



Lokus kontrole

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 daljnjeg 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 (nasuproto 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 višestrukom 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 artifičnim 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 uloženog 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 ustrajnije 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 pokretanje 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.