



ODNOS IZMEĐU STRATEGIJA SUOČAVANJA I RASPOLOŽENJA TIJEKOM STRESNE TRANSAKCIJE

Igor KARDUM, Jasna HUDEK-KNEŽEVIĆ, Tamara MARTINAC
Filozofski fakultet, Rijeka

UDK: 159.942

Izvorni znanstveni rad

Primljeno: 15. 6. 1998.

Na uzorku od 147 ispitanika ispitane su promjene u strategijama suočavanja i pozitivnom i negativnom raspoloženju tijekom specifične stresne situacije razredbenog postupka te bidirektivni i prospektivni odnosi između strategija suočavanja i pozitivnog i negativnog raspoloženja. Strategije suočavanja i raspoloženja mjerena su tri puta tijekom stresne situacije, pri čemu su se procjene ispitanika odnosile na razdoblje do dolaska na razredbeni postupak, zatim razdoblje tijekom pisanog dijela razredbenog postupka i razdoblje od završetka pisanog dijela razredbenog postupka do trenutka neposredno prije nego što će im biti priopćeni rezultati pisanog dijela. Dobiveni rezultati pokazuju da tijekom stresne transakcije dolazi do značajnih promjena u uporabi problemu usmjerene strategije suočavanja i suočavanja izbjegavanjem, dok se emocijama usmjereno suočavanje ne mijenja tijekom stresne transakcije. Problemu usmjereno suočavanje najviše je tijekom trajanja pisanog dijela ispita, a u toj fazi je suočavanje izbjegavanjem najniže. Raspoloženje ispitanika također se značajno mijenja, pri čemu općenito tijekom stresne transakcije dolazi do smanjenja pozitivnog i povećanja negativnog raspoloženja. Problemu usmjereno suočavanje konkurentno je pozitivno povezano s pozitivnim raspoloženjem, a pokazuje i odloženu pozitivnu povezanost s pozitivnim i odloženu negativnu povezanost s negativnim raspoloženjem. Osim toga, pozitivno raspoloženje je odloženo pozitivno povezano s problemu usmjerenim suočavanjem. Emocijama usmjereno suočavanje konkurentno je i odloženo pozitivno povezano s negativnim raspoloženjem, a negativno raspoloženje je također odloženo pozitivno povezano s ovom strategijom suočavanja. Suočavanje izbjegavanjem najmanje je povezano s raspoloženjima, pri čemu ono pokazuje odloženu pozitivnu povezanost i s pozitivnim i s negativnim raspoloženjem, ovisno o fazi stresne transakcije.

UVOD

Jedan od glavnih razloga tolikom broju istraživanja o procesu suočavanja sa stresom je prije svega njegova potencijalna efikasnost, odnosno utjecaj na adaptacijske posljedice. Kriteriji efikasnosti koji se obično rabe u istraživanjima stresa i suočavanja vrlo su različiti i variraju od objektivnih kriterija, kao što su npr. dužina života, biološko i mentalno zdravlje ili psihosocijalna efikasnost (Thoits, 1995.), do subjektivnih kriterija, kao što su npr. percepcija osobne kontrole nad stresnim situacijama ili životno zadovoljstvo (Fillip i Klauer, 1991.). Međutim, vrlo je teško općenito govoriti o efikasnosti pojedinih strategija suočavanja ako se u obzir ne uzme i situacijski kontekst u kojemu se one odvijaju. Tako npr. Lazarus i Folkman (1984.) naglašavaju da se strategije suočavanja same za sebe ne mogu držati dobrim ili lošim, odnosno efikasnim ili neefikasnim. Pojedina strategija suočavanja koja je efikasna u jednoj situaciji može biti potpuno neefikasna u drugoj i obratno. Zbog toga efikasnost pojedinih strategija suočavanja valja promatrati u kontekstu njihove prikladnosti internalnim i/ili eksternalnim zahtjevima situacije.

U okviru transakcijskog modela stresa i suočavanja (Lazarus i Folkman, 1984.) najčešće se razlikuju dvije skupine adaptacijskih ishoda. Prvu skupinu čine neposredni ishodi koji se odnose na pozitivne i negativne emocionalne posljedice suočavanja te na subjektivnu evaluaciju efikasnosti suočavanja i fizioloških promjena koje se događaju neposredno nakon suočavanja s nekom stresnom situacijom. Drugu skupinu čine odloženi ishodi koji se manifestiraju nakon nekog dužeg vremenskog intervala, kao što su mentalno i tjelesno zdravlje, socijalno funkcioniranje, itd. Neposredni i odloženi ishodi ne moraju biti istog predznaka, odnosno strategija suočavanja koja je neposredno efikasna može ponekad dovesti do nepoželjnih odloženih efekata. Npr. Aspinwall i Taylor (1992.) su pokazale da kronična upotreba strategije izbjegavanja odloženo dovodi do razvoja različitih negativnih simptoma koji su povezani s efektima stresora. Međutim, ako promatramo neposredne ishode, izbjegavajuće strategije češće dovode do bolje fizičke adaptacije i boljih efekata na zdravlje nego ostale strategije (Suls i Fletcher, 1985.).

U okviru transakcijskog pristupa stresu i suočavanju Lazarus i Folkman (1984.) definiraju suočavanje kao kognitivne i ponašajne napore upravljanja specifičnim eksternalnim i/ili internalnim zahtjevima koji utječu na pojedinca u njegovoj transakciji s okolinom, čime se povećava njegova adaptabilnost. Ta je kognitivna i ponašajna aktivnost kontinuirana, a mijenja se u funkciji ponavljanih procjena tijekom transakcije pojedinca s njegovom okolinom.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

Ovaj pristup ispitivanju suočavanja sa stresom naglašava tri glavne karakteristike tog dinamičkog procesa. Prvo, da bi se dobio uvid u proces suočavanja, valja se ispitivati ono što osoba stvarno čini, a ne ono što ona uobičajeno čini. Drugo, suočavanje se treba ispitivati unutar specifičnog situacijskog konteksta. Treće, da bi se zahvatio dinamički aspekt cijelog procesa, moraju se ispitivati promjene suočavajućih misli i akcija. Suočavanje se promatra kao mijenjajući proces u kojem se osoba ponekad više oslanja na jedan, a ponekad na drugi način suočavanja, u skladu s promjenama odnosa između osobe i okoline.

Iako Lazarus (1990., 1993.) naglašava da je psihološki stres potrebno razmatrati unutar širega područja emocija zbog toga što svaka emocija odražava specifičnu vrstu veze pojedinca s okolinom te nam stoga vrsta, trajanje, intenzitet i uzorak pozitivnih i negativnih emocija daju više informacija o prednostima i nedostacima rabljenih strategija suočavanja nego stupanj i sadržaj stresa, dosad je izveden relativno mali broj istraživanja o efektima pojedinih strategija suočavanja na pozitivne i negativne emocije u specifičnim stresnim situacijama. Rezultati istraživanja koje su proveli Folkman i Lazarus (1990.) pokazuju da izbjegavanje ima relativno kratkotrajan adaptivan učinak, dok ovaj stil najčešće nema povoljnih dugotrajnih emocionalnih posljedica. S druge strane, mijenjanje aktualnog odnosa između pojedinca i okoline uporabom problemu usmjerenog suočavanja pozitivno je povezano s emocionalnim stanjima radosti i sigurnosti, a negativno s ljutnjom. Folkman i Lazarus (1988.) također pokazuju da odnos između suočavanja i emocija može ovisiti i o dobi ispitanika. Tako je npr. suočavanje konfrontiranjem povezano s pogoršanjem emocionalnog stanja u mlađoj, ali ne i u starijoj dobi, pozitivna ponovna procjena povezana je s poboljšanjem emocionalnog stanja kod mlađih i s pogoršanjem kod starijih ispitanika, a distanciranje je povezano s pogoršanjem emocionalnog stanja, bez obzira na dob ispitanika.

Stone, Kennedy-Moore i Neale (1995.) su ispitivali odnos između suočavanja sa svakodnevnim problemima i prosječnog dnevnog raspoloženja. Njihovi su rezultati pokazali da su strategije suočavanja vrlo različito povezane s pozitivnim i negativnim raspoloženjem, tako da su strategije katarze i traženja socijalne podrške povezane s višom razinom negativnog raspoloženja, prihvaćanje je povezano s nižom razinom negativnog raspoloženja, a distrakcija, relaksacija i prihvaćanje povezani su s višim pozitivnim raspoloženjem.

Navedena istraživanja odnose se na efekte suočavanja općenito, a ne u nekoj stvarnoj stresnoj situaciji. Istraživanja u svezi s ishodima procesa suočavanja u specifičnim stresnim

situacijama više govore o strategijama suočavanja koja interferiraju s pozitivnim ishodima nego o suočavanjima koja olakšavaju pozitivne ishode (Carver i Scheier, 1994.). Tako npr. ispitivanja pokazuju da je maštanje prospektivni prediktor povećanja anksioznosti tijekom očekivanja ispita (Bolger, 1990.), da kognitivno izbjegavanje prije biopsije predicira višu razinu stresa nakon pozitivne dijagnoze raka dojke i nakon kirurške intervencije (Stanton i Snider, 1993.) te da su negiranje i ponašajni dezangažman prospektivni prediktori većeg doživljaja stresa kod pacijenata koji boluju od raka dojke, a prihvaćanje i humor prospektivni prediktori manjeg doživljaja stresa (Carver i suradnici, 1993.).

Cilj je ovoga istraživanja ispitati promjene u strategijama suočavanja i pozitivnom i negativnom raspoloženju unutar jedne specifične stresne situacije te bidirektivne i prospektivne odnose između strategija suočavanja i pozitivnog i negativnog raspoloženja. Očekuju se značajne promjene u strategijama suočavanja sa stresom i raspoloženjima između različitih faza stresne transakcije te značajni prospektivni i konkurentni bidirektivni odnosi između suočavanja i raspoloženja. U skladu s dosadašnjima nalazima (Folkman i Lazarus, 1990.; Suls i Fletcher, 1985.; Stone, Kennedy-Moore i Neale, 1995.) očekuju se ponajprije promjene u problemu usmjerenom suočavanju i suočavanju izbjegavanjem, a za emocijama usmjereno suočavanje očekuje se veći stupanj stabilnosti tijekom faza stresne transakcije. Također se očekuje pozitivna prospektivna i konkurentna bidirektivna povezanost problemu usmjerenog suočavanja i suočavanja izbjegavanjem s pozitivnim raspoloženjem te emocijama usmjerenog suočavanja s negativnim raspoloženjem.

Za razliku od dosadašnjih ispitivanja toga problema, ovo istraživanje ima nekoliko specifičnosti. Prije svega, odnos između strategija suočavanja i raspoloženja promatran je bidirektivno. Raspoloženja nisu samo ishodi uporabe pojedinih strategija suočavanja, nego i sama dovode do promjena u uporabi. Ispitivanje bidirektivnog i prospektivnog odnosa između suočavanja i raspoloženja nužno zahtijeva višestruko mjerenje navedenih varijabli unutar nekog vremenskog intervala. Međutim, problem u svezi s ispitivanjem bidirektivnog odnosa između strategija suočavanja i raspoloženja je u tome što su čak i ozbiljniji stresni događaji povezani s raspoloženjima samo unutar istog dana, a ne i s raspoloženjima mjerenim drugi dan (Stone, Neale i Shiffman, 1993.). Stoga bi odnos između strategija suočavanja i raspoloženja trebalo ispitivati unutar istog dana. U dosadašnjim istraživanjima najčešće je ovaj odnos ispitivan unutar intervala od jednog tjedna (vidi npr. Folkman i Lazarus, 1985.; Bolger, 1990.; Carver i

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

Scheier, 1994.), što je vjerojatno i rezultiralo relativno niskim prospektivnim korelacijama između strategija suočavanja i raspoloženja. Osim toga, za razliku od nekih prijašnjih istraživanja koja su ograničena samo na odnos između suočavanja i raspoloženja unutar iste faze stresne transakcije (npr. Folkman i Lazarus, 1985.), u ovom će se istraživanju ispitati i prospektivni efekti strategija suočavanja na raspoloženja i prospektivni efekti raspoloženja na strategije suočavanja. Ispitivanja prospektivnih efekata suočavanja relativno su rijetka, a osim toga, mnoga istraživanja prospektivnih efekata suočavanja ispitivala su suočavanja općenito tijekom istraživanja, a ne suočavanja s nekom posebnom stresnom situacijom (npr. Aldwin i Revenson, 1987.; Aspinwall i Taylor, 1992.; Holahan i Moos, 1987.).

Ispitivanje strategija suočavanja sa specifičnom stresnom situacijom unutar kratkog vremenskog intervala vjerojatno smanjuje broj pogrešaka koje se javljaju pri retrospektivnom dosjećanju suočavajućih odgovora. U većini istraživanja od ispitanika se traži dosjećanje suočavajućih odgovora u vremenskom rasponu od jednog tjedna do jednog mjeseca (Stone, Kennedy-Moore i Neale, 1995.). Budući da se upitnicima suočavanja od ispitanika traže relativno specifični detalji (npr. koliko je često ispitanik mislio na nešto), vjerojatne su i značajne pogreške pri retrospektivnom izvještavanju koje se odnose na duži vremenski interval. Tako su npr. Ptacek, Smith, Espe i Rafferty (1994.) pokazali da postoji znatno smanjena točnost dosjećanja kada se suočavanje procjenjuje samo nekoliko dana nakon stresne epizode u odnosu na konkretnu procjenu suočavanja.

U ovom će se istraživanju suočavajući odgovori procjenjivati tijekom trajanja stresne situacije, što znatno smanjuje pogreške procjenjivanja uzrokovane retrospektivnim dosjećanjem.

U dosadašnjim istraživanjima odnosa između strategija suočavanja i raspoloženja naglasak je uglavnom bio na negativnim raspoloženjima (Bolger, 1990.; Carver i Scheier, 1994.), međutim, malo je istraživanja koja su ispitivala efekte suočavanja na pozitivna raspoloženja. Raspoloženja su ne samo neposredni ishodi suočavanja, nego i indikatori procesa koji su povezani s odloženim ishodima, kao što su npr. zdravstveni ishodi. Budući da raspoloženja djeluju na različite fiziološke procese koji utječu na pojavu bolesti, konceptualni modeli koji opisuju potencijalne veze između psihosocijalnih faktora (npr. stresora) i zdravstvenih ishoda raspoloženjima pridaju jedno od centralnih mjesta. Tako npr. Leventhal i Patrick-Miller (1993.) u svojem modelu pretpostavljaju da raspoloženje posreduje efekte okolinskih zahtjeva i kognitivne procjene na biološke i ponašajne odgovore koji pak utječu na ri-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

zik od zdravstvenih poremećaja. Postoji brojna empirijska evidencija da je negativno raspoloženje povezano s razinom kortikosteroida i katekolamina, imunološkim mjerama i funkcioniranjem autonomnog živčanog sustava (Elliot i Eisdorfer, 1982., Morris, 1989.), što može utjecati na osjetljivost za razvoj bolesti. Međutim, i promjene u pozitivnom raspoloženju mogu biti značajne za zdravstvene ishode (Leventhal i Patrick-Miller, 1993.) te su stoga u ovo istraživanje, uz negativna raspoloženja koja se tipično dovode u odnos sa strategijama suočavanja, uključena i pozitivna raspoloženja.

METODA

Ispitanici

U ispitivanju je sudjelovalo 147 ispitanika (122 ženskog i 25 muškog spola), raspona dobi od 17 do 24 godine ($M = 18.17$; $SD = 1.26$). Ispitanici su bili kandidati za studij psihologije koji su pristupili razredbenom postupku na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci.

Instrumentarij

Za mjerenje suočavanja sa stresom rabljene su tri skraćene paralelne forme prilagođenog upitnika COPE (Coping Orientation to Problems Experienced) (Carver, Scheier i Weintraub, 1989.).

U originalnom obliku taj se upitnik sastoji od 15 empirijski deriviranih skala koje su zasićene trima faktorima drugoga reda: problemu usmjerenim suočavanjem, emocijama usmjerenim suočavanjem i izbjegavanjem. Teorijsku osnovu ovoga upitnika čine Lazarusov model stresa i suočavanja (Lazarus i Folkman, 1984.) i model ponašajne regulacije (Carver i Scheier, 1982.).

Dosadašnje primjene dispozicijskog oblika ovoga upitnika na hrvatskom jeziku pokazale su da je njegova struktura vrlo slična originalnoj, da su pouzdanosti tipa interne konzistencije zadovoljavajuće (od 0.80 do 0.91), a test-retest pouzdanosti u razmaku od dva mjeseca iznose 0.56 za problemu usmjereno suočavanje, 0.55 za emocijama usmjereno suočavanje i 0.60 za izbjegavanje (Hudek-Knežević, Kardum i Vukmirović, u tisku).

Svaka paralelna forma rabljena u ovom istraživanju sastoji se od 15 čestica koje su uzete iz dispozicijskog oblika upitnika, pri čemu je uzeta po jedna čestica iz svake skale. Faktorska analiza ovih triju paralelnih formi pokazuje istu trofaktorsku strukturu kao i dispozicijski oblik upitnika. Koefficijenti pouzdanosti interne konzistencije (Cronbach alfa) triju skala suočavanja za sve tri paralelne forme kreću se od 0.51 do 0.87.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

Skale suočavanja rabljene u ovom istraživanju međusobno su nezavisne, budući da je dobivena samo statistički značajna korelacija između problema i emocijama usmjerenog suočavanja u situaciji prije početka ispita (0.17; $p < 0.05$). Međutim, korelacije između istih skala svake paralelne forme statistički su značajne i kreću se od 0.38 do 0.50 ($p < 0.001$) za problemom usmjerenom suočavanjem, od 0.63 do 0.69 ($p < 0.001$) za emocijama usmjerenom suočavanjem i od 0.53 do 0.62 ($p < 0.001$) za izbjegavanje. Imajući u vidu promjene koje se događaju u uporabi navedenih strategija suočavanja, čak i unutar kratkih vremenskih intervala, visina ovih korelacija govori da se rabljene mjere suočavanja zaista mogu tretirati kao paralelne forme.

Skala raspoloženja rabljena u ovom istraživanju predstavlja skraćeni oblik skale koja je već rabljena i validirana na sličnim uzorcima ispitanika (Kardum i Bezinović, 1992.). Ta se skala sastoji od dvaju faktora raspoloženja višeg reda (pozitivno i negativno raspoloženje), a ti se faktori odnose na valenciju upotrijebljenih deskriptora. Faktor pozitivnoga raspoloženja sastoji se od tri faktora nižega reda koji odražavaju različite kvalitete pozitivnih emocionalnih stanja: radost, prihvaćenost i aktivaciju, dok se faktor negativnoga raspoloženja sastoji od četiri faktora nižega reda: tuge, ljutnje, straha i odbačenosti. Ova je skala pridjevskoga tipa, a broj čestica koje čine svaku dimenziju varira od četiri do osam. Sve dimenzije imaju relativno visoku pouzdanost interne konzistencije (od 0.73 do 0.91).

U ovom istraživanju skala je rabljena na razini faktora višeg reda, pozitivnog i negativnog raspoloženja. Pouzdanost interne konzistencije (Cronbach-alpha) skale pozitivnog raspoloženja iznosi 0.89, a negativnog 0.91. Korelacije između ove dvije skale statistički su značajne i negativne i u ovom se istraživanju kreću od -0.54 do -0.61 ($p < 0.001$).

Postupak

Ispitivanje je izvršeno tijekom razredbenog postupka za upis na studij psihologije. Naime, ispitne situacije su općenito vrlo pogodne za ispitivanje suočavanja u transakcijskom kontekstu. Ponajprije riječ je o evaluativnoj situaciji koja može završiti ili negativnim (prijetnja) ili pozitivnim (izazov) ishodom i koju kandidati procjenjuju vrlo stresnom. Iako nije izravno usporediva sa stresnim situacijama kao što su npr. prirodne katastrofe ili neki životno prijeteći događaji, ispitna situacija ima neke zajedničke elemente s navedenim situacijama; postoji priprema za taj događaj, sam događaj, razdoblje nesigurnosti o ishodu i razdoblje suočavanja s ishodom. Osim toga, ispitna je situacija objektivno jednaka i odvija se simultano za

sve ispitanike. Zbog navedenih karakteristika, kad se ispituje stres i suočavanje u specifičnoj stresnoj situaciji, vrlo se često rabe upravo ispitne situacije (npr. Folkman i Lazarus, 1985.; Bolger, 1990.; Bolger i Eckenrode, 1991.; Roberts i Monroe, 1992.; Carver i Scheier, 1994.).

U ovom istraživanju suočavanja sa stresom i raspoloženja ispitivana su u tri navrata tijekom razredbenog postupka: neposredno prije početka pisanog dijela razredbenog postupka, neposredno nakon završetka pisanog dijela razredbenog postupka (četiri sata nakon početka) i prije priopćavanja rezultata kandidatima (pet sati nakon završetka pisanog dijela).

U prvom ispitivanju zadatak ispitanika bio je procijeniti vlastita suočavanja i raspoloženja do dolaska na razredbeni postupak. U drugom ispitivanju zadatak ispitanika bio je procijeniti vlastita suočavanja i raspoloženja tijekom pisanog dijela razredbenog postupka, a u trećem ispitivanju njihov je zadatak bio procijeniti vlastita suočavanja i raspoloženja u razdoblju od završetka pisanog dijela razredbenog postupka do trenutka neposredno prije nego što će im biti priopćeni rezultati pisanog dijela.

REZULTATI

Da bi se ispitale razlike u izraženosti pojedinih strategija suočavanja sa stresom između triju faza stresne transakcije, raobljena je analiza varijance s ponavljanim mjerenjima. Razlike u izraženosti svake strategije suočavanja između pojedinih parova faza stresne transakcije naknadno su izračunane uporabom t-testa za zavisne uzorke. Rezultati tih analiza prikazani su u tablici 1.

● TABLICA 1
Razlike u izraženosti
pojedinih strategija
suočavanja tijekom
triju faza stresne
transakcije

		Prije ispita	Tijekom ispita	Očekivanje rezultata	F p	Značajne razlike između faza
Problemu usmjereno suočavanje	M	23.08	24.01	22.63	8.22 0.001	1.-2. 2.-3.
	SD	3.75	3.75	4.34		
Emocijama usmjereno suočavanje	M	7.79	7.54	7.82	0.76 2.47	nema razlika
	SD	3.66	3.42	3.52		
Izbjegavanje	M	11.87	9.86	11.49	37.29 0.001	1.-2. 2.-3.
	SD	3.24	2.69	3.60		

Kao što se vidi iz tablice 1. do statistički značajnih promjena između pojedinih faza stresne transakcije dolazi u uporabi problemu usmjerenog suočavanja ($F_{2,146} = 8.22$; $p < 0.001$) i izbjegavanja ($F_{2,146} = 37.29$; $p < 0.001$). Kod obje strategije suočavanja dolazi do statistički značajnih promjena između faza prije ispita i tijekom ispita te između faza tijekom

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

● **TABLICA 2**
Razlike u izraženosti
pozitivnih i negativnih
raspoloženja tijekom
triju faza stresne
transakcije

		Prije ispita	Tijekom ispita	Očekivanje rezultata	F p	razlike između faza
Pozitivno raspoloženje	M	63.29	60.23	55.62	27.14	1.-2.
	SD	13.92	15.18	17.92	0.001	1.-3. 2.-3.
Negativno raspoloženje	M	34.82	33.38	39.36	19.59	1.-3.
	SD	12.18	12.76	16.29	0.001	2.-3.

● **TABLICA 3**
Koeficijenti korelacija
između strategija
suočavanja i
pozitivnog i
negativnog
raspoloženja tijekom
triju faza stresne
transakcije

1 - faza prije ispita;
2 - faza tijekom ispita;
3 - faza očekivanja
rezultata

	Poz. rasp. 1	Neg. rasp. 1	Poz. rasp. 2	Neg. rasp. 2	Poz. rasp. 3	Neg. rasp. 3
Problemu usmjereno suočavanje 1	0.23**	-0.06	0.30***	-0.18*	0.21**	-0.17*
Emocijama usmjereno suočavanje 1	-0.15	0.28***	-0.09	0.31***	-0.13	0.27***
Izbjegavanje 1	0.13	0.15	0.26**	0.10	0.21**	0.11
Problemu usmjereno suočavanje 2	0.22**	-0.05	0.39***	-0.22**	0.33***	-0.20*
Emocijama usmjereno suočavanje 2	-0.10	0.29***	0.05	0.19*	-0.08	0.22**
Izbjegavanje 2	0.01	0.15	0.16	0.08	0.10	0.17*
Problemu usmjereno suočavanje 3	0.24**	-0.01	0.32***	-0.11	0.33***	-0.09
Emocijama usmjereno suočavanje 3	-0.17*	0.31**	-0.06	0.27***	-0.18*	0.39***
Izbjegavanje 3	0.09	0.07	0.13	0.15	0.15	0.15

* p<0.05
** p<0.01
*** p<0.001

ispita i faze očekivanja rezultata. U usporedbi s prvom i trećom fazom stresne transakcije, u drugoj fazi (tijekom ispita) dolazi do statistički značajnog porasta u uporabi problemu usmjerenog suočavanja te do statistički značajnog smanjenja suočavanja izbjegavanjem. Promjene u uporabi emocijama usmjerenog suočavanja tijekom tri faze stresne transakcije nisu statistički značajne ($F_{2,146} = 0.76$; $p > 0.05$).

Analizom varijance s ponavljanim mjerenjima i t-testom za zavisne uzorke također su izračunane i razlike u izraženosti pozitivnog i negativnog raspoloženja između triju faza stresne transakcije. Dobiveni su rezultati prikazani u tablici 2.

Pozitivno raspoloženje statistički se značajno mijenja tijekom stresne transakcije ($F_{2,146} = 27.14$; $p < 0.001$), pri čemu se iz faze u fazu statistički značajno smanjuje. Negativno raspoloženje se također statistički značajno mijenja tijekom stresne transakcije ($F_{2,146} = 19.59$; $p < 0.001$), pri čemu se u fazi očekivanja rezultata statistički značajno povećava u usporedbi s fazama prije i tijekom ispita.

Da bismo ispitali odnos između strategija suočavanja i raspoloženja, izračunani su koeficijenti korelacija između triju strategija suočavanja i pozitivnog i negativnog raspoloženja tijekom svih triju faza stresne transakcije. Dobiveni su rezultati prikazani u tablici 3.

U tablici 3. vidljivo je da je problemu usmjerena strategija suočavanja statistički značajno pozitivno povezana uglavnom s pozitivnim raspoloženjem. Kad se promatraju kore-

lacije problemu usmjerenog suočavanja s pozitivnim i negativnim raspoloženjima unutar istih faza stresne transakcije (vidi dijagonalne kvadrate), sve su korelacije s pozitivnim raspoloženjima statistički značajne i pozitivne, a samo je u drugoj fazi stresne transakcije statistički značajna negativna korelacija problemu usmjerenog suočavanja i negativnog raspoloženja. Korelacije problemu usmjerenog suočavanja s pozitivnim raspoloženjima koja se javljaju fazu ili dvije kasnije (vidi korelacije iznad dijagonalnih kvadrata) također su sve statistički značajne i pozitivne, dok su s negativnim raspoloženjima sve korelacije statistički značajne i negativne. Korelacije pozitivnog raspoloženja s problemu usmjerenim suočavanjem koje se javlja fazu ili dvije kasnije (vidi korelacije ispod dijagonalnih kvadrata) su statistički značajne i pozitivne, a negativna raspoloženja ne koreliraju statistički značajno s ovom strategijom suočavanja. Iz navedenog uzorka korelacija problemu usmjerenog suočavanja s pozitivnim i negativnim raspoloženjem može se zaključiti da problemu usmjerenom suočavanju ima pozitivan odloženi efekt na raspoloženja, jer je odloženo povezano s povećanjem pozitivnih i smanjenjem negativnih raspoloženja. U tom smislu možemo govoriti o efikasnosti te strategije suočavanja. Promatrajući povezanost raspoloženja s problemu usmjerenim suočavanjem u naknadnim fazama stresne transakcije, može se reći da samo pozitivno raspoloženje dovodi do veće sklonosti k naknadnoj uporabi ove strategije suočavanja.

Emocijama usmjerenom suočavanju statistički je značajno pozitivno povezano s negativnim raspoloženjem, i to i unutar faza stresne transakcije i kad promatramo korelacije između emocijama usmjerenog suočavanja i raspoloženja u naknadnim fazama te kad promatramo povezanost raspoloženja s emocijama usmjerenim suočavanjem u naknadnim fazama. Međutim, javljaju se i dvije značajne korelacije između emocijama usmjerenog suočavanja i pozitivnog raspoloženja. Jedna se odnosi na negativnu korelaciju između emocijama usmjerenog suočavanja u trećoj fazi stresne transakcije i pozitivnog raspoloženja u istoj fazi a druga se odnosi na negativnu korelaciju pozitivnog raspoloženja u prvoj fazi stresne transakcije s emocijama usmjerenim suočavanjem u trećoj fazi. Općenito, iz navedenih bi se rezultata moglo zaključiti da emocijama usmjerenom suočavanju dovodi do povećanja negativnih raspoloženja i, obratno, da veći intenzitet negativnih raspoloženja dovodi do intenzivnijeg emocijama usmjerenog suočavanja.

Suočavanje izbjegavanjem unutar pojedinih faza stresne transakcije nije statistički značajno povezano niti s pozitivnim niti s negativnim raspoloženjem. Također, raspoloženja nisu povezana s uporabom ove strategije suočavanja u naknad-

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

nim fazama stresne transakcije. Međutim, izbjegavanje je u prvoj fazi stresne transakcije statistički značajno pozitivno povezano s pozitivnim raspoloženjem u drugoj i trećoj fazi razredbenog ispita, dok izbjegavanje u drugoj fazi stresne transakcije značajno i pozitivno korelira s negativnim raspoloženjem u trećoj fazi. Općenito, u usporedbi s druge dvije strategije suočavanja, izbjegavanje je u svim trima fazama stresne transakcije najmanje povezano s raspoloženjima. Osim toga, u usporedbi s problemu i emocijama usmjerenim suočavanjima, koje su uglavnom konzistentno povezane s pozitivnim i negativnim raspoloženjem, izbjegavanje je pozitivno povezano i s pozitivnim i s negativnim raspoloženjem u naknadnim fazama, ovisno o fazi u kojoj je raspoloženje mjereno. To vjerojatno govori i o tome da je povezanost ove strategije suočavanja s pozitivnim i negativnim raspoloženjem uvjetovana kontekstualno, odnosno da može ovisiti i o nekim drugim varijablama kao što su npr. tip stresne situacije, intenzitet stresnosti situacije i slično.

Da bismo detaljnije ispitali odnos između dviju skupina varijabli, strategija suočavanja s jedne i raspoloženja s druge strane, i to tijekom svih faza stresne transakcije, izvedena je i kanonička korelacijska analiza. Budući da su varijable unutar obiju skupina u znatnim međusobnim korelacijama, za interpretaciju su rabljeni kanonički koeficijenti strukture (Thompson, 1984.). Rezultati te analize prikazani su u tablici 4.

➔ **TABLICA 4**
Rezultati kanoničke korelacijske analize za strategije suočavanja i raspoloženja tijekom triju faza stresne transakcije

1 - faza prije ispita;
2 - faza tijekom ispita;
3 - faza očekivanja rezultata

Varijable	Koeficijenti strukture	
	Funkcija 1	Funkcija 2
Problemumu usmjereno suočavanje 1	-0.52	-0.22
Problemumu usmjereno suočavanje 2	-0.67	-0.26
Problemumu usmjereno suočavanje 3	-0.61	-0.06
Emocijama usmjereno suočavanje 1	-0.05	0.65
Emocijama usmjereno suočavanje 2	-0.28	0.58
Emocijama usmjereno suočavanje 3	-0.09	0.82
Izbjegavanje 1	-0.61	0.42
Izbjegavanje 2	-0.39	0.41
Izbjegavanje 3	-0.32	0.41
Pozitivno raspoloženje 1	-0.51	-0.41
Pozitivno raspoloženje 2	-0.92	-0.28
Pozitivno raspoloženje 3	-0.73	-0.39
Negativno raspoloženje 1	-0.09	0.70
Negativno raspoloženje 2	-0.29	0.82
Negativno raspoloženje 3	-0.20	0.93
Kanonička korelacija	0.57	0.50
Kvadrirana kanonička korelacija	0.32	0.25
Redundancija	12.18%	19.58%
Hi ²	123.57	70.27
P	0.0001	0.001

Rezultati kanoničke analize također pokazuju značajnu povezanost između strategija suočavanja i raspoloženja. Dobivene su dvije statistički značajne kanoničke funkcije s koeficijentima kanoničke korelacije od 0.57 i 0.50 ($p < 0.001$).

U skupu varijabli koji se odnosi na strategije suočavanja problemu usmjereno suočavanje u svim fazama i izbjegavanje u prvoj fazi gotovo jednako pridonose prvoj funkciji i te su varijable najviše povezane s pozitivnim raspoloženjem u sve tri faze stresne transakcije.

Kad je riječ o drugoj funkciji, od varijabli koje se odnose na strategije suočavanja dominiraju emocijama usmjereno suočavanje i u manjoj mjeri izbjegavanje, i to u sve tri faze stresne transakcije. Te su varijable pozitivno povezane s negativnim raspoloženjem u sve tri faze.

Općenito, ovi rezultati još jednom pokazuju da je problemu usmjereno suočavanje uglavnom povezano s pozitivnim raspoloženjem, a emocijama usmjereno suočavanje uglavnom je povezano s negativnim raspoloženjem. U odnosu na ove dvije strategije, suočavanje izbjegavanjem je najmanje povezano s raspoloženjima, međutim, ono je pozitivno povezano i s pozitivnim i s negativnim raspoloženjem.

RASPRAVA

Rezultati u svezi s promjenama u strategijama suočavanja tijekom stresne transakcije (tablica 1.) općenito pokazuju da do promjena dolazi u uporabi problemu usmjerene strategije i strategije izbjegavanja, a emocijama usmjerena strategija suočavanja ostaje stabilna tijekom stresne transakcije. Problemu usmjereno suočavanje najviše je tijekom ispita, a istodobno je u toj fazi najniže suočavanje izbjegavanjem. Ovakav uzorak promjena u strategijama suočavanja tijekom stresne transakcije u skladu je s dosadašnjim istraživanjima koja pokazuju da problemu usmjerena strategija suočavanja prevladava onda kad pojedinac procijeni da može učiniti nešto konstruktivno u vezi sa stresnim događajem, odnosno kad procijeni da može kontrolirati ishode stresne transakcije (Lazarus i Folkman, 1984.; Folkman 1984.). U stresnoj situaciji rabljenoj u ovom istraživanju problemu usmjereno suočavanje upravo je najviše u onoj fazi u kojoj se najviše može učiniti za rješenje stresne transakcije, odnosno tijekom ispita, a niže je neposredno prije početka ispita i u fazi očekivanja rezultata kad je mogućnost kontrole nad ishodima stresne transakcije općenito niska. Valja napomenuti da neka prethodna istraživanja (Folkman i Lazarus, 1985.; Bolger, 1990.) nalaze da se problemu usmjereno suočavanje više rabi i u razdoblju prije početka ispita, što nije u skladu s ovdje dobivenim rezultatima. Razlike su najvjerojatnije posljedica toga što su istraživanja izvr-

šena unutar različitih vremenskih intervala. U istraživanju koje su izveli Folkman i Lazarus (1985.) prvo je mjerenje izvršeno dva dana prije ispita, a u istraživanju Bolgera (1990.) izvršena su dva mjerenja, 35 dana i 10 dana prije ispita. U navedenim istraživanjima intenzivnija uporaba problemu usmjerenog suočavanja u razdoblju prije ispita sasvim je očekivana, zato što je do ispita još uvijek ostalo dosta vremena da se uporabom te strategije suočavanja aktivno utječe na ishod stresne transakcije. U ovom istraživanju to nije bilo moguće, jer je prvo mjerenje izvršeno neposredno prije početka ispita.

Promjene u uporabi suočavanja izbjegavanjem inverzne su promjenama u problemu usmjerenom suočavanju. Izbjegavanje je najviše prije početka ispita i tijekom očekivanja rezultata, a najniže tijekom ispita. Prijašnja istraživanja promjena u strategijama suočavanja tijekom ispitne situacije (npr. Folkman i Lazarus, 1985.; Bolger, 1990.) također nalaze da se u razdoblju nakon ispita, za vrijeme očekivanja rezultata, najviše rabi distanciranje, strategija suočavanja konceptualno slična izbjegavanju u ovom istraživanju.

Emocijama usmjerenom suočavanje ne mijenja se tijekom faza stresne transakcije. To je još jedna potvrda hipoteze o različitoj stabilnosti pojedinih strategija suočavanja (Lazarus, 1990.) koja govori da su emocijama usmjerene strategije suočavanja pod većim utjecajem stabilnih crta ličnosti te su stoga općenito stabilnije tijekom ili između stresnih situacija u usporedbi s problemu usmjerenim strategijama koje su više pod utjecajem promjenjivih situacijskih faktora. Međutim, usprkos tomu što se u prosjeku ova strategija suočavanja ne mijenja tijekom stresne situacije, što ona, dakle, pokazuje izrazitu apsolutnu stabilnost, korelacije između triju mjerenja ukazuju i na njezinu relativnu varijabilnost. Naime, povezanosti u uporabi emocijama usmjerenog suočavanja između triju faza stresne transakcije, iako statistički značajne i visoke (0.64 između prve i druge faze, 0.63 između prve i treće faze i 0.69 između druge i treće faze), govore o tome da ispitanici dijelom i mijenjaju svoj poredak, odnosno da ovu strategiju suočavanja rabe različitim intenzitetom, ovisno o fazi stresne transakcije. To vrijedi i za ostale dvije strategije suočavanja, pa se može zaključiti da ovo istraživanje, između ostaloga, pokazuje da strategije suočavanja nisu niti apsolutno stabilne niti apsolutno varijabilne, što pojedincu omogućuje da svakoj stresnoj situaciji ili fazi unutar stresne situacije ne pristupa iznova niti da rigidno rabi samo neku strategiju suočavanja.

Rezultati u svezi s promjenama pozitivnog i negativnog raspoloženja (tablica 2.) općenito pokazuju trend smanjenja pozitivnog i povećanja negativnog raspoloženja tijekom faza stresne transakcije. Ovakve inverzne promjene pozitivnog i

negativnog raspoloženja posljedica su relativno visokih negativnih korelacije između pozitivnog i negativnog raspoloženja (-0.61 u prvoj fazi, -0.56 u drugoj fazi i -0.54 u trećoj fazi). Naime, iako su pozitivno i negativno raspoloženje najčešće bez međusobnih korelacija (Watson, 1988.), ove dvije temeljne dimenzije raspoloženja imaju tendenciju k inverznoj povezanosti onda kad se jedna od njih manifestira na visokoj intenzitetnoj razini, što je slučaj i u ovom istraživanju.

Slične promjene dobivene su i u nekim drugim istraživanjima koja su se, međutim, odvijala tijekom znatno dužeg razdoblja. Tako npr. u istraživanju koje su proveli Folkman i Lazarus (1985.), a koje je provedeno tijekom 14 dana, dobiveni rezultati pokazuju da su emocije procjene prijetnje (zabrinutost, strah, anksioznost) i emocije izazova (sigurnost, optimizam, entuzijazam) povišene u prvoj, anticipatornoj fazi i u drugoj fazi, fazi očekivanja rezultata, međutim, te se emocije značajno smanjuju u trećoj fazi, nakon objave rezultata ispita. Emocije gubitka (ljutnja, tuga, razočaranje, gađenje) i emocije dobitka (oduševljenost, zadovoljstvo, radost, olakšanje) značajno su porasle iz prve u drugu fazu i ostale tako povišene i tijekom treće faze.

Ovdje dobivene rezultate, vezane uz promjene pozitivnog i negativnog raspoloženja tijekom stresne transakcije, moguće je objasniti u kontekstu suvremenih teorija raspoloženja. Većina suvremenih koncepcija (npr. Batson, Shaw i Oleson, 1992.; Morris, 1992.; Schwarz i Clore, 1988.) raspoloženju pridaje informativnu funkciju. Raspoloženja se shvaćaju kao informacije o resursima pojedinca i njihovoj dostatnosti za trenutačne ili buduće interakcije s okolinom. U stresnoj situaciji koja je rađena u ovom istraživanju, resursi osobe i efikasnost njezinih načina suočavanja znatno se mijenjaju tijekom situacije, što se odražava i u promjenama raspoloženja. Raspoloženja prema kraju stresne situacije, pogotovo nakon završetka pisanog dijela ispita, postaju sve lošija, budući da pojedincu više nisu na raspolaganju nikakvi resursi kojima bi povećao vjerojatnost postizanja pozitivnog ishoda.

Bidirektivni i prospektivni odnosi između strategija suočavanja i raspoloženja (tablice 3. i 4.) pokazuju da je problemu usmjereno suočavanje konkurentno pozitivno povezano s pozitivnim raspoloženjem te odloženo pozitivno povezano s pozitivnim i negativno s negativnim raspoloženjem. Također, pozitivno raspoloženje je odloženo pozitivno povezano s problemu usmjerenim suočavanjem. Dakle, ovdje dobiveni rezultati govore o bidirektivnoj povezanosti problemu usmjerenog suočavanja i pozitivnog raspoloženja, a i o općenito pozitivnom efektu ove strategije suočavanja na raspoloženja. Rezultati koje su dobili Folkman i Lazarus (1988.)

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

također pokazuju da je planirano, aktivno rješavanje problema povezano s poboljšanjem emocionalnog stanja, i to povećanjem pozitivnih i smanjenjem negativnih emocionalnih stanja. Ovi autori navode dva moguća objašnjenja za taj proces. Prvo, ljudi se počinju osjećati bolje kad se usmjere na problem koji je izvor stresa i drugo, problemu usmjereno suočavanje, kad je efikasno, poboljšava vezu pojedinca s okolinom što dovodi do pozitivnije kognitivne procjene, a time i do pozitivnijih emocionalnih odgovora. Osim što predstavlja efikasan način suočavanja u kontrolabilnim situacijama, pojedince koji upotrebljavaju ovu strategiju suočavanja karakterizira kooperativnost i prijateljski odnos prema drugim ljudima, što im osigurava dobivanje različitih tipova podrške koje također dovode do poboljšanja emocionalnog stanja (Folkman i Lazarus, 1990.).

Međutim, i pozitivno raspoloženje prospektivno dovodi do povećanja problemu usmjerenog suočavanja. Činjenica je, naime, da raspoloženja utječu na evaluativne procjene samoga sebe i svojih sposobnosti, drugih osoba, prošlih životnih događaja i slično (Morris, 1989.). Ispitivanja kognitivnih i ponašajnih efekata pozitivnog raspoloženja pokazuju da ono dovodi do povećanja kreativnog i fleksibilnog mišljenja, rješavanja problema, upotrebe heuristika, raspoloživosti kognicija o pozitivnim aspektima vlastitog doživljavanja i ponašanja, kooperativnosti i socijabilnosti, usmjerenosti na problem itd. (Isen, 1987.; Morris, 1989.). Brojne od navedenih karakteristika predstavljaju osnovne preduvjete ili čak komponente problemu usmjerenog suočavanja te je stoga očekivano da pozitivno raspoloženje u stresnoj situaciji olakšava uporabu ove strategije suočavanja.

Za emocijama usmjereno suočavanje općenito možemo reći da je ono konkurentno i odloženo pozitivno povezano s negativnim raspoloženjem te da je negativno raspoloženje također odloženo pozitivno povezano s ovom strategijom suočavanja. S obzirom na osnovnu funkciju te strategije suočavanja - poboljšanje vlastitog emocionalnog doživljavanja, nije iznenađujuće da je ta strategija suočavanja primarno povezana s negativnim raspoloženjem. Međutim, rezultati ovoga istraživanja pokazuju da ova strategija suočavanja ne dovodi do poboljšanja emocionalnog doživljavanja, barem kad je riječ o neposrednim ishodima u ovoj specifičnoj situaciji.

Odložena pozitivna povezanost negativnog raspoloženja s emocijama usmjerenim suočavanjem može se objasniti uzimajući u obzir, s jedne strane, kognitivne i ponašajne efekte negativnog raspoloženja, a s druge strane, sadržaj skale za mjerenje emocijama usmjerenog suočavanja. Naime, negativno raspoloženje dovodi do slabije organizacije materijala u

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

pamćenju, negativnije percepcije sebe, vlastitih sposobnosti i drugih osoba, agresivnosti (Isen, 1990.; Morris, 1989.), a osim toga, ono samo po sebi zaokuplja određen dio pozornosti i radnog pamćenja te se samo ograničeni kognitivni resursi mogu rabiti za izvršavanje preostalih kognitivnih zadataka (Eysenck i Calvo, 1992.). To, naravno, znatno interferira s ispitnom situacijom i vjerojatno dovodi do daljnjeg povećanja negativnog raspoloženja. Pojedinci aktivno nastoje regulirati vlastita emocionalna stanja, najčešće tako da održavaju pozitivno ili smanjuju negativno raspoloženje što se, između ostaloga postiže i uporabom emocijama usmjerene strategije suočavanja. Međutim, valja napomenuti da skala za mjerenje emocijama usmjerenog suočavanja po svojem sadržaju uključuje i komponente traženja socijalne podrške. Već je odavno poznato (npr. Schachter, 1959.) da u stresnim situacijama ljudi teže biti u društvu s drugim osobama, upravo radi smanjenja anksioznosti i negativnih emocionalnih stanja općenito, čime se također može objasniti odložena pozitivna povezanost negativnog raspoloženja s emocijama usmjerenim suočavanjem.

Suočavanje izbjegavanjem najmanje je povezano s raspoloženjima, pri čemu izbjegavanje u prvoj fazi pokazuje odloženu pozitivnu povezanost s pozitivnim raspoloženjem, a izbjegavanje u drugoj fazi odloženu pozitivnu povezanost s negativnim raspoloženjem. Niti pozitivno niti negativno raspoloženje nisu odloženo povezani s ovim stilom suočavanja. Dakle, rezultati ovoga istraživanja pokazuju da izbjegavanje može dovesti i do pozitivnih i do negativnih neposrednih efekata, ovisno o fazi stresne transakcije. U stresnoj situaciji rabljenoj u ovom istraživanju izbjegavanje neposredno prije ispita izgleda adaptivno, međutim, izbjegavanje tijekom ispitne situacije vjerojatno interferira s postignućem i dovodi do povećanja negativnog raspoloženja u fazi očekivanja rezultata.

Kao što smo već naglasili, rezultati dosadašnjih istraživanja ishoda procesa suočavanja u specifičnim stresnim situacijama uglavnom su naglašavala one suočavajuće odgovore koji dovode do različitih negativnih posljedica. Međutim, rezultati ovoga istraživanja pokazuju da barem kad je riječ o neposrednim ishodima operacionaliziranim kao pozitivno i negativno raspoloženje, strategije suočavanja mogu imati i pozitivne posljedice. To posebno vrijedi za problemu usmjereno suočavanje i manjim dijelom za suočavanje izbjegavanjem. Strategije suočavanja koje u stresnim situacijama omogućavaju održavanje dobrog raspoloženja čine se posebno važnim zbog svojih potencijalnih efekata na udaljene zdravstvene ishode. Poznato je da pojedinci koji doživljavaju visoku razinu emocionalnog distresa imaju veću tendenciju prema ponašanjima koja povećavaju vjerojatnost da obole (Wiebe i Mc

Callum, 1986.). Stoga uporaba onih strategija suočavanja koje unutar stresne situacije smanjuju doživljaj stresa izravno pridonosi i pozitivnijim zdravstvenim ishodima u budućnosti.

Rezultati ovoga istraživanja također pokazuju da, uz mnogobrojne efekte pozitivnog i negativnog raspoloženja na različite kognitivne i ponašajne varijable, ove dvije osnovne dimenzije raspoloženja na kongruentan način djeluju i na uporabu strategija suočavanja u stresnoj situaciji. Načini na koje pozitivna i negativna raspoloženja utječu na složene oblike ponašanja kakva su suočavanja sa stresom svakako treba ju biti predmetom daljnjih istraživanja.

LITERATURA

Aldwin, C.M., Ravenson, T.A. (1987.). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337-348.

Aspinwall, L.G., Taylor, S.E. (1992.). Modeling cognitive adaptation: A longitudinal investigation of the impact of individual differences and coping on college adjustment and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 989-1003.

Batson, C.D., Shaw, L.L., Oleson, K.C. (1992.). Differentiating affect, mood, and emotion: Toward functionally based conceptual distinctions. U M.S. Clark (Ur.), *Emotion* (294-326). London: Sage Publications.

Bolger, N. (1990.). Coping as a personality process: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 525-537.

Bolger, N., Eckenrode, J. (1991.). Social relationships, personality, and anxiety during a major stressful event. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 440-449.

Carver, C.S., Scheier, M.F. (1982.). Control theory: A useful conceptual framework for personality, social, clinical and health psychology. *Psychological Bulletin*, 92, 111-135.

Carver, C.C., Scheier, M.F. (1994.). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 184-195.

Carver, C.S., Scheier, M.F., Weintraub, J.K. (1989.). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.

Carver, C.S., Pozo, C., Harris, S.D., Noriega, V., Scheier, M.F., Robinson, D.S., Ketcham, A.S., Moffat, F.L., Clark, K.C. (1993.). How coping mediates the effects of optimism on distress: A study of women with early stage breast cancer. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 375-391.

Elliot, G.R., Eisdorfer, C. (1982.). *Stress and human health: Analysis and implications of research*. New York: Springer.

Eysenck, M.W., Calvo, M.G. (1992.). Anxiety and performance: The processing efficiency theory. *Cognition and Emotion*, 6, 409-434.

Filipp, S.H., Klauer, T. (1991.). Subjective well-being in the face of critical life events: The case of successful copers. U F. Strack, M. Argyle, N. Schwarz (Ur.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (213-234). Oxford: Pergamon Press.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

- Folkman, S. (1984.). Personal control and stress and coping process: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.
- Folkman, S., Lazarus, R.S. (1985.). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Folkman, S., Lazarus, R.S. (1988.). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 466-475.
- Folkman, S., Lazarus, R.S. (1990.). Coping and emotion. U N.L. Stein, B. Leventhal, T. Trabasso (Ur.), *Psychological and biological approaches to emotion* (313-332). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Holahan, C. J., Moos, R.H. (1987.). Risk resistance and psychological distress: A longitudinal analysis with adults and children. *Journal of Abnormal Psychology*, 96, 3-13.
- Hudek-Knežević, J., Kardum, I., Vukmirović, Ž. (u tisku). The structure of coping styles: a comparative study of Croatian sample. *European Journal of Personality*.
- Isen, A. M. (1987.). Positive affect, cognitive processes, and social behavior. U L. Berkowitz (Ur.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 20, (203-253). New York: Academic Press.
- Isen, A. (1990.). The influence of positive and negative affect on cognitive organization: Some implications for development. U N.L. Stein, B. Leventhal, T. Trabasso (Ur.), *Psychological and biological approaches to emotion* (75-94). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Kardum, I., Bezinović, P. (1992.). Metodološke i teorijske implikacije pri konstrukciji skale za mjerenje dimenzija emocionalnog doživljavanja. *Godišnjak Zavoda za psihologiju*, Pedagoški fakultet Sveučilišta u Rijeci, 1, 53-62.
- Lazarus, R.S. (1990.). Stress, coping, and illness. U H.S. Friedman (Ur.), *Personality and disease* (97-120). New York: Wiley.
- Lazarus, R.S. (1993.). From psychological stress to the emotions. A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*, 44, 1-21.
- Lazarus, R.S., Folkman, S. (1984.). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Leventhal, H., Patrick-Miller, L. (1993.). Emotion and illness: The mind is in the body. U M. Lewis, J.M. Haviland (Ur.), *Handbook of emotions* (365-379). New York: The Guilford Press.
- Morris, W.N. (1989.). *Mood: The frame of mind*. New York: Springer.
- Morris, W.N. (1992.). A functional analysis of the role of mood in affective system. U M.S. Clark (Ur.), *Emotion* (256-293). London: Sage Publications.
- Ptacek, J. T., Smith, R.E., Espe, K., Rafferty, B. (1994.). Limited correspondence between daily coping reports and retrospective coping recall. *Psychological Assessment*, 6, 41-49.
- Roberts, J. E., Monroe, S.M. (1992.). Vulnerable self-esteem and depressive symptoms: Prospective findings comparing three alternative conceptualizations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 804-812.
- Schachter, S. (1959.). *The psychology of affiliation*. Stanford: Stanford University Press.

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

Schwarz, N., Clore, G.L. (1988.). How do I feel about it? The informative function of affective states. U K. Fiedler, J. Forgas (Ur.), *Affect, cognition and social behavior* (44-62). Toronto: Hogrefe.

Stanton, A.L., Snider, P.R. (1993.). Coping with a breast cancer diagnosis: A prospective study. *Health Psychology*, 12, 16-23.

Stone, A.A., Kennedy-Moore, E., Neale, J.M. (1995.). Association between daily coping and end-of-day mood. *Health Psychology*, 14, 341-349.

Stone, A.A., Neale, J.M., Shiffman, S. (1993.). How mood relates to stress and coping: A daily perspective. *Annals of Behavioral Medicine*, 15, 8-16.

Suls, J., Fletcher, B. (1985.). The relative efficacy of avoidant and non-avoidant coping strategies: A meta-analysis. *Health Psychology*, 4, 249-288.

Thoits, P.A. (1995.). Stress, coping and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, Extra Issue, 53-79.

Thompson, B. (1984.). *Canonical correlation analysis: Uses and interpretation*. Newbury Park: Sage Publications.

Watson, D. (1988.). The vicissitudes of mood measurement: Effects of varying descriptors, time frames, and response formats on measures of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 128-141.

Wiebe, D.J., McCallum, D.M. (1986.). Health practices and hardiness as mediators in the stress-illness relationship. *Health Psychology*, 5, 425-438.

The Relation Between Coping Strategies and Moods During Stressful Transaction

Igor KARDUM, Jasna HUDEK-KNEŽEVIĆ, Tamara MARTINAC
Faculty of Philosophy, Rijeka

On a sample of 147 examinees, the changes in coping strategies and positive and negative moods during the specific stressful situation of the final high-school graduation exam were analysed, as well as the bidirectional and prospective relations between coping strategies and positive and negative moods. Coping strategies and moods were measured three times during the stressful situation: the period prior to taking the exam, during the written graduation exam and the period following the exam up to the moment the results of the written exam were announced. The results obtained indicate that significant changes occurred during this time in using the problem-aimed coping strategy and avoidance strategy, while emotionally-aimed coping did not change during the stressful transaction. Problem-aimed coping is highest in the period during the written exam, while in this phase, coping through avoidance is the lowest. Examinees' moods also changed significantly,

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

and, generally speaking, during the stressful transaction positive mood dropped and negative mood rose. Problem-aimed coping is concurrently positively correlated with the positive mood, and also demonstrates a lagged positive correlation with positive and lagged negative correlation with negative mood. Furthermore, positive mood has a lagged positive correlation with problem-aimed coping. Emotionally-aimed coping is concurrently and lagged positively correlated with negative mood, and negative mood is also lagged positively correlated with this coping strategy. Coping through avoidance is the least connected with moods, demonstrating a lagged positive correlation with both positive and negative mood, depending on the phase of the stressful transaction.

Verhältnis zwischen Streßbekämpfungsstrategien und Gemütsverfassungen in Streßsituationen

Igor KARDUM, Jasna HUDEK-KNEŽEVIĆ, Tamara MARTINAC
Philosophische Fakultät, Rijeka

Eine unter 147 Testpersonen durchgeführte Untersuchung sollte zeigen, wie sich Streßbekämpfungsstrategien und Gemütsverfassungen im Laufe einer spezifischen Streßsituation (Aufnahmeprüfung von Studienbewerbern) ändern, ferner wollte man das bidirektive und prospektive Verhältnis zwischen Streßbekämpfungsstrategien einerseits und positiver sowie negativer Gemütsverfassung andererseits aufzeigen. Streßbekämpfungsstrategien und Gemütsverfassungen wurden dreimal im Laufe der Streßsituation geprüft, wobei sich die Aussagen der Testpersonen auf folgende drei Zeitabschnitte bezogen: die Zeit bis zum Beginn der Aufnahmeprüfung, die Dauer des schriftlichen Prüfungsteils und die Zeit vom Abschluß des schriftlichen Prüfungsergebnisse. Die ermittelten Resultate zeigen, daß es im Laufe der Streßsituation zu bedeutenden Veränderungen in der problemorientierten Streßbekämpfungsstrategie und der Strategie des Ausweichens kommt, während die gefühlsorientierte Konfrontierungsart unverändert bleibt. Die Problemorientierung erwies sich während des schriftlichen Prüfungsteils am ausgeprägtesten, das Phänomen des Ausweichens war am wenigsten gegenwärtig. Auch kam es in dieser Phase zu starken Stimmungsschwankungen: positive Gemütsverfassung verringerte sich im Verlauf der Streßsituation, während negative Stimmung zunahm. Problemorientiertes Streßverhalten verläuft parallel und im positiven Bezug zu positiver Gemütsverfassung, auch stellt es

DRUŠ. ISTRAŽ. ZAGREB
GOD. 7 (1998),
BR. 4-5 (36-37),
STR. 559-579

KARDUM, I. I SUR.:
ODNOS IZMEĐU...

einen zeitlich verzögerten positiven Bezug zur positiven sowie einen zeitlich verzögerten negativen Bezug zur negativen Gemütsverfassung her. Andersherum bringt auch positive Gemütsverfassung mit bestimmter zeitlicher Verzögerung ein problemorientiertes Verhalten hervor. Gefühlsorientiertes Streßverhalten verläuft parallel und im positiven Bezug zu negativer Gemütsverfassung, während andersherum eine negative Gemütsverfassung nach einer gewissen Zeit in ebensolcher Streßbekämpfungsstrategie resultiert. Die Strategie des Ausweichens vor Problemen steht am allerwenigsten mit der Gemütsverfassung in Zusammenhang, wobei sie – je nach der Phase der Streßsituation – einen verzögerten positiven Bezug zu positiver wie auch negativer Gemütsverfassung offenbart.