve ostale čestice prediktori; $h^2_{(PAF,1F)}$ komunalitet čestice objašnjen modelom s jednim zadržanim faktorom (PAF), $h^2_{(PAF,4F)}$ = komunalitet čestice objašnjen modelom s četiri faktora (PAF), $r^2_{(iu)}$ koeficijent determinacije nespuriozne korelacije čestice s ukupnim rezultatom; $r_{(iu)}$ koeficijent nespuriozne korelacije čestice s ukupnim rezultatom

Koeficijent MSA, kao mjera podobnosti pojedine manifestne varijable za faktorizaciju, za sve varijable kreće se u rasponu od 0.86 do 0.92, što ukazuje na prikladnost svih čestica za uključivanje u faktorsku analizu. Inicijalne procjene komunaliteta (h^2_{ini}) predstavljaju zasebne koeficijente multiple korelacije, pri čemu u svakoj analizi čestica predstavlja kriterij, a sve preostale čestice prediktore u regresijskoj jednačini. Na osnovi provedenih analiza najmanja procjena komunaliteta u ovom skupu ostvarena je za česticu P4 vezanu uz kontrolu nad ostvarivanjem ljubavnih veza (.239), česticu P1 i utjecaj na vlastiti fizički izgled (.246), česticu P14 i utjecaj na vlastiti materijalni status (.259), česticu P8 i utjecaj na vlastitu sposobnost razumijevanja osjećaja i problema drugih ljudi (.276) te česticu P15 i ostvarivanje uloge sina/kćeri (.288). To su čestice čija je varijanca objašnjena u najmanjoj mjeri preostalim skupom varijabli u Upitniku.

Provedbom faktorske analize metodom zajedničkih faktora uz zadržavanje samo jednog faktora objašnjava se 27.50% ukupne varijance, u odnosu na 41.64% varijance objašnjene zadržavanjem četiri faktora. U slučaju zadržavanja jednog faktora komunaliteti čestica ($h^2_{PAF,IF}$) kreću se u rasponu od .176 (P6 - fizičko zdravlje) do .432 (P17 - rješavanje tehničkih problema i zadataka) što potvrđuje uključenost generalnog faktora doživljaja kontrole na razini pojedinih čestica. U slučaju izračunavanja ukupnog rezultata u Upitniku primjenom jednostavnog zbroja odgovora na pojedine tvrdnje, korigirani (tj. nespuriozni) koeficijenti diskriminativne valjanosti čestica ($r_{iu,nesp}$) kreću se u rasponu od .411 (16.9% zajedničke varijance) za tvrdnju P14, do .606 (36.7% zajedničke varijance) za tvrdnju P17. Ukupni rezultat u ovom slučaju predstavlja mjeru generaliziranog lokusa kontrole definiranog skupom od svih 20 čestica.

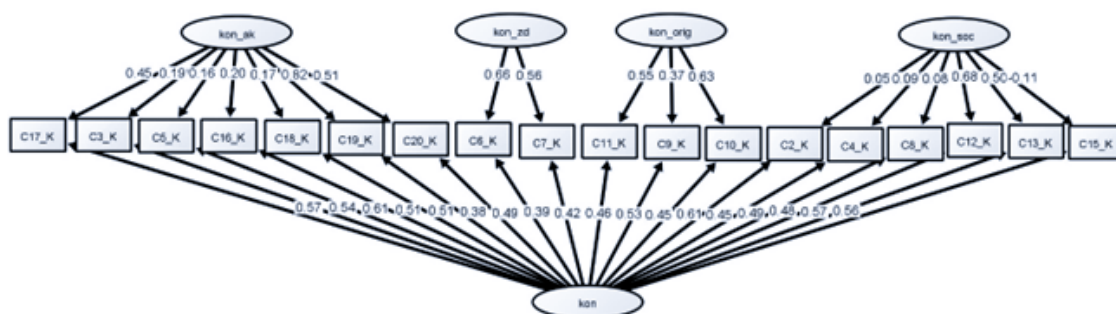
S obzirom da rezultati ukazuju na potencijalnu mogućnost izražavanja rezultata kroz subskele, ali i kroz ukupni rezultat, provedena je i dodatna konfirmatorna faktorska analiza.

9.4.1. Konfirmatorna faktorska analiza Upitnika LKA

S ciljem provjere modela koji pretpostavlja jedan generalni faktor povezan sa svim česticama, ali i četiri grupa faktora koja objašnjavaju dio specifične varijance karakteristične za doživljaj kontrole u specifičnim domenama, provedena je i konfirmatorna faktorska analiza. Analiza je provedena uz primjenu robusne metode maksimalne vjerodostojnosti kao metode procjene parametara. Kao metoda skaliranja latentnih varijabli korišteno je fiksiranje zasićenja jednog od indikatora na vrijednost 1. S ciljem provjere pristajanja modela podacima, korištena je kombinacija različitih pokazatelja interpretiranih u skladu s uvriježenim kriterijima: Satorra-Bentler χ^2 , RMSEA i njen 90% interval pouzdanosti (< .08), SRMR (< .09) i CFI (> .90; Weston i Gore, 2006).

Kako bismo ispitali strukturu LKA, specificirali smo bi-faktorski model (Reise i sur., 2013) u kojemu su sve čestice sačinjavale jedan generalni faktor, ali su također postojali i nezavisni specifični faktori koji su odražavali pojedine aspekte lokusa kontrole. Ovakav model pokazao je zadovoljavajuće pristajanje podacima, Satorra-Bentler $\chi^2(117) = 367.98$, $p < .001$, RMSEA = .057 [.051-.064], SRMR = .045, CFI = .93. Analiza je provedena na 18 čestica (tj. bez čestica P1 i P14). Sve su čestice bila značajno zasićene i generalnim faktorom i specifičnim faktorima, s iznimkom čestica pretpostavljenoga socijalnog lokusa kontrole koje nisu imale zajedničku specifičnu varijancu, već su bile značajno zasićene samo generalnim faktorom (Slika 9.2.).

Slika 9.2. Grafički prikaz bi-faktorskog modela s jednim generalnim faktorom i četiri grupna faktora



Iz prikazanih rezultata može se zaključiti da je uporaba subskalnih rezultata opravdana u slučajevima kada se želi ispitati doživljaj kontrole u sadržajno specifičnim domenama koje mogu biti potencijalno precizniji prediktori određenih aspekata prilagodbe. Model provjeren konfirmatornom analizom pritom ukazuje da je subskala lokusa u području socijalnih odnosa znatno objašnjena generalnim faktorom te se vjerojatno podjednaka prediktivna valjanost može ostvariti i uporabom generalne mjere lokusa. S obzirom na provjere latentne strukture Upitnika, čini se opravdanom i uporaba ukupnog rezultata koji ukazuje na generalizirani doživljaj lokusa kontrole. Ukupni rezultat s obzirom na veću sadržajnu heterogenost može biti korišten pri predikciji općih kriterijskih varijabli koje nisu sadržajno specifične.

U nastavku su opisane metrijske karakteristike i subskala, ali i ukupnih rezultata.

9.5. Izražavanje rezultata na subskalama i deskriptivna statistika za subskale

Na osnovi provedenih analiza predložena je uporaba četiri subskale koje ispituju doživljaj kontrole u četiri specifična područja. Rezultati u svakoj od subskala izražavaju se kao prosjek odgovora na sve tvrdnje u skali, tako da ukupni rezultati mogu varirati u rasponu od 1 do 7. Niže vrijednosti ukazuju na vanjski lokus, tj. procjenu niske mogućnosti utjecaja na ishode, dok više vrijednosti ukazuju na unutarnji lokus, odnosno procjenu visoke mogućnosti utjecaja na ishode i događaje.

Tablica 9.10. Četiri subskale Upitnika lokusa kontrole za adolescente

Faktor (subskala)	k	čestice i bodovanje
1. Percepcija utjecaja u području akademskog postignuća	7	$(P3 + P5 + P16 + P17 + P18 + P19 + P20)/7$.
2. Percepcija utjecaja na vlastito zdravlje	2	$(P6 + P7)/2$.
4. Percepcija utjecaja na vlastitu originalnost	3	$(P9 + P10 + P11)/3$.
3. Percepcija utjecaja na uspješnost u socijalnim odnosima	6	$(P2 + P4 + P8 + P12 + P13 + P15)/6$.

Prva subskala sastoji se od 7 tvrdnji i ispituje percepciju utjecaja u području akademskog postignuća (akademski lokus), druga subskala uključuje dvije čestice i ispituje percepciju utjecaja na vlastito tjelesno i mentalno zdravlje (zdravstveni lokus), treća subskala uključuje tri tvrdnje te ispituje lokus vezan uz vlastitu originalnost i kreativnost (lokus vezan uz originalnost), dok četvrta subskala sadrži šest tvrdnji i ispituje percepciju utjecaja na uspješnost vlastitih socijalnih odnosa (socijalni lokus).

Tablica 9.11. Deskriptivna statistika po subskalama, pouzdanost i prosječne korelacije među česticama

Subskala	M	SD	α	r_{ij}
1. Percepcija utjecaja u području akademskog postignuća	5.311	1.021	.815	.384
2. Percepcija utjecaja na vlastito zdravlje	5.137	1.507	.700	.536
3. Percepcija utjecaja na vlastitu originalnost	5.050	1.367	.739	.486
4. Percepcija utjecaja na uspješnost u socijalnim odnosima	5.196	.977	.727	.308

α – Cronbachov alfa koeficijent; r_{ij} – prosječna interkorelacija među česticama unutar subskale

Na osnovi vrijednosti aritmetičkih sredina, može se zaključiti da je najviša procjena uvjerenja o mogućnosti kontrole procijenjena uz akademski lokus (5.311), nešto niža za lokus vezan uz socijalne odnose (5.196) i zdravstveni lokus (5.137) te relativno najniža za lokus u području vlastite originalnosti (5.050). Sve prosječne procjene nalaze se oko vrijednosti 5, što ukazuje na blagi pomak prema unutarnjem lokusu. Analiza varijance za zavisne uzorke rezultirala je statistički značajnim F-omjerom [$F(3,845) = 10.317$; $p < 0.001$], a post-hoc testovi ukazuju

na značajnu razliku između procjena akademskog lokusa i sve tri ostale subskale te između lokusa vezanog uz originalnost i socijalnog lokusa. Važnosti razlika dijelom doprinosi veličina uzorka, ali apsolutne razlike ukazuju na sličan stupanj uvjerenja o kontroli u četiri domene.

9.6. Analiza ukupnih rezultata u Upitniku LKA u slučaju kada se kao mjera lokusa kontrole koristi prosječan rezultat u cijelom upitniku ($k = 20$)

Ukupni rezultat u Upitniku Lokusa kontrole za adolescente može se izraziti kao prosjek odgovora na svih 20 pitanja, pri čemu ukupni rezultat može varirati u rasponu od 1 do 7. Viši rezultat ukazuje na viši stupanj unutarnjeg lokusa, odnosno uvjerenje ispitanika da su ishodi pod njegovom kontrolom.

Tablica 9.12. Deskriptivna statistika i pouzdanost za kompozit sačinjen od 20 pitanja

Rezultat u Upitniku LKA izražen kao prosjek odgovora	M	SD	V	min	max	α	r_{ij}	r_{iu}
	5.138	.865	.749	2.25	7.00	.879	.271	.487

α – Cronbachov alfa koeficijent pouzdanosti; r_{ij} – prosječna interkorelacija čestica u upitniku; r_{iu} – prosječna korelacija čestica s ukupnim rezultatom

Aritmetička sredina ukupnih rezultata iznosi $M = 5.138$ uz standardnu devijaciju od .865. Pouzdanost ukupnog rezultata izraženog kao prosjek odgovora na svih 20 pitanja izražena Cronbachovim alfa koeficijentom iznosi $\alpha = .879$. Standardna pogreška mjerenja vezana uz prosječni rezultat u Upitniku iznosi 0.301. Oblik distribucije rezultata približno je normalan, iako je cijela distribucija blago pomaknuta prema višim vrijednostima, odnosno prema unutarnjem lokusu kontrole. Mjere asimetrije iznose -1.59 (skewness) i .162 (kurtosis), a Kolmogorov-Smirnovljev test pokazuje da distribucija ne odstupa znatno od normalne ($z = .029$; $p > .05$).

Tablica 9.13. Frekvencije ukupnih rezultata (prosjek svih odgovora na 20 tvrdnji) grupirane u 7 kategorija ($N = 851$)

	cijeli uzorak			mladići			djevojke		
	N	%	kumulativni %	N	%	kumulativni %	N	%	kumulativni %
1.00 do 1.50	0	0.0	.0	0	0.0	0.0	0	0.0	0.0
1.51 do 2.50	4	.5	.5	2	.5	.5	2	.4	.4
2.51 do 3.50	26	3.1	3.5	9	2.3	2.8	17	3.7	4.2
3.51 do 4.50	165	19.4	22.9	67	17.0	19.8	98	21.4	25.6
4.51 do 5.50	386	45.4	68.3	163	41.4	61.2	223	48.8	74.4
5.51 do 6.50	217	25.5	93.8	121	30.7	91.9	96	21.0	95.4
6.51 do 7.00	53	6.2	100.0	32	8.1	100.0	21	4.6	100.0
Ukupno	851	100.0		394	100.0		457	100.0	

U tablici 9.13. prikazane su frekvencije rezultata u Upitniku LKA razvrstane u sedam kategorija. Može se uočiti da je broj rezultata u dva najniža razreda zanemariv (0.5%), a da je ostatak distribucije približno simetričan i ukazuje na 6.2% adolescenata koji imaju izrazito visok unutarnji lokus (tj. prosjek njihovih odgovora na svih 20 čestica nalazi se iznad vrijednosti 6.5). Između vrijednosti 5.5 i 6.5 nalazi se 25.5% odgovora, dok najveći broj ispitanika pripada u kategoriju prosječnog rezultata između 4.5 i 5.5, što znači da njihove procjene konvergiraju vrijednosti 5 (tj. lagano su pomaknute **k većem uvjerenju u vlastitu kontrolu nad događajima**). Prosječni rezultat za 19.4% ispitanika nalazi se u središnjem intervalu između 3.5 i 4.5, odnosno ukazuje na uvjerenje o

podjednakom utjecaju i unutarnjih i vanjskih faktora. Za svega 3.6% ispitanika prosječan rezultat nalazi se ispod vrijednosti 3.5, što ukazuje na izražen vanjski lokus, odnosno uvjerenje da na različite ishode u njihovom životu dominantno djeluju vanjski faktori.

U nastavku analiza bit će prikazan odnos lokusa i nekih mjera prilagodbe i mentalnog zdravlja. Kako bismo demonstrirali odnos između uvjerenja o kontroli nad događajima i nekih relevantnih kriterija, prikazat ćemo prosječne vrijednosti u mjerama samopoštovanja, procjene sreće u životu, procjene ostvarenja životnih ciljeva, samokompetencije te mjera mentalnog zdravlja u funkciji razine lokusa kontrole mjenjenog prosječnim rezultatom u Upitniku LKA.

Tablica 9.14. Prosječni rezultati na mjerama psihološke prilagodbe i mentalnog zdravlja u funkciji rezultata na Upitniku LKA

Rezultat u LKA	<i>N</i>	<i>Samopoštovanje (10-50)</i>	<i>Samoprocjena sreće (1 do 5)</i>	<i>Procjena ostvarenja životnih ciljeva (1 do 5)</i>	<i>Procjena samokompetencije (1 do 5)</i>	<i>Internalizirani simptomi (0 do 62)</i>	<i>Eksternalizirani simptomi (0 do 64)</i>
1 do 1.5	0	-	-	-	-	-	-
1.5 do 2.5	4	15.00	2.67	1.67	2.33	31.67	16.00
2.5 do 3.5	26	26.92	3.04	3.23	3.19	26.44	20.20
3.5 do 4.5	165	32.52	3.60	3.77	3.50	18.63	15.64
4.5. do 5.5	386	34.99	3.82	4.02	3.92	17.63	14.55
5.5. do 6.5	217	39.26	4.42	4.40	4.36	12.23	12.47
6.5 do 7	53	40.81	4.75	4.77	4.81	11.04	12.06
Ukupno	851						

U tablici 9.14. prikazane su prosječne vrijednosti u Rosenbergovom upitniku samopoštovanja u funkciji grupiranih prosječnih rezultata Upitnika LKA. Može se uočiti linearni porast samopoštovanja u funkciji porasta unutarnjeg lokusa kontrole. Teorijski prosjek u upitniku samopoštovanja iznosi 25, i najniži je kod ispitanika s izrazitim vanjskim lokusom kontrole te raste s porastom unutarnjeg lokusa. Sličan trend zabilježen je i za samoprocjenu osobne sreće, očekivanja o ostvarenju životnih ciljeva i samokompetenciju, kao i mjere internaliziranih i eksternaliziranih simptoma mjerenih Achenbachovim upitnikom (YSR). Indikativno je da su vrijednosti u prva tri razreda, koje karakterizira vanjski lokus, tj. uvjerenje da vanjski faktori dominantno utječu na ishode ponašanja, povezani s niskim vrijednostima na svim mjerama prilagodbe i zadovoljstva.

Aritmetička sredina cjelokupnog uzorka za dimenziju internaliziranih simptoma iznosila je $M = 16.22$ ($SD = 10.93$), a rezultat koji odvaja 15% najviših rezultata nalazi se oko vrijednosti 29 bodova. Na dimenziji eksternaliziranih simptoma aritmetička sredina iznosila je $M = 14.40$ ($SD = 8.68$) uz vrijednost 22 iznad koje se nalazi 15% najviših rezultata. Proteklih godina u Hrvatskoj su provedena dva veća istraživanja u kojima je korišten Upitnik YSR i opažene su nešto niže prosječne vrijednosti. U istraživanju Rudan i sur. (2005) prosjek za internalizirane probleme iznosio je $M = 12.00$, a za eksternalizirane $M = 11.28$. Macuka (2016) na uzorku mladih adolescenata izvještava o prosjeku na dimenziji internaliziranih problema $M = 14.21$ i eksternaliziranih problema $M = 12.73$. Rezultati ovog istraživanja ukazuju na činjenicu da generalizirani vanjski lokus kontrole niži od 3.5 prate i povišene vrijednosti na dimenzijama internaliziranih i eksternaliziranih simptoma psihološke prilagodbe.

9.7. Procjena općeg utjecaja na događaje u životu

U okviru Upitnika LKA postavljeno je i jedno izdvojeno pitanje s ciljem generalizirane procjene utjecaja na stvari koje se ispitaniku događaju u životu. Pitanje je glasilo „**Koliko općenito možeš utjecati na stvari koje ti se događaju u životu?**“, a odgovori su procjenjivani na ljestvici od 7 stupnjeva, kao i kod pitanja u Upitniku LKA.

Tablica 9.15. Frekvencije odgovora na pitanje 21 „Koliko općenito možeš utjecati na stvari koje ti se događaju u životu?“ (N = 750)

	N	%	kumulativni %
1,00 uopće nije pod mojom kontrolom	13	1.7	1.7
2.00	14	1.9	3.6
3.00	46	6.1	9.7
4,00 podjednako mogu sam utjecati kao i vanjski faktori	210	28.0	37.7
5.00	219	29.2	66.9
6.00	173	23.1	90.0
7,00 u potpunosti je pod mojom kontrolom	75	10.0	100.0
Ukupno	750	100.0	

Aritmetička sredina odgovora na ovo pitanje iznosila je $M = 4.903$, uz standardnu devijaciju od 1.263. Frekvencije odgovora prikazane su u tablici 9.15. Distribucija odgovora negativno je asimetrična, što znači da kod većina ispitanika prevladava unutarnji lokus kontrole. Ukupno 10% ispitanika bira procjenu 7, što znači da procjenjuju da su stvari koje im se događaju u potpunosti pod njihovom kontrolom. Procjenu 6 bira 23.1%, a procjenu 5 sljedećih 29.2% ispitanika, iz čega proizlazi da sveukupno 62.3% ispitanika ima pretežito unutarnji lokus kontrole. A 28% ispitanika procjenjuje da na život podjednako utječu sami koliko i vanjski faktori. Ovaj stupanj uvjerenja može se opisati kao neutralni lokus kontrole. Uvjerenje da su događaji u njihovom životu pretežno pod utjecajem vanjskih faktora (procjene od 1 do 3) ukupno pokazuje 9.7% adolescenata, od čega 1.7% procjenjuje da uopće nemaju kontrolu nad vlastitim životom.

Tablica 9.16. Pearsonovi koeficijenti korelacije između procjene opće kontrole nad događajima u životu i mjera lokusa u Upitniku LKA (N = 746)

	LKA	Akademski lokus	Zdravstveni lokus	Lokus originalnosti	Socijalni lokus
Procjena opće kontrole nad životom	.445***	.320***	.394***	.236***	.389***

Legenda: *** $p < 0.001$; ** $p < .01$; * $p < .05$;

Opća procjena kontrole nad vlastitim životom povezana je pozitivno s prosječnim rezultatom na Upitniku LKA ($r = .445$). S obzirom da oba konstrukta mjere generalizirani lokus kontrole, opažena korelacija je niža od očekivane. Korelacije između jednostavne procjene opće kontrole sa subskalama Upitnika LKA razmjerno su niske i kreću se u rasponu od .236 (za originalnost) do .394 (za zdravstveni lokus). Čini se da dva načina operacionalizacije generaliziranog lokusa zahvaćaju donekle različite procjene i uvjerenja vezana uz doživljaj kontrole. U nastavku prikaza rezultata uspoređena je kriterijska i konvergentna valjanost različitih mjera lokusa u odnosu na različite vrste vanjskih varijabli. Ovakva diferencijalna usporedba različitih mjera doživljaja kontrole može olakšati izbor mjere lokusa u konkretnoj istraživačkoj ili praktičnoj situaciji.

9.8. Razlike na mjerama kontrole s obzirom na spol i srednjoškolsko usmjerenje

U prvom koraku ispitane su razlike na mjerama lokusa s obzirom na spol i srednjoškolsko usmjerenje. U tablici 9.17. prikazane su prosječne vrijednosti mladića i djevojaka te tri srednjoškolska usmjerenja na česticama Upitnika LKA. Razlike s obzirom na spol testirane su t-testovima za nezavisne uzorke, dok su razlike između usmjerenja testirane jednostavnim analizama varijance.

Tablica 9.17. Rezultati testiranja razlika na česticama Upitnika LKA s obzirom na spol i srednjoškolsko usmjerenje

pit.	Čestica	Spolne razlike (t-testovi)			Razlike među usmjerenjima (analiza varijance)				Značajne međugrupne razlike ^a
		Mm	Mž	t-omjer	Mgim	M(str4g)	M(str3g)	F-omjer	
P1	Moj vanjski/fizički izgled	4.844	4.738	0.921	4.691	4.884	5.063	2.456	-
P2	Moje vještine komuniciranja s drugim ljudima	5.514	5.527	-0.138	5.580	5.492	5.600	0.424	-
P3	Moja sposobnost da zadovoljim zahtjeve škole i ostvarim dobar uspjeh u školi i u nastavku školovanja	5.566	5.515	0.522	5.629	5.512	5.398	1.333	-
P4	Moja uspješnost u ostvarivanju i održavanju ljubavnih veza	4.818	4.749	0.580	4.731	4.877	4.903	0.823	-
P5	Moja uspješnost da lako razumijem i rješavam složene probleme i lako učim nove stvari	5.290	4.963	3.337***	5.049	5.233	5.215	1.642	-
P6	Moje fizičko zdravlje	5.533	4.884	5.734***	5.000	5.385	5.419	5.722**	gim-str3g
P7	Moje psihičko (mentalno) zdravlje	5.538	4.705	7.096***	4.972	5.219	5.581	5.342**	gim-str3g
P8	Moja sposobnost da razumijem osjećaje i probleme drugih ljudi	5.433	5.565	-1.363	5.374	5.603	5.807	4.844**	gim-str3g
P9	Moja sposobnost da na neki način budem poseban/a i drugačiji/a od drugih ljudi	5.197	5.112	0.766	5.121	5.216	5.043	0.523	-
P10	Moja sposobnost da se izražavam na kreativan i umjetnički način	5.033	5.134	-0.887	5.142	4.960	5.075	1.073	-
P11	Moj poseban talent ili darovitost za neko specifično područje	4.987	4.840	1.201	4.840	4.960	5.075	0.417	-
P12	Moja osobina da sam omiljen/a i prihvaćen/a od strane mojih vršnjaka	5.005	4.606	3.660***	4.615	4.887	5.387	9.924***	gim-str3g str4g-str3g
P13	Moj osjećaj da pripadam širem društvu u kojemu živim i dijelim njegove stavove i vrijednosti	4.899	4.591	2.927**	4.629	4.793	5.194	5.425**	gim-str3g str4g-str3g
P14	Moj materijalni status i mogućnost da si priuštim stvari koje želim	4.620	3.972	5.450***	3.963	4.507	5.161	22.137***	gim-str3g gim-str4g str4g-str3g
P15	Moja uspješnost u ostvarivanju uloge sina/kćeri	5.787	5.843	-0.600	5.861	5.747	5.914	0.875	-
P16	Moje sposobnosti u sportskim i tjelesnim aktivnostima	5.614	5.245	3.479***	5.404	5.445	5.333	0.192	-
P17	Moja sposobnost da rješavam tehničke probleme i zadatke	5.404	4.910	4.994***	5.116	5.239	5.054	0.896	-
P18	Moje pridržavanje moralnih vrijednosti	5.737	5.733	.039	5.870	5.650	5.398	5.633**	gim-str3g
P19	Moja uspješnost u matematici i računskim zadacima	5.028	4.790	2.065*	5.077	4.771	4.667	4.233*	-
P20	Moja uspješnost u pismenom i usmenom izražavanju	5.250	5.326	-0.744	5.374	5.223	5.290	0.933	-

*** $p < 0.001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

gim = gimnazije; str4g = Strukovne 4 godišnje škole; str3g = Strukovne 3 godišnje škole

^a – razlike su testirane uporabom Scheffeovog testa

Analiza spolnih razlika u pojedinim domenama ponašanja ukazuje na izraženiji vanjski lokus kod djevojaka na devet čestica. Najveća razlika u doživljaju kontrole pronađena je u području psihičkog zdravlja ($M_m = 5.538$, $M_z = 4.705$), za koje djevojke procjenjuju da je manje pod njihovom kontrolom u odnosu na procjene mladića. Pored toga, razlika nešto veća od pola boda pronađena je i za procjene lokusa vezane uz tjelesno zdravlje te materijalni status. Iza toga slijedi procjena utjecaja na sposobnost rješavanja tehničkih problema, gdje je razlika približno pola boda. Nešto manje, ali statistički značajne razlike, pronađene su i u doživljaju kontrole u područjima prihvaćenosti od strane vršnjaka i šireg društva, sposobnosti rješavanja složenih problema, sportskim aktivnostima i matematici.

Razlike u uvjerenjima o kontroli ispitane su i s obzirom na srednjoškolsko usmjerenje, pri čemu su uspoređeni rezultati uzorka gimnazijalaca, učenika četverogodišnjih i trogodišnjih strukovnih škola. S obzirom na apsolutne vrijednosti, opažene razlike nisu velike, a statistička značajnost dosegnuta je na sedam čestica. Najveća razlika u kontroli opažena je u području materijalnog statusa, gdje učenici trogodišnjih strukovnih škola procjenjuju najveći stupanj kontrole ($M_{str3g} = 5.161$) u odnosu na četverogodišnje strukovne škole ($M_{str4g} = 4.507$) i gimnazijalce ($M_{str3g} = 3.963$). Dodatna analiza pokazala je da se učenici tri različita usmjerenja ne razlikuju značajno prema zadovoljstvu vlastitim materijalnim statusom, iz čega se može zaključiti da zadovoljstvo materijalnim statusom u ovom slučaju ne objašnjava razlike u doživljaju kontrole. S druge strane, procjena materijalnog statusa obitelji pokazala je da su učenici gimnazija procijenili značajno višim materijalni status vlastitih obitelji u odnosu na obje vrste strukovnih škola. Za interpretaciju većeg uvjerenja o kontroli vlastitog materijalnog statusa kod učenika trogodišnjih strukovnih škola nema jednoznačnog objašnjenja, a moguća hipoteza može biti očekivanje da vještinama koje stječu mogu priskrbiti određeni honorar na tržištu. Posljednjih godina potražnja za obrtničkim strukama raste, kao i potencijalna mogućnost zarade, što kod dijela gimnazijskih programa nije slučaj. Bilo bi korisno dodatno provjeriti uzroke ove razlike vezane uz doživljaj kontrole između učenika različitih usmjerenja. Kontrola spola u ovom slučaju nije dovoljna za objašnjenje navedene razlike. Druga razlika prema veličini odnosi se na doživljaj utjecaja na prihvaćenost od strane vršnjaka i šireg društva, gdje ponovno učenici trogodišnjih strukovnih škola imaju viši unutarnji lokus u odnosu na ostala dva usmjerenja. Pored toga, zabilježene su razlike između gimnazijalaca i trogodišnjih strukovnih škola u području kontrole vlastitog tjelesnog i mentalnog zdravlja, kao i razumijevanja osjećaja i problema drugih ljudi. U sva tri područja učenici trogodišnjih strukovnih škola imaju viši doživljaj kontrole. I ovom slučaju kontrola spola nije objasnila utvrđenu razliku. Na tragu nalaza o većem opterećenju i očekivanjima od gimnazijalaca u akademskom okruženju, moguća je hipoteza da to dovodi do niže procjene mogućnosti očuvanja vlastitog zdravlja u situaciji pritiska okoline. Jedino područje u kojemu su gimnazijalci procijenili višu mogućnost utjecaja u odnosu na trogodišnje strukovne škole jest pridržavanje moralnih normi. Spolne razlike, kao i razlike prema usmjerenjima, provjerene su i na ukupnim skalnim rezultatima, a rezultati su prikazani u tablici 9.18.

Tablica 9.18. Rezultati testiranja razlika na različitim mjerama doživljaja kontrole s obzirom na spol i srednjoškolsko usmjerenje

Skala	Spolne razlike (t-testovi)			Razlike među usmjerenjima (analiza varijance)				
	Mm	Mž	t-omjer	Mgim	M(str4g)	M(str3g)	F-omjer	Značajne međugrupne razlike
LKA - Ukupni rezultat	5.253	5.038	3.625***	5.102	5.177	5.273	1.765	-
Akademski lokus	5.426	5.212	3.048**	5.363	5.306	5.194	1.150	-
Zdravstveni lokus	5.535	4.794	7.388***	4.986	5.302	5.500	6.720***	gim –str3g
Lokus originalnosti	5.077	5.028	0.516	5.036	5.048	5.014	0.022	-
Socijalni lokus	5.254	5.146	1.583	5.133	5.242	5.475	5.036**	gim –str3g
Procjena opće kontrole nad životom	5.148	4.679	5.173***	4.874	4.806	5.296	5.231**	gim-str3g str4g–str3g

*** $p < 0.001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

gim = gimnazije; str4g = Strukovne 4 godišnje škole; str3g = Strukovne 3 godišnje škole

^a – razlike su testirane uporabom Scheffeovog testa

Sve razlike na korištenim varijablama sustavno ukazuju na viši unutarnji lokus kod mladića, s izuzetkom lokusa vezanog uz osobnu originalnost i socijalni lokus, gdje nije pronađena razlika. Podaci iz literature vezani uz spolne razlike nisu konzistentni. Strickland i Haley (1980) na Rotterovom upitniku navode češće nalaze o većoj internalnosti kod muškaraca. Archer i Waterman (1988) pregledom 22 istraživanja u njih 15 ne nalaze spolne razlike u lokusu kontrole, u šest muškarci ostvaruju višu internalnost, a u svega jednom su žene ostvarile višu internalnost.

Rezultati primjene Upitnika LKA ukazuju na sustavno višu internalnost kod mladića. Ovaj nalaz iznimno je važan jer ukazuje da je kod djevojaka doživljaj kontrole nad različitim domenama vlastitog života niži u odnosu na mladiće te predstavlja jedan od rizičnih faktora za opću prilagodbu i mentalno zdravlje. Najveća razlika pronađena je u području zdravstvenog lokusa, kao i kod opće kontrole nad događajima u vlastitom životu.

Razlike vezane uz usmjerenja pokazuju da na ukupnom rezultatu u Upitniku LKA nema razlike s obzirom na usmjerenja, ali razlika postoji na općoj procjeni kontrole nad vlastitim životom, i to u smjeru većeg doživljaja vlastite kontrole kod učenika trogodišnjih strukovnih usmjerenja u odnosu na četverogodišnje strukovne škole i gimnazijske programe. Značajna razlika pronađena je na zdravstvenom lokusu kod kojega gimnazijalci imaju značajno niža uvjerenja o kontroli u odnosu na učenike trogodišnjih strukovnih škola, a slična razlika pronađena je i za lokus kontrole u području socijalnih odnosa. Zanimljivo je da razlike među usmjerenjima nema u području doživljaja kontrole za akademska postignuća. Ovi rezultati korespondiraju s nalazima o razlikama vezanim uz psihološko zdravlje koji također ukazuju na višu ugroženost učenika, osobito djevojaka, u gimnazijskim programima. Formalno viši stupanj obrazovanja povlači i veću količinu obaveza, ali i očekivanja samih učenika i njihove socijalne okoline, što stvara dodatni pritisak na adolescente koji su u toj dobi posebno osjetljivi.

9.9. Kriterijska i konvergentna valjanost mjera lokusa kontrole

U nastavku su prikazane korelacije korištenih mjera lokusa kontrole s nekoliko skupina vanjskih varijabli. Prva skupina varijabli odnosi se na različite mjere samopoimanja, odnosno načina na koji mladi doživljavaju sebe. Druga skupina varijabli uključuje izvore stresnih i traumatskih događaja. Treća i četvrta skupina odnose se na doživljaj socijalne podrške te strategije suočavanja, dok posljednja skupina kriterijskih varijabli uključuje mjere mentalnog zdravlja. Cilj ovih analiza jest ispitivanje stupnja povezanosti lokusa kontrole operacionaliziranog na nekoliko različitih načina s konceptualno različitim vrstama vanjskih varijabli. Pri razmatranju prirode povezanosti doživljaja kontrole s drugim varijablama, važno je naglasiti da priroda povezanosti može biti teorijski objašnjena na različite načine jer ne postoji jednoznačan teorijski okvir za interpretaciju.

Tablica 9.19. Pearsonovi koeficijenti korelacije između mjera kontrole i različitih mjera samopoimanja (N = 851)

	LKA	Akademski lokus	Zdravstveni lokus	Lokus originalnosti	Socijalni lokus	Procjena opće kontrole nad životom*
1. Samopoštovanje	.417***	.316***	.368***	.237***	.350***	.325***
2. Opće zadovoljstvo životom	.358***	.316***	.368***	.237***	.350***	.325***
3. Samoprocjena osobne sreće	.370***	.213***	.405***	.191***	.352***	.341***
4. Samoprocjena ostvarenja životnih ciljeva	.350***	.251***	.330***	.195***	.299***	.269***
5. Upornost u ostvarenju zadataka	.333***	.266***	.190***	.237***	.294***	.196***
6. Samokompetencija	.425***	.353***	.314***	.262***	.357***	.308***
7. Procjena otpornosti	.267***	.206***	.290***	.127***	.208***	.319***

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; *procjene se zasnivaju na 744 ispitanika

Struktura odnosa mjera doživljaja kontrole i samopoimanja prikazana je u tablici 9.19. Može se uočiti da ukupni rezultat na Upitniku LKA pozitivno korelira s procjenom samokompetencije (.425; $p < .001$) i samopoštovanjem (.417; $p < .001$). Ova povezanost na tragu je većine nalaza iz literature te potvrđuje općenito veće samopoštovanje i vjerovanje u vlastite sposobnosti u funkciji većeg uvjerenja o kontroli nad vlastitim ponašanjem i ishodima tog ponašanja (npr. McNeill i Gilbert, 1991). Ostale pozitivne korelacije Upitnika LKA s mjerama sreće, općeg zadovoljstva i procjene vjerojatnosti ostvarenja vlastitih životnih ciljeva kreću se u rasponu između .30 i .40 te potvrđuju važnost unutarnjeg doživljaja kontrole. Slične, ali nešto niže, korelacije opažene su i za mjeru opće procjene mogućnosti utjecaja nad vlastitim životom. Četiri subskale Upitnika LKA također pozitivno koreliraju s mjerama samopoimanja i zadovoljstva, a prema veličini korelacija izdvaja se zdravstveni lokus. Teorijski je očekivano da će opće procjene samopoimanja biti više povezane s generalnom procjenom doživljaja kontrole. U ovom kontekstu ispitana je i povezanost lokusa s mjerom otpornosti koja predstavlja procjenu osobe koliko se dobro suočava i oporavlja od stresnih događaja u vlastitom životu. Najveća korelacija pronađena je između otpornosti i zdravstvenog lokusa (.290; $p < .001$) te ukupnog rezultata na LKA (.267; $p < .001$). Otpornost se primarno odnosi na potencijal nošenja s ugrožavajućim događajima i dijelom se preklapa s konceptom lokusa. Istraživanja Smitha i suradnika (2013) na studentima, potvrdila su važnu ulogu otpornosti u objašnjenju zdravstvenih ishoda. Autori na različitim uzorcima kao izvore otpornosti, izdvajaju karakteristike optimizma, aktivnog suočavanja i smisla života, a mehanizmi djelovanja ovih koncepata usko su povezani s doživljajem kontrole nad događajima te s uvjerenjem u vlastitu kompetentnost za rješavanje problema (Smith i sur., 2013). Odnos između opisanih skupova varijabli teorijski se može razmatrati kao dvosmjernan, tj. izraženiji doživljaj osobne kontrole učvršćuje mjere samopoštovanja i općeg zadovoljstva, ali je vjerojatan i obrnuti smjer djelovanja pozitivne slike o sebi na izraženija uvjerenja o mogućnostima osobne kontrole.

Tablica 9.20. Pearsonovi koeficijenti korelacije između mjera kontrole i izvora stresa

	LKA	Akademski lokus	Zdravstveni lokus	Lokus originalnosti	Socijalni lokus	Procjena opće kontrole nad životom*
1. Svakodnevni stresni događaji	-.310***	-.215***	-.332***	-.129***	-.265***	-.310***
1. Traumatski događaji	-.098**	-.083*	-.173***	-.012	-.050	-.119***
2. Vršnjačko zlostavljanje	-.189***	-.109**	-.231***	-.056	-.175***	-.166***

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; *procjene se zasnivaju na 744 ispitanika

Razina stresnog iskustva može utjecati na doživljaj kontrole i različite mjere prilagodbe. Odnos između stresnih životnih događaja i doživljaja kontrole treba razmatrati kao dinamičnu interakciju koja se odvija u funkciji vremena. Lazarus u svom transakcijskom modelu stresa upravo naglašava međudjelovanje izvora stresa, kognitivnih procjena i kvalitete prilagodbe (Lazarus i Folkman, 1984). Uspješno rješavanje životnih problema može ojačavati doživljaj osobne kontrole, otpornosti i samokompetencije, pri čemu je važno uzeti u razmatranje korištenje adaptivnih strategija suočavanja, kao i adekvatnu podršku okoline. Kada količina i intenzitet stresora porastu do granice prevladavanja osobnih resursa pojedinca, vjerojatan je pomak k vanjskom lokusu kontrole, odnosno smanjenje doživljaja osobne kontrole nad događajima. Rezultati prikazani u tablici 9.20 pokazuju da je veća razina svakodnevnih stresnih događaja najviše povezana s višom razinom zdravstvenog lokusa kontrole (-.332; $p < .001$), a jednako s dvije generalizirane procjene lokusa mjerene s Upitnikom LKA i općom procjenom kontrole nad životom (-.310; $p < .001$). Razina vršnjačkog nasilja, kao i razina traumatskih događaja, povezani su vrlo nisko (iako statistički značajno) s doživljajem kontrole, a moguće objašnjenje jest da se u ovom slučaju radi o rijetkim događajima čije je djelovanje povezano s drugim posredujućim varijablama. Xianchen i suradnici (2000) navode korelaciju od .27 ($p < .001$) između razine stresnih životnih događaja i lokusa kontrole (mjereno Nowicki-Strickland upitnikom lokusa kontrole), što odgovara nalazu u našem istraživanju.

Brojne studije potvrđuju povezanost različitih stresnih životnih događaja i simptomatologije vezane uz depresivnost, anksioznost, anoreksiju, samoozljeđivanje, suicidalnost i konzumaciju sredstava ovisnosti (Rey Gex i sur., 1998; Williamson, i sur., 1995). Korelacije između razine izvora stresa i posljedica kreću se oko .30, pri čemu različiti modeli ponekad uključuju i različite vrste posredujućih varijabli. Kao potencijalni moderatori i medijatori ovoga odnosa predloženi su socijalna podrška (Garnefski i Diekstra, 1996), strategije suočavanja (Windle i Windle, 1996), kognitivne procjene (Lazarus i Folkman, 1984), kao i lokus kontrole (Weisz i sur., 1993; Kliever i Sandler, 1992).

Xianchen i suradnici (2000) u istraživanju na 1365 adolescenata potvrđuju povezanost između stresnih događaja i mentalnog zdravlja uz značajan moderacijski utjecaj lokusa kontrole na način da adolescenti s višim unutar-njim lokusom imaju nižu razinu simptoma psihopatologije i problema u ponašanju (Achenbachov YSR). Utjecaj lokusa kontrole na povezanost između izvora problema i mjera prilagodbe korisno je istraživati kroz longitudinalne studije na način da se prate utjecaji unutarnjeg i vanjskog lokusa u situacijama kada količina problema prelazi resurse pojedinca. Većina istraživanja predstavlja registraciju stanja u jednoj vremenskoj točki, što vodi razmjerno ograničenim zaključcima o prirodi povezanosti lokusa kontrole s mjerama prilagodbe. Dio autora predlaže da se lokus kontrole u ovakvim istraživanjima koristi kao moderator, a ne klasični prediktor (Cauce i sur., 1992).

Tablica 9.21. Pearsonovi koeficijenti korelacije između mjera kontrole i percipirane socijalne podrške

	LKA	Akademski lokus	Zdravstveni lokus	Lokus originalnosti	Socijalni lokus	Procjena opće kontrole nad životom*
1. Socijalna podrška od strane obitelji	.285***	.207***	.256***	.148***	.285***	.135***
2. Socijalna podrška od strane prijatelja	.288***	.200***	.156***	.206***	.316***	.166***
3. Socijalna podrška od strane nastavnika	.248***	.207***	.172***	.138***	.222***	.198***
4. Procjena odnosa s učenicima u razredu	.206***	.149***	.189***	.108**	.195***	.156***
5. Procjena vremena koje posvećuje majka	.038	.034	.050	.005	.022	.076*
6. Procjena vremena koje posvećuje otac	.136***	.077*	.132***	.055	.155***	.126***

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; *procjene se zasnivaju na 744 ispitanika

Uvjerenje pojedinca o kontroli nad događajima i ishodima može osnažiti percepcija podrške okoline. Podrška okoline važna je na emocionalnoj, kognitivnoj i bihevioralnoj razini, a njezin značaj raste u situacijama kada je pojedincu potrebna dodatna pomoć pri rješavanju životnih problema. Upitnik socijalne podrške korišten u ovom istraživanju sadržavao je mjere tri različita izvora socijalne podrške: obitelj, prijatelje i nastavnike. Viša percipirana podrška iz sva tri izvora povezana je s mjerama doživljaja kontrole značajno i u rasponu između .135 ($p < .001$) do .316 ($p < .001$). Ukupni rezultat na Upitniku LKA povezan je s mjerama socijalne podrške između 0.248 ($p < .001$) i .285 ($p < .001$). Među specifičnim mjerama lokusa stabilne korelacije s mjerama socijalne podrške ima subskala lokusa u području socijalnih odnosa, što je i očekivano. Od ostalih mjera socijalnih odnosa značajnu povezanost s lokusom ima i doživljaj prihvaćenosti od strane učenika u razredu (.206 s generalnim lokusom mjerenim LKA; $p < .001$). Unutar obiteljskih odnosa izdvojene su specifične mjere procjene odnosa s roditeljima. Pokazalo se da je nedovoljno vrijeme koje otac posvećuje adolescentu nisko, ali značajno, povezano s općim vanjskim lokusom. Vrijeme koje majka posvećuje adolescentu nije se pokazalo povezanim s lokusom. Detaljniji uvid u ovaj odnos pokazuje da doživljaj vremena što adolescentu posvećuju majka i otac ima različit značaj za adolescente. Slični rezultati pronađeni su i u ranijem istraživanju provedenom na adolescentima (Ljubotina i Galić,

2002), a ukazuju da nedostatak podrške oca može biti rizični faktor za prilagodbu, a k tome, tradicionalni očevi manje intenzivno uključeni u aktivnosti s djecom. Cauce i suradnici (1992) izvještavaju o zaštitnoj ulozi socijalne podrške i lokusa kontrole pri ispitivanju odnosa između stresnih životnih događaja i prilagodbe. Obiteljska podrška pokazala se važnom u različitim područjima prilagodbe, dok je podrška škole povezana s prilagodbom na zahtjeve škole.

Podrška škole djeluje kao zaštitni faktor posebno za učenike s unutarnjim lokusom kontrole. Krause (1987) navodi rezultate longitudinalne studije, čiji zaključci ukazuju na nelinearan odnos između socijalne podrške i uvjerenja o kontroli. Krause navodi da povećanje socijalne podrške povećava unutarnji lokus do jedne točke nakon koje dodatna podrška počinje smanjivati doživljaj osobne kontrole. Ovaj odnos registriran je za emocionalnu podršku i integraciju, ali ne i za informacijsku i materijalnu podršku. Zaključak je zanimljiv jer se prevelika podrška, u smislu preuzimanja dijela obaveza ili rješavanja problema, može razviti u određeni obrazac ovisnosti, odnosno uvjerenja da će okolina riješiti potencijalni problem. Ovaj obrazac može voditi prema povećanju vanjskog lokusa usmjerenog na važne druge osobe, a primjer može biti prepisivanje zadaća od vršnjaka, oslanjanje na roditelje i kada to nije nužno i sl. Dodatni mehanizam djelovanja unutarnjeg lokusa može biti povezan s uvjerenjem da pojedinac u slučaju potrebe može aktivirati i iskoristiti resurse vezane uz socijalnu okolinu za rješavanje osobnih problema (Vanderzee i sur., 1997). Autori također navode veći stupanj socijalne podrške kod osoba s višim unutarnjim lokusom kontrole.

Tablica 9.22. Pearsonovi koeficijenti korelacije između mjera kontrole i strategija suočavanja

	LKA	Akademski lokus	Zdravstveni lokus	Lokus originalnosti	Socijalni lokus	Procjena opće kontrole nad životom*
1. Pozitivna reinterpretacija	,225***	,230***	,137***	,153***	,191***	,157***
2. Aktivno suočavanje	,219***	,196***	,087*	,176***	,190***	,094*
3. Ponašajno izbjegavanje	-,236***	-,203***	-,193***	-,118***	-,203***	-,132***
4. Potiskivanje kompetencijskih aktivnosti	,144***	,121***	,084*	,072*	,149***	,119***
5. Planiranje	,172***	,168***	,071*	,133***	,149***	,163***
6. Samookrivljavanje	-,175***	-,093*	-,219***	-,079*	-,158***	-,131***
6. Pomaknuta agresija	-,170***	-,122***	-,215***	-,102***	-,129***	-,116***
7. Korištenje sredstava ovisnosti	-,098*	-,095*	-,166***	-,060*	-,049	-,074

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; *procjene se zasnivaju na 744 ispitanika

Koncept suočavanja sa stresom uveo je R. Lazarus nastojeći opisati različite oblike ponašanja koje pojedinci koriste kako bi ublažili posljedice izloženosti stresnim događajima (Lazarus i Folkman, 1984).

Unutar Lazarusove transakcijske teorije stresa izbor strategije suočavanja usko je povezan s kognitivnim procjenama koje uključuju procjenu ugroženosti i procjenu mogućnosti djelovanja kojim bi se osoba zaštitila od djelovanja stresora. Stoga je suočavanje konceptualno povezano s općim doživljajem kontrole pojedinca, kao i osobinama ličnosti. Prva podjela strategija suočavanja, koju je predložio Lazarus, uključivala je dvije osnovne strategije: suočavanje usmjereno na problem i suočavanje usmjereno na emocije. Suočavanje usmjereno na problem uključuje kognitivne napore i ponašanja usmjerene na analizu i rješavanje problema s ciljem djelovanja na izvor/e stresa. Ovaj način suočavanja pretežno će se javljati u situacijama kada ljudi procjenjuju da mogu učiniti nešto konstruktivno u vezi izvora stresnog događaja (Lazarus i Folkman, 1984). Suočavanje usmjereno na emocije bit će odabrano u situacijama u kojima osoba procjenjuje da ne može (ili ne želi) djelovati na izvore stresa te se usmjerava

na ponašanja i aktivnosti za koje pretpostavlja da će umanjiti psihološke posljedice djelovanja stresora tako da traži emocionalnu podršku, bavi se drugim aktivnostima, izražava vlastite emocije i sl.

Tijekom vremena, na osnovi istraživanja i kliničkih iskustava, konceptualiziran je niz specifičnih oblika suočavanja tako da upitnik korišten u ovom istraživanju uključuje 18 specifičnih strategija. Pored toga, moguće je da pojedinac istovremeno koristi više različitih strategija, pri čemu istraživanja pokazuju da se određene strategije mogu razmatrati kao više adaptivne i učinkovite za smanjenje posljedica izloženosti stresu. Ne treba zanemariti ni strategije usmjerene na emocije jer omogućuju kontrolu neugodnih emocija i općenito smanjuju napetost i stanje stresa kod pojedinca (Kozjak Mikić i Perinović, 2008). Istraživanja ukazuju na razliku između ekternalno i internalno orijentiranih osoba vezanu uz izbor strategija suočavanja, kao i učinkovitost njihova suočavanja u stresnim situacijama (Parkes, 1984).

Autorica navodi da postoji značajna interakcija između lokusa kontrole i kognitivnih procjena, a internalno orijentirani pojedinci biraju obrasce suočavanja koji su potencijalno adaptivniji u odnosu na obrasce koje biraju ekternalno orijentirane osobe. Ranija istraživanja pružaju dokaze o medijacijskom utjecaju lokusa kontrole na odnos između stresnih događaja i psiholoških posljedica (Lefcourt i sur., 1981). Načelno se prikladnijim i učinkovitijim smatraju strategije suočavanja kakve su proaktivne i usmjerene na rješavanje problema. Razvoj kvalitetnih strategija suočavanja u razdoblju djetinjstva i adolescencije od posebne je važnosti za kasniji razvoj osobe te utječe na način na koji će se pojedinac nositi s problemima i izvorima stresa u kasnijoj dobi.

Iz tablice 9.22. može se zaključiti da je opći lokus kontrole mjeren Upitnikom LKA povezan pozitivno s pozitivnom reinterpetacijom događaja (.225; $p < .001$), aktivnim suočavanjem (.219; $p < .001$), a negativno s tendencijom da se izbjegavaju ponašanja vezana uz izvor stresa (-.236; $p < .001$). Osim toga, viša razina unutar-njeg lokusa kontrole povezana je nisko, ali statistički značajno, s češćim korištenjem planiranja i potiskivanjem aktivnosti nevažnih za suočavanje, rjeđim korištenjem samookrivljanja, sredstava ovisnosti i uporabom pomaknute agresije. Struktura povezanosti slična je i za druge mjere kontrole, ali su koeficijenti korelacija niži i samo djelomično statistički značajni. Jedno moguće razlikovanje odnosi se na strategije izbjegavanja i konfrontacijske strategije koje uključuju ponašanja kojima se nastoji kontrolirati izvor stresa (Krapić i Kardum, 2003). Gomez (1997) na uzorku adolescenata također nalazi negativnu povezanost ekternalnog lokusa s aktivnim suočavanjem te pozitivnu sa strategijama izbjegavanja. Autor opisuje i utjecaj ponašanja tipa A, koje pozitivno korelira s ekternalnim lokusom kod mladića, i strategijama izbjegavanja kod djevojaka. Ponašanje tipa A moderira odnos između lokusa kontrole i suočavanja kod mladića. Neke od značajki ponašanja ličnosti tipa A su napetost, nestrpljivost, iritabilnost, kompetitivnost i sl.

Kobasa i suradnici (1982) predlažu koncept čvrstoće ličnosti čija je komponenta i unutarnji lokus kontrole. Istraživanja pokazuju da čvrstoća ličnosti, kao složen konstrukt, predstavlja zaštitni faktor koji posreduje između izvora stresa i posljedica. Krapić i Kardum (2003) ukazuju na povezanost strategija suočavanja adolescenata s crtama ličnosti, razinom stresnih događaja, percipiranom socijalnom podrškom i školskim uspjehom. U ovom kontekstu se unutarnji lokus kontrole može opisati kao pozitivna osobina koja, u interakciji s drugim čimbenicima, potiče osobu da se aktivno suočava s izvorom stresa i pritom ima uvjerenje u vlastite potencijale (Folkman, 1984). Važno je naglasiti da kod određenih vrsta stresora usmjeravanje na problem nije moguće (gubitak bliske osobe, nenadoknadivi gubici i sl.), već je prikladnije usmjeravanje na prihvaćanje situacije i reinterpetaciju. Naši rezultati pokazuju da je i u toj situaciji unutarnji lokus povezan s češćim izborom strategije pozitivne reinterpetacije (npr. „Pokušavam nešto naučiti iz ovog iskustva kako bih sljedeći put bio/bila jači/a“). Folkman (1984) naglašava složenost odnosa između osobne kontrole, izbora suočavanja te ishoda. Uvjerenje o kontrolabilnosti stresnog događaja ne vodi uvijek do izbora prikladnog suočavanja i redukcije stresa. Autorica upozorava na važnost razlikovanja opće procjene o mogućnosti kontrole nad događajima i specifične procjene koja se odnosi na konkretni izvor stresa. Pored toga, opisuje različite mehanizme djelovanja procjene kontrole na transakciju između stresora i posljedica. Važno je naglasiti da je uvjerenje o osobnoj kontroli načelno poželjno, ali u konkretnim životnim situacijama bitno je realno procijeniti objektivnu mogućnost kontrole nad situacijom i u skladu s tim odabrati najprikladnije mehanizme suočavanja.

Tablica 9.23. Pearsonovi koeficijenti korelacije između mjera kontrole i mjera mentalnog zdravlja (N = 851)

	LKA	Akademski lokus	Zdravstveni lokus	Lokus originalnosti	Socijalni lokus	Procjena opće kontrole nad životom*
1. Internalizirani problemi	-.318***	-.202***	-.417***	-.124***	-.274***	-.325***
1. Eksternalizirani problemi	-.197***	-.150***	-.200***	-.142***	-.132***	-.097**
2. Anksioznost/depresivnost	-.301***	-.195***	-.391***	-.112***	-.255***	-.335***
3. Povlačenje	-.331***	-.192***	-.372***	-.175***	-.310***	-.316***
4. Somatski problemi	-.188***	-.130***	-.306***	-.042	-.148***	-.169***
5. Socijalni problemi	-.313***	-.213***	-.303***	-.148***	-.290***	-.290***
6. Problemi mišljenja	-.222***	-.150***	-.297***	-.052	-.188***	-.213***
7. Problemi pažnje	-.297***	-.244***	-.222***	-.153***	-.247***	-.251***
8. Kršenje pravila	-.151***	-.131***	-.154***	-.112***	-.090*	-.090*
9. Agresivno ponašanje	-.208***	-.145***	-.211***	-.146***	-.148***	-.090*

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; *procjene se zasnivaju na 744 ispitanika

Svjetska zdravstvena organizacija definirala je **mentalno zdravlje** „kao stanje dobrobiti u kojemu pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s normalnim životnim izvorima stresa, može raditi produktivno i plodno te je sposoban pridonositi zajednici“ (WHO, 2001). Razvijeni su različiti sustavi za deskripciju i klasifikaciju mentalnog zdravlja djece i adolescenata, pri čemu se mogu razlikovati kategorijalni i dimenzionalni pristupi (Mash i Barkley, 2003). U ovom istraživanju kao mjera općeg mentalnog zdravlja adolescenata korištena je Skala samoprocjene ponašanja mladih (YSR – *Youth Self-Report*; Achenbach i Rescorla, 2001). Skala se sastoji od ukupno 112 čestica raspoređenih u osam dimenzija, odnosno skupina simptoma: anksioznost/depresivnost, povlačenje, tjelesne poteškoće, socijalni problemi, problemi mišljenja, problemi pažnje, kršenje pravila (delinkventno ponašanje) i agresivno ponašanje. Od osam skala sindroma tri pripadaju u skupinu **internaliziranih** problema (skala povlačenja, anksioznosti/depresivnosti i tjelesnih poteškoća), dvije skale u skupinu **eksternaliziranih** problema (skale agresivnosti, skala kršenja pravila – delinkventnog ponašanja), dok se rezultati na preostale tri skale (socijalni problemi, problemi mišljenja i problemi pažnje) zasebno razmatraju. Podjela na internalizirane i eksternalizirane problema uobičajena je pri deskripciji mentalnog zdravlja mladih.

Internalizirani problemi uključuju probleme vezane uz anksiozno-depresivnu simptomatologiju kao što su: socijalno povlačenje, psihosomatski problemi, suicidalnost i samookrivljavanje, teškoće regulacije emocija ili pretjerano kontroliranje ponašanja. Eksternalizirani problemi lakše su dostupni opažanju od strane okoline i uključuju ljutnju, agresivno ponašanje, frustraciju, delinkventno ponašanje, bježanje od kuće i iz škole, antisocijalna ponašanja i sl. Obje kategorije problema međusobno su povezane i u ovom istraživanju korelacija između internaliziranih i eksternaliziranih problema iznosila je .409 ($p < .001$).

Jedan od sveobuhvatnih modela u području mentalnog zdravlja jest biopsihosocijalni model. Originalno predložen 1977. od Georga L. Engela, ovaj model naglašava interakciju između bioloških, psiholoških i socijalnih faktora pri objašnjavanju uzroka nastajanja mentalnih poremećaja. Pojava poremećaja psihičkog zdravlja može se povezati s različitim skupovima uzročnika kao što: su individualne karakteristike osobe, obiteljsko i biološko nasljeđe, socijalna okolina te šira društvena okolina u kojoj pojedinac živi. Među najznačajnije prediktore u etiologiji mentalnog zdravlja pripada razina stresnih događaja. U našem istraživanju stresni događaji pokazali su se kao najznačajniji prediktor poremećaja mentalnog zdravlja, pri čemu su korelacije između razine svakodnevnih

stresnih događaja i internaliziranih problema .593 ($p < .001$), dok je korelacija s eksternaliziranim problemima .377 ($p < .001$). Rezultat na skali vršnjačkog nasilja povezan je s internaliziranim problemima .531 ($p < .001$), a eksternaliziranim .410 ($p < .001$). Razina traumatskih iskustava korelira s internaliziranim događajima .318 ($p < .001$), a eksternaliziranim .364. Treba podsjetiti da je razina svakodnevnih stresnih događaja nešto više korelirala s mjerama kontrole u odnosu na traumatske događaje i vršnjačko nasilje. U slučaju kada se utjecaj opće procjene kontrole mjeren Uпитnikom LKA parcijalizira iz korelacije svakodnevnih stresnih događaja i internaliziranih problema, korelacija se sa .593 ($p < .001$) smanji na .548 ($p < .001$), dok je kod eksternaliziranih problema smanjenje s .410 ($p < .001$) na .374 ($p < .001$).

U tablici 9.23. navedene su korelacije između mjera kontrole i različitih skupina simptoma mentalnog zdravlja mjerenih Uпитnikom YSR. Želimo naglasiti da se ovdje lokus kontrole ne razmatra kao prediktor mentalnih problema, već korelacije ukazuju na odnos doživljaja kontrole i različitih problema psihičkog funkcioniranja. Teorijski status lokusa kontrole u analizi odnosa izvora stresa i problema prilagodbe bio bi u obliku moderatora. Korelacijska matrica ukazuje na sustavnu povezanost vanjskog lokusa kontrole s višom razinom simptoma iz domene mentalnog zdravlja. Najviša razina povezanosti pronađena je između zdravstvenog lokusa i razine internaliziranih problema i iznosi -.417 ($p < .001$) (pr. česti plač, strah od škole, osjećaj manje vrijednosti i dr.), dok je korelacija s mjerama općeg doživljaja kontrole nešto niža i iznosi -.325 ($p < .001$) za opću procjenu kontrole nad životom i -.318 ($p < .001$) za Uпитnik LKA. Eksternalizirani problemi nešto su niže povezani s mjerama kontrole i korelacije se kreću između -.10 i -.20. Flores i suradnici (2020), koristeći druge instrumente, pronalaze sličnu strukturu povezanosti općeg lokusa kontrole i mjera mentalnog zdravlja, pri čemu se korelacije kreću od .161 ($p < .001$) za socijalnu anksioznost do .304 ($p < .001$) za depresiju. I u ovom je slučaju izraženiji vanjski lokus kontrole povezan s višom razinom mentalnih problema. Autori dobivaju i slične korelacije između samokontrole i mjera mentalnog zdravlja, pri čemu je najveća korelacija ostvarena između samokontrole i problema pažnje -.438 ($p < .001$). Priroda povezanosti doživljaja kontrole i mentalnih problema je složena i podrazumijeva uzajamni odnos. Neki aspekti poremećaja mentalnog zdravlja upravo uključuju izostanak kontrole nad regulacijom emocija, kognicijama, kvalitetnim snom, održavanjem pažnje i drugim indikatorima mentalnog zdravlja te su uključeni u općenite procjene kontrole nad vlastitim tjelesnim i mentalnim zdravljem (Kohn i sur., 2014). Pored toga, problemi s mentalnim zdravljem narušavaju opću kvalitetu života i potiču uvjerenje o značajnom utjecaju vanjskih faktora koji su izvan kontrole osobe. Tako adolescent, koji ima poteškoće u području mentalnog zdravlja, ima i manji doživljaj kontrole u području akademskog uspjeha, ostvarenja partnerskih veza, kao i opće vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva.

9.10. Posredujuća uloga lokusa kontrole na odnos između razine stresnih događaja i internaliziranih problema

U nastavku je ispitana potencijalna posredujuća uloga lokusa kontrole na odnos između razine stresnih događaja i internaliziranih problema ili simptoma. Na osnovi rezultata u Uпитniku svakodnevnih stresnih događaja, ispitanici su podijeljeni u skupinu s niskom i visokom razinom stresnih događaja. U svakoj od skupina nalazilo se približno 30% ispitanika. Prema lokusu kontrole ispitanici su na osnovi rezultata u Uпитniku LKA podijeljeni u skupinu s pretežito vanjskim i neutralnim doživljajem kontrole (rezultati u rasponu od 1 do 4) i skupinu s pretežito unutarnjim lokusom (rezultati od 5 do 7). Ovakva asimetrična podjela učinjena je zbog razmjerno malog broja ispitanika s izrazito eksternalnim lokusom.

Tablica 9.24. Aritmetičke sredine i standardne devijacije na subskali internaliziranih problema (Upitnik YSR) za podskupine ispitanika s višom i nižom razinom stresnih događaja i unutarnjim i vanjskim lokusom kontrole (Upitnik LKA)

		Upitnik YSR		
		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
niža razina stresora	vanjski lokus kontrole	35	9.257	6.460
	unutarnji lokus kontrole	167	7.868	7.434
	Ukupno	202	8.109	7.278
viša razina stresora	vanjski lokus kontrole	71	27.592	9.761
	unutarnji lokus kontrole	106	21.623	10.345
	Ukupno	177	24.017	10.506
Ukupno	vanjski lokus kontrole	106	21.538	12.332
	unutarnji lokus kontrole	273	13.209	10.961
	Ukupno	379	15.538	11.946

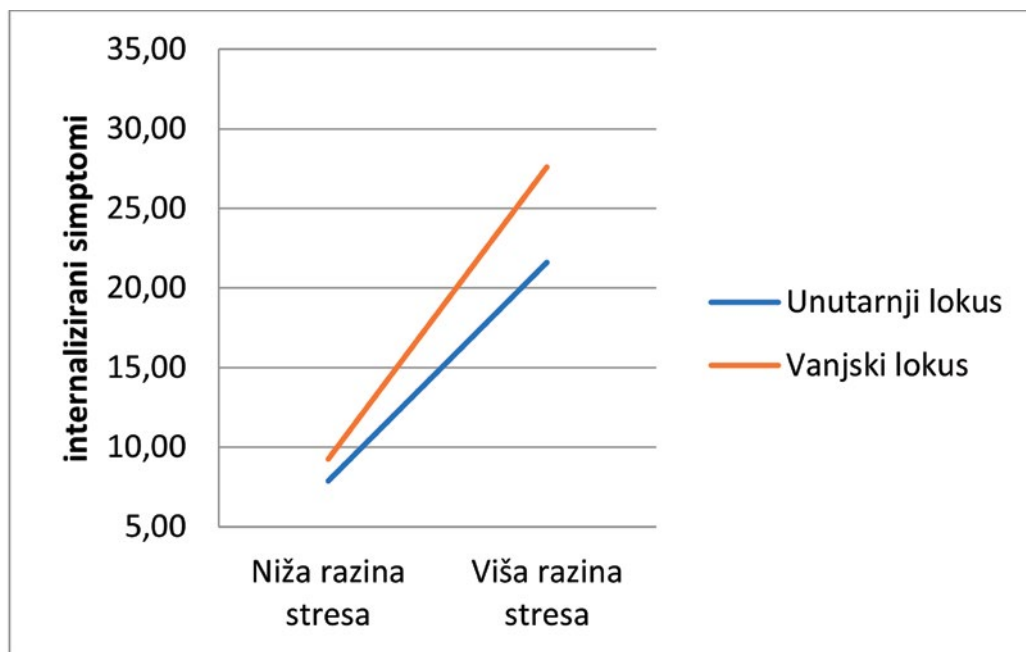
Kako bi se provjerio utjecaj intenziteta doživljenog stresa i lokusa kontrole na razinu internaliziranih problema, provedena je dvosmjerna analiza varijance.

Tablica 9.25. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu internalizirani problemi u funkciji razine stresnih događaja i lokusa kontrole

Izvor varijabiliteta	<i>F</i>	<i>p</i>	Parcijalna η^2
Razina stresnih događaja	233.300	<.001	.384
Lokus kontrole	12.266	<.001	.032
Razina stresnih događaja x lokus kontrole	4.753	<.05	.013

Dvosmjerna analiza varijance ukazala je na značajan utjecaj obaju glavnih efekata. Glavni efekt razine stresa visoko je značajan [$F(1,375) = 233.300$, $p = <.001$, $\eta_p^2 = .384$] i ukazuje na visoku povezanost razine stresa i razine internaliziranih simptoma. Adolescenti s višom razinom svakodnevnih stresnih događaja imaju značajno višu razinu simptoma ($M_{\text{stres_niži}} = 8.109$, $M_{\text{stres_viši}} = 24.017$). Veličina efekta u ovom slučaju ukazuje na visoki značaj stresnih događaja na mentalno zdravlje. Upitnikom svakodnevnih stresnih događaja ispitivano je ukupno 16 različitih domena izvora stresa. Utjecaj lokusa kontrole također se pokazao značajnim za razinu internaliziranih simptoma, iako je veličina efekta manja u odnosu na razinu stresa [$F(1,375) = 12.266$, $p = <.001$, $\eta_p^2 = .032$]. Adolescenti s pretežito vanjskim i neutralnim lokusom kontrole imaju višu razinu simptoma u odnosu na one s unutarnjim lokusom ($M_{\text{ULOK}} = 13.209$, $M_{\text{VLOK}} = 21.538$). Interakcija oba glavna efekta također je značajna ($p <.05$) i, kao što se vidi iz slike 9.3, uz nižu razinu stresa ispitanici s vanjskim i unutarnjim lokusom ne razlikuju se značajno prema razini internaliziranih simptoma, dok pri višoj razini stresa ispitanici s unutarnjim lokusom imaju značajno nižu razinu simptoma. Uvid u rezultate sugerira da je najbolja kombinacija visoke razine stresa i vanjskog lokusa kontrole ($M_{\text{YSR}} = 27.592$), dok ispitanici s unutarnjim lokusom kontrole izloženi visokoj razini stresa imaju približno 6 bodova niži rezultat na skali internaliziranih simptoma.

Slika 9.3. Razina internaliziranih problema u funkciji razine svakodnevnog stresa i lokusa kontrole



Iz prikazanih rezultata može se zaključiti da lokus kontrole moderira odnos između razine stresa i kvalitete prilagodbe, u ovom slučaju operacionaliziranih internaliziranih simptomima. Opisana paradigma ponavlja se uz uporabu različitih mjera prilagodbe kao što su: eksternalizirani simptomi, socijalni problemi, problemi mišljenja i problemi pažnje uz izuzetak izostanka efekta interakcije. To znači da lokus kontrole na nižoj i višoj razini izloženosti stresa utječe na razinu simptoma.

9.11. Predikcija rezultata na Upitniku lokusa kontrole za adolescente (LKA)

Sljedeći problem odnosio se na predikciju rezultata na Upitniku lokusa kontrole za adolescente. Na osnovi analize povezanosti nekoliko skupova varijabli s lokusom kontrole, odabrano je pet skupova varijabli na osnovi kojih se može predviđati razina doživljaja kontrole kod adolescenata.

Tablica 9.26. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij Generalizirani lokus kontrole mjeren Upitnikom LKA ($N = 755$)

Prediktori	β_{M1}	β_{M2}	β_{M3}	β_{M4}	β_{M5}
Spol	-,103**	,011	,050	,021	-,007
Materijalni status obitelji	,177***	,146***	,141***	,094**	,086**
Razina svakodnevnih stresnih događaja		-,313***	-,230***	-,174***	-,171***
Traumatska iskustva		-,002	,076	,042	,062
Vršnjačko nasilje		-,002	,017	,055	,046
Internalizirani simptomi			-,200***	,016	,028
Eksternalizirani simptomi			-,064	-,063	-,043
Samopoštovanje				,147***	,113*
Samoprocjena sreće				,094*	,027
Samokompetencija				,257***	,215***
Samoprocjena opće otpornosti				-,028	-,019
Suočavanje – pozitivna reinterpretacija					,058
Suočavanje – aktivno suočavanje					,045
Socijalna podrška					,149***
Prihvaćenost od strane razreda					,065
R^2 (R^2_{adj})	.045 (.043)	.130 (.124)	.156 (.148)	.261 (.250)	.292 (.277)
F	17.827	22.197	19.707	23.811	20.229
P	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
ΔR^2		.084	.027	.105	.031
$F\Delta R^2$		24.015	11.867	26.301	7.928
$p\Delta R^2$		<.001	<.001	<.001	<.001

Legenda: *** $p < .001$; β – vrijednost standardiziranog regresijskog koeficijenta; M_1, M_2, M_3, M_4, M_5 – grupe prediktora u hijerarhijskoj regresijskoj analizi (modeli); r – korelacija prediktora s kriterijem; R^2 – ukupni doprinos objašnjenju varijanci; R^2_{adj} – korigirani ukupni doprinos objašnjenju varijanci; F – vrijednost ukupnog F omjera; ΔR^2 – doprinos dodatne grupe prediktora objašnjenju varijanci; $F_{\Delta R^2}$ – vrijednost F -omjera za dodatnu grupu prediktora; $R^2_{(sama)}$ – varijanca koju objašnjava skup prediktora u samostalnoj regresiji na kriterij.

U prvom koraku uvedene su varijable spola i materijalnog statusa koje pripadaju u socioekonomsku domenu. Obje varijable imaju značajan doprinos i zajedno objašnjavaju 4.5% varijance. U drugom koraku uvedene su tri mjere izvora stresnih i traumatskih događaja: Upitnik svakodnevnih stresnih događaja, Upitnik životnih traumatskih događaja i Upitnik izloženosti vršnjačkom nasilju. Ovaj skup varijabli objašnjava dodatnih 8.4% varijance, ali jedino svakodnevni stresni događaji imaju značajan doprinos u jednadžbi. U trećem koraku uvedene su mjere mentalnog zdravlja operacionalizirane kroz dvije šire skale Achenbachovog upitnika mentalnog zdravlja koje su objasnile 2.7% nove varijance. U jednadžbi značajan doprinos imali su samo internalizirani simptomi. U četvrtom koraku uvedene su varijable povezane s ispitaničkim doživljajem sebe: samopoštovanje, procjena sreće i samokompetencije te procjena opće otpornosti. Ovaj skup varijabli objašnjava 10.5% dodatne varijance. U posljednjem koraku uvedeni su faktori koji mogu ojačati pojedinca u situacijama ugrožene dobrobiti kao što su: dvije strategije suočavanja sa stresom, percipirana socijalna podrška okoline te procjena ugone u razredu koji učenik pohađa. Ovaj skup varijabli objasnio je još 3.1% varijance. Regresijska analiza u konačnom obliku objašnjava 29.2% varijance kriterija ($R = .540$). Značajan doprinos u jednadžbi imaju procjena samokompetencije ($\beta = .215$), razina

svakodnevnih stresnih događaja ($\beta = -.171$), percipirana socijalna podrška ($\beta = .149$), samopoštovanje ($\beta = .113$) te materijalni status obitelji ($\beta = .086$). Udio varijance objašnjen na osnovi spola i mentalnog zdravlja, uvođenjem posljednja dva skupa varijabli, gubi na značajnosti. Iz korištenog skupa prediktora proizlazi zaključak da je viša razina doživljaja osobne kontrole povezana s boljim materijalnim statusom i manjim svakodnevnim izvorima stresa, višim samopoimanjem iskazanim samopoštovanjem i samokompetencijom te višom razinom socijalne podrške u okolini. Treba naglasiti da je i svaki pojedini skup prediktora u analizi omogućio značajnu predikciju lokusa kontrole, ali međusobna povezanost prediktora doprinosi pojedinih varijabli čini neznačajnim.

U slučaju da se provedu zasebne regresijske analize s pojedinom skupovima prediktora, proizlazi da spol i materijalni status objašnjavaju 4.3% ($R = .207$), kao što je već prikazano, tri prediktora vezana uz izvore stresa objašnjavaju 10.8% ($R = .328$) varijance u kriterijima: mentalni problemi 10.7% ($R = .326$), samopoimanje i otpornost 22.9% ($R = .479$) te suočavanje i socijalna podrška 17.3% ($R = .421$). Kako nema jedinstvenog teorijskog polazišta za redosljed uvođenja prediktora, možemo zaključiti da je korišten model jedan od mogućih, pri čemu se treći, četvrti i peti skup prediktorskih varijabli mogu razmatrati kao korelati, a ne nužno kao antecedenti lokusa kontrole.

9.12. Zaključci i sažetak devetog poglavlja

Na osnovi teorijskih polazišta vezanih uz koncept lokusa kontrole (Rotter, 1966), koji naglašavaju važnost uvjerenja o osobnoj kontroli za kvalitetu opće psihološke prilagodbe, operacionaliziran je i konstruiran Upitnik za mjerenje lokusa kontrole kod adolescenata (LKA). Osnovni koncept polazi od hipoteze o postojanju generalnog dispozicijskog faktora kontrole koji se očituje u različitim područjima života, ali je uključena i mogućnost različito izraženog uvjerenja o kontroli ovisno o domeni ponašanja, što podržavaju Lefcourt (1982) i neki drugi autori. U prvom dijelu analize provjerene su psihometrijske karakteristike novog upitnika i predloženi podaci za normativno vrednovanje rezultata. Drugi dio analiza odnosio se na provjere povezanosti lokusa kontrole s različitim mjerama psihološke prilagodbe kod adolescenata.

U istraživanju je sudjelovao 851 srednjoškolac, a uzorak je reprezentativan za populaciju urbanih adolescenata. Konačna verzija Upitnika za ispitivanje lokusa kontrole kod adolescenata sastoji se od 20 čestica koje opisuju različita područja relevantna za opću sliku o sebi. Šira verzija Upitnika, pored lokusa kontrole, omogućuje procjenu zadovoljstva i važnosti za svako od uključenih područja funkcioniranja. Provjere latentne strukture provedene su eksploratornim i konfirmatornim metodama i ukazale su na postojanje generalnog faktora lokusa kontrole te četiri specifična faktora opisana kao: *procjena kontrole u području akademskog postignuća*, *procjena kontrole nad vlastitim zdravljem*, *procjena kontrole nad uspješnosti u socijalnim odnosima* te *procjena utjecaja na vlastitu originalnost*. S izuzetkom kontrole u području socijalnih odnosa ostale tri subskele sadrže dio varijance koja nije objašnjena generalnim faktorom uvjerenja o kontroli. Korelacije među subskalama kreću se u rasponu između .239 i .579. S obzirom na rezultate faktorskih analiza i kriterijsku valjanost subskalnih rezultata, opravdano je korištenje ukupnog rezultata kao mjere generaliziranog uvjerenja o kontroli, kao i subskalnih rezultata u slučaju potrebe za dijagnostikom razine percipirane kontrole u specifičnim područjima ponašanja. Pouzdanost ukupnog rezultata izražena Cronbachovim alfa koeficijentom iznosi .879, dok se pouzdanosti subskala kreću u rasponu od .700 do .815.

Distribucija rezultata potvrđuje očekivanje da najveći broj adolescenata ima lokus kontrole koji uključuje utjecaj i unutarnjih i vanjskih faktora (pretpostavljeni dvostruki ili neutralni lokus), ali s pomakom prema većem uvjerenju o osobnom utjecaju (tj. unutarnjem lokusu). Vrlo je mali broj adolescenata (oko 4%) koji imaju izraziti vanjski lokus kontrole. Upitnik je opremljen detaljnim podacima za normativno vrednovanje i interpretaciju razine lokusa na individualnoj razini, što je prednost u odnosu na postojeće mjere lokusa kontrole.

Procjene lokusa na četiri subskele ukazuju na sličnu percepciju mogućnosti utjecaja u različitim domenama, pri čemu je relativno najviša mogućnost osobnog utjecaja procijenjena za ponašanja vezana uz akademsku uspješnost, nešto niža za uspješnost u socijalnim odnosima i zdravlju te relativno najniža u području osobne originalnosti.

Opća procjena kontrole nad vlastitim životom ispitana je jednim dodatnim pitanjem čiji rezultati pokazuju da 10% adolescenata procjenjuje da imaju potpunu kontrolu nad događajima u vlastitom životu, a 1.7% da nemaju nikakvu kontrolu. Ova procjena generaliziranog lokusa povezana je s prosječnim rezultatom na Upitniku LKA ($r = .445$), što ukazuje na činjenicu da ove dvije procjene ipak ne zahvaćaju jednak psihološki prostor uvjerenja o kontroli.

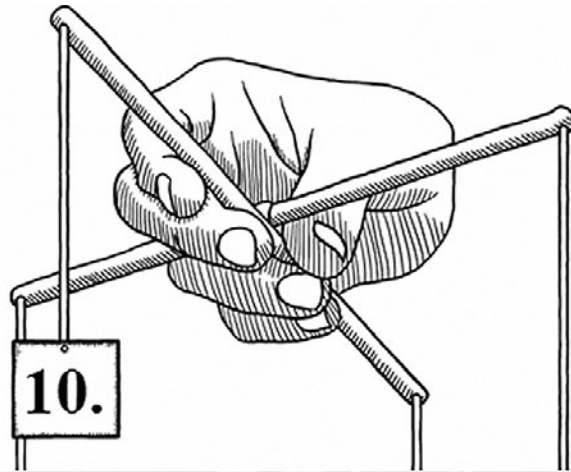
Za svih dvadeset područja ispitivanih Upitnikom ispitanici su, pored mogućnosti kontrole, procijenili zadovoljstvo i važnost svake domene. Na razini čestica, najviši stupanj zadovoljstva procijenjen je za vlastito tjelesno zdravlje, dok je najmanje zadovoljstvo vezano uz ostvarivanje i održavanje ljubavnih veza. Kao najvažnije karakteristike ispitanici su procijenili tjelesno i mentalno zdravlje, a relativno najmanje važnim vlastitu kreativnost.

Analize ukazuju da su rezultati djevojaka na svim mjerama značajno pomaknuti prema vanjskom lokusu u odnosu na mladiće (najviše u području zdravlja). S obzirom na ukupni rezultat na Upitniku LKA, nema razlike među školskim usmjerenjima, ali postoje razlike na pojedinim subskalama. Učenici gimnazijskih programa procjenjuju manju mogućnost osobnog utjecaja na vlastito zdravlje i održavanje socijalnih odnosa u usporedbi s učenicima trogodišnjih strukovnih škola. Rezultati ukazuju na zadovoljavajuće psihometrijske karakteristike Upitnika lokusa kontrole za adolescente (LKA) i mogućnosti njegove uporabe u istraživanjima i dijagnostičkoj praksi.

Analize konvergentne valjanosti Upitnika LKA ujedno su poslužile za provjeru istraživačkih hipoteza o povezanosti lokusa kontrole s mjerama samopoimanja. Rezultati pokazuju da je viša procjena osobne kontrole povezana s višim procjenama samokompetencije, samopoštovanja, doživljaja sreće, općeg zadovoljstva, otpornosti i procjene vjerojatnosti ostvarenja vlastitih životnih ciljeva, pri čemu se korelacije kreću u rasponu od .30 do .43.

Zaseban istraživački problem odnosio se na ispitivanje mogućnosti predikcije razine uvjerenja o kontroli. Provedenom hijerarhijskom regresijskom analizom s pet skupova prediktorskih varijabli objašnjeno je 29.2% varijance ukupnih rezultata Upitnika LKA. U teorijskom pogledu, odnose između lokusa i ostalih varijabli potrebno je razmatrati kao transakciju koja se razvija u vremenskoj dinamici. Na razini pojedinačnih prediktora (korelata) viša razina unutarnjeg lokusa povezana je s manjom razinom svakodnevnih stresnih iskustava i vršnjačkog nasilja te višom razinom socijalne podrške obitelji, nastavnika i vršnjaka. Lokus kontrole povezan je i sa strategijama suočavanja sa stresom. Viša razina unutarnjeg lokusa povezana je s pozitivnom reinterpretacijom događaja, aktivnim suočavanjem i planiranjem, dok su strategije ponašajnog izbjegavanja, samookrivljanja i pomaknute agresije povezane s nižim uvjerenjima o mogućnostima vlastite kontrole.

U završnom dijelu ispitan je odnos između doživljaja kontrole i mjera psihološke prilagodbe operacionalizirane kroz različite dimenzije psihopatologije. U skladu s teorijskim očekivanjima, utvrđena je povezanost niže percepcije osobne kontrole sa svim mjerama psihopatologije, uključujući depresivnost, anksioznost, somatske i socijalne probleme, probleme mišljenja i pažnje, kršenje pravila i agresivno ponašanje. Nešto viša povezanost registrirana je s količinom internaliziranih problema (oko .40) u odnosu na eksternalizirane probleme (oko .20). Najveću prediktivnu valjanost pokazala je upravo subskala uvjerenja o kontroli u području zdravlja. Općenito je potvrđena pretpostavka o povezanosti doživljaja osobne kontrole i mentalnog zdravlja. Kroz dodatne analize potvrđena je moderatorska uloga lokusa kontrole na odnos između razine stresnih događaja i internaliziranih simptoma. Rezultati ukazuju na važnost doživljaja osobne kontrole za opću prilagodbu i mentalno zdravlje adolescenata.



**Potreba za kontrolom kod
adolescenata**

10. Potreba za kontrolom kod adolescenata

Pregled literature objavljene posljednjih 30-ak godina pokazuje da je interes istraživača u Hrvatskoj primarno usmjeren na koncept lokusa kontrole, dok se potreba za kontrolom ili motiv za kontrolom vrlo rijetko susreću kao istraživačke varijable. Na tragu originalnih radova Grubera i Coopera (1979), kao i kasnijih istraživanja (Gruber, 1992; Amoura i sur., 2014), nastojali smo konstruirati kratki instrument kojim bi se mogla ispitati razina potrebe za kontrolom na uzorcima adolescenata i srednjoškolaca u Hrvatskoj.

Pored toga, cilj je bio ispitati odnos potrebe za kontrolom i različitih mjera doživljaja kontrole jer većina istraživanja ukazuje na činjenicu da se radi o različitim konstruktima. Treći cilj odnosio se na povezanost potrebe za kontrolom, lokusa kontrole i percepcije kontrole nad vlastitim životom s nekim mjerama psihološke prilagodbe.

10.1. Razvoj upitnika za mjerenje potrebe za kontrolom

Kao što je u ranijim poglavljima opisano, želja ili potreba za kontrolom odnosi se na nastojanje pojedinca da ostvari kontrolu nad događajima u svom životu. Autori dopuštaju i mogućnost da se motivacija za kontrolom dijelom razlikuje ovisno o situaciji, ali su usmjereni na onaj dispozicijski dio koji karakteriziraju odlučnost, asertivnost i proaktivnost na široj razini (Gruber, 1992). Iako je originalni Gruber-Cooperov upitnik najčešće korištena i validirana mjera poželjnosti kontrole (McCutcheon, 2000), njegova faktorska struktura rezultira je s pet nisko povezanih dimenzija, pri čemu autori ipak predlažu uporabu ukupnog rezultata kao mjere generalne želje ili potrebe za kontrolom. Stoga smo u okviru prvog cilja nastojali operacionalizirati kraći instrument, na tragu jednake teorijske konceptualizacije, ali koji bi imao jasniju faktorsku strukturu. Burger i Cooper (1979) opisuju pet domena koje zahvaća njihov upitnik, a koje se odnose na **opću potrebu za kontrolom, odlučnost, prevenciju/pripremu, izbjegavanje ovisnosti i težnju vodstvu**. Pri razvoju novog instrumenta kakav bi bio prilagođen mlađoj populaciji, definirano je nekoliko širih domena ponašanja i doživljavanja iz kojih se mogu derivirati indikatori potrebe za kontrolom nad događajima.

Iako postoji suglasnost da je kontrola nad životnim događajima pozitivna za psihološko zdravlje, iskustvo pokazuje da je za prilagođeno ponašanje poželjna optimalna razina potrebe za kontrolom. Postoje prepoznatljive skupine kod kojih ta potreba nije jako naglašena, kao i osobe koje imaju vrlo visoko izraženu potrebu za kontrolom. Tako npr. pojedini učenici ili studenti češće prepisuju zadaću od kolega i traže od njih savjete kako da se pripreme za ispit, prepuštaju drugima da odaberu mjesto na koje će izaći ili prepuštaju inicijativu drugim osobama u situacijama odluke. Ponekad ta potreba može biti izraženija u specifičnim domenama, kao, primjerice, u području partnerskih odnosa. Supruga može prepustiti partneru sve odluke vezane uz financije na način da nema potrebu za bilo kakvim vlastitim utjecajem. Suprotno tomu, partner može prepustiti većinu odluka vezanih uz odgoj djece partnerici, pri čemu je njegova potreba za utjecajem u tom području niska (što ne znači da neće imati potrebu vrednovati ishode, tj. ponašanje djece). Kod drugih osoba je poželjniji partnerski ili ravnopravni odnos ili čak preuzimanje inicijative pri odlučivanju u tom području. Pojedinci u razvoju vlastite profesionalne karijere preferiraju radna mjesta na kojima se od njih ne traži da upravljaju procesima niti odlučuju, dok su neki skloni ulogama u kojima će moći predlagati i donositi odluke, samostalno provoditi aktivnosti i preferirati samostalno

poduzetničko okruženje u odnosu na javne službe u kojima su dio hijerarhijski ustrojenog sustava. Kroz ove primjere želimo naglasiti da je nisko izražena potreba za kontrolom u opisanim slučajevima kod dijela ljudi stanje s kojim su zadovoljni i ono je odraz njihove strukture ličnosti te šire motivacijske i vrijednosne strukture. Indikatori se mogu odnositi na uže područje procjene („volim sam odabrati što ću ručati“) ili na šire bihevioralne facete („volim sam odlučivati o svom životu“). Visoka potreba za kontrolom također može rezultirati poteškoćama prilagodbe, osobito u situacijama u kojima je objektivna mogućnost kontrole niska. Burger (1992) navodi da su osobe s visoko razvijenom potrebom za kontrolom manje popularne u društvu i imaju više poteškoća u interpersonalnim odnosima jer se motivacija za kontrolom vlastitog života često prenosi i na kontrolu ponašanja drugih osoba, npr. u partnerskim vezama, obitelji, među prijateljima ili kolegama na poslu.

Polazište pri operacionalizaciji indikatora polazi od koncepta generalne potrebe za kontrolom u različitim područjima života. Sadržajna i logička analiza ovog skupa indikatora ukazuje na individualne razlike u izraženosti ove potrebe.

Prva domena indikatora odnosila se na opću procjenu potrebe za kontrolom događaja u vlastitom životu, koja ne uključuje neko specifično područje ponašanja. Operacionalizacija ove generalizirane potrebe može se opisati tvrdnjom: „Kad god je moguće, nastojim sam/a odlučivati o svom životu“. Ova domena proizlazi iz stabilnih dispozicijskih karakteristika osobe na osnovi kojih, u većini svojih aktivnosti, nastoji kontrolirati događaje, odnosno njihove ishode. Postavlja se pitanje: kroz koje oblike ponašanja osoba može ostvarivati ovu generalnu potrebu za kontrolom? Jedan od načina da se poveća vjerojatnost ovladavanja situacijom, predviđanje ili kontrola ishoda jest da se osoba detaljno informira o faktorima koji utječu na ishod te da planira i strukturira aktivnosti koje povećavaju vjerojatnost pozitivnog ishoda. Tu pripada prikupljanje informacija o predviđenoj aktivnosti, izrada plana, procjena potrebnog vremena za izvedbu, pridržavanje rokova, praćenje uspješnosti realizacije plana i sl.

Stoga je **druga domena opisana kao planiranje aktivnosti koje omogućuju kontrolu ishoda**. Ova ponašanja mogu se opisati indikatorima kao što su: „Svoje aktivnosti dobro planiram kako ne bih nešto propustio ili zaboravio“, „Prije ispita raspitam se što je potrebno naučiti i kakav je ispitivač“ ili „Kada imam dogovor ili sastanak, nastojim krenuti ranije jer ne volim kasniti“.

Treća domena uključuje ponašanja kojima se izbjegavaju situacije čiji ishodi nisu predvidivi, nisu dovoljno strukturirani ili kognitivno jasni. Izbjegavanjem takvih situacija, kad god je to moguće, osoba smanjuje vjerojatnost da se nađe u poziciji da nema mogućnost kontrole ili utjecaja nad ishodima događaja. Primjeri tvrdnji koji opisuju takvu strategiju na široj razini su: „Izbjegavam poslove i situacije za koje nisam siguran/na mogu li ih uspješno riješiti“, „Ne volim situacije u kojima ne znam što se od mene očekuje“, „Više se volim osloniti na provjerene metode i postupke nego isprobavati nove i nepoznate“ ili „Nastojim spriječiti da moj uspjeh ovisi o drugim ljudima“. Na specifičnoj razini to mogu biti ponašanja: „Izbjegavam vožnju s osobama koje ne poznajem dovoljno“, „Nikada ne bih mogao/mogla skočiti s padobranom“, „Na ispit izlazim samo kad sam se dobro pripremio/la“ i sl.

Burger i Cooper (1979) koriste i facetu koja opisuje tendenciju vođenju u kontekstu grupnog rada ili odlučivanja, a koja se dijelom preklapa s dimenzijom autonomije koju koriste Marsh i suradnici (2003). Autonomija se odnosi prije svega na neovisnost, odnosno izbjegavanje situacije u kojoj drugi ljudi odlučuju o osobi, ali ne mora implicirati potrebu za vodstvom. U situaciji grupnog odlučivanja potreba za rukovođenjem može doći do izražaja. Kako su ovi indikatori dijelom specifični za situacije interpersonalnih odnosa, struktura skale nije rezultirala jasnom latentnom strukturom te stoga ova domena nije uključena u upitnik. Isto vrijedi i za domenu odlučivanja koja se može podvesti pod opću potrebu za kontrolom.

Tijekom sadržajne i logičke analize područja koje zahvaća konstrukt potrebe za kontrolom, razmatrani su još neki bihevioralni indikatori i kognicije. Tako se može pretpostaviti da osoba s visoko razvijenom potrebom za kontrolom teže delegira poslove drugim osobama, odnosno radije će sama preuzeti i dovršiti zadatak nego ga prepustiti drugima ili raditi timski. Empirijske i logičke analize ukazuju da se u ovim slučajevima prije radi o većoj sigurnosti da će posao biti obavljen kada ga osoba sama obavi, nego što se radi o temeljnom nepovjerenju u druge osobe. Samostalna izvedba povećava sigurnost u kontrolu nad ishodom i vjerojatno je povezana sa samokompeticijom ili samoefikasnošću.

Teorijsko razmatranje potrebe za kontrolom vodi distinkciji između kontrole nad ishodima događaja u vlastitom životu i kontrole nad ponašanjem drugih ljudi. Tendencija vođenju može se odnositi na kontrolu ishoda važnih za pojedinca, ali svakako utječe i na kontrolu drugih ljudi. Ta kontrola u određenom stupnju može postati neugodna iz perspektive drugih osoba jer može ugrožavati njihovu slobodu i autonomiju, samopoštovanje ili status. Određena ponašanja iz područja kontrole nad drugim osobama mogu ući u patološki prostor, a primjeri mogu biti: roditeljska kontrola nad djecom, kontrola ponašanja partnera u romantičnim vezama ili braku, kao i kontrola zaposlenika od strane rukovoditelja u organizacijskom okruženju.

Analize provedene tijekom validacije preliminarnih verzija Upitnika potrebe za kontrolom ukazuju na optimalni stupanj potrebe za kontrolom – on je adaptivan i povezan s pozitivnim ishodima. S druge strane, pretjerana potreba za kontrolom, vodi neadaptivnim obrascima ponašanja koji mogu uzrokovati probleme u socijalnim odnosima i smanjiti učinkovitost u timskom radu. Čini se da **adaptivna i neadaptivna potreba za kontrolom** zahvaćaju različite dijelove psihološkog prostora. Tako se ponekad izraz „control freak“ odnosi na osobu koja ima pretjeranu ili opsesivnu potrebu za kontrolom nad događajima u vlastitom životu, ali i nad životima drugih ljudi. Ovaj koncept nije previše istraživan u psihologiji, ali se može pretpostaviti da je povezan s narcisoidnom strukturom ličnosti, opsesivno-kompulzivnim poremećajem, neadaptivnim perfekcionizmom ili drugim odstupajućim karakteristikama ličnosti (Double i Bradley, 2010).

U nastavku ćemo prikazati rezultate primjene preliminarne verzije Upitnika potrebe za kontrolom primijenjenog na uzorku srednjoškolaca. Dio rezultata vezanih uz mjere lokusa kontrole prezentiran je u drugim radovima i izlaganjima (Ljubotina i Domović, 2019; Domović, 2018).

Preliminarna verzija upitnika uključivala je 25 čestica, a u nastavku je priložena skraćena i konačna verzija Upitnika potrebe za kontrolom od 12 čestica čiji su rezultati korišteni u ovom istraživanju.

UPITNIK POTREBE ZA KONTROLOM – UPK

Ovim upitnikom želimo ispitati neka vaša uobičajena ponašanja. Molimo Vas da pročitate svaku od navedenih tvrdnji i procijenite u kojoj mjeri tvrdnja točno opisuje Vaše uobičajeno ponašanje. Svoje slaganje sa sadržajem tvrdnje izrazite zaokruživanjem jedne od pet vrijednosti koje imaju sljedeća značenja:

1	2	3	4	5
u potpunosti netočno	uglavnom netočno	ponekad točno, ponekad netočno	uglavnom točno	u potpunosti točno

1.	Najsigurniji/najsigurnija sam u to da će posao biti obavljen kako treba kada ga obavim sam/sama	1	2	3	4	5
2.	Kada imam dogovor ili sastanak nastojim krenuti ranije jer ne volim kasniti	1	2	3	4	5
3.	Svoje aktivnosti dobro planiram kako ne bih nešto propustio/la ili zaboravio/la	1	2	3	4	5
4.	Prije ispitivanja ili testa raspitam se što je potrebno naučiti i kakav je ispitivač	1	2	3	4	5
5.	Volim imati kontrolu nad događajima u svom životu	1	2	3	4	5
6.	U timskom radu ponekad preuzmem i posao drugih članova kako bih bio siguran/sigurna da će zadatak biti dobro obavljen	1	2	3	4	5
7.	Prije nego pristupim nekom poslu, volim sve dobro isplanirati	1	2	3	4	5
8.	Prije putovanja detaljno provjerim jesam li ponio/ponijela sve potrebne stvari	1	2	3	4	5
9.	Rijetko odluke donosim na brzinu ili kad nemam dovoljno informacija	1	2	3	4	5
10.	Svoje obaveze nastojim uvijek izvršiti na vrijeme	1	2	3	4	5
11.	Kad god je moguće nastojim sam/a odlučivati o svom životu	1	2	3	4	5
12.	Nastojim sve učiniti kako bi uspjeh, u aktivnostima koje su mi važne, ovisio isključivo o meni	1	2	3	4	5

10.2. Metodologija istraživanja

10.2.1. Opis uzorka

Ciljanu populaciju u ovom istraživanju predstavljali su učenici srednjih škola različitih usmjerenja. Realizirani uzorak sastojao se od 165 srednjoškolaca koji, prema strukturi, predstavljaju prigodni uzorak. S obzirom na vrstu usmjerenja, sudjelovalo je 97 (58.8%) učenika gimnazijskog programa te 68 (41.2%) učenika strukovnih škola. Među učenicima gimnazijskih programa sudjelovalo je 57 (58.8%) učenika općega gimnazijskog programa i 40 (41.2%) učenika prirodoslovno-matematičkog programa. Među strukovnim školama 45 (66.2%) učenika pohađa četverogodišnje strukovno usmjerenje (tehničari za računalstvo), a 23 (33.8%) trogodišnje strukovne škole (montere suhe gradnje, soboslikare, pivare, vodoinstalateri i plino-instalateri). Uzorak se sastojao od 66% mladića i 34% djevojaka. S obzirom na razred, 13.3% učenika pohađa prvi razred, 32.1% drugi, 31.5% treći i 23.0% četvrti.

10.2.2. Provedba istraživanja

Terenski dio istraživanja proveden je na učenicima gimnazije „Fran Galović“ u Koprivnici i Obrtničke srednje škole u Koprivnici. Svi učenici informirani su da je sudjelovanje anonimno i dobrovoljno, a podaci su prikupljeni grupno u učionicama na kraju nastavnog sata. Cjelokupna primjena trajala je približno 20 minuta. Učenicima su prije ispitivanja objašnjeni ciljevi i svrha istraživanja te im je zajamčena anonimnost i tajnost rezultata.

10.2.3. Mjerni instrumenti

a) Demografski podaci

Za svakog ispitanika prikupljeni su podaci o spolu, razredu, školskom usmjerenju te ocjenama iz hrvatskog jezika, matematike i prvog stranog jezika te općem uspjehu na kraju prethodnog razreda.

b) Upitnik potrebe za kontrolom

Korišten je Upitnik potrebe za kontrolom čiji je autor D. Ljubotina. Konačna verzija upitnika sastoji se od 12 čestica podijeljenih u dvije subskale. Prva subskala odnosi se na dimenziju *opće potrebe za kontrolom* (5 čestica), dok se druga subskala odnosi na *potrebu za planiranjem* (7 čestica). Zadatak ispitanika jest da uz svaku tvrdnju procijene stupanj u kojemu sadržaj tvrdnje točno opisuje njihovo uobičajeno ponašanje. Ispitanici stupanj točnosti procjenjuju na ljestvicama od 5 stupnjeva (1 = u potpunosti netočno; 5 = u potpunosti točno). Viši rezultat na obje subskale ukazuje na višu opću potrebu za kontrolom i višu potrebu za planiranjem. Detaljnije informacije o metrijskim karakteristikama Upitnika opisane su u odjeljku s rezultatima.

c) Upitnik za mjerenje lokusa kontrole kod adolescenata – LKA

Upitnik je operacionalizirao i konstruirao Damir Ljubotina i detaljnije je opisan u 9. poglavlju ove knjige. Upitnik se sastoji od 20 čestica koje opisuju različite osobne karakteristike (domene samopoimanja) adolescenata, a zadatak ispitanika jest da uz svaku karakteristiku, na ljestvici od 7 stupnjeva, procijene stupanj u kojemu je ta karakteristika pod njegovom kontrolom (vrijednost 7), odnosno koliko je ta karakteristika pod utjecajem vanjskih faktora (vrijednost 1). U ovoj analizi, kao mjera lokusa kontrole, korišten je ukupni rezultat u Upitniku koji može varirati u rasponu od 1 do 7, pri čemu viši rezultat ukazuje na unutarjni lokus kontrole, odnosno uvjerenje ispitanika da sam može utjecati na svoje relevantne karakteristike. Pouzdanost ukupnih rezultata na uzorku srednjoškolaca u ovom istraživanju iznosila je .89 procijenjena Cronbachovim alfa koeficijentom. Aritmetička sredina ukupnih rezultata iznosila je $M = 5.24$ uz standardnu devijaciju .86.

d) Višedimenzionalna skala lokusa kontrole – IPC

Kao mjera klasičnog lokusa kontrole korištena je *Višedimenzionalna skala lokusa kontrole* autorice Hanne Levenson. Skala se sastoji od 24 čestice raspoređene u tri subskale, a zadatak ispitanika jest da uz svaku tvrdnju procijene stupanj slaganja na ljestvici od 6 stupnjeva. Prva subskala mjeri dimenziju internalnog lokusa kontrole (I – *internal*) koji ukazuje na stupanj u kojemu pojedinac vjeruje da vlastitim sposobnostima i djelovanjem može kontrolirati ishode događaja u vlastitom životu. Druga subskala mjeri dimenziju eksternalnog lokusa usmjerenu na utjecaj moćnih drugih ljudi (P – *powerful others*) i označava stupanj u kojemu pojedinac vjeruje da njegovim životom u cjelini upravljaju drugi, moćni, važni ili značajni ljudi. Treća subskala mjeri eksternalni lokus kontrole usmjeren na utjecaj sreće, slučaja ili sudbine (C – *chance*) i ispituje stupanj u kojemu pojedinac vjeruje da ovi vanjski faktori utječu na njegov život. Pouzdanosti subskala u ovom istraživanju iznosile su $\alpha = .55$ za I-skalu, $\alpha = .78$ za P-skalu i $\alpha = .77$ za C-skalu.

e) Opća procjena lokusa kontrole

Kao opća mjera generalnog lokusa kontrole, odnosno procjene utjecaja na stvari koje se ispitaniku događaju u životu, korišteno je sljedeće pitanje: „Koliko općenito možete utjecati na stvari koje Vam se događaju u životu?“. Zadatak ispitanika bio je da na ljestvici od 7 stupnjeva procijene koliko su stvari koje mu se događaju u životu općenito pod njegovom kontrolom (1 = uopće nisu pod mojom kontrolom; 7 = u potpunosti pod mojom kontrolom). Prosječna procjena u ovom slučaju iznosila je $M = 4.84$, a standardna devijacija 1.34.

f) Rosenbergova skala samopoštovanja

Kao mjera općeg samopoštovanja korištena je Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1965). Skala se sastoji od 10 tvrdnji od kojih je pet formulirano na način da ukazuju na pozitivno samopoštovanje („Općenito govoreći zadovoljan / zadovoljna sam sobom“), a preostalih pet ukazuje na negativno samopoštovanje („Ponekad se osjećam potpuno beskorisnim / beskorisnom“). Ispitanici za svaku tvrdnju na ljestvici od 1 („U potpunosti netočno“) do 5 („U potpunosti točno“) iskazuju svoj stupanj slaganja s pojedinom tvrdnjom. Ukupni rezultat izražava se kao zbroj odgovora na svih 10 čestica, a viši rezultat ukazuje na više opće samopoštovanje. Rezultat na skali može varirati u rasponu od 10 do 50, a aritmetička sredina u ovom istraživanju iznosila je $M = 36.64$ uz standardnu devijaciju od 7.19. Cronbachov alfa koeficijent dobiven na uzorku u ovom istraživanju iznosi .820.

g) Samoprocjene samopoimanja

Za procjene različitih aspekata samopoimanja, odnosno općeg zadovoljstva, korišteno je pet jednostavnih pitanja koja su se odnosila na: a) opću samoprocjenu zadovoljstva vlastitim životom („U cjelini zadovoljan/zadovoljna sam svojim životom“), b) opću samoprocjenu sreće („Za sebe mogu reći da sam sretna osoba“), c) procjenu vjerojatnosti ostvarenja vlastitih snova i ciljeva („Vjerujem da ću u svom životu ostvariti svoje snove i ciljeve“), d) upornost u ostvarenju zadataka („Kada si postavim neki zadatak, ne odustajem dok ga ne ostvarim“), e) procjenu samokompetentnosti („Vjerujem da mi moje sposobnosti omogućuju da uspješno riješim većinu problema koje mi život donosi“). Ispitanici su stupanj točnosti svake tvrdnje procjenjivali na ljestvicama od 5 stupnjeva (1 = u potpunosti netočno; 5 = u potpunosti točno).

10.3. Rezultati primjene Upitnika potrebe za kontrolom (UPK)

Tablica 10.1. Aritmetičke sredine, standardne devijacije i frekvencije odgovora na 12 tvrdnji Upitnika potrebe za kontrolom (UPK)

		1	2	3	4	5			
		u potpunosti netočno	uglavnom netočno	ponekad točno, ponekad netočno	uglavnom točno	u potpunosti točno			
		postotak odgovora							
		1 u potpunosti netočno	2 uglavnom netočno	3 ponekad točno, ponekad netočno	4 uglavnom točno	5 u potpunosti točno			
Tvrdnja	rang	M	SD	%	%	%	%	%	
P1	Najsigurniji/najsigurnija sam u to da će posao biti obavljen kako treba kada ga obavim sam/sama	5.	3.92	.87	1.2%	2.4%	27.3%	41.8%	27.3%
P2	Kada imam dogovor ili sastanak nastojim krenuti ranije jer ne volim kasniti	7.	3.72	1.30	9.1%	10.3%	17.0%	26.7%	37.0%
P3	Svoje aktivnosti dobro planiram kako ne bih nešto propustio/la ili zaboravio/la	10.	3.53	1.22	5.5%	17.0%	24.8%	24.8%	27.9%
P4	Prije ispitivanja ili testa raspitam se što je potrebno naučiti i kakav je ispitivač	6.	3.78	1.07	3.6%	8.5%	23.0%	35.8%	29.1%
P5	Volim imati kontrolu nad događajima u svom životu	1.	4.32	.81	0.6%	1.8%	12.7%	35.2%	49.7%
P6	U timskom radu ponekad preuzmem i posao drugih članova kako bih bio siguran/sigurna da će zadatak biti dobro obavljen	11.	3.51	1.15	6.1%	9.7%	36.4%	23.0%	24.8%
P7	Prije nego pristupim nekom poslu, volim sve dobro isplanirati	9.	3.59	1.05	2.4%	13.9%	27.3%	35.2%	21.2%
P8	Prije putovanja detaljno provjerim jesam li ponio/ponijela sve potrebne stvari	3.	4.17	1.03	3.0%	4.2%	14.5%	29.1%	49.1%
P9	Rijetko odluke donosim na brzinu ili kad nemam dovoljno informacija	12.	3.13	1.03	9.1%	11.5%	44.8%	26.7%	7.9%
P10	Svoje obaveze nastojim uvijek izvršiti na vrijeme	8.	3.61	1.06	3.6%	11.5%	26.7%	37.0%	21.2%
P11	Kad god je moguće nastojim sam/a odlučivati o svom životu	2.	4.26	.78	1.2%	0.6%	11.5%	44.8%	41.8%
P12	Nastojim sve učiniti kako bi uspjeh, u aktivnostima koje su mi važne, ovisio isključivo o meni	4.	4.02	.94	1.8%	3.0%	23.0%	35.2%	37.0%

Analiza odgovora na razini čestica ukazuje da su učenici najveći stupanj potrebe za kontrolom izrazili uz tvrdnje P5 i P11 koje se odnose na opću potrebu za kontrolom. Gotovo polovica ispitanika (49.7%) u potpunosti se slaže da vole imati kontrolu nad svoji životom, dok sljedećih 35.2% navodi da se uglavnom slaže s tvrdnjom. Slična struktura odgovora opažena je za česticu P11 („kad god je moguće, nastojim sam odlučivati o svom životu“)

s kojom se u potpunosti slaže 41.8% učenika. Među tvrdnjama koje se odnose na specifična ponašanja vezana uz planiranje najveći postotak ispitanih (49.1%) u potpunosti se slaže s tvrdnjom da prije putovanja detaljno provjeravaju jesu li ponijeli sve potrebne stvari.

Najmanju potrebu za kontrolom ispitanici su iskazali uz tvrdnju P9 ($M = 3.13$) koja se odnosi na „rijetko donošenje odluka u brzini“ s kojom se u potpunosti slaže 7.9%, a najveći broj odabire srednju poziciju na ljestvici (44.8%). Relativno niže su procijenjene i tvrdnje vezane uz preuzimanje poslova drugih osoba u timu zbog veće efikasnosti ($M = 3.51$) te planiranje aktivnosti P3 ($M = 3.53$) i P7 ($M = 3.59$).

10.4. Provjera latentne strukture Upitnika potrebe za kontrolom

S ciljem provjere dimenzionalnosti latentnog prostora, koji definira 12 tvrdnji Upitnika potrebe za kontrolom, provedena je eksploratorna faktorska analiza uz primjenu modela zajedničkih faktora (PAF). Bartlettov test ($\chi^2 = 476.903$; $df = 66$; $p < .001$) i Kaiser-Meyer-Olkinov indeks ($KMO = .849$) pokazuju da je korelacijska matrica podobna za provedbu faktorske analize.

Korišten je standardni kriterij zadržavanja faktora u programu SPSS koji se odnosi na broj glavnih komponenti s karakterističnim korijenima većim od 1. Stoga je, prije glavne analize zajedničkih faktora, provedena analiza glavnih komponenti koja je rezultirala s dva karakteristična korijena sukcesivno ekstrahiranih glavnih komponenti većih od 1, a koje iznose $\lambda_1 = 3.917$, $\lambda_2 = 1.728$, što ih čini značajnim na osnovi Kaiser-Guttmanovog kriterija. Ova analiza, kao i Cattellov „scree-plot“ crtež, te paralelne analize ukazuju na zadržavanje dvije komponente u analizi. Veličine karakterističnih korjenova preostalih komponenti kreću se u rasponu od $\lambda_3 = .961$ do $\lambda_{12} = .389$. Ekstrakcija faktora provedena je metodom zajedničkih faktora (PAF), a s ciljem ostvarenja jednostavne latentne strukture provedena je ortogonalna varimax rotacija. Iako se teorijski može očekivati povezanost među faktorima, ortogonalnim rješenjem ostvarena je relativno jasna faktorska struktura te stoga kosokutno rješenje nije prikazano.

Vrijednosti karakterističnih korjenova izračunatih na zajedničkim faktorima, postotak objašnjene varijance, prije i poslije provedene rotacije prikazani su u tablici 10.2.

Tablica 10.2. Karakteristični korijeni 2 zadržana zajednička faktora i postotak objašnjene varijance prije i nakon varimax rotacije

Faktor	prije rotacije			nakon varimax rotacije		
	λ	% objašnjene varijance	kumulativni % objašnjene varijance	λ	% objašnjene varijance	Kumulativni % objašnjene varijance
1	3.317	27.641	27.641	2.539	21.161	21.161
2	1.096	9.134	36.775	1.874	15.614	36.775

λ = karakteristični korijen

Dva zadržana zajednička faktora objašnjavaju ukupno 36.775% varijance. Nakon varimax rotacije prvi faktor objašnjava 21.161% ukupne varijance, dok drugi faktor objašnjava 15.614%. U tablici 10.3. navedene su saturacije čestica s faktorima te komunaliteti varijabli objašnjeni s dvama zadržanim faktorima. Prvi faktor povezan je sa sedam tvrdnji i može se opisati kao **faktor potrebe za planiranjem**. Iz matrice faktorske strukture uočava se da je najbolji indikator faktora planiranja tvrdnja: „Svoje aktivnosti dobro planiram kako ne bih nešto propustio/la ili zaboravio/la“ (saturacija .733), nakon koje slijede ponašanja vezana uz pravovremeno izvršavanje obaveza (.631), općenitu potrebu za planiranjem aktivnosti (.602) i provjeru uvjeta za polaganje ispita (.594). Drugi faktor povezan je s pet čestica i opisan je kao **opća potreba za kontrolom**. Ovaj faktor najbolje opisuju ponašanja u kojima osoba općenito nastoji kontrolirati vlastite aktivnosti i osigurati da uspjeh ovisi o vlastitim naporima i djelovanju. Komunaliteti varijabli kreću se u rasponu od .195 (za pitanje P8) do .594 (pitanje P10).

Tablica 10.3. Matrica faktorske strukture nakon varimax rotacije i 2 zadržana faktora

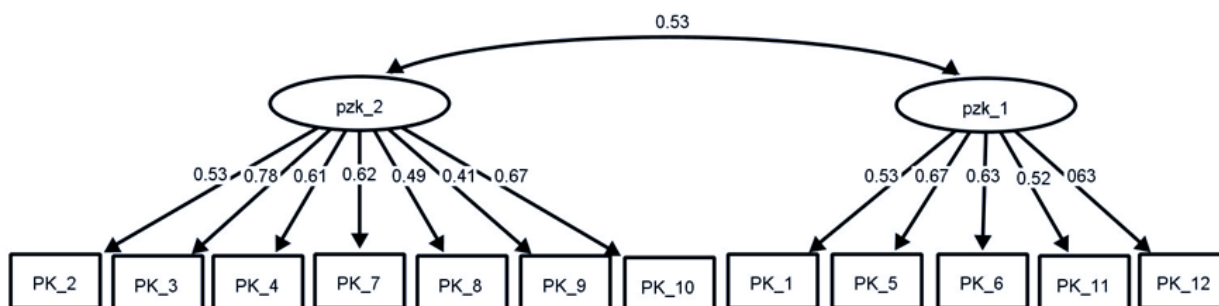
		Faktori		
		F1	F2	h2
P3	Svoje aktivnosti dobro planiram kako ne bih nešto propustio/la ili zaboravio/la	.733	.236	.298
P10	Svoje obaveze nastojim uvijek izvršiti na vrijeme	.621	.205	.594
P7	Prije nego pristupim nekom poslu volim sve dobro isplanirati	.602	.139	.398
P4	Prije ispitivanja ili testa raspitam se što je potrebno naučiti i kakav je ispitivač	.594	.213	.381
P2	Kada imam dogovor ili sastanak nastojim krenuti ranije jer ne volim kasniti	.542	.066	.247
P8	Prije putovanja detaljno provjerim jesam li ponio/ponijela sve potrebne stvari	.489	.087	.195
P9	Rijetko odluke donosim na brzinu ili kad nemam dovoljno informacija	.438	.050	.428
P12	Nastojim sve učiniti kako bi uspjeh, u aktivnostima koje su mi važne, ovisio isključivo o meni	.101	.660	.344
P5	Volim imati kontrolu nad događajima u svom životu	.249	.607	.431
P1	Najsigurniji/najsigurnija sam u to da će posao biti obavljen kako treba kada ga obavim sam/sama	.015	.586	.388
P6	U timskom radu ponekad preuzmem i posao drugih članova kako bih bio siguran/sigurna da će zadatak biti dobro obavljen	.298	.547	.263
P11	Kad god je moguće, nastojim sam/a odlučivati o svom životu	.116	.499	.446

h² – komunaliteti varijabli objašnjeni s dva zadržana zajednička faktora

10.5. Konfirmatorna faktorska analiza Upitnika potrebe za kontrolom

Konfirmatornom faktorskom analizom provjerena su tri pretpostavljena modela kojima se može opisati struktura odnosa čestica Upitnika potrebe za kontrolom. Analiza je provedena uz primjenu robusne metode maksimalne vjerodostojnosti kao metode procjene parametara. Kao metoda skaliranja latentnih varijabli korišteno je fiksiranje zasićenja jednog od indikatora na vrijednost 1. S ciljem provjere pristajanja modela podacima korištena je kombinacija različitih pokazatelja interpretiranih u skladu s uvriježenim kriterijima: Satorra-Bentler χ^2 , RMSEA i njen 90% interval pouzdanosti ($< .08$), SRMR ($< .09$) i CFI ($> .90$; Weston i Gore, 2006). Modeli su uspoređivani na temelju značajnosti razlike u χ^2 . Prvi model pretpostavljao je dva nezavisna faktora (Satorra-Bentler $\chi^2(54) = 71.146, p = .059, RMSEA = .044 [.007-.068], SRMR = .133, CFI = .95$) i statistički je lošije pristajao podacima od modela dva zavisna faktora (Satorra-Bentler $\chi^2(53) = 47.032, p = .705, RMSEA = .000 [.000-.042], SRMR = .053, CFI = 1.000, \Delta\chi^2(1) = 13.752, p < .001$). Treći testirani model bio je bifaktorski model u kojem je, pored dva nezavisna faktora, pretpostavljeno postojanje jednog generalnog faktora zajedničkog svim česticama. Ovaj model nije se statistički značajno razlikovao od modela s dva zavisna faktora (Satorra-Bentler $\chi^2(42) = 29.439, p = .928, RMSEA = .000 [.00-.018], SRMR = .037, CFI = 1.000, \Delta\chi^2(11) = 16.357, p = .128$). Stoga je kao najprikladniji i najjednostavniji odabran model s dva međusobno povezana faktora (slika 10.1.).

Slika 10.1. Grafički prikaz modela strukture upitnika potrebe za kontrolom s dva međusobno povezana faktora



10.6. Izražavanje ukupnih rezultata u Upitniku potrebe za kontrolom

Na osnovi rezultata provedenih analiza, čini se da je empirijski i teorijski opravdano predložiti uporabu dvije subskale uz očekivanje određene povezanosti među dimenzijama koja se može pripisati općoj potrebi za kontrolom. Ukupni rezultat na subskali *Opće potrebe za kontrolom* izračunava se kao prosjek odgovora na pet tvrdnji, a ukupni rezultat na subskali *Potrebe za planiranjem* izražava se kao prosjek preostalih sedam tvrdnji.

Tablica 10.4. Kreiranje prosječnih rezultata na subskalama Upitnika potrebe za kontrolom

Faktor (subskala)	k	čestice i bodovanje
1. Potreba za planiranjem	7	(PK_2+ PK_3+ PK_4+ PK_7+ PK_8+ PK_9+ PK_10)/7
2. Opća potreba za kontrolom	5	(PK_1+ PK_5+ PK_6+ PK_11+ PK_12)/5

Rezultat na svakoj subskali može varirati u rasponu od 1 (uopće nije važno) do 5 (u potpunosti je važno). Viši rezultat ukazuje na veću potrebu za kontrolom, odnosno veću potrebu za planiranjem. Interkorelacija između dvije subskale iznosi .38 ($p < .001$) i ukazuje na zajednički dio varijance koji se teorijski može pripisati faktoru višeg reda koji ukazuje na opći motiv za kontrolom.

Tablica 10.5. Deskriptivna statistika po subskalama, pouzdanosti i prosječne korelacije među česticama

	Subskala	k	M	SD	min	max	Pouzdanost*	rij
1.	Potreba za planiranjem	7	3.65	.74	1.57	4.86	.80	.349
2.	Opća potreba za kontrolom	5	4.00	.64	1.00	5.00	.74	.360

*Pouzdanost je izražena Cronbachovim alfa koeficijentom; r_{ij} – prosječna interkorelacija čestica u upitniku, k – broj pitanja

Deskriptivna statistika rezultata na subskalama ukazuje na značajno viši prosječni rezultat na subskali opće potrebe za kontrolom ($t = -5.971$; $p < .001$) u odnosu na subskalulu potrebe za planiranjem. Pouzdanost subskale potrebe za planiranjem iznosi $\alpha = .80$, dok je pouzdanost kraće subskale opće potrebe za kontrolom niža i iznosi .74.

10.7. Razlike u potrebi za kontrolom prema spolu učenika i školskom usmjerenju

Provjere značajnosti razlika na dimenzijama opće potrebe za kontrolom ($M_m = 3.99$, $M_z = 4.02$, $t = -.258$, $p > .05$) i potrebe za planiranjem ($M_m = 3.61$, $M_z = 3.71$, $t = -.792$, $p > .05$) pokazale su da ne postoji značajna razlika s obzirom na spol. Razlika između gimnazijalaca i učenika obrtničkih usmjerenja također se nije pokazala statistički značajnom ni na općoj potrebi za kontrolom ($M_{gim} = 3.98$, $M_{obr} = 4.03$, $t = -.532$, $p > .05$) niti na potrebi za planiranjem ($M_{gim} = 3.59$, $M_{obr} = 3.72$, $t = -1.092$, $p > .05$).

Burger i Solano (1994) navode više potrebu za kontrolom kod muškaraca, ali kroz longitudinalno praćenje uočavaju porast želje za kontrolom kod žena do razine gubitka razlike među spolovima. Rezultati ove studije ne ukazuju na spolne razlike u potrebi za kontrolom kod adolescenata.

10.8. Razlike u procjeni lokusa kontrole prema spolu učenika i školskom usmjerenju

Provjerene su i razlike na korištenim mjerama lokusa kontrole. Na subskali internalnog lokusa kontrole Levensoničinog upitnika učenici imaju značajno viši rezultat u odnosu na učenice ($M_m = 34.39$, $M_z = 32.43$, $t =$

2.378, $p < .05$), dok na eksternalnim subskalama „utjecaj sreće i slučaja“ i „važnih drugih ljudi“ nije bilo značajne razlike između učenika i učenica. Na Skali lokusa kontrole za adolescente LKA učenici imaju statistički značajno viši rezultat u odnosu na učenice ($M_m = 5.36$, $M_z = 5.00$, $t = 2.776$, $p < .01$), tj. viši doživljaj osobnog utjecaja nad ishodima vlastitog ponašanja, što je u skladu s rezultatima dobivenim na većem uzorku srednjoškolaca opisanim u 9. poglavlju. Pored toga, prosječne vrijednosti učenika i učenica na Upitniku LKA podudaraju se u oba istraživanja.

Rezultati potvrđuju razliku prema kojoj učenici imaju nešto više uvjerenje o mogućnosti unutarnje kontrole ishoda u odnosu na učenice, ali je važno uočiti da nema razlike s obzirom na potrebu za kontrolom. Dvije mjere eksternalnog lokusa nisu ukazale na spolne razlike. Također je važno naglasiti da različite mjere lokusa kontrole mogu dovesti do različitih rezultata. Razlike s obzirom na usmjerenje nisu bile statistički značajne niti na jednoj od mjera lokusa kontrole.

10.9. Korelacije između mjera potrebe za kontrolom i lokusa kontrole

Tablica 10.6. Pearsonovi koeficijenti korelacije između različitih mjera kontrole (N = 165)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Opća potreba za kontrolom (PK)	1					
2. Potreba za planiranjem (PK)	.380***	1				
3. Subskala internalnog lokusa (I-IPC)	.436***	.303***	1			
4. Subskala važni drugi (P-IPC)	-.165*	.100	.078	1		
5. Subskala sreća i slučaj (C-IPC)	-.193***	.029	.115	.739***	1	
6. Samoprocjena opće kontrole nad životom	.313***	.162*	.371***	-.247**	-.248**	1
7. Lokus kontrole za adolescente (LKA)	.271***	.099	.336***	-.232*	-.199*	.257***

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

U tablici 10.6. prikazani su koeficijenti korelacija između različitih mjera doživljaja kontrole korištenih u istraživanju. Klasični lokus kontrole u ovom istraživanju mjeren je Višedimenzionalnom skalom lokusa kontrole (IPC) koja uključuje tri subskale. Skala internalnog lokusa nije povezana s dvije dimenzije eksternalnog lokusa „Moćni drugi“ i „Sreća i slučaj“, što upućuje na činjenicu da se ne radi o jednoj bipolarnoj dimenziji već o međusobno nepovezanim aspektima lokusa. U praksi to znači da visok rezultat na internalnosti ne implicira nizak rezultat na skalama eksternalnosti, već je moguć bilo kakav položaj na te dvije dimenzije. Dvije subskale eksternalnog lokusa visoko su povezane (.739; $p < .001$), što znači da uključuju slične aspekte doživljaja vanjske kontrole. Skala lokusa kontrole za adolescente drugačije je operacionalizirana, što se odražava i na razmjerno niske korelacije sa subskalama IPC. S obzirom da obje mjere intencionalno zahvaćaju generalizirani lokus kontrole, ova korelacija, kao mjera konvergentne valjanosti, može se smatrati niskom. Različita operacionalizacija i sadržaj mjera može biti razlog ovako niskoj povezanosti. Upitnik LKA je sadržajno prilagođen područjima relevantnim za srednjoškolce te je moguće da zahvaća drugačiji psihološki prostor kontrole.

Zasebno pitanje koje se odnosilo na procjenu opće mogućnosti utjecaja na događaje u vlastitom životu također nisko korelira sa svim ostalim mjerama lokusa, pri čemu je najviša korelacija sa subskalom internalnosti Upitnika IPC koja iznosi .371 ($p < .001$).

Dvije mjere potrebe za kontrolom također ne koreliraju visoko s klasičnim mjerama lokusa kontrole. Opća potreba za kontrolom korelira najviše sa subskalom internalnosti (.436; $p < .001$) te procjenom opće kontrole nad događajima u životu (.313; $p < .001$), a nešto niže sa skalom LKA (.271; $p < .001$). Subskala potrebe za planiranjem jedinu relevantnu korelaciju ostvaruje sa subskalom internalnosti (.303; $p < .001$), dok su ostale korelacije niske ili statistički neznačajne. U svim navedenim slučajevima smjer povezanosti ukazuje na nisku ili srednju povezanost unutarnjeg lokusa sa većom potrebom za kontrolom. Ovi rezultati potvrđuju ranije nalaze da su potreba za kontrolom i lokus kontrole različiti koncepti (Burger i Cooper, 1979).

10.10. Korelacije mjera kontrole s varijablama akademskog uspjeha i samopoimanja

Tablica 10.7. Pearsonovi koeficijenti korelacije između akademskog uspjeha i mjera kontrole

	Opća potreba za kontrolom	Potreba za planiranjem	Internalni lokus (IPC)	Važni drugi (IPC)	Sreća i slučaj (IPC)	LKA
1. Opći uspjeh (gimnazijalci, N = 97)	.132	.132	.033	-.121	-.144	.224*
2. Opći uspjeh (obrtničke škole, N = 68)	.087	.137	.075	-.011	-.197	.207

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$

Rezultati prikazani u tablici 10.7. pokazuju da na osnovi različitih mjera opće kontrole nije moguće predviđati akademski uspjeh izražen prosječnom ocjenom u prethodnom razredu. Zbog razlika u prosječnim ocjenama na uzorku gimnazijalca i učenika strukovnih škola, korelacije su izračunate odvojeno za oba poduzorka. Ovi nalazi nisu u skladu s istraživanjem Burgera (1992) u kojemu izvještava o povezanosti između izraženije želje za kontrolom i boljeg akademskog uspjeha.

Jedina značajna, ali niska, korelacija pronađena je na uzorku gimnazijalaca između općeg uspjeha i Skale lokusa kontrole za adolescente (.224; $p < .05$). Mogući razlog jest činjenica da Skala LKA uključuje procjenu kontrole u akademskom kontekstu. Povezanost unutarnjeg lokusa s boljim akademskim uspjehom u skladu je s ranijim nalazima u literaturi (Nowicki i Strickland, 1973). Ovaj nalaz govori u prilog veće prediktivne valjanosti mjera kontrole prilagođenih specifičnim područjima ponašanja u odnosu na generalizirane mjere kontrole.

Tablica 10.8. Pearsonovi koeficijenti korelacije između mjera kontrole i različitih mjera samopoimanja

	Opća potreba za kontrolom	Potreba za planiranjem	Internalni lokus (IPC)	Važni drugi (IPC)	Sreća i slučaj (IPC)	LKA	Procjena opće kontrole nad životom
1. Samopoštovanje	.394***	.102	.279***	-.442***	-.381***	.224*	.422***
2. Opće zadovoljstvo životom	.264***	.265***	.302***	-.184*	-.132	.281***	.452***
3. Samoprocjena osobne sreće	.312***	.253***	.344***	-.224**	-.198*	.300***	.464***
4. Samoprocjena ostvarenja životnih ciljeva	.490***	.210**	.315***	-.270***	-.195*	.191*	.352***
5. Upornost u ostvarenju zadataka	.528***	.352***	.228**	-.159*	-.138	.166*	.181*
6. Samokompetencija	.456***	.215**	.270***	-.298***	-.269***	.225**	.360***

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$;

U tablici 10.8. prikazane su korelacije korištenih mjera kontrole sa različitim mjerama samopoimanja. Dvije dimenzije potrebe za kontrolom značajno su povezane s različitim aspektima samopoimanja. Ispitanici s višom procjenom opće potrebe za kontrolom uporniji su u ostvarenju zadataka (.528; $p < .001$), procjenjuju višu samokompetenciju (.456; $p < .001$), uvjereniji su o ostvarenje životnih ciljeva (.394; $p < .001$) te imaju više samopoštovanje (.394; $p < .001$). Ovi nalazi podudaraju se s ranijim nalazima Marsha i suradnika (2003) i Burgera i Coopera (1979) o povezanosti veće želje za kontrolom sa samopoštovanjem i većom autonomijom.

Potreba za planiranjem nije povezana sa samopoštovanjem, a s drugim aspektima samopoimanja korelira niže, ali statistički značajno. To ukazuje na različitu prediktivnu valjanost dimenzija potrebe za kontrolom. Procjena opće kontrole nad vlastitim životom, procijenjena jednim pitanjem, također je značajno i razmjerno visoko povezana s procjenom osobne sreće (.464; $p < .001$), općeg zadovoljstva (.452; $p < .001$) i samopoštovanjem (.422; $p < .001$). Struktura povezanosti klasičnih mjera lokusa kontrole s mjerama samopoimanja pokazuje da samopoštovanje najbolje opisuju subskele eksternalnog lokusa kontrole IPC Skale. Viša procjena utjecaja „moćnih drugih“ povezana je s nižim samopoštovanjem (-.442; $p < .001$), što vrijedi i za višu procjenu utjecaja „sreće i slučaja“ (-.381; $p < .001$). Više mjere internalnosti pozitivno su povezane sa samopoštovanjem (subskala internalnosti .279 i LKA .224; $p < .001$). Slična struktura povezanosti vrijedi i za ostale mjere samopoimanja uz nešto niže vrijednosti korelacijske korelacije. Nalazi o povezanosti internalnosti s općenito kvalitetnijom slikom o sebi u skladu su s ranijim istraživanjima (npr. Hjelle i Ziegler, 1992; Saadat i sur., 2012; Kardum i Hudek-Knežević, 2012).

Na osnovi stabilnih nalaza o povezanosti doživljaja kontrole i samopoimanja, provjerena je pretpostavka o ulozi različitih aspekata lokusa kontrole u predikciji samopoštovanja kao jedne od središnjih mjera slika o sebi.

10.11. Predikcija razine samopoštovanja na osnovi spola, akademskog uspjeha i mjera kontrole

Tablica 10.9. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij samopoštovanje ($N = 165$)

	β_{M1}	β_{M2}	β_{M3}
Spol	-.281***	-.149*	-.178*
Akademski uspjeh	-.097	.039	.038
Internalni lokus (IPC)		.209**	.116
Važni drugi (IPC)		-.278**	-.265**
Sreća i slučaj (IPC)		-.126	-.085
Procjena opće kontrole nad događajima u životu		.225**	.202**
Opća potreba za kontrolom (PK)			.221**
Potreba za planiranjem (PK)			-.014
R^2 (R^2_{adj})	.068 (.056)	.359 (.333)	.393 (.361)
F	5.626	14.093	12.072
P	<.01	<.001	<.001
ΔR^2		.291	.034
$F\Delta R^2$		17.154	4.210
$p\Delta R^2$		<.001	<.05

Legenda: *** $p < .001$; β – vrijednost standardiziranog regresijskog koeficijenta; M1, M2, M3 – grupe prediktora u hijerarhijskoj regresijskoj analizi (modeli); R^2 – ukupni doprinos objašnjenju varijanci; R^2_{adj} – korigirani ukupni doprinos objašnjenju varijanci; F – vrijednost ukupnog F omjera; ΔR^2 – doprinos dodatne grupe prediktora objašnjenju varijanci; $F_{\Delta R^2}$ – vrijednost F -omjera za dodatnu grupu prediktora.

Na osnovi ranije opisanih pojedinačnih korelacija mjera kontrole provedena je hijerarhijska regresijska analiza s ciljem predikcije razine samopoštovanja na uzorku adolescenata. U prvom koraku uvedene su varijable spola i akademskog uspjeha, čime je objašnjeno 6.8% varijance u kriterijskoj varijabli. Jedini značajan doprinos imala je varijabla spola jer su mladići procijenili više samopoštovanje u odnosu na djevojke. U drugom koraku uvedene su varijable vezane uz mjere klasičnog lokusa kontrole čime je objašnjeno dodatnih 29.1% varijance. Najveći doprinos u ovom skupu varijabli ima niži eksternalni lokus vezan uz utjecaj drugih ljudi na život ispitanika te viši internalni lokus vezan uz opću kontrolu nad vlastitim životom. U trećem koraku uvedene su varijable vezane uz potrebu za kontrolom. Opća potreba za kontrolom objašnjava dodatnih 3.4% varijance u varijabli samopoštovanja. Ukupno je s opisanim skupom prediktora objašnjeno 39.3% varijance u kriteriju ($R = .627$; $p < .001$). Ovi rezultati ukazuju na važnost potrebe za kontrolom i lokusa kontrole na samopoštovanje adolescenata.

Nalazi su na tragu ranijih istraživanja (npr. McCutcheon, 2000; Burger i Cooper, 1979), ali ukazuju i na različite dijelove varijance samopoštovanja koju neovisno objašnjavaju potreba za kontrolom i lokus kontrole.

10.12. Razlika u samopoštovanju između osoba s različitim razinom opće potrebe za kontrolom i percipirane stvarne kontrole nad vlastitim životom

Dio istraživanja proučava odnos između različitih razina potrebe za kontrolom i doživljava ostvarene kontrole. U završnoj analizi nastojali smo ispitati kako različite kombinacije odnosa između visoke i niske potrebe za kontrolom te visokog i niskog doživljava kontrole utječu na samopoštovanje. Teorijski se može očekivati da visoka potreba za kontrolom u kombinaciji s visokim doživljajem kontrole nad životom rezultira visokim samopoštovanjem i općim zadovoljstvom (Amoura i sur., 2014; Tetrault i Alain, 1999). Jedno od istraživačkih pitanja odnosilo se na posljedice situacije u kojoj je potreba za kontrolom visoka, ali je percipirani doživljaj kontrole nizak.

Kako bi se formirale dvije skupine ispitanika s visokim i niskim doživljajem kontrole nad vlastitim životom, korišteni su rezultati izraženi na ljestvici od 7 stupnjeva. Ispitanici s procjenama kontrole od 1 do 4 svrstani su u skupinu s niskim doživljajem kontrole ($N = 63$), a ispitanici s procjenama od 5 do 7 u skupinu s visokim doživljajem kontrole ($N = 95$). Ovakva raspodjela čini se optimalnom zbog asimetrične distribucije rezultata pomaknute prema višim procjenama lokusa kontrole. S obzirom na procjene opće potrebe za kontrolom, ispitanici s rezultatima u rasponu od 1 do 3.5 svrstani su u skupinu s nižom potrebom za kontrolom, a ispitanici s rezultatima iznad 3.6 u skupinu s višom potrebom za kontrolom. Provedena je dvosmjerna analiza varijance s dvije nezavisne varijable *doživljaj kontrole nad životom* (viši – niži) i *opća potreba za kontrolom* (viša – niža) i zavisnu varijablu *samopoštovanje*.

Tablica 10.10. Aritmetičke sredine i standardne devijacije na Upitniku samopoštovanja za podskupine ispitanika s višom i nižom općom potrebom za kontrolom i višom i nižom procjenom kontrole nad vlastitim životom

		Upitnik samopoštovanja		
		N	M	SD
niža potreba za općom kontrolom	niža procjena kontrole	15	28.9111	6.15471
	viša procjena kontrole	13	35.5214	7.34698
	Ukupno	28	31.9802	7.40963
viša potreba za općom kontrolom	niža procjena kontrole	48	34.8981	6.86049
	viša procjena kontrole	82	39.4688	5.96778
	Ukupno	130	37.7812	6.66438
Ukupno	niža procjena kontrole	63	33.4727	7.13024
	viša procjena kontrole	95	38.9287	6.28012
	Ukupno	158	36.7532	7.13253

Tablica 10.11. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Samopoštovanje* u funkciji doživljaja kontrole i potrebe za kontrolom

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna eta ²
Opća potreba za kontrolom	13.714	<.001	.082
Procjena kontrole	17.371	<.001	.101
Potreba za kontrolom x procjena kontrole	.578	.448	.004

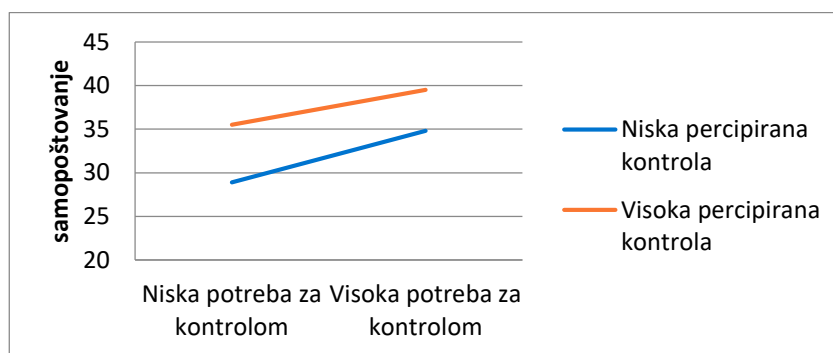
Dvosmjerna analiza varijance ukazala je na značajan utjecaj oba glavna efekta. Glavni efekt opće potrebe za kontrolom [$F(1,154) = 13.714$, $p = <.001$, $\eta_p^2 = .082$], potvrđuje nalaz da ispitanici s višom potrebom za kontrolom svoje samopoštovanje procjenjuju višim ($M_{vpk} = 37.78$, $M_{npk} = 31.98$). Analiza pokazuje da ispitanici s višim doživljajem kontrole nad vlastitim životom ($M_{vdk} = 38.93$ i $M_{ndk} = 33.47$) također imaju više samopoštovanje [$F(1,154) = 17.371$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = .101$]. Uvid u rezultate sugerira da je, s obzirom na samopoštovanje, najlošija kombinacija niske potrebe za kontrolom i niskog doživljaja kontrole ($M = 28.91$). Situacija visoke potrebe za kontrolom i niskog doživljaja kontrole rezultira višom procjenom od prethodne ($M = 34.90$). To ukazuje da je za samopoštovanje pogubnije kada je uz nizak doživljaj kontrole i potreba za kontrolom niska. To može ukazivati na slične mehanizme niskog samopoštovanja i motivacije da se kontrolira vlastiti život.

Sličnu razinu samopoštovanja imaju i ispitanici s niskom potrebom za kontrolom uz visoki doživljaj kontrole ($M = 35.52$). U ovom slučaju visoki doživljaj kontrole djelomično kompenzira nisku potrebu za kontrolom. Primjer mogu biti adolescenti koji žive u zaštićenom okruženju, ali sami nisu motivirani da se samostalno izbore za vlastite ciljeve. Očekivano najviše samopoštovanje imaju ispitanici visoko na obje dimenzije kontrole ($M = 39.47$). Ovaj odnos prikazan je na slici 10.2.

Tetrault i Alain (1999) provode sličnu analizu koristeći depresivnost kao zavisnu varijablu i dolaze do sličnih rezultata. Njihovi nalazi ukazuju da je najveća depresivnost registrirana u situaciji niske potrebe za kontrolom i niske percepcije kontrole, ali sličnu razinu depresivnosti nalaze i kod osoba s visokom potrebom za kontrolom i niskom percepcijom kontrole.

Ranije smo naveli zaključke Garanta i Alaina (1995) koji upozoravaju da razlika između razvijenosti ova dva konstrukta vodi lošijoj psihološkoj prilagodbi (depresiji, anksioznosti, bespomoćnosti i stanju stresa). Autori upozoravaju da osobe s visokom željom za kontrolom u situacijama dugotrajnih nekontrolabilnih događaja mogu biti u ozbiljnom riziku. Rezultati ukazuju na važnost analize usklađenosti potrebe za kontrolom i doživljaja kontrole u istraživanjima, ali i u kliničkom radu i u dijagnostici.

Slika 10.2. Samopoštovanje u funkciji razine potrebe za kontrolom i percipirane stvarne kontrole nad životnim događajima



10.13. Zaključci i sažetak desetog poglavlja

Na tragu originalnih radova Grubera i Coopera (1979), koji razvijaju konstrukt želje, potrebe ili motiva za kontrolom, konceptualiziran je Upitnik potrebe za kontrolom. Koncept potrebe za kontrolom ukazuje na nastojanje pojedinca da ostvari kontrolu nad događajima u svom životu te se razlikuje od operacionalizacije koncepta percepcije kontrole ili lokusa kontrole. Konačna verzija Upitnika sastoji se od dvije subskale. Prva subskala *opće potrebe za kontrolom* sadrži pet tvrdnji i ispituje opći motiv za kontrolom u životu. Druga subskala *potrebe za planiranjem* sastoji se od 7 čestica i ispituje sklonost planiranju vlastitih aktivnosti kao jedan od mehanizama kojima se osigurava kontrola nad događajima. Pouzdanost prve subskale iznosila je .74 izražena Cronbachovim alfa koeficijentom, dok je alfa koeficijent druge subskale .80. Provjera latentne strukture ukazuje na dvije umjereno povezane dimenzije potrebe za planiranjem koje na razini subskala koreliraju .38. Instrument se pokazao primjerenim kao kratka mjera potrebe za kontrolom na populaciji adolescenata.

Uzorak, na kojemu je provedeno istraživanje, sastojao se od 165 učenika srednjih škola i predstavlja prigodni uzorak ispitanika iz populacije adolescenata. Prema rezultatima, približno 50% adolescenata navodi da u potpunosti žele ostvariti potrebu za kontrolom nad događajima u svom životu. Nisu utvrđene razlike između mladića i djevojaka, niti između učenika različitih srednjoškolskih usmjerenja na mjerama potrebe za kontrolom.

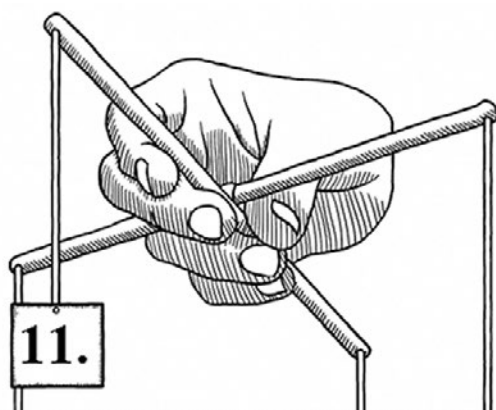
Sljedeći istraživački problem odnosio se na ispitivanje povezanosti mjera potrebe za kontrolom sa mjerama lokusa kontrole. Na osnovi teorijskih očekivanja i nalaza iz literature (Burger i Cooper, 1979), potreba za kontrolom i lokus kontrole predstavljaju različite koncepte. Mjere diskriminantne valjanosti potvrđuju ovo očekivanje i ukazuju na razmjerno nisku povezanost Upitnika za ispitivanje lokusa kontrole kod adolescenata (LKA) s općom potrebom za kontrolom (.271) i nultu korelaciju s potrebom za planiranjem. Subskala internalnosti Višedimenzionalne skale lokusa kontrole (IPC) korelira s općom potrebom za kontrolom .436, dok je s potrebom za planiranjem korelacija niža i iznosi .303. Izraženost potrebe za kontrolom nije se pokazala povezanom s mjerama akademskog uspjeha, što nije u skladu s ranijim nalazima Burgera (1982).

Provjera pretpostavki o povezanosti potrebe za kontrolom s mjerama samopoimanja potvrdila je važnost potrebe za kontrolom za oblikovanje pozitivne slike o sebi kod adolescenata. Viša potreba za kontrolom povezana je s višim samopoštovanjem, procjenom ostvarenja životnih ciljeva, samokompetencijom, procjenom osobne sreće i općim zadovoljstvom životom. Korelacije se kreću u rasponu od .264 do .528. Potreba za planiranjem također je povezana s mjerama samopoimanja s izuzetkom samopoštovanja, ali su korelacije nešto niže i kreću se između 0.20 i 0.35.

Hijerarhijskom regresijskom analizom provjerena je mogućnost predikcije samopoštovanja na osnovi potrebe za kontrolom i lokusa kontrole. Ukupno je objašnjeno 39.3% varijance rezultata u samopoštovanju, pri čemu je potvrđeno da potreba za kontrolom objašnjava dodatni (neovisni) dio varijance kriterija u odnosu na mjere lokusa kontrole. Rezultati potvrđuju važnost potrebe za kontrolom i doživljaja kontrole nad vlastitim životom na samopoštovanje.

Dvije mjere potrebe za kontrolom također ne koreliraju visoko s klasičnim mjerama lokusa kontrole. Opća potreba za kontrolom korelira najviše sa subskalom internalnosti (.436; $p < .001$) te višom procjenom opće kontrole nad događajima u životu (.313; $p < .001$), a nešto niže sa skalom LKA (.271; $p < .001$), koja ukazuje na internalnost. Subskala potrebe za planiranjem jedinu relevantnu korelaciju ostvaruje sa subskalom internalnosti (.303; $p < .001$), dok su ostale korelacije niske ili statistički neznačajne. Zasebno pitanje koje se odnosilo na procjenu opće mogućnosti utjecaja na događaje u vlastitom životu također nisko korelira sa svim ostalim mjerama lokusa, pri čemu je najviša korelacija sa subskalom internalnosti Upitnika IPC koja iznosi .371 ($p < .001$).

U završnoj analizi ispitan je utjecaj neusklađenosti opće potrebe za kontrolom i percipirane opće kontrole nad vlastitim životom na razinu samopoštovanja. Rezultati sugeriraju da je, s obzirom na samopoštovanje, najlošija kombinacija niske potrebe za kontrolom i niskog doživljaja kontrole. U situaciji visoke potrebe za kontrolom i niske percepcije kontrole samopoštovanje je također sniženo, ali je efekt manji u odnosu na prethodnu situaciju. Rezultati dijelom potvrđuju ranije nalaze (npr. Amoura i sur., 2014), koji upozoravaju da razlika između osobne razine potrebe za kontrolom i razine doživljaja osobne kontrole, vodi lošijoj prilagodbi i samopoimanju pojedinca.



**Atribucije uspjeha u životu kod
adolescenata**

11. Atribucije uspjeha u životu kod adolescenata

U okviru jedanaestog poglavlja opisani su razvoj Upitnika atribucija uspjeha u životu prilagođenog adolescentima i rezultati provjere psihometrijskih karakteristika Upitnika. Analizirani su rezultati dobiveni primjenom Upitnika na 1118 učenika drugih i trećih razreda srednjih škola te je ispitana mogućnost predikcije rezultata na subskalama Upitnika, odnosno faktori povezani s vrstama atribucija kojima učenici opisuju ostvarenje uspjeha u životu. Podaci su prikupljeni u okviru šireg istraživanja iz kojega je dio rezultata objavljen ranije (Ljubotina Družić i Ljubotina, 2007).

11.1. Razvoj Upitnika atribucija uspjeha u životu

Analiza faktora koje osoba percipira važnim za ostvarenje vlastitih životnih ciljeva, od velikog je značaja za izbor ponašanja, usmjeravanje aktivnosti i općenito motivaciju za one oblike aktivnosti koji se procjenjuju najkorisnijim za ostvarenje uspjeha. Pojedinaac može razvijati različite hipoteze o načinima ostvarenja vlastitih ciljeva i vrijednosti, odnosno o faktorima koji utječu na ostvarenje tih ciljeva. Niz faktora, kao što su: struktura vrijednosti, osobno iskustvo, savjeti članova obitelji i socijalne mreže, iskustva drugih članova šire zajednice, utjecaj medija kao i drugi faktori, mogu utjecati na oblikovanje pretpostavki o putovima koji vode ostvarenju životnih ciljeva. Različiti pristupi unutar atribucijske teorije nastoje objasniti mehanizme na osnovi kojih pojedinci objašnjavaju uzroke ili razloge pojave određenih događaja (Heider, 1958; Wiener, 1992). Jedna od najčešće korištenih dimenzija za razlikovanje atribucija odnosi se na unutarnje i vanjske. Stoga se i faktori, percipirani kao važni za ostvarenje uspjeha u životu, mogu općenito podijeliti na one koji su vezani uz samu osobu (unutarnji faktori) i one koji se odnose na utjecaj okoline (vanjski faktori). U pojedinim slučajevima različite uzroke uspjeha ili neuspjeha korisnije je razmatrati na kontinuumu unutarnje-vanjsko nego kao odvojene kategorije uzroka. Isto vrijedi i za ostale aspekte atribucija vezane uz kontrolabilnost, stabilnost ili namjeru, koji se ponekad umjetno dihotomiziraju, što stvara privid da se radi o odvojenim kategorijama, a ne dimenzijama. Različiti aspekti i mehanizmi vezani uz proces atribuiranja detaljnije su opisani u petom poglavlju ove knjige.

Uspjeh je moguće pripisivati različitim faktorima, a Weiner i sur. (2010) navode neke od najčešćih: sposobnosti, trud ili zalaganje, težinu zadatka i sreću. Kod mladih ljudi, koji nemaju veću količinu životnog iskustva, na atribucije mogu djelovati i mediji, obitelj, socijalna mreža i drugi izvori informacija.

Različitim faktorima pridaje se različita važnost, pa tako neki veću vrijednost pripisuju faktorima povezanim uz samu osobu, što uključuje obrazovanje, razvoj vlastitih vještina i kompetencija, radne navike, sposobnosti i sl. Drugi skup faktora usmjeren je na okolinu i vanjske utjecaje, što se može odnositi na traženje socijalne podrške i savjeta, razvoj i održavanje socijalne mreže s utjecajnim ljudima ili oslanjanje na sreću i sudbinu. Meulemann (2001) tvrdi da je za zadovoljstvo vlastitim životom važno uskladiti vlastite ciljeve s realnim mogućnostima te navodi rezultate prema kojima je zadovoljstvo bolje objašnjeno osobnim vrednovanjem uspjeha nego „objektivnim“ mjerama uspjeha u životu. U ovom kontekstu je zanimljivo i pitanje: što mladi ljudi smatraju uspjehom u životu te kakva je njihova individualna hijerarhija motiva i vrijednosti?

Kako se ovdje zahtijevaju atribucije vezane uz buduće događaje, radi se o tzv. prospektivnim atribucijama dijelom povezanim s ranijim iskustvima, a dijelom zasnovanim na različitim karakteristikama osobe koje uključuju sliku o sebi, vrijednosti, socioekonomski status, percipiranu socijalnu podršku i druge faktore. Različita istraživanja, koja se bave atribucijama uspjeha i neuspjeha kod srednjoškolaca, dominantno su usmjerena na percepciju faktora povezanih s akademskim uspjehom (npr. Kurtović, 2012; Kamenov, 1991; Mkumbo i Amani, 2012; Boruchovitch, 2004), dok je mali broj istraživanja koja ispituju atribucije općeg uspjeha u životu.

U metodološkom pogledu, od ispitanika se može zatražiti da navedu koji su sve faktori povezani s uspjehom/neuspjehom ili da ih rangiraju prema važnosti. Boruchovitch (2004) ispituje atribucije uspjeha i neuspjeha u matematici kod učenika. Nalazi da se uspjeh pripisuje različitim faktorima kao što su: količina uloženog napora, kvaliteta nastavnika, inteligencija, sreća i smirenost za vrijeme rada. Kada učenici trebaju odabrati najvažniji faktor povezan s uspjehom, najčešće biraju faktor uloženog napora. Atribucije neuspjeha pripisuju se težini zadatka, nervozi, nedostatku sreće, ali se ponovno, kao najvažniji faktor, izdvaja niska količina uloženog napora. Povezanost između atribucija pozitivnih i negativnih ishoda razmjerno je niska. Autor naglašava da učenici koriste i unutarnje i vanjske faktore pri atribuiranju uspjeha i neuspjeha.

Kurtović (2012) ispituje atribucije dobrog i lošeg akademskog uspjeha kod srednjoškolaca te analizira povezanost atribucija sa samopoštovanjem, beznadnošću i depresivnošću. Nalazi da je atribuiranje neuspjeha stabilnim uzrocima povezano s nižim samopoštovanjem i višom depresivnošću. S druge strane, atribucije uspjeha na osnovi stabilnih uzroka povezane su s višim samopoštovanjem i nižom depresivnošću. Uporaba kontrolabilnih faktora i uspjeha i neuspjeha povezana je s višim samopoštovanjem te nižom depresivnošću i beznadnošću.

Wigfield (1988) ispituje utjecaj dobi, spola i usmjerenosti pažnje na atribucije uspjeha i neuspjeha u kognitivnom zadatku. Djeca su uspjeh najčešće atribuirala uloženom trudu, dok je neuspjeh pripisivan težini zadatka i nedostatku sposobnosti. Mlađa djeca općenito uzroke i uspjeha i neuspjeha atribuiraju vanjskim faktorima, npr. sreći.

Specifična društvena i ekonomska situacija u Hrvatskoj posljednjih desetljeća stvorila je okruženje u kojemu mladi ljudi mogu razvijati različite hipoteze o faktorima što omogućuju ostvarenje životnih ciljeva. Školsko okruženje potiče razvoj osobnih potencijala, ali širi društveni kontekst koji je obilježilo tranzicijsko razdoblje, Domovinski rat, ekonomska kriza, brojni primjeri korupcije i gospodarskog kriminala mogli su kod mladih potaknuti svijest o značaju vanjskih faktora za uspjeh u životu. Kroz medije je dostupan veliki broj informacija o etički neprihvatljivim načinima ostvarenja ciljeva, kao što su korištenje veza, korupcija, ostvarenje različitih interesa pomoću podmićivanja odgovornih osoba, upisa studija na različitim školskim institucijama sumnjive vrijednosti, zapošljavanje na osnovi krivotvorenih diploma i sl. Ovakvi primjeri mogu demotivirati mlade da se, pri ostvarivanju vlastitih ciljeva, oslanjaju na vlastite sposobnosti i vrline, već da pokušaju koristiti i druge vanjske mehanizme koji se mogu percipirati odgovornima za ostvarenje određenih ciljeva.

S ciljem ispitivanja atribucija uspjeha u životu D. Ljubotina 2001. konstruirao je prvu verziju upitnika za mjerenje važnosti faktora kojima mladi pripisuju ostvarenje svojih životnih ciljeva, tj. „uspjeha u životu“. Preliminarna verzija upitnika sastojala se od 40 tvrdnji koje su opisivale različite faktore o kojima može ovisiti ostvarenje životnih ciljeva. Upitnik je konstruiran s ciljem da mjeri 6 različitih općih domena kojima se atribuiraju ostvarenje vlastitih ciljeva i vrijednosti. Ta verzija primijenjena je na uzorku od 100 studenata psihologije, na čijim je rezultatima izvršena preliminarna psihometrijska analiza upitnika. U konačnoj verziji skale zadržane su 24 tvrdnje, odnosno moguća faktora ili atribucije uspjeha u životu. Prva verzija upitnika prvi puta je primijenjena na uzorku od 1737 učenika osnovnih i srednjih škola i studenata (Lugomer-Armano, Kamenov i Ljubotina, 2002). Tvrdnje su na osnovi sadržaja podijeljene u šest domena. Četiri domene se primarno odnose na unutarnje faktore vezane uz samu osobu te uključuju razvijanje vlastitih sposobnosti i znanja, upornost i asertivnost pri ostvarivanju ciljeva, traženje socijalne podrške te poštivanje moralnih načela. Dvije domene odnose se na atribucije koje su više usmjerene na vanjske čimbenike kao što su: oslanjanje na sreću i sudbinu te korištenje pomoći drugih utjecajnih ljudi pri ostvarivanju vlastitih ciljeva.

Atribucije, kao i cjelokupno šire istraživanje, usmjereni su na očekivanja u budućnosti, dakle na prospektivnu procjenu ostvarenja općih životnih ciljeva u budućnosti. Uz modifikaciju upute, upitnik bi se mogao primjenjivati

i za retrospektivnu procjenu atribucija faktora koji su omogućili ostvarenje ciljeva u proteklom razdoblju, kao i ispitivanje atribucija uspjeha u nekom specifičnom području života. Zadatak ispitanika je da uz svaku tvrdnju označi njezinu važnost za ostvarenje vlastitih vrijednosti. Stupanj slaganja izražava se na ljestvici od 5 stupnjeva, pri čemu 1 znači „uopće se ne slažem“, a 5 „u potpunosti se slažem“.

UPITNIK ATRIBUCIJA USPJEHA U ŽIVOTU – AUŽ

Ljudi čine različite stvari kako bi ostvarili ono što im je važno u životu. Što je prema tvom mišljenju važno za tebe, odnosno **što namjeravaš činiti, kako bi ostvario svoje ciljeve, tj. da bi “uspjio/uspjela u životu”?** Molimo te da uz svaku od navedenih tvrdnji zaokružiš koliko se s njom slažeš:

1	2	3	4	5
Uopće se ne slažem	Uglavnom se ne slažem	Osrednje se slažem	Uglavnom se slažem	U potpunosti se slažem

Kako bih ostvario/la svoje ciljeve, trebam...

1. razvijati svoje sposobnosti i znanja	1	2	3	4	5
2. imati sreće	1	2	3	4	5
3. biti uporan i boriti se za sebe	1	2	3	4	5
4. biti iskren i pošten	1	2	3	4	5
5. imati podršku roditelja i obitelji	1	2	3	4	5
6. iskoristiti svoja poznanstva	1	2	3	4	5
7. završiti fakultet ili neku dobru školu	1	2	3	4	5
8. vjerovati u sebe	1	2	3	4	5
9. biti aktivan u politici ili društvenom životu	1	2	3	4	5
10. biti blizak s ljudima na položaju	1	2	3	4	5
11. imati prijatelje na koje se možeš osloniti	1	2	3	4	5
12. imati jasan cilj u životu	1	2	3	4	5
13. slušati starije i iskusnije	1	2	3	4	5
14. pokušati pronaći vezu kadgod je moguće	1	2	3	4	5
15. imati pouzdanog životnog partnera	1	2	3	4	5
16. uvijek paziti na svoju čast i dostojanstvo	1	2	3	4	5
17. paziti da ne povrijedim druge	1	2	3	4	5
18. imati povjerenja u ljude	1	2	3	4	5
19. vjerovati u sudbinu	1	2	3	4	5
20. imati dobre ocjene u školi/na studiju	1	2	3	4	5
21. biti snalažljiv	1	2	3	4	5
22. biti stručan u svom poslu	1	2	3	4	5
23. se uvijek nastojati držati zakona i propisa	1	2	3	4	5
24. biti vrijedan i marljiv	1	2	3	4	5

Procijeni u postotcima (u rasponu od 0 do 100) kakva je, prema tvom mišljenju, vjerojatnost da u budućnosti ostvariš svoje životne ciljeve ?

(0% = nikakva ili gotovo nikakva vjerojatnost 100% = gotovo sigurno ću ostvariti svoje ciljeve)

_____ %

11.2. Metodologija istraživanja

11.2.1. Opis uzorka

U nastavku su opisani rezultati primjene upitnika u istraživanju na uzorku od 1111 srednjoškolaca. Upitnik je primjenjivan u više navrata, a kako su rezultati primjena rezultirali razmjerno stabilnim rezultatima prikazani su rezultati primjene na većem uzorku učenika srednjih škola različitih usmjerenja. U istraživanju je sudjelovalo ukupno 1118 učenika drugih (51%) i trećih razreda (49%) 14 srednjih škola iz osam gradova u Hrvatskoj. Uzorak je neprobabilistički kvotni, čime se nastojala osigurati reprezentativnost s obzirom na spol i školsko usmjerenje. Pored toga, odabrane su škole iz tri različite regije. Prvu regiju predstavlja grad Zagreb, kao veliko urbano središte, drugu regiju predstavljaju Čakovec, Prelog i Križevci, kao manja mjesta koja nisu bila zahvaćena ratom, dok treću regiju predstavljaju Hrvatska Kostajnica, Petrinja, Pakrac i Slunj, kao mjesta koja su bila zahvaćena ratom, razdobljem progonstva te kasnijim povratkom i procesom obnove. Valjane podatke u svim varijablama uključenim u analizu imalo je ukupno 1111 učenika, od toga 503 mladića i 608 djevojaka. Prosječna dob učenika iznosila je $M = 16.4$ godine ($SD = .85$) uz dobni raspon od 15 do 19 godina. Struktura uzorka s obzirom na spol i usmjerenje prikazana je u tablici 11.1.

Tablica 11.1. Frekvencije ispitanika s obzirom na spol i usmjerenje

Spol	Gimnazije	Četverogodišnje strukovne	Trogodišnje strukovne	Ukupno
mladići	161 (43.9%)	133 (35.2%)	209 (57.1%)	503 (45.3%)
djevojke	206 (56.1%)	245 (64.8%)	157 (42.9%)	608 (54.7%)
ukupno	367 (100.0%)	378 (100.0%)	366 (100.0%)	1111 (100.0%)

Ispitivanje je provedeno primjenom anketnih upitnika na satovima razredne zajednice uz odobrenje ravnatelja svake škole. Učenicima su prije ispitivanja objašnjeni ciljevi i svrha istraživanja te im je zajamčena anonimnost i tajnost rezultata.

11.2.2. Mjerni instrumenti

a) Sociodemografski upitnik

Iz širega sociodemografskog upitnika u ovom dijelu analiza, korištene su varijable spola, školskog usmjerenja, akademskog uspjeha, obrazovanja roditelja, materijalnog statusa obitelji te procjene odnosa u obitelji.

b) Upitnik atribucija uspjeha u životu

Korišten je već opisani Upitnik atribucija uspjeha u životu koji se sastoji od 24 tvrdnje podijeljene u šest različitih domena atribucija, odnosno faktora koje ispitanici smatraju važnim za ostvarenje vlastitih ciljeva u životu. Zadatak ispitanika je da na ljestvici od 5 stupnjeva procijeni stupanj slaganja sa sadržajem tvrdnje. Karakteristike upitnika detaljno su opisane u nastavku prikaza rezultata.

c) Upitnik percepcije socijalne nepravde za mlade

Upitnik su konstruirali Ljubotina D. i Družić Ljubotina, O. 2001. godine, a primijenjen je i opisan u više različitih istraživanja (Lugomer-Armano i sur., 2002.; Ljubotina, 2004). Upitnik je namijenjen ispitivanju percepcije socijalne nepravde kod mladih ljudi, a u ovom istraživanju primijenjena je verzija od 20 čestica. Rezultati u upitniku mogu se izraziti na pet različitih subskala: opća nepravda u društvu, neprovođenje zakona od strane države, toleriranje socijalnih devijacija od strane društva, percepcija osobne nepravde u obitelji i percepcija osobne nepravde u školi. Zadatak ispitanika je da na ljestvici od 5 stupnjeva procijeni stupanj slaganja sa sadržajem tvrdnje. Ukupni rezultat na svakoj subskali ukazuje na višu razinu percipirane nepravde.

d) Upitnik vrijednosti

Upitnik vrijednosti sastoji se od 18 različitih tvrdnji na osnovi kojih se mogu kreirati četiri šire vrijednosne orijentacije: hedonistička, tradicionalna, obiteljska i samoaktualizacijska. Upitnik je konstruiran u okviru Ljetne psihologijske škole održane 2001. godine (Lugomer-Armano, Kamenov i Ljubotina, 2002). Ispitanici slaganje sa sadržajem tvrdnje izražavaju na ljestvici od 5 stupnjeva.

e) Upitnik religioznosti

Kao mjera religioznosti korišten je Upitnik religioznosti koji je 2003. konstruirao Ljubotina D. Upitnik se sastoji od 26 čestica podijeljenih u 3 subskale. Prva subskala ispituje religijska vjerovanja te se odnosi na internalizirana osjećanja i vjerovanja (npr. „Vjerujem u život poslije smrti“). Druga subskala ispituje obrednu religioznost koja se odnosi na izvršavanje religijskih obreda i rituala (npr. „Odlazim redovito u crkvu“). Treća subskala ispituje posljedice religioznosti na socijalno ponašanje osobe (npr. „Nisam pristalica braka s pripadnicima druge vjere“). Ispitanici stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom izražavaju na ljestvici od 4 stupnja.

f) Upitnik delinkventnog i devijantnog ponašanja

Upitnik za ispitivanje devijantnog i delinkventnog ponašanja izradila je Ajduković M. (1982). U ovom istraživanju primijenjena je verzija od 30 čestica koje se odnose na različite oblike socijalno neprihvatljivih ponašanja (npr. laganje roditeljima), devijantnih ponašanja (sudjelovanje u tučnjavi) i delinkventnih ponašanja (krađe i provale). Zadatak ispitanika je da na ljestvici od 3 stupnja izrazi osobno iskustvo vezano uz svako od navedenih ponašanja (1 = nikada, 2 = jedan do dva puta, 3 = više puta). Ukupni rezultat ukazuje na višu razinu devijantnog ili delinkventnog ponašanja.

11.3. Rezultati primjene Upitnika atribucija uspjeha u životu (AUŽ)

Tablica 11.2. Aritmetičke sredine, standardne devijacije i frekvencije odgovora na 24 tvrdnje Upitnika AUŽ

1	2	3	4	5
Uopće se ne slažem	Uglavnom se ne slažem	Osrednje se slažem	Uglavnom se slažem	U potpunosti se slažem

Tvrdnja	rang*	M	s.d.	postotak odgovora				
				1 uopće se ne slažem	2 uglavnom se ne slažem	3 osrednje se slažem	4 uglavnom se slažem	5 u potpunosti se slažem
1. razvijati svoje sposobnosti i znanja	6.	4,60	,645	0,3%	0,4%	6,1%	25,2%	68,0%
2. imati sreće	14.	4,27	,858	1,1%	1,6%	15,5%	32,5%	49,3%
3. biti uporan i boriti se za sebe	2.	4,74	,514	0,2%	0,1%	2,3%	19,9%	77,5%
4. biti iskren i pošten	13.	4,30	,944	1,9%	2,6%	14,9%	25,0%	55,5%
5. imati podršku roditelja i obitelji	4.	4,65	,692	0,7%	1,2%	4,7%	19,4%	74,1%
6. iskoristiti svoja poznanstva	20.	3,75	1,083	3,7%	7,7%	29,4%	28,9%	30,3%
7. završiti fakultet ili neku dobru školu	11.	4,35	,968	2,3%	3,6%	10,6%	23,6%	59,9%
8. vjerovati u sebe	1.	4,78	,534	0,3%	0,3%	3,2%	14,0%	82,3%
9. biti aktivan u politici ili društvenom životu	24.	2,79	1,194	18,2%	19,4%	37,0%	15,8%	9,7%
10. biti blizak s ljudima na položaju	21.	3,49	1,205	8,0%	11,6%	28,2%	27,8%	24,4%
11. imati prijatelje na koje se možeš osloniti	3.	4,65	,658	0,5%	0,9%	4,9%	20,6%	73,2%
12. imati jasan cilj u životu	7.	4,59	,674	0,5%	0,5%	6,0%	25,2%	67,8%
13. slušati starije i iskusnije	17.	3,98	,963	2,3%	3,3%	23,8%	35,3%	35,4%
14. pokušati pronaći vezu kadgod je moguće	22.	3,35	1,197	8,1%	14,9%	32,5%	23,4%	21,2%
15. imati pouzdanog životnog partnera	10.	4,54	,751	0,5%	1,9%	6,8%	24,5%	66,2%
16. uvijek paziti na svoju čast i dostojanstvo	12.	4,33	,796	0,4%	2,0%	12,6%	34,8%	50,2%
17. paziti da ne povrijedim druge	15.	4,23	,891	1,2%	3,0%	14,8%	33,4%	47,7%
18. imati povjerenja u ljude	18.	3,80	1,084	3,7%	7,6%	26,0%	30,8%	32,0%
19. vjerovati u sudbinu	23.	2,84	1,309	21,0%	18,5%	30,1%	16,7%	13,7%
20. imati dobre ocjene u školi	16.	4,17	,962	2,0%	4,0%	15,5%	32,3%	46,3%
21. biti snalažljiv	5.	4,63	,636	0,5%	0,4%	4,9%	23,9%	70,4%
22. biti stručan u svom poslu	9.	4,55	,688	0,3%	1,1%	6,4%	28,4%	63,9%
23. se uvijek nastojati držati zakona i propisa	19.	3,79	1,058	4,8%	5,4%	23,9%	38,0%	27,9%
24. biti vrijedan i marljiv	8.	4,58	,708	0,7%	0,9%	5,9%	24,8%	67,8%

*rang tvrdnje prema vrijednosti aritmetičke sredine

Analiza procjena vezanih uz pojedine tvrdnje pokazuje da su ispitanici sve ponuđene faktore procjenjivali razmjerno važnim za ostvarenje uspjeha u životu, a aritmetičke sredine kreću se u rasponu od 2.79 do 4.78. Najveću aritmetičku sredinu ima tvrdnja „vjerovati u sebe“ ($M = 4.78$) s kojom se u potpunosti slaže 82.3% učenika. Na drugom mjestu nalazi se „upornost i borba za sebe“ ($M = 4.74$). Ove dvije čestice ukazuju na unutarnje atribucije,

tj. oslanjanje na vlastite potencijale. Nakon toga slijede faktori podrške socijalne okoline: „prijatelji na koje se može osloniti“ ($M = 4.65$) i „podrška roditelja i obitelji“ ($M = 4.65$) dijelom povezani s vanjskim atribucijama. Zanimljivo je da je na visokom petom mjestu „snalažljivost“ ($M = 4.63$), nakon koje slijedi „razvijanje sposobnosti i znanja“ ($M = 4.60$). Zanimljivo je uočiti da su i snalažljivost i razvijanje sposobnosti procijenjeni podjednako važnim za ostvarenje uspjeha.

Relativno najmanje važnim procijenjeni su faktori koji se odnose na korištenje moralno neprihvatljivih pristupa kao što su „korištenje poznanstava“ ($M = 3.75$), „bliskost s ljudima na položaju“ ($M = 3.49$) i „korištenje veza“ ($M = 3.35$). Iako je korištenje veza procijenjeno relativno manje važnim od sposobnosti ili upornosti, važno je uočiti da se čak 23.4% učenika uglavnom, a 21.2% u potpunosti slaže da je korištenje veza važno za ostvarenje uspjeha u životu. Slično vrijedi i za procjenu „bliskosti s ljudima na položaju“, s čime se uglavnom ili u potpunosti slaže 52.2% učenika. Na pretposljednem mjestu, prema procjenama važnosti, nalazi se „vjerovanje u sudbinu“ ($M = 2.84$), uz još uvijek visokih 30.3% učenika koji smatraju da je ovaj faktor uglavnom ili u potpunosti važan. Indikativno je da se na posljednjem mjestu nalazi faktor „biti aktivan u politici ili društvenom životu“ ($M = 2.79$), s čime se u potpunosti slaže 9.7% učenika. Ova procjena ukazuje na razmjerno visoki stupanj nepovjerenja mladih u politički sustav i nisku motivaciju za uključivanje u društveni život.

Na osnovi teorijskih pretpostavki i sadržaja te preliminarnih analiza, čestice su apriorno razvrstane u 6 domena na osnovi kojih se mogu kreirati ukupni rezultati na šest sadržajno različitih subskala. Kako su čestice birane i kreirane na osnovi teorijskog koncepta o šest potencijalnih, sadržajno različitih oblika atribuiranja, provjera latentne strukture provedena je na razini subskala.

Raspodjela čestica prikazana je u tablici 11.3.

Tablica 11.3. Raspodjela tvrdnji u subskale i kreiranje ukupnih rezultata na subskalama Upitnika AUŽ

Faktor (subskala)	k	čestice i bodovanje	opis
1. Razvijanje sposobnosti i znanja	4	$(T1+T7+T20+T22)/4.$	Razvijati vlastite sposobnosti i znanja, stručno se usavršavati
2. Upornost i asertivnost	4	$(T3+T8+T12+T24)/4.$	Biti uporan i odlučan pri ostvarivanju ciljeva, ne odustajati
3. Socijalna podrška	5	$(T5+T11+T15+T18+T13)/5.$	Imati socijalnu podršku obitelji, partnera i prijatelja
4. Poštivanje moralnih načela i poštenje	4	$(T4+T16+T17+T23)/4.$	Biti moralan i pošten, paziti da ne povrijedimo druge
5. Sudbina i sreća	2	$(T2+T19)/2.$	Prepustiti se sudbini i sreći – eksternalni lokus kontrole
6. Korištenje veza i snalažljivost	5	$(T6+T10+T14+T21+T9)/5.$	Ne birati sredstva pri ostvarivanju ciljeva, ne obazirati se na druge

Rezultat na svakoj od 6 subskala koje opisuju faktore uspjeha, može varirati u rasponu od 1 (uopće nije važno) do 5 (u potpunosti je važno).

Tablica 11.4. Deskriptivna statistika po subskalama, pouzdanost i prosječne korelacije među česticama

Subskala	M	s.d.	Pouzdanost*	rij
1. Razvijanje sposobnosti i znanja	4.42	.55	.59	.26
2. Upornost i asertivnost	4.67	.41	.54	.23
3. Socijalna podrška	4.32	.53	.63	.25
4. Poštivanje moralnih načela i poštenje	4.16	.66	.67	.33
5. Sudbina i sreća	3.55	.86	.37	.22
6. Korištenje veza i snalažljivost	3.60	.73	.70	.31

*Pouzdanost je izražena Cronbachovim alfa koeficijentom

Analiza prosječnih vrijednosti na šest sadržajno različitih dimenzija atribucija uspjeha u životu, ukazuje da učenici u najvećoj mjeri prepoznaju značaj upornosti i asertivnosti ($M = 4.67$), što uključuje vjeru u sebe, postavljanje jasnih ciljeva, upornost i marljivost. Na drugom mjestu prema važnosti nalazi se dimenzija razvijanja vlastitih sposobnosti i znanja ($M = 4.42$), odnosno stručnost, kvalitetno školovanje i akademski uspjeh. Ove dvije dimenzije, prema teoriji atribucija, predstavljaju izrazite unutarnje atribucije i mogu se podvesti pod unutarnji lokus kontrole jer su podložne (do određene granice) kontroli pojedinca. Treća dimenzija prema važnosti odnosi se na važnost podrške od strane socijalne okoline ($M = 4.32$) i uključuje podršku obitelji i prijatelja, životnog partnera te općenito povjerenje u ljude. Na četvrtom mjestu nalazi se skup atribucija vezanih uz poštivanje moralnih načela ($M = 4.16$) koje uključuju poštivanje zakona, iskrenost i poštenje te brigu da se svojim djelovanjem ne povrijede drugi ljudi. Preostale dvije dimenzije odnose se na prepoznavanje važnosti vanjskih faktora koji su većim dijelom izvan kontrole pojedinca. Međutim, i ove dvije dimenzije imaju prosječne vrijednosti iznad 3, što znači da se učenici slažu da su ti faktori važni za ostvarenje životnih ciljeva. Važnost korištenja veza i snalažljivost nalazi se na petom mjestu ($M = 3.60$). Ova domena uključuje društveno neprihvatljive aktivnosti kao što su korištenje veza i poznanstava, bliskost s ljudima na položaju, ali i osobine snalažljivosti i aktivnosti u politici i društvenom životu. Relativno najmanju važnost ispitanici su pridali faktorima sreće i sudbine ($M = 3.55$), iako se i ovaj faktor procjenjuje važnim s obzirom na korištenu ljestvicu od 5 stupnjeva. Uvid u rezultate i razine prosječnih vrijednosti svih šest domena atribucija ukazuje na činjenicu da većina učenika važnim procjenjuje veći broj faktora iako su relativno najveći značaj pridali faktorima vezanim uz karakteristike same osobe. To se očituje u izrazitoj asimetriji procjena koje su pomaknute prema višim vrijednostima. Detaljniji uvid u rezultate pokazuje da približno trećina ispitanika na više od 20 tvrdnji bira odgovor 4 ili 5, tj. procjenjuje većinu navedenih faktora važnim za ostvarenje životnih ciljeva. Važno je naglasiti da se ovdje radi o procjenama što se odnose na široki raspon događaja kojima se može opisati ostvarenje životnih ciljeva te je, s obzirom na dob ispitanika, vjerojatnija hipoteza da se u ovom slučaju radi o očekivanjima, a manje o osobnim iskustvima iz ranijega životnog perioda.

Rezultati potvrđuju ranije nalaze dobivene u istraživanju Lugomer-Armano, Kamenov i Ljubotina (2002). Kako se ovdje traže procjene atribucije faktora koji djeluju na ishode u duljem razdoblju, čini se da je uvjetna podjela na unutarnje i vanjske faktore najkonzistentnija. U skladu s dimenzijom stabilnosti koju predlaže Weiner (1992), aspekti vanjskih atribucija koji uključuju sreću i sudbinu manje su stabilni, dok se korištenje veza i snalažljivost mogu razmatrati kao donekle stabilniji faktori. Među atribucijama usmjerenim na unutarnje resurse najveća stabilnost se može očekivati za faktore razvijanja sposobnosti i znanja te poštivanje moralnih načela i poštenje. Socijalna podrška i upornost mogu ovisiti o kontekstu tijekom vremena i razmatrati se kao podložniji promjenama tijekom vremena. U pogledu kontrolabilnosti, kao trećeg aspekta atribucija, jedini nekontrolabilni faktor jest utjecaj sreće i sudbine, dok se oslanjanje na socijalnu podršku, kao i korištenje veza, može razmatrati kao djelomično kontrolabilno, iako ovisno o vanjskim faktorima. S obzirom na svrhu procjene, svi oblici atribucija prema dimenziji globalno-specifično (Abramson i sur., 1978) zahvaćaju uzroke koji djeluju na cjelokupnom planu ponašanja. Teorijski najpoželjniji oblici atribucija, unutarnji, stabilni i kontrolabilni, odnose se na razvijanje sposobnosti i znanja, upornost i asertivnost te poštivanje moralnih načela. Pripisivanje školskog uspjeha kontrolabilnim faktorima pokazalo se povezanim s boljim mjerama psihološke prilagodbe, odnosno s manjim doživljajem bespomoćnosti i višim samopoštovanjem (Kurtović, 2012).

Kao što smo ranije naveli, mali je broj istraživanja atribucija općeg uspjeha u životu. U istraživanju na 530 mladih Varaždinske županije Brežnjak (2009) sličnom metodologijom ispituje probleme mladih i atribucije uspjeha u životu. Hijerarhija atribucija je slična i kao najvažniji faktori procjenjuju se upornost i vjera u sebe, a kao najmanje važni snalažljivost, sreća i sudbina. Mladi koji nisu iskazali namjeru odlaska iz Županije važnijima procjenjuju značaj socijalne podrške i osobnog poštenja u odnosu na mlade koji namjeravaju otići.

Magdalenic (1991) ispituje uzroke kojima mladi pripisuju uspjeh u životu i naziva ih „faktorima socijalne promocije“. Rangiranjem 12 faktora dobiva prilično pesimističnu hijerarhiju atribucija. Najveći značaj mladi pripisuju snalažljivosti, obiteljskim vezama i poznanstvima te aktivnosti u društveno-političkim organizacijama, novcu pa tek onda sposobnostima. Na posljednjem mjestu u hijerarhiji procijenjeno je poštenje i pravednost. U istom istraživanju je, pri ispitivanju vrijednosti, dobivena obrnuta hijerarhija u kojoj je poštenje na vrhu. Moguća je hipoteza da, zbog društvenog i političkog konteksta, mladi opažaju da te vrijednosti nisu funkcionalne za ostvarivanje društvenog uspjeha.

11.4. Provjera latentne strukture upitnika atribucija uspjeha u životu

U nastavku je analizirana struktura povezanosti procjena važnosti različitih faktora uspjeha. Iz korelacijske matrice prikazane u tablici 11.5. uočava se da su dvije dimenzije povezane s vanjskim faktorima u nižim korelacijama s prve četiri dimenzije koje uključuju faktore bliže karakteristikama pojedinca.

Tablica 11.5. Pearsonovi koeficijenti korelacije između šest subskala Upitnika AUŽ

Subskala	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Razvijanje sposobnosti i znanja	1					
2. Upornost i asertivnost	.492***	1				
3. Socijalna podrška	.380***	.463***	1			
4. Poštivanje moralnih načela	.393***	.513***	.566***	1		
5. Sudbina i sreća	.133***	.256***	.352***	.306***	1	
6. Korištenje veza i snalažljivost	.170***	.124***	.235***	.060	.372***	1

Legenda: *** $p < 0.001$; ** $p < .01$; * $p < .05$;

S ciljem provjere dimenzionalnosti latentnog prostora koji definira šest subskala Upitnika, atribucija uspjeha u životu provedena je eksploratorna faktorska analiza uz primjenu modela zajedničkih faktora (PAF). Bartlettov test ($\chi^2 = 1601.584$; $df = 15$; $p < .001$) i Kaiser-Meyer-Olkinov indeks ($KMO = .746$) pokazuju da je korelacijska matrica podobna za provedbu faktorske analize. Kao kriterij zadržavanja faktora u programu SPSS korišten je broj komponenti s karakterističnim korijenima većim od 1. Stoga je preliminarno provedena analiza glavnih komponenti i rezultirala je s dva karakteristična korijena sukcesivno ekstrahiranih glavnih komponenti većih od 1 u iznosu: $\lambda_1 = 2.68$ i $\lambda_2 = 1.15$, što ih čini značajnim na osnovi Kaiser-Guttmanovog kriterija. Ova analiza, kao i Cattellov „scree-plot“ crtež te paralelne analize, sugerira zadržavanje dviju komponenata u analizi koje objašnjavaju 63.831% varijance. Veličine karakterističnih korjenova preostalih komponenti kreću se u rasponu od $\lambda_3 = .77$ do $\lambda_6 = .40$. Veličine karakterističnih korjenova i postotak objašnjene varijance na osnovi ekstrahiranih zajedničkih faktora prikazani su u tablici 11.6.

Tablica 11.6. Karakteristični korijeni 2 zadržana zajednička faktora i postotak objašnjene varijance na osnovi faktorske analize zajedničkih faktora

Faktor	nakon ekstrakcije			nakon varimax rotacije		
	λ	% objašnjene varijance	Kumulativni % objašnjene varijance	λ	% objašnjene varijance	Kumulativni % objašnjene varijance
1	2.16	36.04	36.04	1.84	30.66	30.66
2	.55	9.14	45.18	.87	14.51	45.18

λ = karakteristični korijen

Ukupno je, s dva zadržana zajednička faktora, objašnjeno 45.18% varijance. S ciljem ostvarenja jednostavne latentne strukture provedena je ortogonalna varimax rotacija. Nakon varimax rotacije prvi faktor objašnjava 30.66% ukupne varijance dok drugi faktor objašnjava 14.51%.

Tablica 11.7. Matrica faktorske strukture nakon varimax rotacije i dva zadržana faktora

Subskale	Faktor 1	Faktor 2
1. Razvijanje sposobnosti i znanja	.730	
2. Upornost i asertivnost	.716	
3. Socijalna podrška	.640	.332
4. Poštivanje moralnih načela	.570	
5. Sudbina i sreća		.610
6. Korištenje veza i snalažljivost		.585

Faktorska analiza šest apriori definiranih subskala rezultira s dvama pretpostavljenim faktorima. Prvi faktor **unutarnje atribucije** odnosi se na uzroke povezane s karakteristikama i aktivnostima osobe (prve četiri subskale), dok se drugi faktor može opisati kao **vanjske atribucije** (subskale 5 i 6) koje većinom uključuju uzroke uspjeha izvan pojedinca. Subskala „socijalne podrške“ ima značajne saturacije s oba faktora, a objašnjenje može dijelom biti u činjenici da je oslanjanje na socijalnu podršku vezano i uz unutarnje i vanjske faktore.

Na osnovi provedene faktorske analize moguće je predložiti izražavanje rezultata na dvije šire dimenzije koje se odnose na unutarnje i vanjske atribucije.

Tablica 11.8. Raspodjela tvrdnji u subskale i kreiranje ukupnih rezultata na dvije šire dimenzije unutarnjih i vanjskih atribucija

Subskala (dimenzija)	k	čestice i bodovanje	Uže subskale koje sadrži
1. Unutarnje atribucije	17	(T1+T3+T4+T5+T7+T8+T11+T12+T13+T15+T16+T17+T18+T20+T22+T23+T24)/17	Razvijanje sposobnosti i znanja, Upornost i asertivnost, Socijalna podrška, Poštivanje moralnih načela i poštenje
2. Vanjske atribucije	7	(T2+T6+T9+T10+T14+T19+T21)/7	Sudbina i sreća, Korištenje veza i snalažljivost

U tablici 11.9. prikazane je deskriptivna statistika i pouzdanosti za dvije šire subskale kreirane na osnovi provedene faktorske analize.

Tablica 11.9. Deskriptivna statistika za subskale unutarnjih i vanjskih atribucija

Subskala	k	min	max	M	SD	Pouzdanost*	rij
1. Subskala unutarnjih atribucija	17	1.88	5.00	4.39	.42	.83	.23
2. Subskala vanjskih atribucija	7	1.43	5.00	3.59	.65	.70	.25

*Pouzdanost je izražena Cronbachovim alfa koeficijentom

Prosječne vrijednosti na dvije subskale statistički se značajno razlikuju, pri čemu se važnijim procjenjuju unutarnje atribucije ($M_{un} = 4.39$; $M_{va} = 3.59$; $t = 39.88$, $p < .001$). Korelacija između dvije subskale značajna je i iznosi .28 ($p < .001$). Pouzdanost subskale unutarnjih atribucija iznosi .83, dok je pouzdanost subskale vanjskih atribucija niža i iznosi .70, što je dijelom posljedica manjeg broja čestica, ali i heterogenosti skale. Na osnovi rezultata moguće je predložiti uporabu zasebnih šest subskala, ali i dvije šire dimenzije koje imaju veću pouzdanost, ali su sadržajno heterogenije.

11.5. Razlike u atribucijama u funkciji spola i srednjoškolskog usmjerenja

U nastavku su provjerene razlike u procjenama važnosti atribucija uspjeha s obzirom na spol i usmjerenje učenika. S obzirom na usmjerenje, učenici su podijeljeni u tri skupine: gimnazijske programe, četverogodišnje strukovne programe i trogodišnje strukovne programe. U nastavku su prikazani rezultati provedenih dvosmjernih analiza varijance u kojima su kao nezavisne varijable korišteni spol i usmjerenje, a kao zavisne varijable rezultati na šest subskala atribucija uspjeha i dvije šire dimenzije unutarnjih i vanjskih atribucija. U tablicama od 11.10. do 11.12. prikazana je deskriptivna statistika za svih osam korištenih zavisnih varijabli u funkciji spola i usmjerenja.

Tablica 11.10. Aritmetičke sredine i standardne devijacije za podskupine ispitanika s obzirom na spol i školsko usmjerenje na četiri subskale unutarnjih atribucija

		N	Razvijanje sposobnosti i znanja		Upornost i asertivnost		Socijalna podrška		Poštivanje moralnih načela	
			M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Gimnazije	Mladići	161	4.47	.48	4.62	.42	4.19	.54	4.00	.66
	Djevojke	206	4.54	.44	4.73	.34	4.25	.49	4.16	.60
	Ukupno	367	4.51	.46	4.68	.38	4.23	.51	4.09	.63
Četverogodišnje strukovne	Mladići	133	4.39	.55	4.61	.45	4.27	.59	4.07	.77
	Djevojke	245	4.49	.49	4.72	.33	4.39	.44	4.21	.56
	Ukupno	378	4.46	.51	4.68	.38	4.35	.50	4.16	.64
Trogodišnje strukovne	Mladići	209	4.20	.69	4.61	.52	4.35	.60	4.17	.76
	Djevojke	157	4.39	.58	4.73	.36	4.46	.49	4.33	.56
	Ukupno	366	4.28	.65	4.66	.46	4.40	.56	4.24	.69
Ukupno	Mladići	503	4.34	.60	4.61	.47	4.28	.58	4.09	.73
	Djevojke	608	4.48	.50	4.72	.34	4.36	.48	4.22	.58
	Ukupno	1111	4.42	.55	4.67	.41	4.32	.53	4.16	.66

Tablica 11.11. Aritmetičke sredine i standardne devijacije za podskupine ispitanika s obzirom na spol i školsko usmjerenje na dvije subskale vanjskih atribucija

		N	Sreća i sudbina		Traženje veza i snalaženje	
			M	SD	M	SD
Gimnazije	Mladići	161	3,10	,84	3,49	,80
	Djevojke	206	3,33	,73	3,47	,70
	Ukupno	367	3,23	,78	3,48	,74
Četverogodišnje strukovne	Mladići	133	3,42	,89	3,65	,71
	Djevojke	245	3,72	,79	3,55	,70
	Ukupno	378	3,61	,84	3,59	,70
Trogodišnje strukovne	Mladići	209	3,76	,86	3,81	,72
	Djevojke	157	3,90	,82	3,66	,73
	Ukupno	366	3,82	,85	3,74	,72
Ukupno	Mladići	503	3,46	,91	3,67	,75
	Djevojke	608	3,64	,81	3,55	,71
	Ukupno	1111	3,55	,86	3,60	,73

Tablica 11.12. Aritmetičke sredine i standardne devijacije za podskupine ispitanika s obzirom na spol i školsko usmjerenje na subskalama unutarnjih i vanjskih atribucija

		Internalni faktori			Eksternalni faktori	
		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Gimnazije	Mladići	161	4,31	,41	3,38	,66
	Djevojke	206	4,41	,34	3,43	,59
	Ukupno	367	4,37	,38	3,41	,62
Četverogodišnje strukovne	Mladići	133	4,33	,47	3,58	,67
	Djevojke	245	4,45	,35	3,60	,63
	Ukupno	378	4,41	,40	3,59	,64
Trogodišnje strukovne	Mladići	209	4,33	,53	3,79	,66
	Djevojke	157	4,48	,38	3,73	,63
	Ukupno	366	4,40	,47	3,77	,65
Ukupno	Mladići	503	4,33	,47	3,61	,68
	Djevojke	608	4,44	,35	3,57	,63
	Ukupno	1111	4,39	,42	3,59	,65

11.5.1. Razlike na dimenziji Razvijanje sposobnosti i znanja

Tablica 11.13. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Razvijanje sposobnosti i znanja* u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna eta²
Spol	13.118	<.001	.012
Usmjerenje	14.674	<.001	.026
spol x usmjerenje	.974	.378	.002

Provedbom dvosmjerne analize varijance utvrđen je statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 13.12$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = .012$], pri čemu djevojke razvijanje sposobnosti i znanja procjenjuju važnijim od mladića ($M_z = 4.48$, $M_m = 4.34$). Analiza pokazuje da važnost sposobnosti i znanja različito procjenjuju i učenici različitih usmjerenja [$F(2,1105) = 14.67$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = .026$]. Schefféovim testom utvrđena je statistički značajna razlika između trogodišnjih strukovnih škola, kod kojih je procjena dimenzije *Razvijanje sposobnosti i znanja* niže procijenjena ($M_{tro} = 4.28$) u odnosu na dva preostala usmjerenja ($M_{cet} = 4.46$ i $M_{gim} = 4.51$). Unatoč statističkoj značajnosti razlika, treba uočiti da su stvarne veličine razlika razmjerno male.

11.5.2. Razlike na dimenziji Upornost i asertivnost

Tablica 11.14. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Upornost i asertivnost* u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna eta²
Spol	21,158	<.001	,019
Usmjerenje	,044	,957	,000
spol x usmjerenje	,016	,984	,000

Provedbom dvosmjerne analize varijance utvrđen je statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 21.16, p < 0.001, \eta_p^2 = .019$], pri čemu djevojke upornost i asertivnost u realizaciji ciljeva procjenjuju važnijim od mladića ($M_z = 4.72, M_m = 4.61$), iako oba uzorka ovu dimenziju procjenjuju vrlo visokim vrijednostima. Razlike između usmjerenja nisu statistički značajne.

11.5.3. Razlike na dimenziji Socijalna podrška

Tablica 11.15. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu Socijalna podrška u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna η^2
Spol	8,431	,004	,008
Usmjerenje	11,375	<,001	,020
spol x usmjerenje	,292	,747	,001

Analiza važnosti socijalne podrške pri realizaciji životnih ciljeva ukazala je na značajan utjecaj oba glavna efekta. Provedbom dvosmjerne analize varijance utvrđen je statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 8.43, p < 0.004, \eta_p^2 = .008$], pri čemu djevojke socijalnu podršku ponovno procjenjuju važnijom od mladića ($M_z = 4.36, M_m = 4.28$). Analiza pokazuje da važnost socijalne podrške različito procjenjuju i učenici različitih usmjerenja [$F(2,1105) = 11.38, p < 0.001, \eta_p^2 = .020$]. Scheffeovim testom utvrđena je statistički značajna razlika između gimnazijalaca, kod kojih je procjena dimenzije *Socijalne podrške* niže procijenjena ($M_{\text{gim}} = 4.23$), u odnosu na dva preostala usmjerenja ($M_{\text{cet}} = 4.35$ i $M_{\text{gim}} = 4.40$).

11.5.4. Razlike na dimenziji Poštivanje moralnih načela

Tablica 11.16. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Poštivanje moralnih načela* u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna η^2
Spol	15,612	<,001	,014
Usmjerenje	6,314	,002	,011
spol x usmjerenje	,046	,955	,000

I analiza važnosti poštivanja moralnih načela ukazala je na značajan utjecaj obaju glavnih efekata. Provedbom dvosmjerne analize varijance utvrđen je statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 15.61, p < 0.001, \eta_p^2 = .014$], na način da djevojke poštivanje moralnih načela procjenjuju važnijim od mladića ($M_z = 4.22, M_m = 4.09$). Analiza pokazuje da važnost moralnih načela i poštenja različito procjenjuju i učenici različitih usmjerenja [$F(2,1105) = 6.31, p = 0.002, \eta_p^2 = .011$]. Scheffeovim testom utvrđena je statistički značajna razlika između gimnazija ($M_{\text{gim}} = 4.09$) i trogodišnjih strukovnih škola ($M_{\text{tro}} = 4.24$), pri čemu je važnost ove dimenzije procijenjena višom kod trogodišnjih škola. Detaljnija analiza pokazuje da se razlika između gimnazija i trogodišnjih strukovnih škola javlja na česticama „biti iskren i pošten“ te „pridržavanje zakona“.

11.5.5. Razlike na dimenziji *Sreća i sudbina*

Tablica 11.17. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Sreća i sudbina* u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna eta ²
Spol	20,800	<,001	,018
Usmjerenje	51,695	<,001	,086
spol x usmjerenje	,819	,441	,001

Analiza važnosti utjecaja sreće i sudbine u realizaciji životnih ciljeva ukazala je na značajan utjecaj obaju glavnih efekata. Provedbom dvosmjerne analize varijance utvrđen je statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 20.80$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = .018$], a rezultati pokazuju da djevojke utjecaj sreće i sudbine procjenjuju važnijim od mladića ($M_z = 3.64$, $M_m = 3.46$). Analiza pokazuje da važnost sreće i sudbine značajno razlikuje učenike različitih usmjerenja [$F(2,1105) = 51.70$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = .086$]. Scheffeovim testom utvrđena je statistički značajna razlika između sve tri skupine, pri čemu je najmanja važnost dimenzije *Sreća i sudbina* procijenjena kod gimnazijalaca ($M_{gim} = 3.23$), nešto više procjene su kod učenika četverogodišnjih usmjerenja ($M_{cet} = 3.61$), dok su najviše kod trogodišnjih usmjerenja ($M_{tro} = 3.82$).

11.5.6. Razlike na dimenziji *Traženje veza i snalaženje*

Tablica 11.18. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Traženje veza i snalaženje* u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna eta ²
Spol	4,330	,038	,004
Usmjerenje	11,155	<,001	,020
spol x usmjerenje	,645	,525	,001

Pripisivanje atribucija uspjeha traženju veza i snalaženju ponovno je rezultiralo značajnim efektom i spola i usmjerenja. I ovaj put je provedba dvosmjerne analize varijance pokazala statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 4.33$, $p = 0.038$, $\eta_p^2 = .004$], a rezultati pokazuju da mladići traženje veza i snalaženje procjenjuju nešto važnijim od djevojkama ($M_z = 3.55$, $M_m = 3.67$). Analiza pokazuje da važnost traženja veza i poznanstava značajno razlikuje učenike različitih usmjerenja [$F(2,1105) = 11.16$, $p < 0.001$, $\eta_p^2 = .020$]. Scheffeovim testom utvrđena je statistički značajna razlika između učenika trogodišnjih strukovnih škola, koji su važnost traženja veza procijenili značajno višim ($M_{tro} = 3.74$), u odnosu na učenike gimnazija ($M_{gim} = 3.48$) i učenike četverogodišnjih strukovnih škola ($M_{cet} = 3.59$).

11.5.7. Razlike na dimenziji *Unutarnjih atribucija*

Tablica 11.19. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu *Unutarnje atribucije* u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna eta ²
Spol	22,265	<,001	,020
Usmjerenje	1,071	,343	,002
spol x usmjerenje	,242	,785	,000

Rezultate u Upitniku atribucija uspjeha u životu može se izraziti i na dvije šire dimenzije koje se odnose na atribucije vezane uz karakteristike samog pojedinca, odnosno tzv. unutarnje atribucije. Dvosmjerna analiza varijance u ovom slučaju ukazala je na statistički značajan glavni efekt spola [$F(1,1105) = 22.27, p < 0.001, \eta_p^2 = .020$], a rezultati pokazuju da djevojke unutarnje faktore procjenjuju važnijim u odnosu na mladiće ($M_z = 4.44, M_m = 4.33$).

11.5.8. Razlike na dimenziji vanjskih atribucija

Tablica 11.20. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu Vanjskih atribucija u funkciji spola i školskog usmjerenja

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna η^2
Spol	,000	,988	,000
Usmjerenje	28,269	<,001	,049
spol x usmjerenje	,745	,475	,001

Analiza pripisivanja atribucija uspjeha vanjskim faktorima nije ukazala na značajnu razliku između mladića i djevojaka ($M_z = 3.57, M_m = 3.61$). Međutim, analiza varijance pokazuje da procjena važnosti vanjskih faktora razlikuje učenike različitih usmjerenja [$F(2,1105) = 28.27, p < 0.001, \eta_p^2 = .049$]. Scheffevim testom utvrđena je statistički značajna razlika između sve tri skupine, pri čemu je najmanja važnost dimenzije vanjskih atribucija procijenjena kod gimnazijalaca ($M_{\text{gim}} = 3.41$), nešto više procjene su kod učenika četverogodišnjih usmjerenja ($M_{\text{cer}} = 3.59$), dok su najviše kod trogodišnjih usmjerenja ($M_{\text{tro}} = 3.77$).

Rezultati istraživanja o spolnim razlikama u atribucijama nisu sasvim dosljedni, ali se rezultati ovoga istraživanja dijelom podudaraju s rezultatima Boruchoviticha (2004) o većoj sklonosti izboru vanjskih atribucija mladića u odnosu na djevojke. Lee (1979) od studenata traži da se prisjete iskustava uspjeha i neuspjeha u životu te da na navedu razloge za koje vjeruju da su odgovorni za ishode. Rezultati ukazuju da žene u većoj mjeri uspjeh pripisuju naporu u odnosu na muškarce, koji češće od žena uspjeh pripisuju sreći. Žene su, u odnosu na muškarce, neuspjeh češće atribuirale nedostatku sposobnosti.

U nastavku analize ispitana je povezanost atribucija s nekim vanjskim varijablama za koje se može očekivati da su relevantne za proces atribuiranja.

11.6. Povezanost atribucija uspjeha u životu s religioznošću, vrijednostima i delinkventnim ponašanjem

Nakon provjere hijerarhije i latentne strukture atribucija uspjeha u životu, u nastavku analize provjerena je povezanost različitih dimenzija atribucija s različitim vrstama vanjskih varijabli, odnosno ispitani su oblici konvergentne i kriterijske valjanosti Upitnika. U analizi su korištene mjere uključene u istraživanje, a koje se odnose na neke aspekte ponašanja i strukture vrijednosti, odnosno religioznosti. U tablici 11.21 prikazane su korelacije između subskala Upitnika atribucija uspjeha u životu i mjera delinkventnog ponašanja, religioznosti i vrijednosti.

Tablica 11.21. Povezanost između subskala Upitnika atribucija uspjeha u životu s delinkventnim ponašanjem, religioznošću i vrijednostima (N = 1111)

Dimenzija atribucija	devijantno ponašanje	religioznost	hedonističke vrijednosti	tradicionalne vrijednosti	obiteljske vrijednosti	samoaktualizacijske vrijednosti
1. Razvijanje sposobnosti i znanja	-.219***	.142***	.130***	.200***	.125***	.406***
2. Upornost i asertivnost	-.223***	.199***	.056	.262***	.167***	.504***
3. Socijalna podrška	-.201***	.250***	.109***	.344***	.352***	.479***
4. Poštivanje moralnih načela	-.348***	.286***	-.057	.419***	.234***	.495***
5. Sudbina i sreća	-.034	.248***	.243***	.250***	.103***	.164***
6. Korištenje veza i snalažljivost	.169***	.040	.440***	.057	.012	.077
7. Faktor Unutarnjih atribucija	-.323***	.289***	.073	.405***	.295***	.604***
8. Faktor Vanjskih atribucija	.123***	.124***	.443***	.139***	.048	.123***

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; M – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija

Delinkventna i devijantna ponašanja ukazuju na različite oblike odstupanja od formalnih i neformalnih pravila. U ovoj analizi zanimala nas je struktura povezanosti sklonosti kršenju pravila s atribucijama uspjeha. Viša procjena važnosti unutarnjih faktora očekivano korelira s manjom sklonosti devijantnom ponašanju ($-.323$; $p < .001$), dok je povezanost s vanjskim atribucijama niža, ali značajna i iznosi $.123$ ($p < .001$). Od pojedinačnih korelacija pojedinih dimenzija atribucija najvišu korelaciju s devijantnim ponašanjem ostvaruje skala poštivanja moralnih načela ($-.348$; $p < .001$). Iz rezultata dijelom proizlazi da orijentacija na unutarnje potencijale (sposobnosti, znanja, poštenje i dr.) umanjuje vjerojatnost kršenja propisa.

U drugom dijelu analize ispitane su relacije atribucija s nekim aspektima sustava vrijednosti i religioznosti. Viša internalizirana religioznost (vjerovanje u postojanje Boga, molitve i sl.) povezana je s unutarnjim atribucijama $.289$ ($p < .001$) te sustavno sa svim subskalama osim korištenja veza i poznanstava. Dimenzija sreće i sudbine povezana je pozitivno s višom religioznošću, vjerojatno preko aspekta važnosti sudbine koji može uključivati i vanjske faktore poput Božje volje. Može se pretpostaviti da je to ujedno i mehanizam preko kojega se ostvaruje i veza vanjskih atribucija s religioznošću ($.124$; $p < .001$).

Najviše korelacije opažene su između osobnih vrijednosti i atribucija. Više hedonističke vrijednosti (npr. dobro zarađivati, dobro se zabavljati, uživati u životu, sviđati se suprotnom spolu i sl.) povezane su primarno s vanjskim atribucijama ($.443$; $p < .001$) i subskalom korištenja veza i snalaženjem. S druge strane, tradicionalne vrijednosti (živjeti u skladu s prirodom, živjeti u svojoj državi, duhovno se izgrađivati i sl.) povezane su s dimenzijom unutarnjih atribucija ($.405$; $p < .001$), kao i svim subskalama vezanim uz unutarnje atribucije. Obiteljske vrijednosti (npr. imati vlastitu djecu i obitelj, imati životnog partnera i sl.) povezane su s unutarnjim atribucijama ($.295$; $p < .001$), osobito subskalom važnosti socijalne podrške ($.352$; $p < .001$), ali nisu povezane s vanjskim atribucijama. Rezultati pokazuju da su unutarnje atribucije najbolje opisane razvijenošću samoaktualizacijskih vrijednosti koje i jesu u osnovi atribuiranja uspjeha vlastitim sposobnostima i ponašanjima. Samoaktualizacijske vrijednosti (stjecati nova znanja, biti dobar stručnjak, ostvarivati svoje sposobnosti, raditi posao koji volim, pomagati drugima i dr.) koreliraju s unutarnjim atribucijama $.604$ ($p < .001$), kao i sa svim subskalama vezanim uz unutarnje atribucije. Samoaktualizacijske vrijednosti nisu povezane s atribucijama vezanim uz korištenje veza i snalaženje. Niska pozitivna korelacija pronađena je i sa subskalom sreće i sudbine ($.164$; $p < .001$), pri čemu je ponovno moguć posredan utjecaj religioznosti kroz pripisivanje događaja sudbini ili Božjoj volji.

Drugi skup korelata atribucija uspjeha uključivao je akademski uspjeh, odnose u obitelji te doživljaj nepravde u obitelji i društvu. Zanimalo nas je također kakve su relacije atribucija s procjenom vjerojatnosti uspjeha u životu.

Tablica 11.22. Povezanost subskala Upitnika atribucija uspjeha u životu s akademskim uspjehom, odnosima u obitelji, te percepcijom nepravde

Dimenzija atribucija	Uspjeh u školi	Odnosi u obitelji	Nepravda u obitelji	Nepravda u društvu	Vjerojatnost ostvarenja ciljeva
1. Razvijanje sposobnosti i znanja	.211***	-.099***	-.113***	.030	.141***
2. Upornost i asertivnost	.020	-.117***	-.133***	.016	.144***
3. Socijalna podrška	-.055	-.202***	-.119***	-.090***	.072*
4. Poštivanje moralnih načela	-.024	-.167***	-.104***	-.095***	.111***
5. Sudbina i sreća	-.168***	-.046	.082**	-.104***	.050
6. Korištenje veza i snalažljivost	-.121***	-.038	.128***	-.084**	.025
7. Faktor Unutarnjih atribucija	.041	-.195***	-.149***	-.056	.145***
8. Faktor Vanjskih atribucija	-.159***	-.048	.133***	-.106***	.039

Legenda: *** $p < 0,001$; ** $p < .01$; * $p < .05$; M – aritmetička sredina; SD – standardna devijacija

Uspjeh u školi – izražen klasičnim školskim ocjenama

Odnosi u obitelji – procijenjeni na ljestvici od 5 stupnjeva (1 = izrazito dobri; 5 = izrazito loši)

Nepravda u obitelji i nepravda u društvu – (1 = niska; 5 = visoka)

Vjerojatnost ostvarenja ciljeva – vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva u postocima

Pozitivna korelacija između boljeg akademskog uspjeha i atribucija uspjeha vezanih uz razvijanje sposobnosti i znanja (.211; $p < .001$) teorijski je očekivana (Bar-Tal i Bar-Zohar, 1977; Maqsud, 1993). Osim toga, bolje ocjene povezane su s manjom procjenom važnosti sudbine i sreće (-.168; $p < .001$) i korištenja veza (-.121; $p < .001$). Na široj razini dimenzija unutarnjih atribucija nije povezana s boljim akademskim uspjehom, dok su vanjske atribucije u negativnoj korelaciji s ocjenama (-.159; $p < .001$).

Lošiji odnosi u obitelji povezani su s manjom procjenom važnosti socijalne podrške (-.202; $p < .001$) i poštivanja moralnih načela (-.167; $p < .001$) te općenito manjim oslanjanjem na unutarnje uzroke uspjeha (-.195; $p < .001$). Slična struktura povezanosti vrijedi i za doživljaj osobne nepravde u obitelji, koji je dodatno povezan i s većom procjenom značaja vanjskih atribucija (.133; $p < .001$). Korelacije percepcije nepravde u društvu vrlo su nisko povezane s atribucijama i objašnjavaju neznatan dio varijance. Procjena vjerojatnosti ostvarenja uspjeha u životu povezana je s unutarnjim atribucijama (.145; $p < .001$), posebice s razvijanjem sposobnosti (.141; $p < .001$) i dimenzijom upornosti i asertivnosti .144; $p < .001$). Vanjske atribucije nisu se pokazale povezane s procjenom vjerojatnosti uspjeha. Zanimljiv je nalaz da se atribucije uspjeha nisu pokazale prediktivnim za procjenu vjerojatnosti ostvarenja vlastitih ciljeva u životu.

Kroz sljedeće dvije analize nastojali smo na osnovi izloženih prediktora, predvidjeti rezultate na unutarnjim i vanjskim atribucijama. Provedene su dvije hijerarhijske regresijske analize za svaku od dvije kriterijske varijable zasebno. Rezultati su prikazani u tablicama 11.23. i 11.24.

11.7. Predikcija rezultata na dimenzijama atribucija uspjeha u životu

Tablica 11.23. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij *Unutarnje atribucije* ($N = 925$)

	β_{M1}	β_{M2}	β_{M3}
Devijantno ponašanje	-.333***	-.107***	-.097***
Akademski uspjeh	-.025	.015	.012
Religioznost		.081**	.083**
Hedonističke vrijednosti		.069**	.063**
Tradicionalne vrijednosti		.109***	.098***
Obiteljske vrijednosti		.051	.047
Samoaktualizacijske vrijednosti		.507***	.506***
Obiteljski odnosi			-.054
Doživljaj nepravde u obitelji			-.007
Doživljaj nepravde u društvu			-.035
R^2 (R^2_{adj})	.108 (.106)	.442 (.438)	.447(.441)
F	55.932	103.940	73.822
P	<.001	<.001	<.001
ΔR^2		.334	.004
$F\Delta R^2$		109.927	2.420
$p\Delta R^2$		<.001	>.05

Legenda: *** $p < .001$; β – vrijednost standardiziranog regresijskog koeficijenta; M1, M2, M3 – grupe prediktora u hijerarhijskoj regresijskoj analizi (modeli); R^2 – ukupni doprinos objašnjenju varijanci; R^2_{adj} – korigirani ukupni doprinos objašnjenju varijanci; F – vrijednost ukupnog F omjera; ΔR^2 – doprinos dodatne grupe prediktora objašnjenju varijanci; $F_{\Delta R^2}$ – vrijednost F -omjera za dodatnu grupu prediktora.

Pri predikciji procjena vezanih uz unutarnje atribucije korištena su tri skupa prediktorskih varijabli sukcesivno uvedenih u analizu. Prvi skup varijabli uključivao je mjere ponašanja učenika kao što su akademski uspjeh i sklonost devijantnom ponašanju. Ove dvije varijable objasnile su 10.8% varijance u kriteriju. U ovom slučaju akademski uspjeh nema prediktivnu snagu, dok je niža sklonost devijantnom ponašanju značajno povezana s višom procjenom važnosti unutarnjih atribucija. Uvođenje skupa prediktora koji se odnose na vrijednosti i religioznost učenika objašnjava dodatnih 33.4% varijance. Kao što je bilo vidljivo iz pojedinačnih korelacija, struktura vrijednosti objašnjava najveći dio varijance unutarnjih atribucija. Treći skup varijabli uključivao je odnose u obitelji i percepciju nepravde u obitelji i društvu. Ove varijable koje se odnose na loše socijalne i društvene uvjete objasnile su skromnih .04% varijance i nemaju značajan doprinos predikciji. U regresijskoj analizi objašnjeno je ukupno 44.1% varijance u kriteriju, a koeficijent multiple korelacije iznosi $R = .668$ ($p < .001$). Ohrabrujući je nalaz da doživljaj nepravde i potencijalni loši obiteljski odnosi nisu povezani s razinom unutarnjih atribucija.

Tablica 11.24. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij Vanjske atribucije (N = 925)

	β_{M1}	β_{M2}	β_{M3}
Devijantno ponašanje	,097***	,060	,063
Akademski uspjeh	-,130***	-,113***	-,107***
Religioznost		,115***	,114***
Hedonističke vrijednosti		,422***	,403***
Tradicionalne vrijednosti		,023	,008
Obiteljske vrijednosti		-,044	-,046
Samoaktualizacijske vrijednosti		,086*	,101***
Obiteljski odnosi			-,058
Doživljaj nepravde u obitelji			,076*
Doživljaj nepravde u društvu			-,076**
R^2 (R^2_{adj})	.032 (.030)	.237 (.231)	.248(.240)
F	15.182	40.717	30.185
P	<.001	<.001	<.001
ΔR^2		.205	.011
$F\Delta R^2$		49.339	4.518
$p\Delta R^2$		<.001	<.01

Legenda: *** $p < .001$; β – vrijednost standardiziranog regresijskog koeficijenta; M1, M2, M3 – grupe prediktora u hijerarhijskoj regresijskoj analizi (modeli); R^2 – ukupni doprinos objašnjenju varijanci; R^2_{adj} – korigirani ukupni doprinos objašnjenju varijanci; F – vrijednost ukupnog F omjera; ΔR^2 – doprinos dodatne grupe prediktora objašnjenju varijanci; $F_{\Delta R^2}$ – vrijednost F -omjera za dodatnu grupu prediktora.

Isti skup prediktorskih varijabli korišten je i pri predikciji rezultata u varijabli vanjske atribucije. Devijantno ponašanje i akademski uspjeh objasnili su 3% varijance kriterija, pri čemu obje varijable imaju značajan doprinos predikciji. Prediktori vezani uz vrijednosti i religioznost objašnjavaju dodatnih 23.7% varijance i ponovno predstavljaju najbolje prediktore atribucija, a najveći doprinos u ovom slučaju imaju hedonističke vrijednosti. Treći skup varijabli vezan uz obiteljske odnose i percepciju nepravde u ovom slučaju objašnjava dodatnih 1.1% varijance, ali je ponovno stvarni doprinos skroman.

11.8. Procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva

U okviru Upitnika atribucija uspjeha u životu ispitanicima je postavljeno i jednostavno pitanje u kojem se zahtijevalo da procijene vjerojatnost ostvarenja svojih životnih ciljeva. Za procjenu je korištena ljestvica u postotcima na kojoj je vrijednost 0% označavala „nikakvu ili gotovo nikakvu vjerojatnost“, a 100% potpunu vjerojatnost ostvarenja vlastitih ciljeva. U kontekstu razmatranja kontrole nad životnim događajima, ova procjena u osnovi predstavlja procjenu doživljaja kontrole nad ostvarenjem vlastitih životnih ciljeva. Prosječna procjena na razini cijelog uzorka iznosila je $M = 71.1\%$, a frekvencije odgovora grupirane u 10 kategorija prikazane su u tablici 11.25.

Tablica 11.25. Frekvencije procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva grupirane u 10 kategorija

postotak	N	%	kumulativni postotak
0 do 10	20	1.8	1.8
11 do 20	8	.7	2.6
21 do 30	15	1.4	3.9
31 do 40	29	2.7	6.6
41 do 50	190	17.4	24.0
51 do 60	94	8.6	32.6
61 do 70	171	15.7	48.3
71 do 80	235	21.5	69.8
81 do 90	164	15.0	84.8
91 do 100	166	15.2	100.0
Ukupno	1092	100.0	

Iz tablice se može uočiti da 24% ispitanika vjerojatnost procjenjuje u rasponu od 0 do 50% (uključujući i vrijednost od 50%). Od toga 38.9% procjena manje je od vrijednosti 50%. Većina ispitanika optimistično procjenjuje da će ostvariti svoje životne ciljeve, što je iznimno važna pretpostavka za razvoj i mentalno zdravlje svake mlade osobe. U kliničkom radu s mladima informacija o općim očekivanjima važna je kako bi se detektirali potencijalni rizici koji mogu utjecati na različite aspekte funkcioniranja, kao što su: motivacija, samopoimanje, vjera u sebe i svoje mogućnosti, te posredno detektirali problemi u psihičkom funkcioniranju. Jednako je važno ispitati koji su razlozi zbog kojih mlada osoba nema povjerenja u pozitivan ishod vlastitog života, pri čemu razlozi mogu biti u izostanku jasnih ciljeva i smisla života, niskom povjerenju u vlastite potencijale i niskom povjerenjem u društvo i uvjete u kojima osoba živi i treba ostvariti vlastite ciljeve.

U nastavku analize ispitane su razlike u procjeni vjerojatnosti životnih ciljeva u funkciji spola ispitanika te školskog usmjerenja.

Tablica 11.26. Aritmetičke sredine i standardne devijacije procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva za podskupine ispitanika s obzirom na spol i školsko usmjerenje

		Procjene vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva*		
		N	M	SD
Gimnazije	Mladići	157	71.31	18.82
	Djevojke	202	77.25	16.06
	Ukupno	359	74.65	17.54
Četverogodišnje strukovne	Mladići	132	69.86	22.35
	Djevojke	242	67.91	19.53
	Ukupno	374	68.60	20.56
Trogodišnje strukovne	Mladići	205	68.57	21.64
	Djevojke	154	72.29	23.81
	Ukupno	359	70.17	22.64
Ukupno	Mladići	494	69.78	20.98
	Djevojke	598	72.19	20.06
	Ukupno	1092	71.10	20.50

*procjene su izražene na ljestvici od 0% do 100%

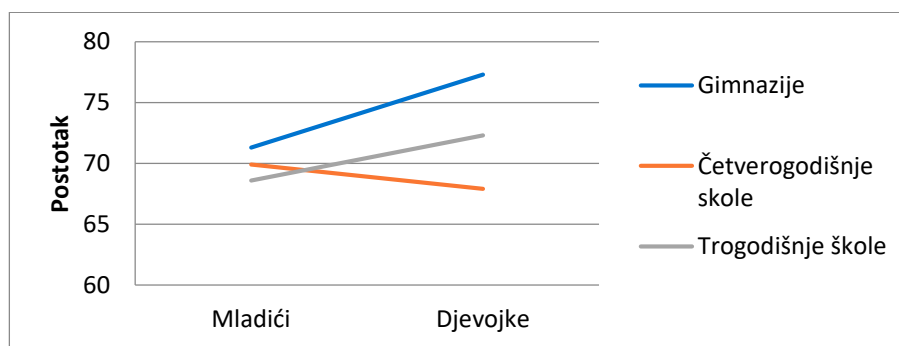
Dvosmjernom analizom varijance provjeren je utjecaj spola i usmjerenja na zavisnu varijablu procjena vjerojatnosti uspjeha u životu.

Tablica 11.27. Značajnost F-omjera i veličine učinka glavnih i interakcijskih efekata u dvosmjernoj analizi varijance za zavisnu varijablu „vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva“

Izvor varijabiliteta	F	p	Parcijalna η^2
Spol	4.208	.040	.004
Usmjerenje	6.555	.001	.012
spol x usmjerenje	3.478	.031	.006

Analiza procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva ukazala je na značajan utjecaj obaju glavnih efekata i interakcije. Provedba dvosmjerne analize varijance ukazala je na rubnu statističku značajnost glavnog efekta spola [$F(1,1086) = 4.21$, $p = 0.040$, $\eta_p^2 = .004$], a rezultati pokazuju da djevojke procjenjuju nešto većom vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva u odnosu na dječake ($M_z = 72.19$, $M_m = 69.78$). Analiza pokazuje da se i učenici različitih usmjerenja razlikuju prema procjeni vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva [$F(2,1086) = 6.56$, $p = 0.001$, $\eta_p^2 = .012$]. Scheffeovim testom utvrđena je statistički značajna razlika između gimnazijalaca, koji su vjerojatnost uspjeha procijenili najvišom vrijednošću ($M_{\text{gim}} = 74.65$), i učenika dva preostala dva usmjerenja ($M_{\text{cet}} = 68.60$ i $M_{\text{tro}} = 70.17$). Pronađena je i značajna interakcija spola i usmjerenja $F(2,1086) = 3.48$, $p = .031$, $\eta_p^2 = .006$. Interakcija ukazuje na tendenciju više procjene vjerojatnosti uspjeha od strane djevojaka u gimnazijama i trogodišnjim strukovnim školama, dok je kod četverogodišnjih usmjerenja smjer suprotan na način da djevojke procjenjuju manju vjerojatnost ostvarenje uspjeha (slika 11.1).

Slika 11.1 Procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva u funkciji spola i usmjerenja



11.9. Atribucije i izbor vlastitog ponašanja

Atribucije i percipirani lokus kontrole u značajnoj mjeri utječu na izbor ponašanja za koji pojedinac vjeruje da će voditi ostvarenju ishoda. Kako bi se ispitaio utjecaj okolinskih faktora na ponašanje, ispitanicima je postavljeno sljedeće pitanje:

„Kada primijetiš da se većina ljudi oko tebe ponaša na način koji nije pošten (prepisuju na testu, koriste veze i poznanstva, ne obaziru se na druge), što misliš da je za tebe bolje učiniti?“.

Ponudena su dva moguća odgovora, od kojih jedan sugerira promjenu vlastitog ponašanja i prilagođavanje, načelno neprihvatljivom, ali potencijalno učinkovitom obrascu ponašanja. Drugi odgovor implicira pridržavanje internaliziranih načela i ustrajanje na vlastitom obrascu ponašanja koje je čestito, iako ne mora nužno biti učinkovito. Ponudeni odgovori i frekvencije odgovora prikazane su u sljedećoj tablici:

Tablica 11.28. Prosječne procjene ostvarenja vjerojatnosti životnih ciljeva za dvije skupine ispitanika koje se razlikuju u prihvaćanju korištenja nemoralnih metoda pri ostvarenja uspjeha

	N (%)	Vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva (0 do 100%)
a) ponašati se poput njih, jer će u suprotnom oni bolje proći	303 (27.7%)	M = 67.70
b) ne činiti isto što i oni, već se ponašati onako kako misliš da je ispravno	792 (72.3%)	M = 72.51

Na razini cijelog uzorka 72.3% ispitanika odabralo je odgovor kako bi se ponašali na način za koji smatraju da je ispravan te da se ne bi priklonili ponašanju većine kada je takvo ponašanje neprihvatljivo. U ovom slučaju implicitna je pretpostavka da su varanje, bezobzirnost i korištenje veza društveno neprihvatljivi obrasci ponašanja. Što se tiče procesa odlučivanja, može se očekivati da je kod jednog dijela ispitanika izbor takvog ponašanja primarni izbor, što znači da oni ne bi niti mijenjali neprihvatljivi obrazac ostvarenja vlastitih ciljeva. U nastavku su detaljnije analizirane razlike između dviju skupina ispitanika koje su odabrale odgovor „a“ (odabrao bih društveno neprihvatljivi obrazac) i odgovor „b“ (ustrajao bih na svom ponašanju koje smatram ispravnim“).

Učenici koji su odabrali odgovor „b“ procijenili su značajno višim vjerojatnost uspjeha u životu ($M_A = 67.70$, $M_B = 72.51$, $t = -3.381$, $p < .001$). Provjerene su razlike između ove dvije skupine na dimenzijama atribucija i rezultati ukazuju na značajne razlike na svim dimenzijama osim „sreće i sudbine“. Tako učenici koji biraju odgovor „b“ višim procjenjuju važnost vlastitih sposobnosti i znanja ($M_A = 4.33$, $M_B = 4.45$, $t = -2.89$, $p < .01$), važnost upornosti i asertivnosti ($M_A = 4.60$, $M_B = 4.70$, $t = -2.96$, $p < .01$), važnost socijalne podrške ($M_A = 4.26$, $M_B = 4.35$, $t = -2.51$, $p < .05$), važnost poštivanja moralnih načela i poštenja ($M_A = 3.87$, $M_B = 4.27$, $t = -8.76$, $p < .001$), dok na dimenziji utjecaja sreće i sudbine nije bilo značajne razlike između dviju skupina ($M_A = 3.55$, $M_B = 3.56$, $t = 0.54$, $p > .05$). Očekivano učenici koji biraju odgovor „a“ značajno važnijim procjenjuju upravo atribucije vezane uz korištenje veza i poznanstava te snalaženje ($M_A = 3.83$, $M_B = 3.51$, $t = 6.71$, $p < .001$). Analiza razlika na dvije šire dimenzije atribucija pokazuje da učenici koji bi prihvatili neetično ponašanje ako bi ono vodilo ostvarenju cilja, procjenjuju važnijim vanjske atribucije ($M_A = 3.76$, $M_B = 3.52$, $t = 5.34$, $p < .001$), a manje važnim unutarnje ($M_A = 4.27$, $M_B = 4.41$, $t = -5.82$, $p < .001$).

Iako se radi o hipotetskoj situaciji, rezultati pokazuju važnost atribucija za izbor ponašanja u situaciji kada kontekst ukazuje da se „neprihvatljivim“ ponašanjem može povećati vjerojatnost ostvarenja osobnog cilja (polaganje ispita, dobivanje posla i sl.). Stoga je važno proces kauzalnih atribucija uključiti u analizu ponašanja osobito u situacijama u kojima kontekst i vanjski faktori mogu utjecati na različitu percepciju značaja određenih ponašanja. U svakodnevnom životu česte su situacije u kojima se, na osnovi socijalnih modela, osoba može upustiti u neetična i nedopuštena ponašanja kao što je prepisivanje i varanje u akademskom kontekstu, kršenje prometnih propisa, nuđenje mita za ostvarivanje osobne koristi i sl.

11.10. Predikcija procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva

U završnom dijelu analize ispitanici su potencijalni prediktori procjene vjerojatnosti uspjeha. Korišteno je nekoliko skupova varijabli uključenih u istraživanje koje su se odnosile na: a) trenutne karakteristike učenika (školsko usmjerenje i akademski uspjeh), b) obiteljsku situaciju koja u značajnoj mjeri determinira mogućnosti i resurse učenika (odnosi u obitelji, materijalni status), c) percipiranu podršku od strane socijalne okoline (obitelji, prijatelja i države), d) percipiranu nepravdu u društvu (toleriranje socijalnih devijacija poput korupcije i kriminala) i doživljenu nepravdu u školi, e) unutarnje i vanjske atribucije uspjeha u životu.

Kao zavisna varijabla korištena je mjera vjerojatnosti uspjeha u životu izražena u postocima. U prvom koraku provedena je korelacijska analiza na osnovi koje su odabrani prediktori za hijerarhijsku regresijsku analizu. Kao što

se može vidjeti iz rezultata prikazanih u tablici 11.29., svi korišteni pojedinačni prediktori značajno su povezani s procjenom ostvarenja životnih ciljeva, s izuzetkom vanjskih atribucija. Pojedinačne korelacije razmjerno su niske, a među najbolje prediktore pripada materijalni status obitelji učenika ($r = .22$; $p < .001$) i akademski uspjeh (.179; $p < .001$). U strukturi korištenih prediktora dominiraju vanjski faktori izvan kontrole samog učenika kao što su: obiteljski odnosi, materijalni status i opći uvjeti u društvu koji uključuju toleranciju kriminala u društvu i doživljaj nepravde u školi.

Tablica 11.29. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij *Procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva* ($N = 1017$)

	r	β_{M1}	β_{M2}	β_{M3}	β_{M4}	β_{M5}
Usmjerenje	-.132***	-.072*	-.076*	-.073*	-.083*	-.092**
Akademski uspjeh	.179***	.150***	.144***	.137***	.121***	.122***
Odnosi u obitelji	-.158***		-.113***	-.087**	-.073*	-.062*
Materijalni status obitelji	.217***		.197***	.183***	.175***	.171***
Očekivana pomoć od obitelji	.139***			.041	.036	.024
Očekivana pomoć od prijatelja	.134***			.077*	.077*	.068*
Očekivana pomoć od države	.135***			.105***	.080**	.073*
Toleriranje devijacija od strane društva	-.165***				-.092**	-.097***
Doživljaj nepravde u školi	-.131***				-.086	-.083**
Atribucije uspjeha – unutarnji faktori	.148***					.073*
Atribucije uspjeha – vanjski faktori	.038					.036
R^2 (R^2_{adj})		.036 (.034)	.096 (.093)	.117 (.111)	.135 (.127)	.142 (.133)
F		19.068	26.915	19.189	17.423	15.124
P		<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
ΔR^2			.060	.021	.017	.007
$F\Delta R^2$			19.068	8.130	10.039	4.267
$p\Delta R^2$			<.001	<.001	<.001	<.05

Legenda: *** $p < .001$; β – vrijednost standardiziranog regresijskog koeficijenta; M_1, M_2, M_3, M_4, M_5 – grupe prediktora u hijerarhijskoj regresijskoj analizi (modeli); r – korelacija prediktora s kriterijem; R^2 – ukupni doprinos objašnjenju varijanci; R^2_{adj} – korigirani ukupni doprinos objašnjenju varijanci; F – vrijednost ukupnog F omjera; ΔR^2 – doprinos dodatne grupe prediktora objašnjenju varijanci; $F_{\Delta R^2}$ – vrijednost F -omjera za dodatnu grupu prediktora.

U prvom koraku uvedene su dvije varijable koje se odnose na sadašnje individualne karakteristike učenika: odabrano usmjerenje i akademski uspjeh. Učenici s boljim akademskim uspjehom i s odabranim gimnazijskim programom (u odnosu na trogodišnje i četverogodišnje strukovne škole) nešto višim procjenjuju vjerojatnost uspjeha (3.6% objašnjene varijance). Uvođenje drugog skupa obiteljskih varijabli objašnjava dodatnih 6% varijance te ukazuje na negativan utjecaj loših obiteljskih odnosa i nižeg materijalnog statusa na očekivanja ostvarenja vlastitih ciljeva. U trećem koraku uvedene su tri varijable koje sadrže procjene očekivanja podrške od obitelji, prijatelja i države pri realizaciji ciljeva, čime je objašnjeno dodatnih 2.1% varijance. U četvrtom koraku uključene su varijable iz spektra doživljaja nepravde u socijalnoj okolini koje objašnjavaju skromnih, ali statistički značajnih, 1.7% nove varijance. U posljednjem koraku nastojali smo provjeriti postoji li značajan doprinos atribucija uspjeha povrh svih ranije uvedenih prediktora. Pripisivanje uspjeha unutarnjim faktorima objasnilo je dodatnih 0.7%

ukupne varijance u kriteriju. Ukupna količina objašnjene varijance nije velika i iznosi 14.2% te ukazuje na složenost predviđanja osobnih očekivanja na osnovi prediktora korištenih u ovom istraživanju. Rezultati pokazuju da u jednadžbi najveće pondere imaju materijalni status i sadašnji akademski uspjeh učenika. Struktura korištenih prediktora ukazuje na povezanost unutarnjih i vanjskih čimbenika kojima se može pripisivati značaj pri ostvarenju osobnih ciljeva.

Ranija istraživanja ukazuju na zaključak da su, za dobrobit adolescenata, osobito važne atribucije koje potiču osjećaj kontrole nad uspjehom i neuspjehom te pozitivna očekivanja od budućnosti (Kurtović, 2012).

11.11. Zaključci i sažetak jedanaestog poglavlja

Polazeći od postavke o važnosti faktora koje osoba percipira važnim za ostvarenje vlastitih životnih ciljeva, konceptualiziran je Upitnik atribucija uspjeha u životu (AUŽ). Na osnovi empirijskog predistraživanja i uvažavajući temeljne koncepte atribucijskih teorija (Wiener, 1992), konstruiran je upitnik koji uključuje šest apriorno definiranih područja atribucija povezanih s ostvarivanjem životnih ciljeva: *razvijanje vlastitih sposobnosti i znanja, upornost i asertivnost, socijalna podrška, poštivanje moralnih načela i poštenje, sudbina i sreća te korištenje veza i snalažljivost*.

Struktura latentnog prostora koji definira šest subskala provjerena je eksploratornom faktorskom analizom i rezultirala je s dvije ortogonalne dimenzije interpretirane kao unutarnje i vanjske atribucije. Na osnovi provedenih analiza predložena je uporaba šest zasebnih subskala kojima se ispituju specifične vrste atribucija općeg uspjeha u životu ili uporaba dvije šire dimenzije. Dimenzija *unutarnjih atribucija* uključuje četiri subskale i ukupno 17 čestica te ima pouzdanost .83 izraženu Cronbachovim alfa koeficijentom. Dimenzija *vanjskih atribucija* uključuje dvije subskale i 7 čestica uz pouzdanost ukupnog rezultata od .70.

Analiza rezultata ukazuje na zaključak da učenici sve faktore procjenjuju važnim za ostvarenje uspjeha s obzirom na prosječne skalne vrijednosti. Najveći značaj pripisuje se vlastitoj upornosti i asertivnosti te razvijanju sposobnosti i znanja, dok su relativno najniže procjene vezane uz sudbinu i sreću te korištenje veza. Indikativno je da približno 50% srednjoškolaca navodi da se potpunosti slaže da treba imati sreće te 24.4% da je važno biti blizak s ljudima na položaju. Na općoj razini uspjeh se u znatno većoj mjeri pripisuje unutarnjim faktorima.

Na svih šest subskala i dvije šire dimenzije atribucija provjeren je utjecaj spola i školskog usmjerenja. Djevojke unutarnjim atribucijama pripisuju nešto veći značaj, dok kod vanjskih atribucija nema značajne razlike. Na pojedinim subskalama sve razlike ukazuju na veće procjene važnosti kod djevojaka, s izuzetkom subskale važnosti korištenja veza i snalažljivosti, gdje mladići imaju viši rezultat.

S obzirom na školsko usmjerenje, nema razlika vezanih uz procjene značaja unutarnjih atribucija, dok kod vanjskih atribucija učenici trogodišnjih strukovnih škola pripisuju vanjskim faktorima, uključujući sreću i sudbinu te korištenje veza, veći značaj u odnosu na gimnazijalce i učenike četverogodišnjih strukovnih škola. Na razini pojedinih subskala rezultati ukazuju na viši procijenjeni značaj sposobnosti i znanja kod gimnazijalaca i četverogodišnjih strukovnih usmjerenja u odnosu na trogodišnja usmjerenja.

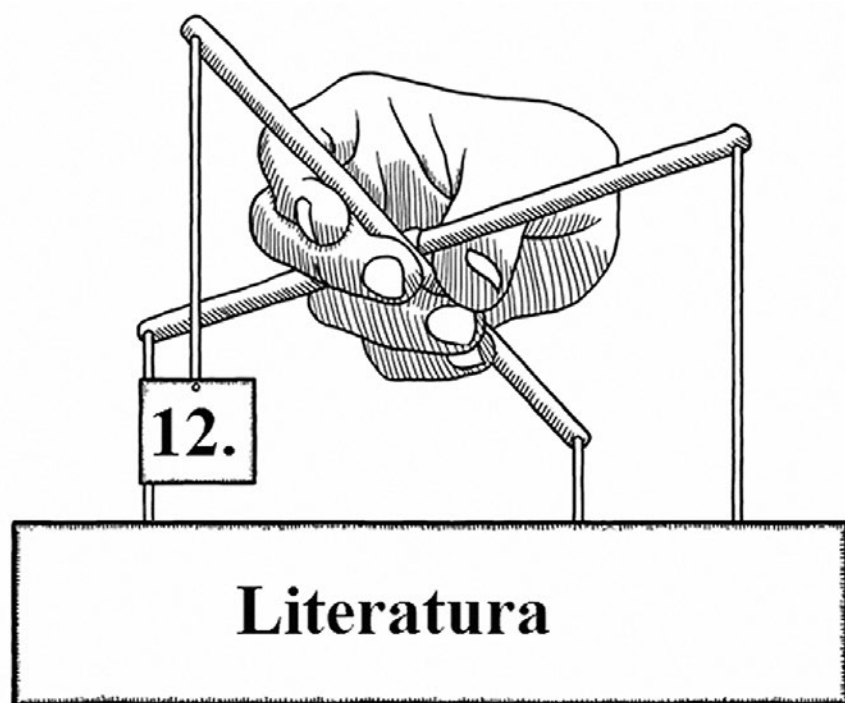
Provedene su dvije hijerarhijske regresijske analize s ciljem predikcije rezultata na dimenzijama unutarnjih i vanjskih atribucija. Objašnjeno je 44.1% varijance rezultata na dimenziji unutarnjih atribucija, pri čemu akademski uspjeh i sklonost devijantnom ponašanju (kao indikatori ponašanja) objašnjavaju 10.8% varijance, vrijednosti i religioznost učenika objašnjavaju sljedećih 33.4%, dok percepcija nepravde u obitelji i društvu nema značajan doprinos. Isti skup prediktora imao je manju snagu predikcije kod predviđanja vanjskih atribucija, gdje je objašnjeno 24.8% varijance. U ovom slučaju akademski uspjeh i devijantno ponašanje objašnjavaju 3% varijance, vrijednosti i religioznost dodatnih 23.7% i percepcija nepravde u obitelji i društvu 1.1% varijance. Rezultati pokazuju da je struktura vrijednosti najbolji prediktor atribucija uspjeha u životu.

Kao posredna mjera doživljaja kontrole nad vlastitim životom ispitana je opća procjena vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva na ljestvici od 0% do 100%. Prosječna procijenjena vjerojatnost ostvarenja životnih ciljeva na razini uzorka iznosila je 71.1%. Djevojke su vjerojatnost ostvarenja uspjeha procijenile nešto većom vrijednosti

u odnosu na mladiće, dok gimnazijalci vjerojatnost uspjeha procjenjuju višom u odnosu na učenike strukovnih škola. Interakcija spola i usmjerenja ukazuje na najmanju procjenu vjerojatnosti uspjeha kod djevojaka u četverogodišnjim strukovnim školama, a najvišu kod gimnazijalki.

Hijerarhijskom regresijskom analizom ispitana je mogućnost predikcije procjene vjerojatnosti ostvarenja životnih ciljeva. Na osnovi pet skupova prediktorskih varijabli objašnjeno je razmjerno skromnih 14.2% varijance u kriteriju. Kao najbolji prediktori procjene uspjeha u životu pokazali su se akademski uspjeh i usmjerenje koje učenik pohađa te materijalni status obitelji. Struktura korištenih prediktora ukazuje na povezanost unutarnjih i vanjskih čimbenika kojima se može pripisivati značaj pri ostvarenju osobnih ciljeva.

Rezultati ukazuju na važnost praćenja očekivanja koja adolescenti imaju o vjerojatnosti ostvarenja svojih životnih ciljeva kao i vrstama atribucija kojima pripisuju ostvarenja uspjeha u životu. Pripisivanje uspjeha unutarnjim, kontrolabilnim i stabilnim faktorima povezano je s boljim akademskim uspjehom i višim samoaktualizacijskim vrijednostima.



12. Literatura

- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. i Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87(1), 49-74. [hermanhttps://doi.org/10.1037/0021-843X.87.1.49](https://doi.org/10.1037/0021-843X.87.1.49)
- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I. i Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review*, 96, 358-372.
- Achenbach, T. M. i Rescorla, L. A. (2001). *Manual for the ASEBA school-age forms & profiles*. Burlington: University of Vermont, Research Center for Children, Youth & Families.
- Agroskin, D. i Jonas, E. (2010). Out of control: how and why does perceived lack of control lead to ethnocentrism? *Rev. Psychol.* 17, 79-90. doi:10.1037/t00464-000
- Ainslie, G. (1975). Specious reward: a behavioral theory of impulsiveness and impulse control. *Psychological Bulletin*, 82, 463-496. doi: 10.1037/h0076860
- Ajduković, M. (1982). *Samoiskaz kao indikator devijantne i delinkventne aktivnosti*. Magistarski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet.
- Ajduković, M. i Delale, E.A. (2000). Stil odgoja u obitelji kao činitelj rizika i zaštite u razvoju poremećaja u ponašanju djece i mladeži. U: J. Bašić, J. Janković (Ur.), *Rizični i zaštitni čimbenici u razvoju poremećaja u ponašanju djece i mladeži (171-187)*. Zagreb: Povjerenstvo Vlade Republike Hrvatske za prevenciju poremećaja u ponašanju.
- Ajduković, D. i Ajduković, M. (2010). Nasilje u obitelji: što zdravstveni djelatnici mogu učiniti – Family violence: What health workers can do. *Medicina Fluminensis*, 46(3), 292-299.
- Ajzen, I. i Fishbein, M. (1980). *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. New York: Prentice-Hall.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational behavior and human decision processes*, 50(2), 179-211.
- Allen, J. G. (1995). *Coping with Trauma: A Guide to Self-Understanding*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Amoura, C., Berjot, S. i Gillet, N. (2013). Desire for controle: Its effect on needs satisfaction and autonomous motivation. *Revue Internationale de Psychologie Sociale*, 26(2), 55-71.
- Amoura, C., Berjot, S., Gillet, N. i Altintas, E. (2014). Desire for control, perception of control: their impact on autonomous motivation and psychological adjustment. *Motivation and emotions*, 38, 323-335.
- Angley, M., Divney, A., Magriples, U. i Kershaw, T. (2015). Social support, family functioning and parenting competence in adolescent parents. *Maternal & Child Health Journal*. 19(1), 67-73. doi: 10.1007/s10995-014-1496-x
- Andrykowski, M. A. i Brady, M. J. (1994). Health locus of control and psychological distress in cancer patients: Interactive effects of context. *Journal of Behavioral Medicine*, 17, 439-458.
- APA (2022). *Dictionary of Psychology*. <https://dictionary.apa.org/social-control> (pristup 1. 5. 2022)
- Archer, S. L. i Waterman, A. S. (1988). Psychological Individualism: Gender Differences or Gender Neutrality? *Human Development*, 31, 65-81.
- Arrington, C. M. i Logan, G. D. (2005). Voluntary task switching: Chasing the elusive homunculus. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 31, 683-702.

- Aronson, E., Wilson, T. D. i Akert, R. M. (2005). *Socijalna psihologija*. Mate.
- Asberg, K. i Renk, K. (2014). Perceived stress, external locus of control, and social support as predictors of psychological adjustment among female inmates with or without a history of sexual abuse. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 58(1), 59-84. <https://doi.org/10.1177/0306624X12461477>
- Auton, H. R., Pope, J. i Seeger, G. (2003). It isn't that strange: Paranormal Belief and Personality Traits. *Social Behaviour and Personality*, 31(7), 711-720.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80, 286-303.
- Bains, G. S. (1984). *The influence of control motivation on social cognition*. Unpublished doctoral dissertation, Oxford University, Trinity.
- Bakhshani, N. M. i Hosseinbor, M. (2013). A comparative study of self-regulation in substance dependent and non-dependent individuals. *Global journal of health science*, 5(6), 40-45.
- Bandura A. (1971). *Social Learning Theory*. General Learning Press.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1984). Recycling misconceptions of perceived self-efficacy. *Cognitive Therapy and Research*, 8, 231-255.
- Bandura, A. (1989). Human agency in social cognitive theory. *American Psychologist*, 44, 1175-1184. doi:10.1037/0003-066x.44.9.1175
- Banks, T., Ninowski, J. E., Mash, E. J. i Semple, D. L. (2008). Parenting behavior and cognitions in a community sample of mothers with and without symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Journal of Child and Family Studies*, 17(1), 28-43. doi: 10.1007/s10826-007-9139-0
- Bar-Tal, D. i Bar-Zohar, Y. (1997). The Relationship between Perception of Locus of Control and Academic Achievement. *Contemporary educational psychology*, 2, 181-199.
- Baron, J. (1988) *Thinking and Deciding*. Cambridge University Press.
- Basoglu, M. (Ed.) (1992). *Torture and its consequences: Current treatment approaches*. Cambridge University Press.
- Baumeister, R. J. (2002). Yielding to temptation: Self-control failure, impulsive purchasing, and consumer behavior. *Journal of Consumer Research*, 28(4), 670-676.
- Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Ciarocco, N. J. i Twenge, J. M. (2005). Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(4), 589-604.
- Baumeister, R. F. i Tierney, J. (2011). *Willpower: Rediscovering the greatest human strength*. Penguin Press.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. i Emery, G. (1987). *Cognitive Therapy of Depression*. Guilford Press.
- Bezinović, P. (1990). Skala eksternalnosti (lokus kontrole). U: N. Anić (Ur.) *Praktikum iz kognitivne i bihevioralne terapije III* (str. 155-157). Zagreb: Društvo psihologa Hrvatske.
- Blanchard, E. B. i Scarboro, M. E. (1972). Locus of control, political attitudes, and voting behavior in a college-age population. *Psychological Reports*, 30(2), 529-530. <https://doi.org/10.2466/pr0.1972.30.2.529>
- Blaney, P. H. (1977). Contemporary theories of depression: Critique and comparison. *Journal of Abnormal Psychology*, 86, 203-223.
- Bleak, J. L. i Frederick, C. M. (1998.). Superstitious behaviour in sport: Levels of effectiveness and determinants of use in three collegiate sports. *Journal of Sport Behaviour*, 21, 1, 1-15.
- Boruchovitch, E. (2004). A Study of Causal Attributions for Success and Failure in Mathematics among Brazilian Students. *Revista Interamericana de Psicologia/Interamerican Journal of Psychology*, 38, 1, 53-60.
- Boyd, J. M. i Wilcox, S. (2020). Examining the relationship between health locus of control and God Locus of Health Control: Is God an internal or external source? *Journal of Health Psychology*, 25(7), 931-940. doi: 10.1177/1359105317739099. Epub 2017 Nov 8. PMID: 29115175.

- Brewin, C. i Shapiro, D. (1984). Beyond locus of control: Attribution of responsibility for positive and negative outcomes. *British Journal of Psychology*, 15, 43-50.
- Brunstein, J. C., & Schmitt, C. H. (2010). *Assessing individual differences in achievement motivation with the implicit association test: Predictive validity of a chronometric measure of the self-concept „me = successfu“*. In: O.C. Schultheiss & J.C. Brunstein (Eds.) *Implicit motives* (pp. 151-185). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195335156.003.0006>
- Bubić, A. i Goreta, I. (2015). Akademske i socijalne odrednice općeg zadovoljstva školom [The role of academic and social factors in explaining school satisfaction]. *Psihologijske Teme*, 24(3), 473-493.
- Buchanan, D. i Huczinsky A. (2004). *Organizational Behaviour. Fifth edition*. Pearson Education.
- Buljan Flander, G. (2007). Izloženost djece nasilju: Jesmo li nešto naučili? U: V. Kolesarić (ur.), *Psihologija i nasilje u suvremenom društvu, Zbornik radova znanstveno-stručnog skupa Psihologija nasilja i zlostavljanja*, 45-52. Osijek.
- Burić, I., (2008). Uloga emocija u obrazovnom kontekstu – teorija kontrole i vrijednosti. *Suvremena psihologija*, 11, 1, 77-92.
- Burić, I., Sorić, I. i Penezić, Z. (2011). Strategije emocionalne regulacije u ispitnim situacijama: Doprinosi osobina ličnosti, kognitivnih procjena i ispitnih emocija. *Psihologijske teme*, 20, 2, 277-298.
- Burić, I., Sorić, I., Penezić, Z. (2016). Emotion regulation in academic domain: Development and validation of the academic emotion regulation questionnaire (AERQ). *Personality and Individual Differences*, 96, 138-147.
- Burger, J. M. i Cooper, H. M. (1979). The Desirability of Control. *Motivation and Emotion*, 3(4).
- Burger, J. M. (1989). Negative reactions to increases in perceived personal control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 246-256.
- Burger, J. M. (1992). Desire for Control and Academic Performance. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 24(2), 147-155.
- Burger, J. M. (1993). Individual Differences in Control Motivation and Social Information Processing. In: Weary, G. et al. (eds.), *Control Motivation and Social Cognition*. Springer-Verlag New York, Inc.
- Burger, J. M. i Solano, C. H. (1994). Changes in Desire for Control over Time: Gender Differences in a Ten-Year Longitudinal Study. *Sex Roles*, 31, 7-8, 465-472.
- Burns, S. M. i Mahalik, J. R. (2006). Physical health, self-reliance, and emotional control as moderators of the relationship between locus of control and mental health among men treated for prostate cancer. *Journal of Behavioral Medicine*, 29, 561-572. DOI: 10.1007/s10865-006-9076-1
- Cacioppo, J. T. i Petty, R. E. (1989). Effects of Message Repetition on Argument Processing, Recall, and Persuasion. *Basic and Applied Social Psychology*, 10, 3-12.
- Campis, L. K., Lyman, R. D., i Prentice-Dunn, S. (1986). The parental locus of control scale: Development and validation. *Journal of Clinical and Child Psychology*, 15, 260-267.
- Caputo, A. (2019). Addiction, locus of control and health status: A study on patients with substance use disorder in recovery settings. *Journal of Substance Use*, 24, 6, 609-613.
- Carden, R., Bryant, C. i Moss, R. (2004). Locus of control, test anxiety, academic procrastination, and achievement among college students. *Psychological Reports*, 95, 581-582.
- Caroll, J. S. (1978). Causal attributions in expert parole decision. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 1501-1511.
- Carver, C. S. i Scheier, M. F. (1981). *Attention and self-regulation: A control theory approach to human behavior*. Springer-Verlag.
- Carver, C. S. i Scheier, M. F. (1982). Control theory: A useful conceptual framework for personality –social, clinical, and health psychology. *Psychological Bulletin*, 92, 111-135. doi:10.1037/0033-2909.92.1.111
- Carver, C.S., Scheier, M.F. i Weintraub, K.J., (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 2, 267-283.

- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4, 92-100.
- Carver, C. S. (2004). Self-regulation of action and affect. In: R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 13-39). The Guilford Press.
- Cassidy, S. (2000). Learning style, academic belief systems, self-report student proficiency and academic achievement in higher education. *Educational Psychology*, 20(3), 307-322.
- Catania, J. A., McDermot, L. V. i Wood, J. A. (1984). Assessment of locus of control: Situational specificity in the sexual context. *Journal of Sexual Research*, 20, 310-324.
- Cauce, A.M., Hannan, K. i Sargeant, M. (1992). Life stress, social support, and locus of control during early adolescence: interactive effects. *American Journal of Community Psychology*, 20, 787-798.
- Chandra, Y. i Yagnik, J. (2022). Experience of Perceived Stress and Impact of Health Locus of Control During COVID-19 Pandemic: Investigating Entrepreneurs and Corporate Employees. *South Asian Journal of Human Resources Management*, 9(1), 79-99.
- Chanowitz, B., i Langer, E. (1980). Knowing more (or less) than you can show: Understanding control through the mindlessness-mindfulness distinction. In: J. Garber & M. E. P. Seligman (Eds.), *Human helplessness: Theory and applications* (pp. 97-129). San Diego, CA: Academic Press.
- Charlton, J. P. (2005). Measuring perceptual and motivational facets of computer control: the development and validation of the computing control scale. *Computers in Human Behavior*, 21(5), 791-815.
- Cherlin, A. i Brookover Bourque, L. (1974). Dimensionality and Reliability of the Rotter I-E Scale. *Sociometry*, 37(4), 565-582.
- Chriss, J. J. (2013). *Social Control: An Introduction*. (2nd ed). Polity Press.
- Chuderski, A. (2010). Samokontrola: własności, funkcje, mechanizmy i ograniczenia. [Self-control: properties, functions, mechanisms, and limits]. *Studia z Kognitywistyki i Filozofii i Umysłu*, 4, 27-51.
- Cicchetti, D. i Toth, S. L. (2000). Developmental processes in maltreated children. Nebraska. *Symposium on Motivation*, 46, 85-160.
- Cohen, S. i Edwards, J. R. (1988). Personality characteristics as moderators of the relationship between stress and disorder. In: Neufeld R.W.J. (Ed.), *Advances in the Investigation of Psychological Stress*. John Wiley & Sons.
- Coelho, P. (1996). *Alkemičar*. Znanje.
- Collins B. E. (1974). Four components of the Rotter Internal-External scale: belief in a difficult world, a just world, a predictable world, and a politically responsive world. *Journal of personality and social psychology*, 29(3), 381-391. <https://doi.org/10.1037/h0036015>
- Connel, J. P. (1985). A new multidimensional measure of children's perception of control. *Child Development*, 56, 1018-1041.
- Cordova, M. J., Giese-Davis, C. J., Golant, C. M., Kronenwetter, C. C., Chang, C. V. i Spiegel, C. D. (2007). Breast Cancer as Trauma: Posttraumatic Stress and Posttraumatic Growth. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 14, 308 - 319.
- Coursey, L. E., Kenworthy, J. B. i Jones, J. R. (2013). A meta-analysis of the relationship between intrinsic religiosity and locus of control. *Archives of Psychology of Religiosity*, 35, 347-368. doi: 10.1163/15736121-12341268
- Crawford, M. T. i Salaman, L. (2012). Entitativity, identity, and the fulfilment of psychological needs. *Journal of Experimental and Social Psychology*, 48, 726-730. doi: 10.1016/j.jesp.2011.12.015
- Crone, E. (2016). *The Adolescent Brain: Changes in Learning, Decision-making and Social Relation in the Unique Development Period of Adolescence*. Routledge.
- Crowne, D. P., i Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24, 349-354.
- Czyżkowska, A. (2018). The role of self-regulation in work-life balance. *Studia Psychologica: Theoria Et Praxis*, 18(2), 15-24.

- Dankić, K. (2004). Emocionalna kontrola i zdravlje. *Psihološki teme*, 13, 19-32
- Davison, G.C. i Neale, J.M. (2002.). *Psihologija abnormalnog doživljavanja i ponašanja*. Naklada slap.
- de Mello, A. (2021). *Buđenje svijesti*, Stilus.
- De Ridder, D. T. D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M. i Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviours. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76-99.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. Plenum.
- Deci, E. L. i Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health. *Canadian Psychology*, 49(3), 182-185.
- Dervishalija, E. i Xhelili, G. (2014). *Academic procrastination and locus of control in graduate students*. In International Conference on Research and Education Challenges towards the Future (ICRAE 2014). Retrieved from <http://konferenca.unishk.edu>
- Deuble, E. A. i Bradley, A. M. A. (2010). *It Has A Name!: How To Keep Control Freaks & Other Unhealthy Narcissists From Ruining Your Life*. Asheham Press.
- De Vos, A., Buyens, D. i Schalk, R. (2004). Making Sense of a New Employment Relationship: Psychological Contract-Related Information Seeking and the Role of Work Values and Locus of Control. *International Journal of Selection and Assessment*, 13(1), 41-52.
- DeVito, J. A. (1989). *The interpersonal communication handbook. Fifth edition*. Harper & Row.
- Dinić, T., (2013). *Odrednice kockanja kod studenata zagrebačkog sveučilišta*. Diplomski rad, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.
- Domović, L. (2018). *Psihometrijska validacija novog upitnika za mjerenje lokusa kontrole kod adolescenata*. Diplomski rad. Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Donovan, D. M. i O'Leary, M. R. (1978). The Drinking-Related Locus of Control Scale. *Journal of Studies on Alcohol*, 39, 759-784.
- Ebata, A. T. i Moos, R. H. (1994). Personal, situational, and contextual correlates of coping in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 4(1), 99-125.
- Eisenberg, N., Zhou, Q., Spinrad, T. L., Valiente, C., Fabes, R. A. i Liew, J. (2005). Relations Among Positive Parenting, Children's Effortful Control, and Externalizing Problems: A Three-Wave Longitudinal Study. *Child Development*, 76(5), 1055-1071. doi:10.1111/j.1467-8624.2005.00897.x
- Elfhag, K. i Morey, L. C. (2008). Personality traits and eating behavior in the obese: poor self-control in emotional and external eating but personality assets in restrained eating. *Eating Behavior*, 9, 285-293. doi: 10.1016/j.eatbeh.2007.10.003
- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. *Science*, 196, 129-136
- Evans, D. A. i Alexander, S. (1970). Some Psychological Correlates of Civil Rights Activity. *Psychological Reports*, 26(3). <https://doi.org/10.2466/pr0.1970.26.3.899>
- Fairburn, C. G., Cooper, Z. i Shafran, R. (2003.), Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A "transdiagnostic" theory and treatment. *Behavior Research and Therapy*, 4, 509-528.
- Fast, N. J., Gruenfeld, D. H., Sivanathan, N. i Galinsky, A. D. (2009). Illusory Control: A Generative Force Behind Power's Far-Reaching Effects. *Psychological Science*, 20(4), 502-508.
- Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M.P. i Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14, 245-258.
- Ferraro, L., Price, J. Desmond, S. i Robert, S. (1987). Development of a diabetes Locus of Control scale. *Psychological Reports*, 61, 763-770.
- Fidrmuc, T. (2020). *Odnos samopoimanja i samopoštovanja kod adolescenata*. Diplomski rada, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

- Finkenauer, C., Buyukcan-Tetik, A., Baumeister, R. F., Schoemaker, K., Bartels, M., & Vohs, K. D. (2015). Out of control: Identifying the role of self-control strength in family violence. *Current Directions in Psychological Science*, 24(4), 261-266.
- Fiske, S. X., Taylor, S. E. (1991). *Social cognition* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Φλωρεσ, Θ., Χαθουεο-Υριζαο, Α., Ραμυρεζ, Χ. ι Χοφρε, Θ. Π. (2020). Locus of Control, Self-Control, and Gender as Predictors of Internalizing and Externalizing Problems in Children and Adolescents in Northern Chile. *Frontiers in Psychology*, 11, 2015. 1-11.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Franken, A., Moffitt, T. E., Steglich, C. E. G., Dijkstra, J. K., Harakeh, Z. ι Vollebergh, W. A. M. (2015). The Role of Self-Control and Early Adolescents' Friendships in the Development of Externalizing Behavior: The SNARE Study. *Journal of Youth and Adolescence*, 45, 1800-1811. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0287-z>.
- Frias-Armenta, M., Borrani, J., Valdez, P., Tirado, H. ι Ortiz-Jimenez, X. (2012). Self-control, self-regulation, and juvenile delinquency. In: Barkoukis, V. (Ed.). *Psychology of self-regulation* (147-167). Nova Science Publishers.
- Frieze, I. H. (1979). Perceptions of bettered wives. In: Frieze, I. H., Bar-Tal, D. & Carroll, J. S. (eds.) *New approaches to social problems*. Jossey-Bass.
- Fritsche, I., Jonas, E. ι Fankhänel, T. (2008). The role of control motivation in mortality salience effects on in-group support and defense. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 524-541.
- Fulgosi, A. (1979). *Psihologija ličnosti – teorija ι istraživanja*. Školska knjiga.
- Furnham, A. ι Steele, H. (1993). Measuring locus of control: A critique of general, children's, health- and work-related locus of control questionnaires. *British Journal of Psychology*, 84, 443-479. DOI: 10.1111/j.2044-8295.1993.tb02495.x
- Furnham, A. (2009). Locus of control and attribution style. U: M.R. Leary, R.H. Hoyle (ur.), *Handbook of individual differences in social behavior* (str. 274-287). The Guilford Press.
- Furnham, A. (2010). A parental locus of control scale. *Individual Differences Research*, 8(3), 151-163.
- Furnham, A. ι Marks, J. (2013). Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. *Psychology*, 2013, 4(9), 717-728. <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2013.49102>
- Gale, C., Batty, G. D. ι Deary, I. J. (2008). Locus of Control at Age 10 Years and Health Outcomes and Behaviors at Age 30 Years: The 1970 British Cohort Study. *Psychosomatic Medicine*, 70(4), 397-403. 10.1097/PSY.0b013e31816a719e
- Garant, V. ι Alain, M. (1995). Perception de contrôle, désir de contrôle et santé psychologique [Perception of control, desire for control, and psychological health]. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 27(3), 251-267. <https://doi.org/10.1037/0008-400X.27.3.251>
- Garcia-Mendez, M. G., Penaloza-Gomez, M., del Pilar Méndez-Sánchez, M. ι Rivera Aragon, S. (2018). Construction and validation of the maternal locus of control scale. *Ciencias Psicológicas*, 2018, 12(1), 35-44. doi: 10.22235/cp.v12i1.1593
- Garnefski, N. ι Diekstra, R. F. W. (1996). Perceived Social Support from Family, School, and Peers: Relationship with Emotional and Behavioral Problems among Adolescents. *Child & Adolescent Psychiatry*, 35(12), 1657-1664.
- Gathergood, J. (2012). Self-control, financial literacy and consumer over-indebtedness. *Journal of Economical Psychology*, 33, 590-602. doi: 10.1016/j.joep.2011.11.006
- Gilbert, D. T. ι Hixon, J. G. (1991). The Trouble of Thinking Activation and Application of Stereotypic Beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 509-517.
- Gillebaart, M. (2018). The 'Operational' Definition of Self-Control. *Frontiers of Psychology*, 9, 12-31. doi: 10.3389/fpsyg.2018.01231

- Glasser, W. (1997). *Teorija kontrole – Novo objašnjenje načina na koji kontroliramo svoje živote*. Alinea.
- Glasser, W. (2000). *Teorija izbora: nova psihologija osobne slobode*. Alinea.
- Goleman, D. (1997). *Emocionalna inteligencija*. Mozaik knjiga.
- Goodkin, F. (1976). Rats learn the relationship between responding and environmental events: An expansion of the learned helplessness hypothesis. *Learning and Motivation*, 7. 382-393.
- Gootnick, A. T. (1974). Locus of control and political participation of college students: A comparison of unidimensional and multidimensional approaches. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(1). 54-58. <https://doi.org/10.1037/h0035997>
- Gomez, R. (1997). Locus of control and type A behavior pattern as predictors of coping styles among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 23(3). 391-398.
- Gomez, R. (1998). Locus of control and avoidant coping: Direct, interactional and mediational effects on maladjustment in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 24. 325-334.
- Gould, S. J. (1999). A critique of Heckhausen and Schulz's (1995) life-span theory of control from a cross-cultural perspective. *Psychological Review*, 106. 597-604.
- Gray J. A. (1970). The psychophysiological basis of introversion-extraversion. *Behaviour Research and Therapy*, 8. 249-266.
- Greenaway, K. H., Louis, W. R. i Hornsey, M. J. (2013). Loss of control increases belief in precognition and belief in precognition increases control. *PLoS ONE*, 8(8), Article e71327. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0071327>
- Greenaway, K. H., Louis, W. R., Hornsey, M. J. i Jones, J. M. (2014). Perceived control qualifies the effects of threat on prejudice. *British Journal of Social Psychology*, 53. 422-442. doi:10.1111/bjso.12049
- Greenaway, K. H., Haslam, S. A., Cruwys, T., Branscombe, N. R., Ysseldyk, R. i Heldreth, C. (2015). From "we" to "me": Group identification enhances perceived personal control with consequences for health and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109. 53-74. doi:10.1037/pspi0000019
- Gross, J.J. i Levenson, R.W. (1997). Hiding Feelings: The Acute Effects of Inhibiting Negative and Positive Emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106. 95-103.
- Gueritault-Chalvin, V., Demi, A., Peterson, J. L. i Kalichman, S. C. (2000). Work-related stress and occupational burnout in AIDS caregivers: Test of a coping model with nurses providing AIDS care. *AIDS Care*, 12. 149-161. DOI: 10.1080/09540120050001823.
- Gupta B. S. i Nagpal, M. (1978). Impulsivity/sociability and reinforcement in verbal operant conditioning. *British Journal of Psychology*, 68. 203-206.
- Gurin, P. i Brim, O. G. (1984). Change in self in adulthood: The example of sense of control. In: O. G. Brim (Ed.), *Life-span development and behavior*, 6. 281-334. Academic Press.
- Haase, C. M., Heckhausen, J. i Köller, O. (2009). Goal engagement in the school-to-work transition: Beneficial for all, particularly for girls. *Journal of Research on Adolescence*, 17. 671-698.
- Haggblom, S. J., Warnick, R., Warnick, J. E., Jones, V. K., Yarbrough, G. L., Russell, T. M., Borecky, C. M., McGahhey, R., Powell, J. L., Beavers, J. i Monte, E. (2002). The 100 Most Eminent Psychologists of the 20th Century. *Review of General Psychology*, 6(2). 139-152. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.2.139>
- Hall, E. (2001). *Feelings About Drug Use Drug-Related Locus of Control*. UCLA Integrated Substance Abuse Programs.
- Hargie, O. i Dickson, D. (2004). *Skilled interpersonal communication. Research, theory and practice*. Routledge.
- Hatakka, M., Keskinen, E., Gregersen, N. P., Glad, A. i Hernetkoski, K. (2002). From control of the vehicle to personal self-control; broadening the perspectives to driver education. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour*, 5(3). 201-216. [https://doi.org/10.1016/S1369-8478\(02\)00018-9](https://doi.org/10.1016/S1369-8478(02)00018-9)
- Havelka, M. (1998). *Zdravstvena psihologija*. Naklada Slap.
- Havighurst, R. J. (1972). *Developmental tasks and education*. David McKay.

- Heckhausen, J. (1991). *CASE-A, Causality and Self-efficacy in Adulthood Questionnaire*. Max Planck Institute.
- Heckhausen, J. i Schulz, R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review*, 102. 284-304.
- Heckhausen, J. i Dweck, C. S. (1998). *Motivation and Self-regulation across the Life Span*. Cambridge University Press.
- Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relationships*. John Wiley & Sons, Inc.
- Helzer, E. G. i Jayawickreme, E. (2015). Control and the “good life”: Primary and secondary control as distinct indicators of well-being. *Social Psychological & Personality Science*, 6. 653-660.
- Herbert, T. B. i Cohen, S. (1993). Depression and immunity: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 113. 472-487.
- Herman, J. (1997). *Trauma and recovery*. Basic Books.
- Heshmati R., Khaleghkhah, A., Jafari, E. i Marandi, M. (2016). Effectiveness of Self-Regulation Couple Therapy intervention on marital satisfaction and partner abuse (Non-physical). *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 4, 1. 1-12.
- Hill, D. J. i Bale, R. M. (1980). Development of the Mental Health Locus of Control and Mental Health Locus of Origin Scales. *Journal of Personality Assessment*, 44. 148-156.
- Hiller, H. (1989.). *Sve o praznovjerju*. Grafički zavod Hrvatske, OOUR Izdavačka djelatnost.
- Hjelle, A. L. i Ziegler, D. J. (1992). *Personality theories*. McGraw-Hill.
- Holm Bearinger, L. i Blum, R.W. (1997). The Utility of Locus of Control for Predicting Adolescent Substance Use. *Research in Nursing & Health*, 20. 229-245.
- Hornsey, M. J., Greenaway, K.H., Harris, E. A. i Bain, P. G. (2019). Exploring Cultural Differences in the Extent to Which People Perceive and Desire Control. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(1). 81-92.
- Iles-Caven, Y., Gregory, S., Ellis, G., Golding, J., & Nowicki, S. (2020). The relationship between locus of control and religious behavior and beliefs in a large population of parents: an observational study. *Frontiers in psychology*, 1462.
- Ivanchevic, J. M. i Matteson, T. M. (1990). *Organizational behavior and management*. Second edition. Irwin.
- Ivanec, D., Miljak, T. i Faber, R. (2010). Percepcija boli u uvjetima različite razine distrakcije. *Društvena istraživanja*, 19, 6 (110). 1093-1114.
- Jackson, T., Mackenzie, J. i Hobfoll, S. E. (2000). Communal aspects of self-regulation. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 275-300). Academic Press.
- Jameson, C. (2010). The “Short Step” from Love to Hypnosis: A Reconsideration of the Stockholm Syndrome. *Journal for Cultural Research*, 14(4). 337-355. DOI: 10.1080/14797581003765309
- Jansen, T., Carton, J. S. (1999). The Effects of Locus of Control and Task Difficulty on Procrastination. *The Journal of Genetic Psychology*, 160(4). 436-442.
- Jensen-Campbell, L. A., Knack, J. M., Waldrip, A. M. i Campbell, S. D. (2007). Do Big Five personality traits associated with self-control influence the regulation of anger and aggression? *Journal of Research in Personality*, 41. 403-424.
- Johnson, J. T. i Boyd, K. R. (1995). Dispositional traits versus the content of experience: Actor-observer differences in judgements of the „authentic self“. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21. 375-383.
- Johnson, R. J., McCaul, K D. i Klein, W. M. P. (2002). Risk involvement and risk perception among adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Medicine*, 25(1). 67-82.
- Jones, E. E. i Nisbett, R. E. (1972). The actor and the observer: Divergent perceptions of the causes of behavior. In: Jones, E.E., Kanouse, D.E., Kelley, H.H., Nisbett, R.E., Valins, S. & Weiner, B. (eds.) *Attribution: Perceiving the causes of behavior*. General Learning Press, 79-94.
- Joyce, P. i Sills, C. (2001). *Gestalt counseling and Psychotherapy*. SAGE.

- Judge, T. A., Erez, A., Bono, J. E. i Thoresen, C. J. (2002). Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (3). 693-710. doi:10.1037/0022-3514.83.3.693. PMID 12219863. S2CID 18551901.
- Juul, J. (2008). *Život u obitelji. Najvažnije vrijednosti u zajedničkom životu djece i odgoju djece*. Pelago.
- Kahneman, D. (2003). Maps of Bounded Rationality: Psychology for Behavioral Economics. *The American Economic Review*, 93(5). 1449-1475.
- Kamenov, Ž. (1991). *Neke determinante atribucije uspjeha i neuspjeha srednjoškolaca*. Neobjavljeni magistarski rad. Filozofski fakultet, Zagreb.
- Kamenov, Ž., Jokić-Begić, N. i Lauri Korajlija A. (2003). *Stigmatizacija tjelesnih invalida, psihickih bolesnika, narkomana, alkoholičara i homoseksualaca*. XVI Dani Ramira Bujasa, Zagreb.
- Kanfer, F. H. (1971). The maintenance of behavior by self-generated stimuli and reinforcement. In: A. Jacobs & L. B. Sachs (Eds.), *The psychology of private events: Perspectives on covert response systems* (pp. 37-59). Academic Press.
- Kardum, I. i Hudek-Knežević, J. (2012). Relationships between five-factor personality traits and specific health-related personality dimensions. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 12. 373-387.
- Kardum, I., Hudek-Knežević, J. i Krapčić, N. (2016a). Lokus kontrole i tjelesno zdravlje. *Klinička psihologija*, 9(2). 271-292.
- Karoly, P. (1993). Mechanisms of self-regulation: A systems view. *Annual Review of Psychology*, 44. 23-52. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000323>
- Kasaić, M. (2017). *Akademski samoefikasnost, ciljevi postignuća i lokus kontrole kao prediktori zadovoljstva studijem*. Diplomski rad, Odsjek za psihologiju, Hrvatski studiji, Sveučilište u Zagrebu.
- Kay, A. C., Gaucher, D., McGregor, I. i Nash, K. (2010). Religious conviction as compensatory control. *Personality and Social Psychology Review*, 14. 37-48. doi:10.1177/1088868309353750
- Kelly, H. H. (1967). Attribution theory in social psychology. In: Levine D. (Es.) *Nebraska Symposium on Motivation*, 15. 192-238, University of Nebraska Press.
- Kelly J. B. i Johnson M. P. (2008). Differentiations among types of intimate partner violence: research update and implications for interventions. *Family Court Review*, 46. 476-499.
- Kemp, S. (2016). Learned helplessness, locus of control, self-efficacy. In: S. Kemp (Ed.). *Was communism doomed?* (pp. 195-214). Palgrave Macmillan.
- Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac-Jagodić, G. (2011). Doživljaj kompetentnosti u roditeljskoj ulozi i sukobi između roditelja i adolescenata. *Suvremena psihologija*, 14, 1. 17-34.
- Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac-Jagodić, G. i Greblo, Z. (2012). Razvoj i validacija upitnika roditeljskog ponašanja. *Suvremena psihologija*, 15(1). 23-42.
- Keyson, M. i Janda, L. (1972). *The internal-external scale for alcoholism*. Unpublished manuscript, St. Luke's Hospital, Phoenix.
- Kirby, K. N. i Herrnstein, R. J. (1995). Preference reversals due to myopic discounting of delayed reward. *Psychol. Sci.*, 6. 83-89.
- Kitayama, S., Markus, H. R. i Kurokawa, M. (2000). Culture, Emotion, and Well-being: Good Feelings in Japan and the United States. *Cognition and Emotion*, 14(1). 93-124.
- Kliewer, W. i Sandler, I. N. (1992). Locus of control and self-esteem as moderators of stressor symptom relations in children and adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 20. 393-413.
- Knezović, Z. (1981). Hijerarhijska faktorska analiza i neke metrijske karakteristike Rotterove skale unutrašnjeg naprama izvanjskom mjestu kontrole potkrepljenja. *Revija za psihologiju*, 11. 35-43.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37. 1-11.

- Kobasa, S. C., Maddi, S. R. i Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42. 168-177.
- Kohn, N, Eickhoff, S.B., Scheller, M, Laird, A.R., Fox, P.T. i Habel, U. (2014). Neural network of cognitive emotion regulation – an ALE meta-analysis and MACM analysis. *Neuroimage*, 87. 345-355. doi: 10.1016/j.neuroimage.2013.11.001.
- Kozjak Mikić, Z. i Perinović, E. (2008). Suočavanje i psihosomatski simptomi u adolescenciji. *Suvremena psihologija*, 11(1). 41-53.
- Kraft, P., Rise, J., Sutton, S. i Røysamb, E. (2005). Perceived difficulty in the theory of planned behaviour: perceived behavioural control or affective attitude? *The British journal of social psychology*, 44(3). 479-496. <https://doi.org/10.1348/014466604X17533>
- Krapić, N. i Kardum, I. (2003). Stilovi suočavanja sa stresom kod adolescenata: konstrukcija i validacija upitnika. *Društvena istraživanja*, 12, 5(67). 825-846.
- Krause, N. (1987). Understanding the Stress Process: Linking Social Support with Locus of Control Beliefs *Journal of Gerontology*, 42, 6. 589-593. <https://doi.org/10.1093/geronj/42.6.589>
- Krause, J. S., Stanwyck, C. A. i Maides, J. (1998). Locus of control and life adjustment: Relationship among people with spinal cord injury. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 41. 162-172.
- Krause, N. (2005). Traumatic Events and Meaning in Life: Exploring Variations in Three Age Cohorts. *Aging and Society*, 25(4). 501-524.
- Krause, J.S. i Broderick, L. (2006). Relationship of Personality and Locus of Control With Employment Outcomes Among Participants With Spinal Cord Injury. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 49(2). 111-114.
- Krizmanić, M. i Szabo, S. (1994). *Priručnik za Upitnik za ispitivanje percipiranog izvora kontrole zdravlja ZLK-90: 2. Izdanje*. Naklada Slap.
- Kurtović, A. (2012). Relationship between Attributions for Success and Failure and Self-esteem, Hopelessness and Depression in Secondary School Students. *Croatian Journal of Education*, 14(4). 771-797.
- Kuterovac-Jagodić, G. i Keresteš, G. (1997). Perception of parental acceptance-rejection and some personality variables in young adults. *Društvena istraživanja*, 6, 4-5 (30-31). 477-491.
- Labs, S M. i Wurtele, S. K. (1986). Fetal Health Locus of Control Scale: Development and validation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54. 814-819.
- Lacey, J. H. (1986.). Pathogenesis. In: L. J. Downey i J. C. Malkin (Eds.), *Current approaches: Bulimia nervosa (17-27)*. Duphar.
- Lacković-Grgin, K., Grgin, T., Penezić, Z. i Sorić, I. (2001). Some predictors of primary control of development in three transitional periods of life. *Journal of Adult Development*, 8(3). 149-160. <https://doi.org/10.1023/A:1009587306847>
- Lacković-Grgin, K. (2006). *Psihologija adolescencije*. Naklada Slap.
- Langer, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32. 311-328.
- Langer, E. J. i Rodin, J. (1976). The effects of choice and enhanced personal responsibility for the aged: A field experiment in an institutional setting. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34. 191-198.
- Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Naklada Slap.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lee, S. S. (1979). *Attributions for Success and Failure in Subjectively Recalled Life Experiences: The Effects of Sex and Seks Role Identity*. Paper presented at the Annual Meeting of the Eastern Psychological Association, Philadelphia, (April 18-21, 1979).
- Lee, E. (2005). The Relationship of Motivation and Flow Experience to Academic Procrastination in University Students. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 166(1). 5-15.
- Lefcourt, H. M. i Wine, J. (1969). Internal versus external control of reinforcement and the deployment of attention in experimental situations. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue canadienne des sciences du comportement*, 1(3). 167-181. <https://doi.org/10.1037/h0082697>

- Lefcourt, H. M. (1976). Internal versus external control of reinforcement: A Review. *Psychological Bulletin*, 65 (4). 206-220.
- Lefcourt, H. M., von Baeyer, C. L., Ware, E. E. i Cox, D. J. (1979). The multidimensional-multiattributitional causality scale: The development of a goal specific Locus of Control scale. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 11. 286-304.
- Lefcourt, H. M., Miller, R. S., Ware, E. E. i Sherk, D. (1981). Locus of control as a modifier of the relationship between stressors and moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41.357-369.
- Lefcourt, H. M. (1982). *Locus of Control: Current trends in Theory and Research*. Psychology Press.
- Lefcourt, H. M. (1991). Locus of control. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 413-499). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-590241-0.50013-7>
- Lefcourt, H. M. i Davidson-Katz, K. (1991). Locus of control and health. In: C. R. Snyder & D. R. Forsyth (Eds.), *Handbook of social and clinical psychology: The health perspective* (pp. 246-266). Pergamon Press.
- Lepore, L. i Brown, R. (1997) Category and Stereotype Activation: Is Prejudice Inevitable? *Journal of Personality and Social Psychology*, 72. 275-287.
- Levenson, H. (1973). *Reliability and validity of the I, P, and C scales - A multidimensional view of Locus of Control*. Proceedings from the American Psychological Association Convention: Montreal, Canada.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. International Universities Press.
- Lilienfeld, S. O., Lynn, S. J., Ruscio, J. i Beyerstein, B. L. (2018). *50 velikih mitova psihologije*. Naklada Slap.
- Littlejohn, S. W. i Foss, K. A. (ur.) (2005). *Theories of human communication. Eighth edition*. Wadsworth: Thomson.
- Liu, Y., Doucette, W. R. i Farris, K. B. (2007). Perceived difficulty and self-efficacy in the factor structure of perceived behavioral control to seek drug information from physicians and pharmacists. *Research in social & administrative pharmacy: RSAP*, 3(2). 145-159. <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2006.07.002>
- Lončarić, D. (2013). *Motivacija i strategije samoregulacije učenja: teorija, mjerenje i primjena (e-izdanje)*. Učiteljski fakultet u Rijeci.
- Long, R. B. (2007). Development of an instrument measuring oral health Locus of Control: Relationship to general health Locus of Control, oral health care experience, and oral health value. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences*, 67. 44-66.
- Luca Mrđen, J., Ćosić, I. i Buljan Flander, G. (2007). *Prevalence of sexual abuse in Croatia*. XI. ISPCAN European regional Conference on Child Abuse and Neglect, Lisabon.
- Lugomer, G. (1980). *Izraženost praznovjernosti kod školske djece u funkciji dobi i spola*. Magistarski rad, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet, Zagreb.
- Lugomer-Armano, G., Kamenov, Ž. i Ljubotina, D. (2002). *Problemi i potrebe mladih u Hrvatskoj*. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu i Klub studenata psihologije u Zagrebu.
- Luman M., van Meel C. S., Oosterlaan J. i Geurts H. M. (2012). Reward and Punishment Sensitivity in Children with ADHD: Validating the Sensitivity to Punishment and Sensitivity to Reward Questionnaire for Children (SPSRQ-C). *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40. 145-157.
- Luszczynska, A., Diehl, M., Gutiérrez-Doña, B., Kuusinen, P. i Schwarzer, R. (2004). Measuring one component of dispositional self-regulation: attention control in goal pursuit. *Personality and Individual Differences*, 37(3). 555-566. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2003.09.026>
- Ljubotina, D. (1994). *Psihosocijalna adaptacija prognanika i posljedice boravka u progonstvu*. Neobjavljeni magistarski rad, Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Ljubotina, D. i Galić, J. (2002). Obiteljski odnosi i konzumacija droga na populaciji adolescenata grada zagreba. *Ljetopis socijalnog rada*, 9(2). 2002.
- Ljubotina, D. (2004). Mladi i socijalna pravda. *Revija za socijalnu politiku*, 11(2). 159-175.

- Ljubotina Družić, O. i Ljubotina, D. (2007). Percepcija socijalne nepravde, struktura vrijednosti, posljedice rata i religioznost kao prediktori devijantnih ponašanja mladih. *Kriminologija i socijalna integracija*, 15(1). 13-26.
- Ljubotina, D. (2013). How to integrate the information on accuracy, reaction time and confidence rating in the psychometric analysis of test items? 21th "Ramiro and Zoran Bujas' Days". U: Kuterovac Jagodić, G. and Erceg Jugović, I. i Huić, A., (Ur.). 21. *Dani Ramira i Zorana Bujasa: sažeci priopćenja*. Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju.
- Ljubotina, D. i Domović, L. (2019). Jesu li mjere lokusa kontrole i potrebe za kontrolom u većoj mjeri pod kontrolom psihologa ili slučaja i sudbine? U: Jelić, M. i Tomas, J., (Ur.). 24. *Dani Ramira i Zorana Bujasa: Sažeci priopćenja*. Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu i Hrvatsko psihološko društvo, Zagreb.
- Ljubotina, D. (2021). Stupanj sigurnosti u točnost odgovora kao dodatna informacija pri psihometrijskoj analizi testa kognitivnih sposobnosti. *Suvremena psihologija*, 1. 7-26.
- Ljubotina, D. i Ljubotina Družić, O. (2022). *Psihosocijalni aspekti percepcije socijalne nepravde*. FF press, Zagreb.
- Maas, J., Keijsers, G. P. J., Cangliosi, C. M., van der Veld, W., Tanis-Jacobs, J. i van Minnen, A. (2017). The Self-Control Cognition Questionnaire: Cognitions in the maintenance of unwanted habits. *European Journal of Psychological Assessment*, 33(5). 328-335. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000290>
- Macrae, C. N. i Bodenhausen, G. V. (2000) Social Cognition: Thinking Categorically about Others, *Annual Review of Psychology*, 51. 93-120.
- Macher, D., Paechter, M., Papousek, I. i Ruggeri, K. (2012). Statistics anxiety, trait anxiety, learning behavior, and academic performance. *European Journal of Psychology of Education*, 27, 483-498.
- Macuka, I. (2006). Skala bračnog lokusa kontrole. U: *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Svezak 3, Čubela-Adorić i sur. (ur.). Zadar: Sveučilište u Zadru, 2006., 7-15.
- Macuka, I. (2016). Emocionalni i ponašajni problemi mlađih adolescenata – zastupljenost i rodne razlike. *Ljetopis socijalnog rada*, 23(1), 65-86.
- Maderčić, T. i Vukasović Hlupić, T., (2020). Osobine ličnosti i lokus kontrole kao prediktori građanskog aktivizma. *Društvena istraživanja*, 29(2). 241-262. <https://doi.org/10.5559/di.29.2.04>
- Magdalenić, I. (1991). Percepcija društvene stvarnosti i spremnost na njezino mijenjanje. U: Bilandžić, T. (ur.) *Društveni profil zagrebačkih studenata krajem osamdesetih*. Zagreb: IDIS, 59-90.
- Maier, S. F. i Watkins, L. R. (2005). Stressor controllability and learned helplessness: The roles of the dorsal raphe nucleus, serotonin, and corticotropin-releasing factor. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 29. 829-841.
- Malmberg, L.-E., Walls, T. A., Martin, A. J., Little, T. D., i Lim, W. H. T. (2013). Primary school students' learning experiences of, and self-beliefs about competence, effort, and difficulty: Random effects models. *Learning and Individual Differences*, 28. 54-65. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2013.09.007>
- Mamula, M., Ručević, S., Vukmanić, M. i Zvizdić, M. (2013). *Nasilje prepoznaj i spriječi (proživljeno iskustvo žena u teoriji i praksi)*. Sarajevo: Udruženje Žene ženama.
- Manea, C. M. (2021). The Role of Impulsivity and Self-Control in Decision Making in Adolescence. *New Trends in Psychology*, 3(1). 19-29.
- Mardane, M., Rafiey, H., Masafi, S. i Rezaei, O. (2013). The Relationship between locus of control with Success in Methadone Therapy in Substance Abuse Disorder. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*, 5(2). 147-156.
- Marinović-Jerolimov, D. (2005). Tradicionalna religioznost u Hrvatskoj 2004: između kolektivnoga i individualnoga. *Sociologija sela*, 43(2). 303-338.
- Marks, L. I. (1998). Deconstructing locus of control: Implications for practitioners. *Journal of Counseling and Development*, 76. 251-260.
- Markus, H. i Kitayama, S. (1998). Cultural variation in the self- concept. In: G. R. Goethals & J. Strauss (Eds.), *Multidisciplinary perspectives on the self*. Springer-Verlag.

- Marsh, K. L., Altobello, S. i Hilton, S. (2003). *Domain-Specific Need for Control: Individual Differences in Motives for Mastery, Power and Autonomy*. Unpublished manuscript, objavljeno <https://www.researchgate.net/publication/236833941> Pregledao 2. 4. 2022.)
- Maqsdud, M. (1993). Relationships of some personality variables to academic attainment of secondary school pupils. *Educational Psychology*, 13(1). 11-18.
- Mash, E. J. i Barkley, R. A. (Eds.). (2003). *Child psychopathology* (2nd ed.). Guilford Press.
- Mayer, J. D. i Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence?. U: P.Salovey & D. Sluyter (ured.). *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*, 3-31. Basic Books.
- McArthur, L. Z. i Baron, R. M. (1983). Toward an Ecological Theory of Social Perception. *Psychological Review*, 90(3). 215-238.
- McCutcheon, L., (2000) The desirability of control scale: Still reliable and valid twenty years later. *Current Research in Social Psychology*, 5(15). 1-8.
- McKenna, F. P. (1993). It won't happen to me: Unrealistic optimism or illusion of control? *British Journal of Psychology*, 84(1). 39-50. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1993.tb02461.x>
- McHugh, M., Beckman, L. i Frieze, I. H. (1979). Analysing alcoholism. In: Frieze, I. H., Bar-Tal, D. & Carroll, J. S. (eds.) *New approaches to social problems*. Josses-Bass.
- McIntosh, D. i Spilka, B. (1990). Religion and physical health: The role of personal faith and control beliefs. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 2. 167-194.
- McNeill, V. N. i Gilbert B. O. (1991). External Locus of Control in Children of Alcoholics. *Psychological Reports*, 68(2). 528-530. doi:10.2466/pr0.1991.68.2.528
- Melzack, R. i Wall, P. D. (1965). Pain mechanisms: a new theory. *Science*, 150. 971-979.
- Memmi, D. (2017). Comparative Foundations of Eastern and Western Thought. *AI and Society*, 32 (3). 359-368.
- Meulemann, H. (2001). Life Satisfaction from Late Adolescence to Mid-Life The Impact of Life Success and Success Evaluation on the Life Satisfaction of Former Gymnasium Students Between Ages 30 And 43. *Journal of Happiness*, 2. 445-465.
- Meyerowitz, B. E. (1980). Psychosocial correlates of breast cancer and its treatments. *Psychological Bulletin*, 87. 108-131.
- Mikulincer, M. (1986). Attributional processes in the learned helplessness paradigm: Behavioral effects of global attributions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6). 1248-1256. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1248>
- Miller, P. C., Lefcourt, H. M. i Ware, E. E. (1983). The construction and development of the Miller Marital Locus of Control Scale. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 15. 266-279.
- Mirowsky, J. i Ross, C. E. (1990). Control or Defense? Depression and the Sense of Control over Good and Bad Outcomes. *Journal of Health and Social Behavior*, 31. 71-86.
- Mischel, W., Ebbesen, E. B. i Raskoff Zeiss, A. (1972). Cognitive and attentional mechanisms in delay of gratification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 21. 204-218. doi:10.1037/h0032198
- Mkumbo, K. A. K. i Amani, J. (2012). Perceived University Students' Attributions of Their Academic Success and Failure. *Asian Social Science*, 8(7). 247-255.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., Houts, R., Poulton, R., Roberts, B. W., Ross, S., Sears, M. R., Thomson, W. M. i Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *PNAS Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 108(7). 2693-2698. <https://doi.org/10.1073/pnas.1010076108>
- Morling, B. i Evered, S. (2006). Secondary control reviewed and defined. *Psychological Bulletin*, 132. 269-296. doi:[http:// dx.doi.org/ 10.1037/ 0033- 2909.132.2.269](http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.132.2.269)
- Morling, B. (2017). The Cultural Context of Control. In: Reich, J.W., Infurna, F.J. (Ed.) *Perceived Control: Theory, Research, and Practice in the First 50 years*. Oxford University Press.

- Morosanova, V. I. (2013). Self-regulation and Personality. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 86. 452-457.
- Mueller, M. M., Guenther, A., Habel, I. i Rockstroh, B. (1998). Active coping and internal locus of control produces prolonged cardiovascular reactivity in young men. *Journal of Psychophysiology*, 12. 29-39.
- Mujagić, A. i Buško, V. (2012). Upravljanje učenjem: Konstrukt samoregulacije i struktura njegovih komponenta. *Suvremena psihologija*, 15(2). 157-176.
- Murphy, P. N. i Bentall, R. P. (1992). Motivation to withdraw from heroin: A factor-analytic study. *British Journal of Addiction*, 87. 245-250.
- Myers, S. M. i Booth, A. (1999). Marital Strains and Marital Quality: The Role of High and Low Locus of Control. *Journal of Marriage and Family*, 61(2). 423-436.
- Necka, E. (2015). Self-Control Scale AS-36: Construction and validation study. *Polish Psychological Bulletin*, 46(3). 488-497. DOI -10.1515/ppb-2015-0055
- Necka, E., Korona-Golec, K., Hlawacz, T. i Nowak, M. (2019). The relationship between self-control and temperament: a contribution to the self-control definition debate. *Current issues in personality psychology*, 7(1). 24-31. doi: <https://doi.org/10.5114/cipp.2019.82922>
- Nedimović, T. i Biro, M. (2011). Faktori rizika za pojavu vršnjačkog nasilja u osnovnim školama. *Primenjena psihologija*, 4. 229-244.
- Neipp, M. C., Lopez – Roig, S. i Pastor, A. (2007). Control beliefs in cancer: A literature review. *Anuario de Psicología*, 38. 333-355.
- Nelson, P. C. i Phares, E. J. (1971). Anxiety, discrepancy between need value and expectancy, and internal-external control. *Psychological Reports*, 28. 663-668.
- Neuberg, S. L. i Newsom, J. T. (1993). Personal need for structure: Individual differences in the desire for simple structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(1). 113-131.
- Nietzsche, F. (1910). The will to power. An attempted transvaluation of all values. Books three and four. In: Oscar Levy (ed.). *The complete works of Friedrich Nietzsche*. Vol. 15 (1st ed.). T. N. Foulis.
- Nowicki, S. Jr. i Strickland, B. R. (1973). A Locus of Control Scale for Children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 40. 148-154.
- Nowicki, S. i Duke, M. (1974). A Locus of Control scale for college as well as non-college adults. *Journal of Personality Assessment*, 38. 136-137.
- Nuutila, K., Tapola, A., Tuominen, H., Molnár, G. i Niemivirta, M. (2021). Mutual relationships between the levels of and changes in interest, self-efficacy, and perceived difficulty during task engagement. *Learning and Individual Differences*, 92. 1-12, 102090.
- Ogunmakin, A. O., Akomolafe, M. J. (2013). Academic Self-Efficacy, Locus of Control and Academic Performance of Secondary School Students in Ondo State, Nigeria. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 4(13). 570-576.
- Ong, L. M., Visser, M. R. i Lammes, F. B. (2000). Doctor-patient communication and cancer patients' quality of life and satisfaction. *Patient Education and Counseling*, 41(2). 145-156.
- Overmier, J. B. i Seligman, M. E. (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance responding. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 63(1). 28-33. <https://doi.org/10.1037/h0024166>
- Ozkan, T. i Lajunen, T. (2005). Multidimensional traffic Locus of Control scale (T-LOC): Factor structure and relationship to risky driving. *Personality and Individual Differences*, 38. 533-545.
- Pargament, K. I., Steele, R. E. i Tyler, F. B. (1979). Religious participation, religious motivation, and individual psychosocial competence. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 18. 412-419.
- Pargament, K. I., Kennel, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J. i Jones, W. (1988). Religion and the problem-solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27. 90-104.

- Park, C. L., Sacco, S. J. i Edmondson, D. (2012). Expanding coping goodness-of-fit: religious coping, health locus of control, and depressed affect in heart failure patients. *Anxiety, Stress, & Coping*, 25. 137-153. DOI: 10.1080/10615806.2011.586030
- Parkes, K.R. (1984). Locus of Control, Cognitive Appraisal, and Coping in Stressful Episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3). 655-668.
- Patterson, M. L. (1983). *Nonverbal behavior: A functional perspective*. Springer.
- Paulhus, D. (1983). Sphere-specific measures of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44. 1253-1265.
- Peacock, E., Wong P. (1996). Anticipatory stress: The relation of locus of control, optimism and control appraisals to coping. *Journal of Research in Personality*, 30(2). 204-222
- Pekrun, R. (2006). The control – value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*, 18. 315-341.
- Pennington, D. C. (1997). *Osnove socijalne psihologije*. Naklada Slap.
- Perry, B. D. (1994). *Neurobiological sequelae of childhood trauma: PTSD in children*, in *Catecholamine Function in Posttraumatic Stress Disorder: Emerging Concepts*. Edited by Marburg MM. American Psychiatric Press.
- Perry, R. P., Hladkyj, S., Pekrun, R. H. i Pelletier, S. T. (2001). Academic control and action control in the achievement of college students: A longitudinal field study. *Journal of Educational Psychology*, 93(4). 776-789. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.4.776>
- Penezić, Z. i Proroković, A. (2006). Skala za mjerenje lokusa kontrole uzimanja alkohola. *Zbirka psiholoških skala i upitnika*. Sv. 3. ur. Čubela-Adorić, V.; Proroković, A.; Penezić, Z.; Ivana Tucak: Sveučilište u Zadru, Zadar.
- Pennebaker, J. W. (1985). Traumatic experience and psychosomatic disease: Exploring the roles of behavioural inhibition, obsession, and confiding. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*, 26(2). 82-95. <https://doi.org/10.1037/h0080025>
- Petz, B. (2005). *Psihologijski rječnik*. Naklada Slap.
- Pilarska, A. (2020). Sense of Identity and Self-Control: The Mediating Role of Goal Characteristics. *Psihologijske teme*, 29(2). 291-310.
- Pilyugina, E. i Suleymanov, R. (2021). *Interrelations between neurotic syndromes and defense mechanisms*. SHS Web of Conferences DOI: 10.1051/shsconf/202112801026
- Pinel, J. P. J. (2001). *Biološka psihologija*. Naklada Slap.
- Pinheiro, A. B. (2010). How Do Managers Control Technology-Intensive Work? *Journal of Technology Management & Innovation*, 5(2). 1-12.
- Pintrich, P. R. (2004). A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students. *Educational Psychology Review*, 16. 385-407.
- Pittman, T. S. i D'Agostino, P. R. (1989). Motivation and cognition: Control deprivation and the nature of subsequent information processing. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25. 465-480.
- Pokrajac-Bulian, A., Tkalčić, M., Kardum, I., Šajina, Š. i Kukić, M. (2009). Perfekcionizam, privatna svijest o sebi, negativan afekt i izbjegavanje kao odrednice prejedanja. *Društvena istraživanja*, 18, 1-2 (99-100). 111-128.
- Popović, S. (1999). *Tortura, posljedice i rehabilitacija*. Centar za žrtve torture Sarajevo.
- Powers, W. T. (2005). *Behavior: The Control Of Perception*. Benchmark Publications, Inc.
- Preston, J. i Wegner, D. M. (2005). Ideal agency: the perception of self as an origin of action. In: *On Building, Defending and Regulating the Self: A Psychological Perspective*, Eds. A.Tesser, J. V. Wood, and D. A. Stapel (NY:PsychologyPress). 103-125.
- Quinless, F. W., & Nelson, M. A. (1988). Development of a measure of learned helplessness. *Nursing Research*, 37. 11-15.

- Raats, K., Fors, V. i Pink, S. (2020). Trusting autonomous vehicles: An interdisciplinary approach. *Transportation Research Interdisciplinary Perspectives*, 7, 1-10.
- Reeh, H. E., Bryan, H. i Cairns, K. (1998). Adolescent health: The relationships between health locus of control, beliefs and behaviours. *Guidance and Counseling*, 13, 23-29.
- Reeve, B. B., Thissen, D. M., Bann, C. M., Mack, N., Treiman, K., Sanoff, H. K. & McCormack, L. A. (2017). Psychometric evaluation and design of patient-centered communication measures for cancer care settings. *Patient education and counseling*, 100(7), 1322-1328.
- Reise, S. P., Bonifay, W. E. i Haviland, M. G. (2013). Scoring and modeling psychological measures in the presence of multidimensionality. *Journal of Personality Assessment*, 95, 129-140. <https://doi.org/10.1080/00223891.2012.725437>
- Reisenzein, R. (1986). A structural-equation analysis of Weiner's attribution-affect model of helping behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 1123-1133.
- Rey Gex, C., Narring, F., Ferron, C. i Michaud, P. A. (1998). Suicide attempts among adolescents in Switzerland: Prevalence, associated factors and comorbidity. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 98, 28-33.
- Rhodes, R. E. i Courneya, K. S. (2003). Self-efficacy, controllability and intention in the theory of planned behavior: Measurement redundancy or causal independence? *Psychology and Health*, 18, 79-92.
- Ricijaš, N. (2009). Kriminologija i socijalna integracija. *Časopis za kriminologiju, penologiju i poremećaje u ponašanju*, 17(1), 13-26.
- Rizkia, A. i Kusristanti, C. (2021). External Locus of Control and Demographic Data as Determinant Factors of Trauma Resilience: A Study among Young Women Who Were Exposed to Violence. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 4(2), 104-119.
- Robazza, C., Pellizzari, M. i Hanin, Y. (2004). Emotion self-regulation and athletic performance: An application of the IZOF model. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 379-404.
- Rodgers, W. M., Conner, M. i Murray, T. C. (2008). Distinguishing among perceived control, perceived difficulty, and self-efficacy as determinants of intentions and behaviours. *British Journal of Social Psychology*, 47(4), 607-630. <https://doi.org/10.1348/014466607X248903>
- Roets, A. i van Hiel, A. (2011). An integrative process approach on judgment and decision making: The impact of arousal, affect, motivation, and cognitive ability. *Psychological Record*, 61(3), 497-520.
- Roger, D. i Nesselrover, W. (1987). The construction and preliminary validation of a scale for measuring emotional control. *Personality and Individual Differences*, 8(4), 527-534. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(87\)90215-7](https://doi.org/10.1016/0191-8869(87)90215-7)
- Roger, D. i Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personality and Individual Differences*, 10(8), 845-853. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(89\)90020-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(89)90020-2)
- Roger, D. i Masters, R. (1997). The Development and Evaluation of an Emotion Control Training Programme for Sex Offenders. *Legal & Criminological Psychology*, 2, 51-64.
- Romer, D., Duckworth, A. L., Sznitman, A. L. i Park, S. (2010). Can Adolescents Learn Self-control? Delay of Gratification in the Development of Control over Risk Taking. *Prevention Science*, 11, 319-330. <https://doi.org/10.1007/s11121-010-0171-8>
- Rose, D. S. (1993). Sexual assault, domestic violence, and incest. In *Psychological Aspects of Women's Health Care: the interface between Psychiatry and Obstetrics and Gynecology*. Stewart, D. E., Stotland N. L. (Eds). American Psychiatric Press.
- Rosen, B. i Salling, R. (1971). Political Participation as a Function of Internal-External Locus of Control. *Psychological Reports*, 29(3), 880-882. <https://doi.org/10.2466/pr0.1971.29.3.880>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R. i Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 5-37. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.5>

- Rothblum, E. D., Solomon, L. J. i Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33. 387-394.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80(1). 1-28.
- Rotter, J. B. (1975). Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. *Journal of consulting and clinical psychology*, 43(1). 56-67.
- Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement. *American Psychologist*, 45. 489-493.
- Ručević, S., Ajduković, M. i Šincek, D. (2009). Razvoj Upitnika samoiskaza rizičnog i delikventnog ponašanja mladih. *Kriminologija i socijalna integracija*, 17(1). 1-11.
- Rudan, V., Begovac I., Szivovicza L., Filipović, O. i Skočić M. (2005). The child behavior checklist, teacher report form and youth self report problem scales in a normative sample of croatian children and adolescents aged 7-18. *Collegium Antropologicum*, 29(1). 17-26.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57. 316-331. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Ryan, R. M., Chandler, C., Connell, J. P. i Deci, E. L. (1983). *Internalization and motivation: Some preliminary research and theoretical speculations*. Paper presented at the annual meeting of the Society for Research in Child Development, Detroit, MI.
- Ryan, R. M. i Connell, J. P (1989). Perceived Locus of Causality and Internalization: Examining Reasons for Acting in Two Domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(5).749-761.
- Ryan, R. M. i Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1).68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Saadat, M., Ghasemzadeh, A., Karami, S. i Soleimani, M. (2012). Relationship between self-esteem and locus of control in Iranian University students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 31 (2012). 530-535.
- Sachs, J. (2004). Superstition and Self-efficacy in Chinese Postgraduate Students. *Psychological Reports*, 95(2). 485-486.
- Sadava, S. W. (1986). Voluntary abstinence from alcohol: A psychosocial study. *Bulletin of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 5(1). 37-47.
- Sagatun, I. J. (1991). Attributions of Delinquency by Delinquent Minors, Their Families and Probation Officers. *Journal of Offender Rehabilitation*, 16, (3/4). 43-5.
- Salovey, P. i Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3). 185-211.
- Saltzer, E. B. (1981). Cognitive moderators of the relationship between behavioral intentions and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41. 20-271.
- Saltzer, E. B. (1982). The Weight Locus of Control (WLOC) Scale: A Specific Measure for Obesity Research. *Journal of Personality Assessment*, 46(6). 620-628. DOI: 10.1207/s15327752jpa4606_11
- Schnell, E. i Hammer, A. (2000). *FIRO-B Technical Guide*. Mountain View, CA: CPP, Inc.
- Schouwenburg, H. C. (2004). Procrastination in academic settings: General introduction. In: Schouwenburg, H. C., Lay, T. A. Pychyl i J. R. Ferrari (ur.), *Counseling the procrastinator in academic settings* (str. 3-17). American Psychological Association. doi:10.1037/10808-000
- Schraw, G., Crippen, K. J. i Hartley, K. (2006). Promoting self-regulation in science education: Metacognition as part of a broader perspective on learning. *Research in science education*, 36(1). 111-139.
- Schunk, D. H. (1983). Reward contingencies and the development of children's skills and self-efficacy. *Journal of Educational Psychology*, 75. 511-518.
- Schutz, W. C. (1958). *FIRO: A Three Dimensional Theory of Interpersonal Behavior*. Holt, Rinehart, & Winston.
- Schwarz, N. (1990). Feelings and information: Informational and motivational functions of affective states. U: E. T. Higgins & R. M. Sorrentin (Ured.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior*. (Vol. 2, str. 527-561). Guilford Press.

- Sarmány-Schuller, I. (1999). Procrastination, need for cognition and sensation seeking. *Studia Psychologica*, 41(1). 73-85.
- Schaller, M., Boyd, C., Yohannes, J. i O'Brien, M. (1995). The prejudiced personality revisited: Personal need for structure and formation of erroneous group stereotypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3). 544-555.
- Schroder, K. E. i Ollis, C. L. (2013). The Coping Competence Questionnaire: A measure of resilience to helplessness and depression. *Motivation and Emotion*, 37(2). 286-302.
- Schunk, D. H. i Pajares, F. (2002). The development of academic self-efficacy. In: A. Wigfield & J. S. Eccles (Eds.), *Development of achievement motivation (15-31)*. Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012750053-9/50003-6>
- Schutz, P. A., DiStefano, C., Benson, J. i Davis, H. A. (2004). Developing a measure of emotion regulation during test taking. *Anxiety, Stress, and Coping*, 17. 253-269.
- Scott, E. M. (2007). *How an internal locus of control Lead to stress relief*. New York.
- Scott, E. (2019). *Personal resiliency can help control stress*. <https://www.verywellmind.com/secrets-to-finding-personal-control-over-stress-3144719>
- Seeman, M. i Evans, J. M. (1962). Alienation and learning in a hospital setting. *American Sociological Review*, 27(6). 772-782. <https://doi.org/10.2307/2090405>
- Seiler, A. i Jenewein, J. (2019). Resilience in Cancer Patients. *Frontiers in psychiatry*, 10. 208. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00208>
- Shapiro, F.R. (2014). *Who Wrote the Serenity Prayer?*. <https://www.chronicle.com/article/who-wrote-the-serenity-prayer/> (pristupljeno 1. 5. 2022.)
- Shaw, A., Joseph, S. i Linley, P., A. (2005). Religion, spirituality, and posttraumatic growth: A systematic review. *Mental Health, Religion & Culture*, 8(1). 1-11.
- Sheldon, K. M. i Kasser, T. (1995). Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3). 531-543.
- Shoda, Y., Mischel, W. i Peake, P. K. (1990). Predicting adolescent cognitive and self-regulatory competencies from preschool delay of gratification: Identifying diagnostic conditions. *Developmental Psychology*, 26. 978-986. doi: 10.1037/0012-1649.26.6.978
- Shrauger, J. i R. (1971). The relationship of religious background and participation to locus of control. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 10. 11-16.
- Sieber, W. J., Rodin, J., Larson, L., Ortega, S., Cummings, N., Levy, S., Herberman, R. (1992). Modulation of human natural killer cell activity by exposure to uncontrollable stress. *Brain, behavior, and immunity*, 6(2). 141-156.
- Seligman, M. E. P. i Maier, S. F. (1967). Failure to escape traumatic shock. *Journal of Experimental Psychology*, 74. 1-9.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. W. H. Freeman.
- Seligman M. E. P. (1991). *Learned optimism*. Knopf.
- Sep, M.S.C., van Osch M., van Vliet, L.M., Smets, E.M.A. i Bensing, J.M. (2013). The power of clinicians' affective communication: How reassurance about non-abandonment can reduce patients' physiological arousal and increase information recall in bad news consultations. An experimental study using analogue patients. *Patient Education and Counseling*, 95, (2014). 45-52.
- Sherman, S. J. (1973). Internal-external control and its relationship to attitude change under different social influence techniques. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26(1). 23-29. <https://doi.org/10.1037/h0034216>
- Sigurvinsdottir, R., Thorisdottir, I. E. i Gylfason, H. F. (2020). The Impact of COVID-19 on Mental Health: The Role of Locus on Control and Internet Use. *International journal of environmental research and public health*, 17(19). 6985. <https://doi.org/10.3390/ijerph17196985>

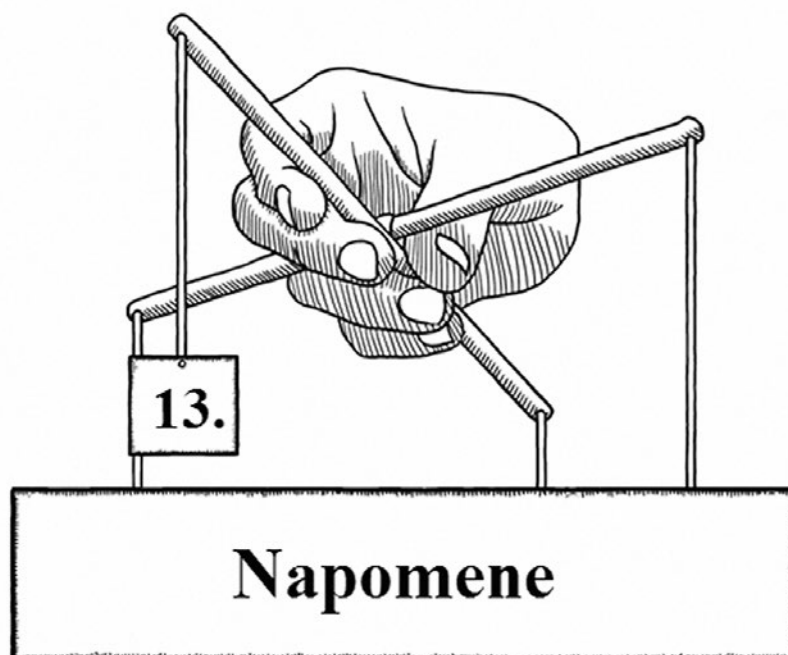
- Skinner, E. A. i Connell, J. P. (1986). Control understanding: Suggestions for a developmental framework. In M. M. Baltes & P. B. BaRes (Eds.), *The psychology of control and aging* (pp. 35-69). Erlbaum.
- Skinner, E. A. (1996). A Guide to Constructs of Control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 3. 549-570.
- Skinner, E. A. (2017). Seven Guideposts to the Study of Perceived Control Across the Lifespan. In: Reich, J. W., Infurna, F. J. (Eds) *Perceived Control: Theory, Research, and Practice in the First 50 years*. Oxford University Press.
- Slijkhuis, J. M., Rietzschel, E. F. i van Yperen, N. W. (2013). How evaluation and need for structure affect motivation and creativity. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 22(1). 15-25.
- Slišković, A.; Gregov, Lj. i Tokić, A. (2014). Spectorova skala radnog lokusa kontrole. *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, 7. Ćubela Adorić, Vera; Penezić, Zvezdan; Proroković, Ana Tucak Junaković, Ivana (ur.). Zadar: Sveučilište u Zadru, 57-63.
- Slišković, A. i Burić, I., (2018). Kratka skala otpornosti. U: Slišković, A., Burić, I., Ćubela Adorić, V., Nikolić, M., Tucak Junaković, I. *Zbirka psihologijskih skala i upitnika* (Svezak 9). Odjel za psihologiju Sveučilišta u Zadru, 2018.
- Smiljić, S. (2003). *Ispitivanje nerealističnog optimizma vezanog za zdravlje kod pušača i nepušača*. Diplomski rad, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. i Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3). 194-200.
- Smith, B. W., Epstein, E. M., Ortiz, J., Christopher, P. J. i Tooley, E.M. (2013). The foundations of resilience: What are the critical resources for bouncing back from stress? U: S. Prince-Embury, D. H. Saklofske (ur.), *Resilience in children, adolescents, and adults: Translating research into practice* (str. 167-187). Springer Science and Business Media.
- Snyder, C. R., i Fromkin, H. L. (1977). Abnormality as a positive characteristic: Development and validation of a scale measuring need for uniqueness. *Journal of Abnormal Psychology*, 86(5). 518-527. doi: 10.1037/0021-843X.86.5.518
- Sokolowski, K., Schmalt, H.D., Langens, T.A. i Puca, R.M. (2000). Assessing achievement, affiliation, and power motives all at once: The Multi-Motive-Grid (MMG). *Journal of Personality Assessment*, 74(1). 126-145.
- Sokolowski, K. L. i Israel, A. C. (2008). Perceived anxiety control as a mediator of the relationship between family stability and adjustment. *Journal of Anxiety Disorders*, 22. 1454-1461. doi: 10.1016/j.janxdis.2008.02.009
- Soldo L. i Vulić-Prtorić A. (2018). Upitnik kognitivne emocionalne regulacije (CERQ). U: Slišković A. i sur. (ur.) *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*. Sveučilište u Zadru, Zadar. 9, 47-58.
- Sollar, T. i Turzakova, J. (2014). Personal need for structure and control motivation: linking social cognition and interpersonal motivation. *Studia Psychologica*, 56, 2014, 3. DOI: 10.21909/sp.2014.03.661
- Song, J. i Sung-Il, Mimi, B. (2020). Controllability Attribution as a Mediator in the Effect of Mindset on Achievement Goal Adoption Following Failure. *Frontiers in Psychology*, 10. 1-9.
- Sorić, I. i Palekčić, M. (2002). Adaptacija i validacija LIST-upitnika za ispitivanje strategija učenja kod studenata. *Suvremena psihologija*, 5. 253-270.
- Sorić, I. i Burić, I. (2010). Skala percipirane akademske kontrole. U: *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*, Tucak Junaković, I., Ćubela Adorić, V., Penezić, Z., Proroković, A. (Ur.). Zadar: Sveučilište u Zadru.
- Sorić, I. (2014). *Samoregulacija učenja – Možemo li naučiti učiti*. Naklada Slap.
- Sorrenti, L., Filippello, P., Costa, S., & Buzzai, C. (2015). A psychometric examination of the Learned Helplessness Questionnaire in a sample of Italian school students. *Psychology in the Schools*, 52(9). 923-941.
- Spector, P. E. (1988). Development of the Work Locus of Control Scale. *Journal of Occupational Psychology*, 61(4). 335-340.
- Spector, P. E., Cooper, C. L., Sanchez, J. I., O'Driscoll, M., Sparks, K., Bernin, P., Büssing, A., Dewe, P., Hart, P., Lu, L., Miller, K., Lucio Flavio Renault De Moraes, Ostrognay, G. M., Pagon, M., Pitariu, H., Poelmans, S.,

- Radhakrishnan, P., Russinova, V., Salamatov, V., Salgado, J., Shima, S., Ling Siu, O., Stora, J.B., Teichman, M., Theorell, T., Vlerick, P., Westman, M., Widerszal-Bazyl, M., Wong, P. i Yu, S. (2001). Do National Levels of Individualism and Internal Locus of Control Relate to Well-Being: An Ecological Level International Study. *Journal of Organizational Behavior*, 22(8). 815-832. <http://www.jstor.org/stable/3649573>
- Spilka, B., Hood, R. W., Hunsberger, B. i Gorsuch, R. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach* (3rd ed.). Guilford Press.
- Spokas, M. i Heimberg, R. G. (2009). Overprotective parenting, social anxiety, and external locus of control: Cross-sectional and longitudinal relationships. *Cognitive Therapy and Research*, 33. 543-551. doi: 10.1007/s10608-008-9227-5
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1). 65-94.
- Stiplošek, D. (2002). *Povezanost religioznosti, samopoštovanja i lokusa kontrole*. Diplomski rad, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.
- Stollberg, J., Fritsche, I. i Bäcker, A. (2015). Striving for group agency: threat to personal control increases the attractiveness of agentic groups. *Frontiers in psychology*, 6. 649. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00649>
- Strelau, J. i Zawadzki, B. (2012). Activity as a temperament trait. In: M. Zentner & R. L. Shiner (Eds.), *Handbook of Temperament* (pp. 83-104). Guilford Press.
- Strickland, B. R. (1978). Internal-external expectancies and health-related behaviors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46(6). 1192-1211. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.46.6.1192>
- Strickland, B. R. i Haley, W. E. (1980). Sex differences on the Rotter I-E scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(5). 930-939. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.5.930>
- Stiff, J. B. (1994). *Peruazive Communication*. The Guilford Press.
- Strickland, B.R. i Schaffer, S. (1971). I-E, I-E, & F. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 10. 366-369.
- Sturgeon, R.S. i Hamley, R.W. (1979). Religiosity and anxiety. *The Journal of Social Psychology*, 108. 137-138.
- Sullivan, M. J. L., Thorn, B., Haythornthwaite, J. A., Keefe, F., Martin, M., Bradley, L. A. i Lefebvre, J. C. (2001). Theoretical perspectives on the relation between catastrophizing and pain. *Clinical Journal of Pain*, 17. 52-64.
- Svecova, V. i Pavlovicova, G. (2016). *Screening the Personal Need for the Structure and solving word problems with fractions*. SpringerPlus (2016) 5:652.
- Šarić, M. (2017). *Uloga osjetljivosti na potkrepljenje i percipiranog roditeljskog ponašanja u pojavi proaktivne i reaktivne agresije kod adolescenata*. Doktorska disertacija, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Zagrebu.
- Šimunović, M. i Ljubotina, D. (2020). Prevalence, structure and predictors of posttraumatic stress disorder symptoms in Croatian patients following breast cancer. *Psychiatria Danubina*, 32(2). 187-196. doi:10.24869/psyd.2020.187
- Takšić, V. (2002). Upitnici emocionalne inteligencije (kompetentnosti). U: K. Lacković-Grgin, A. Bautović, V. Čubela i Z. Penezić (ur.) *Zbirka psiholoških skala i upitnika* (27-45), Filozofski fakultet u Zadru.
- Takšić, V. (2003). Skala emocionalne regulacije i kontrole (ERIK): provjera faktorske strukture. *Psihološke teme*, 12. 43-54.
- Takšić, V., Mohorić, T. i Munjas, R. (2006). Emocionalna inteligencija: teorija, operacionalizacija, primjena i povezanost s pozitivnom psihologijom. *Društvena istraživanja*, 15, 4-5 (84-85). 792-752.
- Talanga, J. (2006). Odnos liječnik i pacijent prema medicinskoj etici. *Bogoslovska smotra*, 76. 47-59.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. i Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72. 271-322. doi:10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
- Taylor, S. E. i Fiske, T. (1978). Saliency, Attention and Attribution: Top of the Head Phenomena, *Advances in Experimental Social Psychology*, 11. 249-288.

- Taylor, S. E. i Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective for mental health. *Psychological Bulletin*, 103. 193-210.
- Tedeschi, R. G. i Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3). 455-471.
- Tedeschi, R. G. i Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1). 1-18.
- Tetrault, C. i Alain, M. (1999). Differentiation des concepts de perception et de lieu de controle en relation avec le desir de controle sur l'anxiete et la depression. *Revue Internationale de Psychologie Sociale/International Review of Social Psychology*, 12(2). 47-65.
- Thompson, S.C. (1981). Will it hurt less if I can control it? A complex answer to a simple question. *Psychological Bulletin*, 90(1). 89.
- Tice, D. M. i Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: The Costs and Benefits of Dawdling. *Psychological Science*, 8(6). 454-458.
- Tinsley, B. J. i Holtgrave, D. R. (1989). Maternal health locus of control beliefs, utilization of childhood preventive health services, and infant health. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 10. 236-241.
- TSheets by QuickBooks (2018). *Workplace GPS Tracking in the US, Canada, Australia, and the UK – Global Study*. (<https://cdn.tsheets.com/documents/GPS%20Study%20Final.pdf?>) (učitano 1. 6. 2022.)
- Tuites, A. H. i Tuites, D. E., (1986). Equality in male/female relationship. *Individual Psychology*, 42. 191-200.
- Turnipseed, D. L. (2014.) Context-specific locus of control scales: poor psychometrics and cluttered theory? *Comprehensive Psychology*, 3. 14.
- Unger, A., Bi, C., Xiao, Y-Y. i Ybarra, O. (2016). The revising of the Tangney Self-Control Scale for Chinese students. *Psychological Journal*, 5. 101-116.
- Valentine, L. i Feinauer, L. L. (2007). Resilience factors associated with female survivors of childhood sexual abuse. *American Journal of Family Therapy*, 21(3). 216-224. <https://doi.org/10.1080/01926189308250920>
- Vallerand, R. J. i Losier, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11(1). 142-169. <https://doi.org/10.1080/10413209908402956>
- Vanderzee, I. K., Buunk, B. P. i Sanderman, R. (1997). Social Support, Locus of Control, and Psychological Well-Being. *Journal of Applied Social Psychology*, 27, 20. 1842-1859.
- Vaux A., Phillips J., Holly L., Thomson B., Williams D. i Stewart D. (1986). The Social Support Appraisal (SS-A) scale: Studies of reliability and validity. *American Journal of Community Psychology*, 14. 195-219.
- Veočić, A. (2016). *Traženje uzbuđenja i impulzivnost kao prediktori rizičnog vozačkog ponašanja mladih*. Diplomski rad, Odsjek za psihologiju, Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku.
- Vesti, P. i Kastrup, M. (1992). Psychotherapy for torture survivors. In M. Başoğlu (Ed.), *Torture and its consequences: Current treatment approaches* (pp. 348-362). Cambridge University Press.
- Vohs, K. D. i Baumeister, R. F. (2004). Understanding Self-Regulation: An Introduction. In R. F. Baumeister i K. D. Vohs (Eds), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 1- 9). New York: Guilford Press.
- Vohs, K. D., Finkenauer, C. i Baumeister, R. F. (2011). The sum of friends' and lovers' self- control scores predicts relationship quality. *Social Psychology and Personality*, 2. 138-145. doi: 10.1177/1948550610385710
- Vroom, V. H. (1964). *Work and motivation*. Wiley.
- Vulić-Prtorić, A. (2006). Anksiozna osjetljivost: fenomenologija i teorije. *Suvremena psihologija*, 9(2). 171-194.
- Wallston, K. A., Wallston, B. A. i DeVellis R. (1978). Development of the Multidimensional Health Locus of Control Scale. *Health Education Monographs*, 6. 171-170.
- Wallston, K. (1989). Assessment of control in health-care settings. U: A. Steptoe, A. Appels (ur.), *Stress, personal control and health* (str. 85-106). Chichester: Wiley.

- Wallston, K. A., Stein, M. J. i Smith, C. A. (1994). Form C of the MHLIC scales: A condition-specific measure of locus of control. *Journal of Personality Assessment*, 63(3). 534-553. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6303_10
- Wallston, K. A., Malcarne, V. L., Flores, L., Hansdottir, I., Smith, C. A., Stein, M. J., Weisman, M. H. i Clements, P. J. (1999). Does God Determine Your Health? The God Locus of Health Control Scale. *Cognitive Therapy and Research*, 23. 131-142. <https://doi.org/10.1023/A:1018723010685>
- Walster, E., Walster, G.W. i Traupman, J. (1978). Equity and premarital seks. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37. 82-92.
- Weidner, G., Sieverding M. i Chesney, M.A. (2016) The role of self-regulation in health and illness, *Psychology, Health & Medicine*, 21(2). 135-137. DOI: 10.1080/13548506.2015.1115528
- Weiner, B., Frieze, I. H., Kukla, A., Reed, L., Rest, S. I. i Rosenbaum, R. M. (1971). *Perceiving the causes of success and failure*. General Learning Press.
- Weiner, B. (1980). *Human motivation*. Holt, Reinhart and Winston.
- Weiner, B. (1992). *Human motivation: Metaphors, theories and research*. Sage Publications.
- Weiner, B. (2010). The Development of an Attribution-Based Theory of Motivation: A History of Ideas, *Educational Psychologist*, 45(1). 28-36. DOI: 10.1080/00461520903433596
- Weinstein, N. D. (1980). Unrealistic optimism about future life events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39. 806-820.
- Weisz, J. R., Rothbaum, F. M. i Blackburn, T. C. (1984). Standing out and standing in: The psychology of control in America and Japan. *American Psychologist*, 39. 955-969.
- Weisz, J.R., Sweeney, L., Proffitt, V. i Carr, T. (1993). Control-related beliefs in self-reported depressive symptoms in late childhood. *Journal of Abnormal Psychology*, 102. 411-418.
- Wells, K. (1980). Adolescents' Attributions for Delinquent Behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 6(1). 63-67.
- Welton, G. L., Adkins, A. G., Ingle, S. L. i Dixon, W. A. (1996). God control: The fourth dimension. *Journal of Psychology and Theology*, 24. 13-25. doi:10.1177/009164719602400102
- Weston, R. i Gore, P. A., Jr. (2006). A Brief Guide to Structural Equation Modeling. *The Counseling Psychologist*, 34(5). 719-751. <https://doi.org/10.1177/0011000006286345>
- Whitman, L., Desmond, S. M. i Price, J. H. (1987). Development of a Depression Locus of Control Scale. *Psychological Reports*, 60(2). 583-589. <https://doi.org/10.2466/pr0.1987.60.2.583>
- WHO (2001). *The World Health Report 2001. Mental Health: New Understanding, New Hope*. World Health Organisation.
- WHO (2016). *Declaration of Tokio*. <https://www.wma.net/wp-content/uploads/2006/05/DoT-Oct2006.pdf> (učitano 12. 4. 2022.)
- Widjojo, K. i Crone, E. (2018). The Adolescent Brain: Changes in Learning, Decision-making and Social Relations in the Unique Developmental Period of Adolescence Abingdon. *Journal of Youth and Adolescence*, 47. 1789-1793. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0890-x>
- Wiley, E. S. (2006). *Locus of Control And Spiritual Meaning As Mediators Of Relations Among Religious Orientation And Anxious Symptomatology And Depressive Symptomatology*, Doctoral thesis, Texas A&M University, College Station, TX.
- Williams, A. F. (1973). Personality and other characteristics associated with cigarette smoking among young teenagers. *Journal of Health and Social Behavior*, 14. 374-380.
- Williamson, D. E., Birmaher, B., Anderson, B. P., Al-Shabbout, M. i Ryan, N. D. (1995). Stressful life events on depressed adolescents: the role of dependent events during the depressive episode. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 34. 591-598.

- Wiener, N. (1961). *Cybernetics: Or Control and Communication in the Animal and the Machine*. Paris, (Hermann & Cie) & Camb. Mass. (MIT Press), 1948, 2nd revised ed. 1961.
- Windle, M. i Windle, R.C. (1996). Coping strategies drinking motives, and stressful life events among middle adolescents: associations with emotional and behavioral problems and with academic functioning. *Journal of Abnormal Psychology*, 4. 551-560.
- Wu, A. i Tu, C-C (2019). The Impact of Learning Self-efficacy on Social Support towards Learned Helplessness in China. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 15(10). 1-10.
- Xianchen, L., Hiroshi, K., Makoto, U., Lianqi, L i Dengdai, M. (2000). Life Events, Locus of Control, and Behavioral Problems among Chinese Adolescents. *Journal of clinical psychology*, 56, 12. 1565-1577.
- Yang, C, Zhou, Y., Cao, Q., Xia, M i An, J. (2019). The Relationship Between Self-Control and Self-Efficacy Among Patients With Substance Use Disorders: Resilience and Self-Esteem as Mediators. *Frontiers in Psychiatry*, 10. 388. doi: 10.3389/fpsy.2019.00388
- Zahl, B. P. i Gibson, N. J. S. (2008). *God concepts? Depends on how you ask: exploring measurement differences in God concept research*. Paper Presented at The Annual Conference of the Christian Association of Psychological Studies, Phoenix, AZ.
- Ziegler, A., Bedenlier, S., Gläser-Zikuda, M., Kopp, B. i Händel, M. (2021). Helplessness among University Students: An Empirical Study Based on a Modified Framework of Implicit Personality Theories. *Educational Science*, 11. 630, 1-17. <https://doi.org/10.3390/educsci11100630>
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25(1). 3-17. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining Self-Regulation: A Social Cognitive Perspective, U: Boekaerts, M., Pintrich, P.R., Zeidner, M. (ur.), *Handbook of Self-Regulation* (13-39). Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Zvonarević, M. (1989). *Socijalna psihologija*. Školska knjiga.
- Žilić, M. i Janković, J. (2016) *Nasilje. Socijalne teme: Časopis za pitanja socijalnog rada i srodnih znanosti*, 1(3). 67-87.
- Živčić-Bećirević, I., Smojer-Ažić, S. i Martinac Dorčić, T. (2014). Odrednice odugovlačenja u akademskom kontekstu. *Društvena istraživanja*, 1. 47-67.
- Živković, A. (2018). *Povezanost osobina ličnosti, lokusa kontrole i sklonosti vjerovanju u teorije zavjera*. Diplomski rad, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet u Zagrebu.
- Žižak, A., Vizek Vidović, V. i Ajduković, M. (2012). *Interpersonalna komunikacija u profesionalnom kontekstu*. Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu.



Simboli korišteni u knjizi:

M	aritmetička sredina
SD	standardna devijacija
α	Cronbachov alfa koeficijent
N	broj osoba/ispitanika/sudionika
***	statistička značajnost uz razinu rizika od .001
**	statistička značajnost uz razinu rizika od .01
*	statistička značajnost uz razinu rizika od .05
r	korelacija
k	broj čestica
χ^2	hi - kvadrat
R	koeficijent multiple korelacije

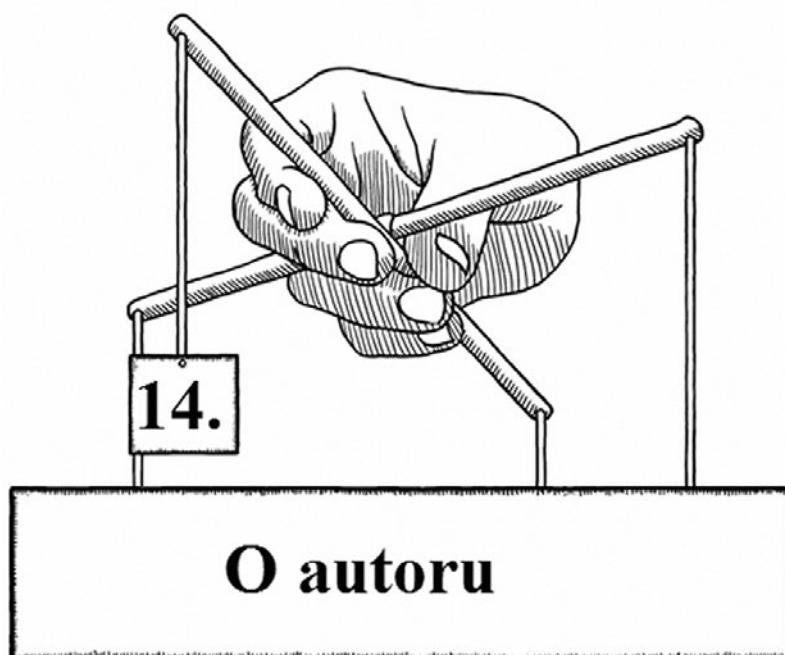
Napomena:

Instrumenti opisani drugom dijelu knjige, Upitnik lokusa kontrole za adolescente (LKA), Upitnik potrebe za kontrolom (UPK) i Upitnik atribucija uspjeha u životu (AUŽ), mogu se koristiti u istraživačke i nekomercijalne svrhe uz primjereno navođenje reference:

Ljubotina, D. (2022). *Doživljaj kontrole u psihologiji. Teorije, metode i istraživanja*. FF press, Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Za uporabu drugih instrumenta opisanih u knjizi potrebno je provjeriti uvjete korištenja za svaki pojedini instrument kod autora ili izdavača. Koristan tekst u ovom kontekstu jest „Očitovanje Međunarodnog povjerenstva za testove o upotrebi testova i drugih mjernih instrumenata u istraživačke svrhe“ dostupan na poveznici: https://www.intestcom.org/files/statement_using_tests_for_research_croatian.pdf.

Izrazi korišteni u tekstu, a koji imaju spolno/rodno značenje, koriste se neutralno i odnose se jednako na oba spola/roda, osim kada je to posebice naglašeno pri ispitivanju spolnih/rodnih razlika.



Damir Ljubotina rođen je 1965. godine u Otočcu. Redoviti je profesor na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu na kojemu je diplomirao studij psihologije 1990.

Glavna područja njegovoga znanstveno-istraživačkog rada su psihometrija i teorija testova, psihodijagnostika te područje stresa i traume. Ukupno je objavio više od 50 znanstvenih radova i 15 stručnih članaka, (su)urednik je četiri te koautor jedne knjige. Sudjelovao je na više od 60 znanstvenih i stručnih skupova. Autor je više od 30 različitih psihologijskih mjernih instrumenata iz područja znanja, općeg obrazovanja, kognitivnih sposobnosti i ličnosti.

Bio je glavni istraživač u dijelu EU projekta „Treatment seeking and treatment outcomes in people suffering from posttraumatic stress following war and migration in the Balkans” (FP5, 2002.-2006.); voditelj tehnologijskog istraživačkog projekta „Razvoj, standardizacija i psihometrijska validacija testova kognitivnih sposobnosti“ (MZOŠ RH) (2007. - 2013.); voditelj projekta Vrednovanje kvalitete nastave na Sveučilištu u Zagrebu (2007.-2010.), a sudjelovao je u većem broju domaćih i međunarodnih znanstveno-istraživačkih projekata.

Bio je član Odbora za upravljanje kvalitetom Sveučilišta u Zagrebu (2007.-2010.) i suradnik Ureda za upravljanje kvalitetom Sveučilišta u Zagrebu, a od 2011. do 2014. bio je stručni savjetnik za upravljanje kvalitetom Sveučilišta u Zagrebu.

Jedan je od osnivača, a od 2009. i voditelj Centra za psihodijagnostičke instrumente i Centra za primijenjenu psihologiju. U više navrata bio je predstojnik Katedre za psihometriju, a od 2021. pročelnik je Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.

Iz recenzije

Knjiga predstavlja jedinstven uspjeti pokušaj objedinjavanja različitih koncepata koji se bave kontrolom kako vlastitoga ponašanja i osjećanja, tako i doživljaja izvora i mogućnosti kontrole događaja koji se zbivaju oko nas. Budući da se koncepti kontrole javljaju u najrazličitijim granama psihologije kao što su psihologija ličnosti, kognitivna psihologija, psihologija emocija, motivacije i učenja, razvojna psihologija, psihologija rada, pa i klinička psihologija, ovaj poduhvat autora zaista je hvalevrijedan znanstveni poduhvat. Premda nam se može činiti kako je o konceptu mjesta ili lokusa kontrole sve već davno poznato i istraženo, autor nam pokazuje koliko smo u krivu i koliki su još brojni metodološki problemi vezani uz taj koncept.

Ova znanstvena knjiga namijenjena je svima koji istražuju ljudsko ponašanje i doživljavanje, a prvenstveno je namijenjena istraživačima iz područja psihologije, ali i drugim istraživačima iz područja društvenih znanosti, interdisciplinarnog područja obrazovnih znanosti ali i drugih disciplina kao što su primjerice biomedicinske znanosti i zdravstvo. Istraživači će u njoj pronaći vrijednu sistematizaciju i pregled te orijentaciju u području, vrijedne spoznaje o metodološkim pitanjima i pitanjima mjerenja konstrukata kontrole te rezultate istraživanja u Hrvatskom kontekstu s kojima mogu uspoređivati svoje rezultate.

Knjiga će, posebice njezin dio o teorijama biti korisna i studentima preddiplomskih i diplomskih studija kao i poslijediplomantima studija psihologije i gore navedenih znanstvenih područja i njihovih disciplina. Dijelovi knjige mogu biti zanimljivi i široj javnosti, osobito roditeljima, učiteljima i odgojiteljima, koji se često u odgoju susreću s teškoćama kontrole dječjih ponašanja ali i vlastitih roditeljskih ponašanja. Slično tome, u knjizi će zanimljive stvari pronaći i svi koji se bave zdravstvom ili su korisnici zdravstvenih usluga, kako u području psihičkoga tako i tjelesnoga zdravlja. Zanimljive i korisne spoznaje iz ove monografije mogli bi iskoristiti i menadžeri i osobe koje se bave psihologijom rada i ljudskih potencijala kao i nagrađivanjem i motivacijom za rad. Naposljetku, ali nikako manje važno istraživački dio ove knjige može biti od velike važnosti za sve koji rade s adolescentima i koji donose odluke i politike za mlade, njihovo psihičko zdravlje i školovanje, ali i njihovu društvenu angažiranost.

Prof. dr. sc. Gordana Kuterovac Jagodić

Knjiga daje iscrpan pregled teorija konstrukta kontrole u psihologiji što će biti od izuzetne vrijednosti znanstvenicima koji se bave istraživanjima kontrole, ali i stručnjacima u praksi za bolje razumijevanje konstrukta kontrole. Osim toga, drugi dio knjige sadrži rezultate empirijskih istraživanja konstrukta kontrole u psihologiji. Korištena istraživačka metodologija i statističke analize pružit će znanstvenoj javnosti primjere i pokazatelj su kako će i u budućnosti trebati pristupati ovom relevantnom i popularnom konstrukt u psihologiji i ostalim znanostima. Knjiga Doživljaj kontrole u psihologiji bit će korisna znanstvenicima i stručnjacima iz područja društvenih znanosti koji istražuju ili se bave navedenom tematikom konstrukta kontrole

Dr. sc. Vladimir Takšić, profesor emeritus