

Psiholojske teme, 28 (2019), 2, 397-418

Izvorni znanstveni rad

UDC: 159.922.2.072-055.52

doi:<https://doi.org/10.31820/pt.28.2.9>

## Svjesnost u roditeljstvu majki i očeva djece različite dobi: Validacija hrvatske inačice upitnika

Ina Reić Ercegovac i Maja Ljubetić

Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet, Split, Hrvatska

---

### Sažetak

Cilj je ovoga rada bio istražiti koncept svjesnosti u roditeljstvu (engl. *mindful parenting*) s obzirom na njegovu strukturu, povezanost s konceptom usredotočene svjesnosti (engl. *mindfulness*) i doživljajem roditeljstva, te ispitati razlikuju li se majke i očevo djece različite dobi u svjesnom roditeljstvu. Jedan od ciljeva ovoga istraživanja bio je validirati hrvatsku verziju Upitnika svjesnog roditeljstva (McCaffrey, 2015), za koji je autorica utvrdila da se sastoji od dva faktora – roditeljske samoeфикаsnosti i usmjerenosti na dijete. Stoga se u istraživanje krenulo od pretpostavke da će podaci prikupljeni na uzorku naših roditelja također potvrditi dvofaktorsku strukturu Upitnika. Također, pretpostavka je bila da će majke iskazati višu razinu svjesnosti u roditeljstvu u odnosu na očeve, da će usredotočena svjesnost biti značajan prediktor svjesnog roditeljstva, kao i pozitivno iskustvo s vlastitim roditeljima u djetinjstvu. U istraživanju je sudjelovalo ukupno 515 roditelja (320 majki i 195 očeva) koji su ispunili Upitnik općih podataka, Kratku skalu iskustva s vlastitim roditeljima, Skalu usredotočeno svjesne pažnje i svjesnosti, Upitnik svjesnog roditeljstva te Skalu roditeljske kompetentnosti. Rezultati su pokazali da podaci prikupljeni ovim istraživanjem bolje pristaju modelu svjesnog roditeljstva s pet faktora: usmjeravanje pažnje na dijete s prihvaćanjem, empatično razumijevanje djeteta, roditeljska samoeфикаsnost, roditeljska svjesnost te ne-reaktivnost. Nadalje, pokazalo se da majke više usmjeravaju pažnju na dijete te iskazuju višu razinu empatičnog razumijevanja u odnosu na očeve. Utvrđena je značajna povezanost svjesnog roditeljstva s percepcijom roditeljske kompetentnosti i zadovoljstva dok se, suprotno očekivanjima, usredotočena svjesnost na intrapersonalnoj razini nije pokazala značajnim prediktorom svjesnosti u roditeljstvu. Pozitivno iskustvo s vlastitim roditeljima tijekom odrastanja značajan je prediktor svih dimenzija svjesnog roditeljstva.

*Ključne riječi:* svjesno roditeljstvo, usredotočena svjesnost, roditeljska kompetentnost, zadovoljstvo roditeljstvom

---

### Uvod

Svjesnost u roditeljstvu (svjesno roditeljstvo; engl. *mindful parenting*) u posljednje vrijeme privlači pozornost istraživača i praktičara, što je uglavnom potaknuto sve većim zanimanjem za koncept usredotočene svjesnosti (engl. *mindfulness*). Usredotočenu je svjesnost na intrapersonalnoj razini moguće definirati

---

✉ Ina Reić Ercegovac, Filozofski fakultet, Sveučilište u Splitu, Poljička cesta 35, 21000 Split, Hrvatska. E-pošta: [inareic@ffst.hr](mailto:inareic@ffst.hr)

kao stanje svijesti u kojem se pažnja namjerno usmjerava na vlastite doživljaje (tjelesne senzacije, osjete, misli ili emocije), pri čemu je važna usmjerenost na sadašnji trenutak i neosuđujući stav (Kabat-Zinn, 2003). Bishop i sur. (2004) konceptualiziraju usredotočenu svjesnost kao samoregulaciju pažnje s ciljem njezina usmjeravanja na aktualno iskustvo, ali i usmjerenost na sadašnjost, koja uključuje znatiželju i prihvaćanje. Dakle, glavna su obilježja usredotočene svjesnosti fokusiranost na sada i ovdje, aktivno usmjeravanje pažnje i neosuđivanje. Usredotočena svjesnost kao metakognitivni proces pažnje pokazuje kako se osobe odnose prema sadržaju vlastitih misli (Kalebić Jakupčević i Živčić Bećirević, 2016). Osobe koje su više usredotočene vjerojatno imaju veću sposobnost namjernog preusmjeravanja pažnje s neugodnih sjećanja iz prošlosti ili s pretjeranih briga o budućim događajima (Bishop i sur., 2004). Stoga ne iznenađuje da koncept usredotočene svjesnosti za sada ima najveću primjenu u kliničkoj praksi i psihoterapijskim procesima u okviru kojih se razvijaju različiti treninzi usredotočene svjesnosti. Prema Kabat-Zinn (1994) pozitivan se učinak usredotočene svjesnosti ogleda u tome da pojedinac koji je usmjeren na vlastite misli i osjeća bez osuđivanja i bez impulzivnih reakcija može prihvatiti stresne događaje kao izazove, što pospješuje proces suočavanja i prilagodbe. Istraživanja na općim i kliničkim populacijama pokazala su da je usredotočena svjesnost povezana s manjom impulzivnošću (Brown i Ryan, 2003), boljom emocionalnom regulacijom (Coffey i Hartman, 2008), smanjenjem ruminacije (Hofmann, Sawyer, Witt i Oh, 2010) te smanjenjem simptoma anksioznosti, depresivnosti i stresa (Khoury i sur., 2013).

Različiti su autori pokušali usredotočenu svjesnost s intrapersonalne razine premjestiti i na interpersonalnu te istražiti kako takvo namjerno usmjeravanje pažnje i neosuđivanje utječe na odnose s drugima. Pri tome se najviše istražuje roditeljstvo kao odnos u kojem usredotočena svjesnost roditelja ima važnu ulogu u oblikovanju roditeljstva i roditeljskih praksi. Među prvima je svjesnost u roditeljstvu konceptualizirala autorica Duncan sa suradnicima (Duncan, 2007; Duncan, Coatsworth, Gayles, Geier i Greenberg, 2015; Duncan, Coatsworth i Greenberg, 2009; Laurent, Duncan, Lightcap i Khan, 2017; Lippold, Duncan, Coatsworth, Nix i Greenberg, 2015). Prema tom modelu svjesnog roditeljstva (Duncan i sur., 2009) moguće je razlikovati roditeljsku motivaciju i roditeljske ciljeve orijentirane na roditelje te one usmjerene na dijete i odnos, odnosno interakciju na relaciji roditelj-dijete. Svjesnost u roditeljstvu proizlazi iz namjernog usmjeravanja pažnje na aktualni trenutak interakcije roditelj-dijete. Prema modelu Duncan i sur. (2009) svjesno je roditeljstvo multidimenzionalni konstrukt koji uključuje: pažljivo slušanje, prihvaćanje sebe i djeteta bez osuđivanja, emocionalnu svjesnost sebe i djeteta, samoregulaciju u roditeljstvu te empatiju za sebe i dijete. Pažljivo slušanje pomaže boljem razumijevanju djetetovih verbalnih poruka; prihvaćanje se odnosi na uspostavljanje ravnoteže između djetetovih, roditeljskih i interakcijskih ciljeva te prihvaćanje djetetovih obilježja; emocionalna svjesnost znači osjetljivost na vlastite i djetetove emocionalne potrebe; samoregulacija podrazumijeva emocionalnu

regulaciju u roditeljskom ponašanju te roditeljstvo u skladu s ciljevima i vrijednostima, dok empatija ili suosjećanje za sebe i dijete znači više pozitivnog afekta u interakciji dijete-roditelj kao i razumijevanje za vlastite roditeljske napore (Duncan i sur., 2009). U okviru se tog modela posebno naglašava distanciranje od negativnih emocija i smanjivanje automatskih reakcija. Roditelji koji osvještavaju djetetove trenutne potrebe i pritom ih prihvaćaju mogu stvoriti podržavajući odgojni kontekst te ostvariti kvalitetniju interakciju s djetetom u kojoj će oba člana doživljavati više zadovoljstva (Duncan i sur., 2009). Svjesno roditeljstvo podrazumijeva bez osuđivanja osvijestiti aktualnu interakciju na relaciji roditelj-dijete (svoje i djetetove osjećaje, svoja i djetetova ponašanja) umjesto površnog reagiranja na djetetove zahtjeve ili ponašanja. Drugim riječima, "svjesno roditeljstvo znači posvećeno i predano roditeljstvo naspram površnom i 'automatskom' roditeljstvu u kojem često roditelji nisu svjesni ni svojih ni djetetovih osjećaja, a često ni svojih ni djetetovih ponašanja" (Ljubetić, Reić Ercegovac i Mandarić Vukušić, 2018, str. 273).

Bogels, Lehtonen i Restifo (2010; prema McCaffrey, 2015) navode da svjesnost u roditeljstvu pozitivno djeluje na interakciju između djeteta i roditelja zahvaljujući nekoliko mehanizama, primjerice, smanjujući roditeljski stres, reaktivnost te pretjeranu zabrinutost, prekidajući uspostavljanje disfunkcionalnih roditeljskih obrazaca djelovanja, ali i poboljšavajući bračno funkcioniranje i zajedničko roditeljstvo.

McCaffrey (2015) definira svjesno roditeljstvo kao namjerno usmjeravanje pažnje na dijete i roditeljstvo s naglaskom na neosuđivanje sebe i djeteta te aktualni trenutak. U pokušaju konstrukcije instrumenta za ispitivanje svjesnog roditeljstva autorica je zaključila da se radi o, zapravo, dvodimenzionalnom konstruktu pri čemu se jedna dimenzija odnosi na roditelja, a druga na dijete. Roditeljska dimenzija svjesnog roditeljstva uključuje roditeljsku svjesnost, ne-reaktivnost i samoefikasnost, a ona koja se odnosi na dijete pažnju usmjerenu na aktualni trenutak, empatiju i prihvaćanje djeteta. Slično modelima Duncan i sur. (2009) i McCaffrey (2015), de Bruin i sur. (2014) proveli su niz istraživanja na uzorcima nizozemskih roditelja te zaključuju kako svjesnost u roditeljstvu uključuje šest dimenzija, i to pažljivo slušanje, suosjećanje za dijete, ne osuđujuće prihvaćanje roditeljskog funkcioniranja, emocionalnu ne-reaktivnost u roditeljstvu, emocionalnu svjesnost djeteta te emocionalnu svjesnost samog roditelja. Razmatrajući navedene modele i dimenzionalnost svjesnog roditeljstva prema različitim autorima, moguće je zaključiti da, iako različiti, modeli imaju visoki stupanj sličnosti među dimenzijama.

Rezultati su provedenih istraživanja o nekim osnovnim odrednicama svjesnosti u roditeljstvu pokazali da majke iskazuju višu razinu svjesnog roditeljstva nego očevi (Medeiros, Gouveia, Canavarro i Moreira, 2016), što autori povezuju s većom usmjerenosti majki na dijete i djetetove aktualne potrebe, te višom emocionalnom dostupnosti i osjetljivosti majki u odnosu na očeve (Medeiros i sur., 2016; Parent, McKee, Rough i Forehand, 2016). Istraživanja dobrobiti svjesnog roditeljstva za

roditeljsku praksu i razvojne ishode djeteta relativno su nova i rijetka, pa postoji još dosta prostora za provjeravanje odnosa između značajki svjesnog roditeljstva, interakcija između roditelja i djeteta te ishoda kod djece. Ipak, neka su istraživanja potvrdila pozitivne učinke svjesnog roditeljstva na kvalitetu interakcija između roditelja i adolescenata (Lippold i sur., 2015), posrednu povezanost između svjesnog roditeljstva i psihološke dobrobiti adolescenata (Moreira, Gouveia i Canavarro, 2018) ili pozitivne učinke treninga usredotočene svjesnosti na roditeljstvo. Primjerice, Coatsworth, Duncan, Greenberg i Nix (2010) utvrdili su da intervencije s roditeljima adolescenata temeljene na usredotočenoj svjesnosti značajno pridonose kvaliteti odnosa na relaciji roditelj-adolescent. Također, istraživanja provedena na djeci s poteškoćama iz autističnog spektra ili hiperaktivnog poremećaja pokazala su da trening usredotočene svjesnosti doprinosi smanjenju poteškoća u djetetovu ponašanju, ali i povećanju majčina zadovoljstva vlastitim roditeljskim vještinama i interakcijama s djetetom (Singh i sur., 2006, 2009).

S obzirom na to da, koliko je poznato autorima ovoga rada, u Hrvatskoj nema instrumenata za mjerenje svjesnog roditeljstva te da nije provjeravana struktura toga koncepta na roditeljima, osnovni je cilj ovoga rada bio provjeriti strukturu svjesnog roditeljstva primjenom prevedene inačice Upitnika svjesnog roditeljstva autorice McCaffrey (2015), te ispitati povezanost tog koncepta s doživljajem roditeljstva koje uključuje percipiranu roditeljsku kompetentnost i zadovoljstvo roditeljstvom. Nadalje, kako se radi o relativno novom i nedovoljno istraženom konceptu u roditeljstvu, istraživanjem se htjelo provjeriti razlikuju li se majke i očevi u tom konceptu te postoji li razlika u svjesnom roditeljstvu kada je riječ o djeci različite dobi (predškolska, osnovnoškolska i adolescentska dob). Jedna je od polaznih hipoteza istraživanja bila i da će pozitivno iskustvo s vlastitim roditeljima u djetinjstvu pozitivno korelirati sa svjesnim roditeljstvom jer različiti teorijski pristupi proučavanja roditeljstva ističu međugeneracijski prijenos roditeljskih kognicija i ponašanja (Bowlby, 1988; Patterson, 1998; Shaffer, Burt, Obradovic, Herbers i Masten, 2009). Nadalje, s obzirom na to da se svjesno roditeljstvo temelji na konceptu usredotočene svjesnosti, jedan je od ciljeva ovoga rada bio provjeriti je li usredotočena svjesnost značajan prediktor svjesnog roditeljstva. Naime, ranija su istraživanja u kojima je korišten Upitnik svjesne usredotočenosti (*Mindful Attention Awareness Scale*, MAAS; Brown i Ryan, 2003), koji je korišten i u ovom istraživanju, pokazala da usredotočena svjesnost ne predviđa neosuđivanje, ne-reaktivnost ni svjesnost u socijalnim interakcijama (Duncan, 2007) te da između usredotočene svjesnosti i svjesnog roditeljstva postoji značajna, ali niska povezanost pri čemu su se koeficijenti korelacija kretali od  $r = .17$  do  $r = .23$  (McCaffrey, 2015). Konačno, u istraživanje se krenulo od pretpostavke da će majke iskazati višu razinu svjesnog roditeljstva u odnosu na očeve, da će svjesno roditeljstvo biti povezano s doživljajem roditeljstva te da će usredotočena svjesnost biti značajan prediktor svjesnosti u roditeljstvu.

## Metoda

### Uzorak i postupak istraživanja

U istraživanju je sudjelovalo  $N = 515$  roditelja, od čega 62% majki te 38% očeva. Struktura majki i očeva s obzirom na dob djeteta prikazana je u Tablici 1.

Tablica 1.

*Struktura uzorka s obzirom na spol roditelja i dob djeteta*

	predškolska dob (5-6 god.)	osnovnoškolska dob (10-14 god.)	adolescentna dob (16-17 god.)	ukupno
majke	76	127	117	320
očevi	76	41	78	195
ukupno	152	168	195	515

Prosječna je dob roditelja u uzorku iznosila  $M = 41.82$  ( $SD = 6.40$ ) za majke te  $M = 43.81$  ( $SD = 7.15$ ) za očeve. Raspon dobi kod majki bio je od 24 do 59 godina, a kod očeva od 25 do 59 godina. S obzirom na najvišu postignutu razinu obrazovanja, u uzorku je bilo 0.6% majki sa završenom osnovnom školom, 55.84% majki sa srednjoškolskim obrazovanjem, 12.94% majki sa završenom višom školom ili prvostupničkom razinom, 27.44% majki s visokim obrazovanjem te 3.15% majki s magisterijem ili doktoratom znanosti. Slično je utvrđeno i kod očeva, pri čemu je njih 1.55% završilo osnovnu školu, 60.1% srednju školu, 17.10% višu školu, 18.65% visoko obrazovanje te 2.59% očeva navodi magisterij ili doktorat znanosti kao najvišu postignutu razinu obrazovanja.

Rezultati predstavljeni u ovom radu dio su većeg istraživanja u području roditeljstva koje je provedeno s ciljem ispitivanja različitih kategorija implicitnog roditeljstva (subjektivnog doživljaja roditeljstva, metaroditeljskih vještina, roditeljskih vrijednosti i ciljeva te roditeljske kognitivne svjesnosti) i njihova odnosa s razvojnim ishodima kod djece. Istraživanje je provedeno tijekom 2017. godine, sukladno etičkim standardima i u suradnji s predškolskim ustanovama, osnovnim i srednjim školama Splitsko-dalmatinske županije. Prije provođenja istraživanja roditelji su potpisali pisani informirani pristanak u kojem je naznačena svrha istraživanja i zajamčena anonimnost njihovih odgovora. U uputi je roditeljima jasno naglašeno da bez obzira na činjenicu da imaju više djece (ako imaju), upitnike popunjavaju imajući u vidu svoje roditeljstvo upravo tog djeteta (koje pohađa predškolsku ustanovu, osnovnu ili srednju školu). U osnovnim su školama upitnici za roditelje u omotnicama podijeljeni roditeljima na roditeljskim sastancima, a učenici su ih vratili u školu i predali stručnom suradniku. U srednjim su školama učenici odnijeli roditeljima upitnike u omotnicama te ih po ispunjavanju vratili u školu i također predali stručnom suradniku. U predškolskim su ustanovama odgojitelji podijelili roditeljima upitnike u ustanovi, a roditelji su ih u zatvorenim

omotnicama po ispunjavanju vratili u vrtić te predali odgojitelju. Ukupno je prikupljeno 515 valjano ispunjenih upitnika. Prikupljeni podaci analizirani su primjenom računalne statističke aplikacije STATISTICA 13.

## Instrumenti

Osim upitnika općih podataka, kojim su prikupljeni podaci o spolu roditelja, dobi roditelja i djeteta, razini obrazovanja roditelja te redosljedu rođenja djeteta, primijenjena je Kratka skala iskustva s vlastitim roditeljima tijekom odrastanja, Skala usredotočeno svjesne pažnje i svjesnosti (Brown i Ryan, 2003), Skala roditeljske kompetentnosti (Gibaud i Wandersman, 1978; Johnston i Mash, 1989) te Upitnik svjesnog roditeljstva (McCaffrey, 2015).

*Kratka skala iskustva s vlastitim roditeljima* konstruirana je za potrebe ovoga istraživanja, a sastojala se od šest tvrdnji koje se odnose na pozitivne aspekte odnosa s roditeljima (primjerice *Roditelji su mi uvijek pružali bezrezervnu podršku*). Zadatak je sudionika bio procijeniti stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom na skali od pet stupnjeva gdje je 1 značilo *uopće se ne slažem*, a 5 *potpuno se slažem*. Eksploratorna faktorska analiza metodom glavnih komponenti pokazala je jednofaktorsko rješenje pri čemu jedan faktor objašnjava 62% varijance. S obzirom na zadovoljavajuće visoku pouzdanost (Cronbach  $\alpha = .87$ ) formiran je jedan ukupni rezultat čija viša vrijednost upućuje na pozitivnije iskustvo s vlastitim roditeljima tijekom odrastanja. Ostala su obilježja skale prikazana u Tablici 2.

*Skala usredotočeno svjesne pažnje i svjesnosti* (MAAS, Brown i Ryan, 2003) mjeri koncept usredotočene svjesnosti kao osobinu ličnosti. Sastoji se od 15 tvrdnji kojima se ispituje tendencija k usredotočeno svjesnom ponašanju i doživljavanju u svakodnevnim situacijama (primjerice *Zaboravim ime osobe gotovo odmah kada mi ga prvi put kaže*). Zadatak je sudionika procijeniti koliko često doživljavaju iskustva opisana tvrdnjama na skali procjene od 1 do 6 gdje 1 znači *nikada*, a 6 *uvijek*. S obzirom na ranije primjene ove skale koje sugeriraju jednofaktorsku strukturu (Brown, West, Loverich i Biegel, 2011; de Bruin, Zijlstra, Van de Weijer-Bergsma i Bogels, 2011) formiran je ukupni rezultat (Tablica 2.) čija viša vrijednost upućuje na višu razinu usredotočene svjesnosti.

*Skala roditeljske kompetentnosti* (*Parenting Sense of Competence Scale*, Gibaud i Wandersman, 1978; Johnston i Mash, 1989) primarno je razvijena za potrebe ispitivanja doživljaja roditeljske kompetentnosti roditelja djece dojenačke dobi (Gibaud i Wandersman, 1978), a kasnije je adaptirana i za korištenje na roditeljima starije djece (Johnston i Mash, 1989). Skala je već ranije prevedena i korištena na uzorcima naših roditelja (Mandarić Vukušić, 2018; Reić-Ercegovac, 2010). Prema rezultatima autora izvornika i kasnijim provjerama (Mandarić Vukušić, 2018; Ohan, Leung, i Johnston, 2000; Reić-Ercegovac, 2010), skala ima dvofaktorsku strukturu pri čemu se faktori odnose na roditeljsku samoefikasnost ili kompetentnost (primjerice *Iskreno vjerujem da imam sve vještine potrebne da budem*

*dobar roditelj*) te zadovoljstvo roditeljstvom (primjerice *Iako je biti roditelj predivno iskustvo, osjećam se frustriran/a sada kada je moje dijete u ovoj dobi*). Zadatak je sudionika procijeniti koliko se slažu sa svakom tvrdnjom zaokruživanjem odgovarajućega broja na skali Likertova tipa sa šest stupnjeva gdje 1 znači *uopće se ne slažem*, a 6 *potpuno se slažem*. Nakon obrnutog bodovanja negativnih tvrdnji formirana su dva ukupna rezultata pri čemu viši rezultat upućuje na višu kompetentnost, odnosno više zadovoljstvo roditeljstvom. Deskriptivna su obilježja podskala prikazana u Tablici 2.

*Upitnik svjesnog roditeljstva* (McCaffrey, 2015) korišten je uz odobrenje autorice izvornika. Koliko je poznato autorima ovoga rada, riječ je o prvoj primjeni na hrvatskom uzorku, pa je upitnik preveden s engleskog na hrvatski jezik korištenjem standardnog postupka povratnog prijevoda kako bi se osigurala njegova usporedivost s izvornikom (Hui i Triandis, 1985; Van de Vijver i Hambleton, 1996). Izvornik se sastoji od 28 tvrdnji koje se odnose na različite aspekte svjesnog roditeljstva kako ga konceptualiziraju različiti autori (de Bruin i sur., 2014; Duncan i sur., 2009; McCaffrey, 2015). Prema autorici izvornika tvrdnje se odnose na roditeljsku svjesnost, roditeljevu ne-reaktivnost, cilju usmjereno roditeljstvo, usmjerenost pažnje na dijete, empatiju za dijete i prihvaćanje. Zadatak je sudionika na skali od pet stupnjeva procijeniti koliko su često iskusili navedena ponašanja ili doživljavanja pri čemu je 1 značilo *nikada*, a 5 *uvijek*. Autorica izvornika krenula je u izradu upitnika s pretpostavkom o višedimenzionalnosti konstrukta, slično kao i drugi autori koji su se bavili ovim konstruktom (deBruin i sur., 2014; Duncan i sur., 2009), a koji navode minimalno četiri, a prema nekim podacima i šest dimenzija koje čine svjesno roditeljstvo. Ipak, podaci validacije upitnika koje je provela McCaffrey (2015) na uzorku od 203 roditelja (83% majke) uputili su na zaključak da je optimalna dvofaktorska struktura pri čemu jedan faktor obuhvaća tvrdnje koje su usmjerene na roditelja, a drugi tvrdnje koje odražavaju usmjerenost na dijete. Prvi se faktor u izvorniku naziva roditeljska samoefikasnost (engl. *parental self-efficacy*), a drugi usredotočenost na dijete (engl. *being in the moment with child*). Upitnik je namijenjen roditeljima djece od 2 do 16 godina, što odgovara uzorku u ovom istraživanju jer su sudjelovali roditelji djece od 5 do najviše 17 godina.

Tablica 2.

*Deskriptivna obilježja korištenih mjera*

	broj tvrdnji	<i>M</i>	<i>SD</i>	Cronbach $\alpha$	raspon	asimetričnost	spljoštenost
usmjeravanje pažnje na dijete s prihvaćanjem empatično	9	36.61	3.93	.77	24-46	-.14	-.12
razumijevanje za dijete	4	15.95	2.25	.75	8-20	-.52	.36

	broj tvrdnji	<i>M</i>	<i>SD</i>	Cronbach $\alpha$	raspon	asimetričnost	spljoštenost
roditeljska samoeфикаsnost	5	19.66	2.48	.68	5-25	-.37	2.13
roditeljska svjesnost	6	23.68	3.03	.71	13-30	-.10	.29
ne-reaktivnost	4	15.18	2.53	.79	7-20	-.20	-.23
iskustvo s vlastitim roditeljima	6	23.28	4.76	.87	6-30	-.97	.94
usredotočena svjesnost	15	53.65	15.59	.92	15-90	-.01	-.62
roditeljska kompetentnost	8	35.27	5.62	.76	17-48	-.21	.11
zadovoljstvo roditeljstvom	9	42.63	6.75	.81	9-54	-1.01	1.85

## Rezultati

S obzirom na to da je struktura Upitnika svjesnog roditeljstva u izvorniku (McCaffrey, 2015) pokazala dvofaktorsku strukturu, prvi je korak u provjeri strukture prevedenog upitnika bila konfirmatorna faktorska analiza, pri čemu je korištena struktura identična izvorniku u kojem je 15 čestica činilo faktor samoeфикаsnosti, a 13 čestica faktor usmjerenosti na dijete. Budući da se model može smatrati prikladnim ako je hi-kvadrat test neznačajan (odnosno podijeljen s brojem stupnjeva slobode manji od 3), NFI, CFI i GFI jednak ili veći od 0.90, a RMSEA jednak ili manji od 0.08 (Schermelel-Engel, Moosbrugger i Müller, 2003), moguće je zaključiti kako ovakav dvofaktorski model ne odgovara dovoljno dobro podacima našeg istraživanja da bi se mogao smatrati prikladnim (Tablica 3.). S obzirom na to da je koncept svjesnosti u roditeljstvu razvijen na temelju koncepta usredotočene svjesnosti na intrapersonalnoj razini koji je jednodimenzionalan (Brown i sur., 2011; de Bruin i sur., 2011), primjenom je konfirmatorne faktorske analize provjereno pristaju li podaci ovoga istraživanja bolje modelu s jednim faktorom (Tablica 3.), no rezultati su pokazali da je takav model potpuno neprikladan za naše podatke. Kako je i sama autorica izvornika krenula u konstrukciju Upitnika smatrajući da se konstrukt svjesnog roditeljstva sastoji od više dimenzija koje je opisala kao roditeljsku svjesnost, roditeljevu ne-reaktivnost, cilju usmjereno roditeljstvo, usmjerenost pažnje na dijete, empatiju za dijete i prihvaćanje, analizom sadržaja čestica upitnika, a vodeći se teorijskom strukturom i drugih autora (deBruin i sur., 2014; Duncan, 2007; Duncan i sur., 2009; McCaffrey, 2015), provjereno je odgovaraju li podaci našeg istraživanja bolje modelu s više faktora. Pri tome se pretpostavlja struktura koja proizlazi iz opisa konstrukta autorice McCaffrey (2015), ali i većine ostalih autora koji su se bavili ovim konstruktom (Coatsworth i sur., 2010; de Bruin i sur., 2014; Duncan, 2007; Duncan i sur., 2009, 2015) sastojala



od pet faktora i to dva koja se odnose na dijete (usmjeravanje pažnje na dijete s prihvaćanjem te empatično razumijevanje djeteta) i tri koja se odnose na roditelja (roditeljska samoeфикаsnost, roditeljska svjesnost i ne-reagirane). Rezultati provedene konfirmatorne analize (Tablica 3.) pokazali su da podaci ovoga istraživanja bolje pristaju modelu s pet faktora, iako prikladnost modela nije potpuna.

Tablica 3.

*Indeksi pogodnosti za testirane strukture Upitnika svjesnog roditeljstva*

	jedan faktor	dva faktora (izvornik)	pet faktora
Hi-kvadrat (df)	1830.63 (350)	1429.74 (349)	1250.51 (340)
Normed Chi-square (NC)	5.23	4.10	3.68
Normed Fit Index (NFI)	.67	.74	.77
Comparative Fit Index (CFI)	.71	.79	.82
Goodness of Fit Index (GFI)	.76	.83	.85
RMSEA	.10	.08	.07
SRMR	.07	.06	.05

Naime, na temelju vrijednosti RMSEA i SRMR koje udovoljavaju uvjetima prikladnosti te vrijednostima CFI i GFI koje su relativno najbliže granici od 0.90, kao i omjeru hi-kvadrat testa i pripadajućih stupnjeva slobode koji je najbliži vrijednosti 3, najprikladnijim se za ove podatke čini model s pet faktora. Zato su provjereni parametri pouzdanosti koji upućuju na zadovoljavajuću pouzdanost pet faktora, pa je u konačnici formirano ukupno pet rezultata čija su psihometrijska obilježja prikazana u Tablici 3. Prvi je faktor nazvan *usmjeravanje pažnje na dijete s prihvaćanjem*, a obuhvaća devet tvrdnji koje se odnose na aktivno usmjeravanje pažnje na dijete i interakciju s djetetom, slušanje s pažnjom i prihvaćanje (primjerice *namjerno usmjerili pažnju na dijete ako ste primijetili da su vam misli "odlutale" negdje drugdje; pažljivo i uživljeno slušali dijete dok ste razgovarali; prihvatili svoje dijete upravo onakvo kakvo je*). Drugi faktor je nazvan *empatično razumijevanje djeteta*, a uključuje četiri tvrdnje koje se odnose na razumijevanje djetetovih misli, osjećaja i ponašanja (primjerice *mogli reći kako se vaše dijete osjeća samo kada ste ga pogledali*). Treći je faktor nazvan faktorom *roditeljske samoeфикаsnosti*, a uključuje pet tvrdnji koje se odnose na uvjerenje roditelja o vlastitim roditeljskim sposobnostima te mogućnost regulacije vlastitih osjećaja i ponašanja u roditeljskoj ulozi (primjerice *bili uvjereni da ćete zahvaljujući svojim sposobnostima riješiti teške roditeljske zadaće*). Četvrti je faktor nazvan *roditeljska svjesnost*, a uključuje šest tvrdnji koje se odnose na osvještavanje vlastitih misli i osjećaja u odnosu na dijete i roditeljstvo (primjerice *razmotrili vaše osjećaje prije nego ste odlučili kazniti svoje dijete*). Peti je faktor *ne-reaktivnost*, a uključuje četiri tvrdnje koje se odnose na ona roditeljska ponašanja koja uključuju sklonost smirenom reagiranju s odmakom nasuprot momentalnom impulzivnom reagiranju (primjerice *zastali na trenutak i promislili prije nego ste kaznili dijete*).

Tablica 4.

*Interkorelacije varijabli u istraživanju*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.
1. spol roditelja												
2. dob djeteta	-.09											
3. dob roditelja	.14**	.61**										
4. obrazovanje	-.08	-.15**	-.05									
5. iskustvo s roditeljima	.03	-.14**	-.12**	.02								
6. usredotočena svjesnost	-.09	.53**	.32**	-.11*	-.01							
7. usmjerenje pažnje na dijete s prihvatanjem	-.18**	.01	-.04	-.05	.20**	.04						
8. empatično razumijevanje za dijete	-.20**	-.12**	-.19**	.07	.16**	-.02	.62**					
9. roditeljska samoeфикаsnost	-.03	.03	-.02	-.09	.19**	.05	.58**	.37**				
10. roditeljska svjesnost	-.08	.06	-.02	-.03	.16**	.11*	.69**	.43**	.68**			
11. ne-reaktivnost	-.10*	.07	.02	-.03	.14**	.08	.57**	.34**	.65**	.77**		
12. roditeljska kompetent.	-.02	.01	-.05	-.23**	.30**	.09	.44**	.33**	.49**	.35**	.30**	
13. zadovoljstvo roditeljstvom	.01	-.13**	-.14**	.10*	.10*	.05	.22**	.14**	.19**	.13**	.10*	.19**

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

U Tablici 4. prikazane su interkorelacije svih varijabli u istraživanju. Vidljivo je da su varijable svjesnog roditeljstva međusobno značajno povezane pri čemu se korelacije kreću od  $r = .37$ , koliko iznosi povezanost između empatičnog razumijevanja djeteta i roditeljske samoefikasnosti, do  $r = .77$ , koliko iznosi povezanost između roditeljske svjesnosti i ne-reaktivnosti. Također, rezultati su pokazali kako su sve dimenzije svjesnog roditeljstva značajno povezane s roditeljskom kompetentnošću i zadovoljstvom roditeljstvom pri čemu se korelacije kreću od  $r = .10$ , koliko iznosi povezanost između zadovoljstva roditeljstvom i ne-reaktivnosti, do  $r = .49$  koliko iznosi povezanost između roditeljske kompetentnosti i samoefikasnosti. Svjesna usredotočenost značajno je povezana samo s faktorom roditeljske svjesnosti, dok s ostalim faktorima svjesnog roditeljstva nije utvrđena značajna povezanost.

Kako bi se ispitale razlike između majki i očeva te razlike s obzirom na dob djeteta u mjerama svjesnog roditeljstva, izračunat je niz dvosmjernih analiza varijanci, čiji su rezultati prikazani u Tablici 5.

Tablica 5.

*Razlike u varijablama svjesnog roditeljstva s obzirom na spol roditelja te dob djeteta (rezultati dvosmjernih analiza varijanci)*

	usmjeravanje pažnje na dijete s prihvaćanjem	empatično razumijevanje za dijete	samoefikasnost	svjesnost	ne- reaktivnost
majka	4.12	4.08	3.93	3.96	3.83
otac	3.99	3.87	3.92	3.92	3.73
<i>F</i> (1,508)	10.27**	15.44**	0.08	0.69	2.70
predškolska	4.01	3.98	3.88	3.85	3.68
osnovnoškolska	4.14	4.11	3.96	4.04	3.87
srednjoškolska	4.01	3.83	3.93	3.93	3.78
<i>F</i> (2,508)	4.29*	10.74**	0.91	5.11**	3.17*
majka, predškolska	4.03	4.10	3.85	3.84	3.70
majka, osnovnoškolska	4.20	4.18	3.99	4.04	3.93
majka, srednjoškolska	4.11	3.95	3.94	3.99	3.85
otac, predškolska	3.98	3.86	3.91	3.86	3.66
otac, osnovnoškolska	4.08	4.05	3.93	4.04	3.81
otac, srednjoškolska	3.90	3.71	3.91	3.86	3.71
<i>F</i> (2,508)	1.53	0.50	0.60	1.23	0.32

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

Kako bi se odgovorilo na posljednji istraživački problem te utvrdila uloga spola roditelja, dobi roditelja i djeteta, roditeljeve razine obrazovanja, iskustva s vlastitim roditeljima u djetinjstvu te usredotočene svjesnosti na intrapersonalnoj razini objašnjenju svjesnog roditeljstva, provedeno je pet hijerarhijskih regresija s varijablama svjesnog roditeljstva kao kriterijima (Tablica 6.).

Tablica 6.

*Rezultati hijerarhijskih regresijskih analiza s mjerama svjesnog roditeljstva kao kriterijima*

	usmjeravanje pažnje na dijete s prihvatanjem	empatično razumijevanje za dijete	samoefikasnost	svjesnost	ne- reaktivnost
<i>1. korak</i>					
spol roditelja	-.18**	-.18**	-.03	-.08	-.11*
dob roditelja	-.02	-.16**	-.02	-.01	.03
obrazovanje roditelja	-.06	.04	-.09*	-.04	-.04
<i>R (R<sup>2</sup>)</i>	.19 (.04)	.26 (.07)	.10 (.01)	.09 (.01)	.11 (.01)
<i>F (3,506)</i>	6.24**	12.64**	1.55	1.28	2.16
<i>2. korak</i>					
spol roditelja	-.18**	-.19**	-.02	-.06	-.10*
dob roditelja	-.02	-.13*	-.05	-.07	-.01
obrazovanje roditelja	-.06	.04	-.08	-.03	-.03
dob djeteta	.00	-.06	.05	.09	.06
<i>R (R<sup>2</sup>)</i>	.19 (.04)	.27 (.07)	.10 (.01)	.11 (.01)	.12 (.01)
$\Delta R^2$	.00	.00	.00	.00	.00
<i>F (4,505)</i>	4.67**	9.73**	1.34	1.56	1.86
<i>3. korak</i>					
spol roditelja	-.19**	-.19**	-.03	-.07	-.10*
dob roditelja	-.01	-.12*	-.04	-.06	.01
obrazovanje roditelja	-.06	.04	-.09	-.03	-.03
dob djeteta	.02	-.04	.07	.10	.07
iskustvo s vlastitim roditeljima	.21**	.14**	.20**	.17**	.16**
<i>R (R<sup>2</sup>)</i>	.29 (.08)	.30 (.09)	.22 (.05)	.20 (.04)	.20 (.04)
$\Delta R^2$	.04*	.02*	.04**	.03**	.03**
<i>F (5,504)</i>	8.50**	10.19**	5.21**	4.16**	4.01**
<i>4. korak</i>					
spol roditelja	-.19**	-.19**	-.03	-.06	-.10*
dob roditelja	-.01	-.12*	-.04	-.06	.05
obrazovanje roditelja	-.06	.04	-.08	-.03	.01
dob djeteta	.01	-.06	.05	.06	-.03

	usmjeravanje pažnje na dijete s prihvatanjem	empatično razumijevanje za dijete	samoefikasnost	svjesnost	ne- reaktivnost
iskustvo s vlastitim roditeljima	.21**	.14**	.20**	.16**	.15**
usredotočena svjesnost	.01	.04	.03	.09	.04
$R (R^2)$	.28 (.08)	.30 (.09)	.22 (.05)	.21 (.05)	.20 (.04)
$\Delta R^2$	.00	.00	.00	.01	.01
$F (6,503)$	7.08**	8.59**	4.37**	3.97**	3.45**

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ .

Odabrani prediktori objašnjavaju od 4% do 9% varijance kriterija pri čemu se, suprotno očekivanjima, usredotočena svjesnost nije pokazala značajnim prediktorom nijedne varijable svjesnog roditeljstva. Suprotno tome, procjena iskustva s vlastitim roditeljima tijekom odrastanja značajno je pridonijela objašnjenju individualnih razlika u svim dimenzijama svjesnog roditeljstva. Od ostalih značajnih rezultata valja spomenuti da se dob djeteta nije pokazala značajnim prediktorom svjesnog roditeljstva dok su značajke roditelja nešto važnije, i to najviše spol, koji je značajan prediktor usmjeravanja pažnje na dijete, prihvaćanja i empatičnog razumijevanja te ne-reaktivnosti, dok je dob roditelja značajan prediktor empatičnom razumijevanju za dijete (negativno).

## Rasprava

Svjesno je roditeljstvo relativno noviji koncept u području psihologije roditeljstva, pa je cilj ovoga rada bio provjeriti njegovu strukturu primjenom prevedene inačice Upitnika svjesnog roditeljstva (McCaffrey, 2015), ispitati povezanost s roditeljskom kompetentnošću i zadovoljstvom roditeljstvom te konceptom usredotočene svjesnosti, kao i istražiti neke osobne roditeljske odrednice toga konstrukta. Primjenom prevedene inačice Upitnika svjesnog roditeljstva autorice McCaffrey (2015) nije potvrđeno dobro pristajanje naših podataka s dvofaktorskom strukturom sukladno izvorniku. Struktura dobivena ovim istraživanjem više odgovara konceptualizacijama autora koji su pretpostavili da se svjesnost u roditeljstvu sastoji od barem četiri (usmjeravanje pažnje na aktualni trenutak, emocionalna svjesnost, neosuđujuće prihvaćanje, nereaktivnost; Duncan, 2007), pet (slušanje s pažnjom, neosuđujuće prihvaćanje sebe i djeteta, emocionalna svjesnost sebe i djeteta, samoregulacija u roditeljskoj praksi i suosjećanje za sebe i dijete; Duncan i sur., 2009) ili pak šest dimenzija (slušanje s pažnjom, empatija za dijete, neosuđujuće prihvaćanje roditeljskog ponašanja, emocionalna ne-reaktivnost, emocionalna svjesnost djeteta i emocionalna svjesnost samog roditelja; de Bruin i

sur., 2014). Ipak, s obzirom na to da je u tim istraživanjima korišten drugi mjerni instrument (IEM-P, IMP, de Bruin i sur., 2014; Duncan i sur., 2009), čije se tvrdnje dijelom preklapaju ili imaju sličnosti s tvrdnjama upitnika korištenim u ovom istraživanju (McCaffrey, 2015), nije moguće uspoređivati rezultate navedenih i ovoga istraživanja. Drugih mjernih instrumenata koji bi zahvatili usredotočenu svjesnost u roditeljstvu za sada nema jer se tek razvijaju.

U nastavku će se ukratko prikazati struktura svjesnog roditeljstva dobivena ovim istraživanjem te usporediti faktorsku strukturu s onom autorice izvornika. Prvi faktor, *usmjeravanje pažnje na dijete s prihvaćanjem*, svojim se sadržajem i tvrdnjama preklapa s faktorom *usmjerenosti na dijete* (engl. *Being in the Moment with Child*) autorice izvornika, ali ne uključuje dio tvrdnji iz izvorne strukture tog faktora koje se odnose na empatično razumijevanje djeteta. Te tvrdnje u našem istraživanju čine poseban faktor nazvan *empatično razumijevanje djeteta* i uključuju četiri tvrdnje zadovoljavajuće pouzdanosti (Tablica 2.). Ova dva faktora pokrivaju sve tvrdnje koje u strukturi McCaffrey (2015) čine jedan faktor – engl. *Being in the Moment with Child*. Treći, četvrti i peti faktor u našem istraživanju čine tvrdnje koje prema izvorniku pripadaju jednom faktoru – faktoru roditeljske samoeфикаsnosti. Našim podacima bolje odgovaraju tri faktora koje smo nazvali *roditeljska samoeфикаsnost*, *roditeljska svjesnost* i *ne-reaktivnost*. Ovakvi rezultati zapravo ne iznenađuju jer je autorica izvornika navela kako jedan faktor roditeljske samoeфикаsnosti sadržajno uključuje i ne-reaktivnost i svjesnost, i cilju-usmjereno roditeljstvo.

Moguće je barem dvojako objašnjenje razlika u strukturama između ovoga i istraživanja McCaffrey (2015). Prvo, riječ je o nedovoljno istraženom konstruktumu kojemu nedostaje čvršći i empirijski potvrđen teorijski okvir. Kako neki autori ističu, postoje određena preklapanja između komponenti svjesnog roditeljstva i drugih konstrukata roditeljstva (primjerice roditeljske samoeфикаsnosti ili prihvaćanja djeteta). Također, Brown, Ryan i Creswell (2007) ističu da ne treba miješati samoregulaciju i samokontrolu u roditeljstvu sa svjesnim roditeljstvom (engl. *mindful parenting*), dok Duncan i sur. (2009) navode da je samoregulacija u kontekstu odnosa roditelj-dijete neizostavan dio svjesnog roditeljstva. Drugo se moguće objašnjenje odnosi na različite uzorke sudionika koji su sudjelovali u istraživanjima. Osim što je uzorak u istraživanju McCaffrey (2015) bio značajno manji nego naš, bio je sačinjen uglavnom od majki (83%), a ne treba zanemariti ni kulturalne razlike u roditeljstvu jer je autorica istraživanje provela na uzorku afroameričkih, bjelačkoameričkih i latinoameričkih roditelja u otprilike jednakom omjeru.

Suprotno polaznim očekivanjima, usredotočena svjesnost nije se pokazala povezanom sa svjesnim roditeljstvom. Razloge za to treba tražiti u različitoj prirodi koncepata i činjenici da usredotočena svjesnost, mjerena kao osobina ličnosti, predstavlja intrapersonalno obilježje koje očito nije povezano sa svjesnošću u interakcijama s drugima. Slično navodi i Duncan (2007), koja ističe da

intrapersonalna usredotočenost nužno ne predviđa neosuđivanje, ne-reaktivnost ili svjesnost u socijalnim interakcijama. McCaffrey (2015) je, koristeći iste instrumente koji su korišteni i u ovom istraživanju, utvrdila pozitivnu, ali dosta slabu povezanost između svjesne usredotočenosti i roditeljstva, pa i ona zaključuje da se radi o donekle povezanim, ali različitim i odvojenim konstruktima. Na razlikovanje tih konstrukata upućuju i recentni rezultati Laurent i sur. (2017) u istraživanju odnosa između svjesnog roditeljstva te fizioloških značajki stresa kod majki i djece dojenačke dobi. Njihovi su rezultati pokazali da je svjesnost u roditeljstvu, ali ne i dispozicijska usredotočena svjesnost majki, povezana s nižom aktivnosti osovine hipotalamus-hipofiza-kora nadbubrežne žlijezde kod majki tijekom interakcije s djetetom dojenačke dobi u situaciji povišenog stresa. S obzirom je na navedene dostupne empirijske podatke moguće zaključiti da usredotočena svjesnost kao obilježje pojedinca nije relevantna za roditeljstvo u mjeri u kojoj se to u početku istraživanja ovoga fenomena činilo, a svakako bi valjalo daljnjim istraživanjima provjeriti i eventualni posredan učinak usredotočene svjesnosti na kvalitetu roditeljstva.

Podaci o povezanosti između mjera svjesnog roditeljstva te percipirane roditeljske kompetentnosti i zadovoljstva roditeljstvom govore u prilog konvergentnoj valjanosti dimenzija svjesnog roditeljstva. Sve su korelacije značajne na razini 1% izuzev povezanosti između ne-reaktivnosti i zadovoljstva roditeljstvom, koja je također značajna, ali na razini 5%. Korelacije su posebno visoke kada je riječ o percipiranoj roditeljskoj kompetentnosti i roditeljskoj samoefikasnosti ( $r = .49, p < .01$ ) te usmjeravanju pažnje na dijete s prihvaćanjem ( $r = .44, p < .01$ ). Percipirana je roditeljska kompetentnost u kontekstu doživljaja roditeljstva procjena vlastite uspješnosti u roditeljskoj ulozi, a odnosi se na mogućnost iskorištavanja vlastitih i poticaja iz svog okruženja te postizanje dobrih rezultata u roditeljskoj ulozi (Reić Ercegovac, 2010). Kompetentan roditelj doživljava sebe kao osobu koja ima kontrolu nad svojim roditeljstvom i odnosom s djetetom te se dobro osjeća kao roditelj (Milanović, Stričević, Maleš i Sekulić-Majurec, 2000), uvjeren je u odlučujući utjecaj roditelja na dijete te je senzibiliziran za roditeljstvo (Ljubetić, 2007). To su obilježja slična onima o kojima je riječ u svjesnom roditeljstvu, posebno roditeljskoj samoefikasnosti. Povezanost dimenzija svjesnog roditeljstva sa zadovoljstvom roditeljstvom moguće je objasniti sličnom prirodom koncepata jer je roditelj koji je zadovoljan svojim roditeljstvom i svojim odnosom s djetetom skloniji prihvaćanju djeteta, empatičnom razumijevanju djetetova ponašanja i reakcija, misli i osjećaja. Konačno, roditelj koji je zadovoljniji svojim roditeljstvom uspješniji je u osvještavanju svoje roditeljske uloge i postupaka te u većoj mjeri usmjerava pažnju na dijete.

Kada je riječ o razlikama između majki i očeva u svjesnom roditeljstvu, moguće je zaključiti da se majke i očevi razlikuju u dvjema dimenzijama – empatičnom razumijevanju za dijete i usmjeravanju pažnje na dijete s prihvaćanjem, gdje su majke ostvarile više rezultate u odnosu na očeve, bez obzira o kojoj dobnoj skupini djece je riječ. O višoj razini svjesnosti u roditeljstvu majki u odnosu na očeve govore

i drugi autori (Medeiros i sur., 2016). Rezultati o višoj razini empatičnog razumijevanja za dijete majki u odnosu na očeve su očekivani, dijelom i zbog toga što su žene općenito nešto empatičnije u odnosu na muškarce (O'Brien, Konrath, Grünh i Hagen, 2013; Rueckert i Naybar, 2008; Thompson i Voyer, 2014). Više usmjeravanja pažnje na dijete i prihvaćanje kod majki u odnosu na očeve moguće je objasniti i njihovom općenito većom uključenosti u odgoj (Altenburger, Schoppe-Sullivan i Kamp Dush, 2018; McBride i Mills, 1993) te većom osjetljivošću i responzivnošću u odnosu na dijete i djetetove potrebe (Medeiros i sur., 2016; Parent i sur., 2016). Tome valja dodati i da su majke općenito otvorenije prihvaćanju u interakcijama s djecom, a u odnosu na očeve manje sklone odbacivanju, o čemu govore i podaci niza kroskulturalnih istraživanja (Chung, Zappulla i Kaspar, 2008; Dwairy, 2010; Gamble, Ramakumar i Diaz, 2007; Winsler, Madigan i Aquilino, 2005).

Kada je riječ o razlikama u dimenzijama svjesnog roditeljstva s obzirom na djetetovu dob, odnosno dobnu skupinu, rezultati su ovoga istraživanja pokazali da roditelji osnovnoškolaca više usmjeravaju pažnju i prihvaćaju dijete te imaju više empatičnog razumijevanja u odnosu na roditelje predškolaca i adolescenata. Također, roditelji osnovnoškolaca ostvarili su više rezultate na svjesnosti i neaktivnosti u odnosu na roditelje djece predškolske dobi (Tablica 5.). S druge strane, korelacijske analize pokazale su da je dob djeteta negativno povezana samo s empatičnim razumijevanjem, dok za ostale četiri dimenzije svjesnog roditeljstva nije utvrđena značajna povezanost s dobi djeteta. Slično pokazuju i rezultati regresijskih analiza koji su pokazali da dob djeteta nije značajan prediktor nijednoj dimenziji svjesnog roditeljstva (Tablica 6.). Moguće je da je razlika koja je dobivena primjenom analize varijance posljedica umjetnog stvaranja triju kategorija s obzirom na dob djece jer ostale analize u kojima je dob tretirana kao kontinuirana varijabla nisu uputile na značajan odnos između dobi i svjesnog roditeljstva, odnosno jedino su uputili na manju empatiju u starijoj dobi djeteta. S obzirom je na takve rezultate moguće zaključiti da iako neki autori sugeriraju da izraženost dimenzija svjesnog roditeljstva varira ovisno o trenutnoj djetetovoj dobi (Laurent i sur., 2017), rezultati ovoga istraživanja ne sugeriraju djetetovu dob kao važnu odrednicu svjesnosti u roditeljstvu, koja je, prema ovim rezultatima, više određena značajkama roditelja, primjerice spola, a posebno percepcijom iskustava s njihovim roditeljima tijekom djetinjstva. Naime, rezultati istraživanja pokazali su da roditelji koji su procijenili pozitivnijim iskustva s vlastitim roditeljima tijekom odrastanja (podršku, poticanje, slobodu) postigli su više rezultate na dimenzijama svjesnog roditeljstva. Štoviše, ta je varijabla bila najvažniji prediktor dimenzija svjesnog roditeljstva. Prediktivna uloga iskustva s vlastitim roditeljima tijekom odrastanja za dimenzije svjesnog roditeljstva može se tumačiti u kontekstu postojećih spoznaja o povezanosti iskustava iz djetinjstva s roditeljima i vlastitim roditeljskim ponašanjima (Bowlby, 1988; Patterson, 1998; Shaffer i sur., 2009; Van Bakel i Riksen – Walraven, 2002). O međugeneracijskom prijenosu roditeljskih stilova i ponašanja postoje empirijski



dokazi, i kad je riječ o majkama (Chen i Kaplan, 2001) i očevima (Kerr, Capaldi, Pears i Owen, 2009). Roskam (2013) je utvrdila povezanost kroz tri generacije kada je riječ o prenošenju roditeljskih ponašanja, posebno roditeljskoj toplini. Jedan od važnijih koncepata koji se spominje u kontekstu međugeneracijskog prijenosa doživljaja roditeljstva i roditeljskih ponašanja jest privrženost, pa su sigurno privrženi roditelji osjetljiviji na potrebe svoje djece i topliji u odnosu s njima (Pederson, Gleason, Moran i Bento, 1998). Iskustva privrženosti iz ranog djetinjstva na temelju kojih pojedinac stvara unutarnje radne modele (Bowlby, 1988) oblikuju roditeljski stil u odrasloj dobi, pa je sigurna privrženost jedan od putova koji bi mogao imati važnu ulogu u prijenosu roditeljske prakse s jedne na drugu generaciju. Stoga bi u narednim istraživanjima valjalo detaljnije istražiti kakva je uloga obrazaca privrženosti roditelja u dimenzijama svjesnog roditeljstva i može li se pretpostaviti da je sigurna privrženost značajan prediktor svjesnog roditeljstva.

Valja se osvrnuti i na nedostatke provedenog istraživanja. Naime, upitnik za ispitivanje svjesnog roditeljstva primijenjen u ovom istraživanju uputio je na drugačiju strukturu svjesnog roditeljstva od one koju je utvrdila autorica izvornika, a podaci su pokazali samo djelomično pristajanje modelu s pet faktora koji je korišten u ovom istraživanju. Nadalje, s obzirom na relativno skroman udio varijance dimenzija svjesnog roditeljstva koji se može pripisati odabranim prediktorskim varijablama, u narednim bi istraživanjima trebalo provjeriti doprinos nekih drugih osobnih i/ili odnosnih varijabli, primjerice roditeljskih obrazaca privrženosti. Posebno se čini važnim detaljnije ispitati kako iskustva roditelja koja su stekli tijekom odrastanja u primarnoj obitelji utječu na njihovo roditeljstvo kada je riječ o dimenzijama svjesnog roditeljstva. Kako bi se bolje istražila struktura koncepta svjesnog roditeljstva, bilo bi korisno ispitati diskriminativnu valjanost konstrukta te istražiti odnos dobivenih dimenzija s jedne strane i razvojnih ishoda djeteta s druge, kako bi se moglo s većom sigurnošću govoriti o doprinosu svjesnosti u roditeljstvu optimalnim razvojnim ishodima. Nedostatak se istraživanja odnosi i na korištenje mjera samoprocjene kao jedinog izvora podataka, no kako se radi o istraživanju specifičnih koncepata koji su subjektivni i osobni, nije moguće izostaviti samoprocjenu uz rizik da su neki roditelji bili skloni prilagođavati svoje odgovore socijalno prihvatljivim ili poželjnim procjenama. Također, jedna je skala zahtijevala prisjećanje iskustava iz prošlosti, no kako nije bila riječ o pojedinačnim, specifičnim događajima, već prvenstveno emocionalnom iskustvu, smatramo da to nije značajnije utjecalo na odgovore u smislu rekonstrukcije sjećanja i pristranosti ili nemogućnosti prisjećanja iskustva vlastitog odrastanja.

Rezultati ovoga istraživanja predstavljaju mali doprinos istraživanjima koncepta svjesnog roditeljstva te upućuju na njegovu multidimenzionalnost kao i povezanost s doživljajem roditeljstva, odnosno percepcijom roditeljske kompetentnosti i zadovoljstva roditeljstvom. Također, potvrđene su i neke poznate spoznaje o razlikama u roditeljstvu majki i očeva jer su rezultati ovoga istraživanja

uputili na višu razinu empatičnog razumijevanja majki u odnosu na očeve te na višu razinu usmjeravanja pažnje i prihvaćanja djeteta od strane majki nego očeva.

### Literatura

- Altenburger, L. E., Schoppe-Sullivan, S. J. i Kamp Dush, C. M. (2018). Associations between maternal gatekeeping and fathers' parenting quality. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 2678-2689. doi:10.1007/s10826-018-1146-9
- Bishop, M., Lau, S., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 230-41.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base*. New York: Basic Books.
- Brown, K. W. i Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality & Social Psychology*, 84, 822-848.
- Brown, K. W., Ryan, R. M. i Creswell, J. D. (2007). Mindfulness: Theoretical foundations and evidence for its salutary effects. *Psychological Inquiry*, 18(4), 211-237. doi:10.1080/10478400701598298
- Brown, K. W., West, A. M., Loverich, T. M. i Biegel, G. M. (2011). Assessing adolescent mindfulness: Validation of an adapted Mindful Attention Awareness Scale in adolescent normative and psychiatric populations. *Psychological Assessment*, 23(4), 1023-1033. doi:10.1037/a0021338
- Chen, Z.-Y. i Kaplan, H. B. (2001). Intergenerational transmission of constructive parenting. *Journal of Marriage and Family*, 63(1), 17-31.
- Chung, J., Zappulla, C. i Kaspar, V. (2008). Parental warmth and socio-emotional adjustment in Brazilian, Canadian, Chinese, and Italian children: A cross-cultural perspective. U: R. N. Ramirez (Ur.), *Family relations, issues, and challenges* (str. 21-41). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Coatsworth, J. D., Duncan, L. G., Greenberg, M. T. i Nix, R. L. (2010). Changing parent's mindfulness, child management skills and relationship quality with their youth: Results from a randomized pilot intervention trial. *Journal of Child and Family Studies*, 19(2), 203-217.
- Coffey, K. A. i Hartman, M. (2008). Mechanisms of action in the inverse relationship between mindfulness and psychological distress. *Complemental Health Practice Review*, 13, 79-91.
- De Bruin, E. I., Zijlstra, B. J. H., Geurtzen, N., van Zundert, R. M. P., van de Weijer- Bergsma, E., Hartman, E. E., Nieuwesteeg, A. M., Duncan, L. G. i Bögels, S. M. (2014). Mindful parenting assessed further: Psychometric properties of the Dutch version of the Interpersonal Mindfulness in Parenting Scale (IM-P). *Mindfulness*, 5(2), 200-212.

- De Bruin, E. I., Zijlstra, B. J. H., van-de Weijer-Bergsma, E. i Bögels, S. M. (2011). The Mindful Attention and Awareness Scale for Adolescents (MAAS-A). Psychometric properties in a Dutch sample. *Mindfulness*, 2, 201-211. doi:10.1007/s12671-011-0061-6
- Duncan, L. G. (2007). *Assessment of mindful parenting among parents of early adolescents: Development and validation of the Interpersonal Mindfulness in Parenting scale*. (Neobjavljena doktorska disertacija). State College, PA: The Pennsylvania State University.
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., Gayles, J. G., Geier, M. H. i Greenberg, M. T. (2015). Can mindful parenting be observed? Relations between observational ratings of mother-youth interactions and mothers' selfreport of mindful parenting. *Journal of Family Psychology*, 29, 276-282. <http://dx.doi.org/10.1037/a0038857>
- Duncan, L. G., Coatsworth, J. D. i Greenberg, M. T. (2009). A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. *Clinical Child & Family Psychology Review*, 12(3), 255-270. doi:10.1007/s10567-009-0046-3
- Dwairy, M. (2010). Parental acceptance-rejection: A fourth cross-cultural research on parenting and psychological adjustment of children. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 30-35.
- Gamble, W. C., Ramakumar, S. i Diaz, A. (2007). Maternal and paternal similarities and differences in parenting: An examination of Mexican-American parents of young children. *Early Childhood Research Quarterly*, 22, 72-88.
- Gibaud-Wallston, J. i Wandersman, L. P. (1978). *Development and utility of the Parenting Sense of Competence Scale*. Proceedings of the 86th Annual Convention of the American Psychological Association, August-September 1978. Toronto, Canada. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Witt, A. A. i Oh, D. (2010). The effect of mindfulness-based therapy on anxiety and depression: A meta-analytic review. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(2), 169-183. <http://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0018555>
- Hui, C. H. i Triandis, H. C. (1985). Measurement in cross-cultural psychology: A review and comparison of strategies. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 16, 131-152. doi:10.1177/0022002185016002001
- Johnston, C. i Mash, E. J. (1989). A measures of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18, 167-175.
- Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go, there are you: Mindfulness meditation in everyday life*. New York: Hyperion.
- Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10, 144-156.
- Kalebić Jakupčević, K. i Živčić-Bećirević, I. (2016). Kognitivni i metakognitivni procesi u depresivnom poremećaju. *Socijalna psihijatrija*, 44(3), 185-195.

- Kerr, D. C. R., Capaldi, D. M., Pears, K. C. i Owen, L. D. (2009). A prospective three generational study of fathers' constructive parenting: Influences from family of origin, adolescent adjustment, and offspring temperament. *Developmental Psychology*, 45(5), 1257-1275.
- Khoury, B., Lecomte, T., Fortin, G., Masse, M., Therien, P., Bouchard, V., Chapleau, M.-A., Paquin, K. i Hofmann, S. G. (2013). Mindfulness-based therapy: A comprehensive meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33, 763-771.
- Laurent, H. K., Duncan, L. G., Lightcap, A. i Khan, F. (2017). Mindful parenting predicts mothers' and infants' hypothalamic-pituitary-adrenal activity during a dyadic stressor. *Developmental Psychology*, 53(3), 417-424.
- Lippold, M. A., Duncan, L. G., Coatsworth, J. D., Nix, R. L. i Greenberg, M. T. (2015). Understanding how mindful parenting may be linked to mother-adolescent communication. *Journal of Youth and Adolescence*, 44, 1663-1673. doi:10.1007/s10964-015-0325-x
- Ljubetić, M. (2007). *Biti kompetentan roditelj*. Zagreb: Mali profesor.
- Ljubetić, M., Reić Ercegovac, I. i Mandarić Vukušić, A. (2018). Irresponsible/Unmindful Parenting: An Empire for the Media. U: J. Lepičnik Vodopivec, L. Jančec i T. Štemberger (Ur.), *Implicit pedagogy for optimized learning in contemporary education* (str. 270-289). Hershey, Pennsylvania, USA: IGI Global.
- Mandarić Vukušić, A. (2018). Self-evaluation of parental competence: Differences between parents with pedagogical and non-pedagogical professions. *World Journal of Education*, 8(2), 1-9. doi:10.5430/wje.v8n2p1
- McBride, B. A. i Mills, G. (1993). A comparison of mother and father involvement with their preschool age children. *Early Childhood Research Quarterly*, 8(4), 457-477. [https://doi.org/10.1016/S0885-2006\(05\)80080-8](https://doi.org/10.1016/S0885-2006(05)80080-8)
- McCaffrey, S. (2015). *Mindfulness in Parenting Questionnaire (MIPQ): Development and validation of a measure of mindful parenting*. (Neobjavljena doktorska disertacija). Nova Southeastern University. [https://nsuworks.nova.edu/cps\\_stuetd/81](https://nsuworks.nova.edu/cps_stuetd/81)
- Medeiros, C., Gouveia, M. J., Canavarro, M. C. i Moreira, H. (2016). The indirect effect of the mindful parenting of mothers and fathers on the child's perceived well-being through the child's attachment to parents. *Mindfulness*, 7(4), 916-927. doi:10.1007/s12671-016-0530-z
- Milanović, M., Stričević, I., Maleš, D. i Sekulić-Majurec, A. (2000). *Skrb za dijete i poticanje ranog razvoja djeteta u Republici Hrvatskoj*. Zagreb: UNICEF-Ured za Hrvatsku i Ministarstvo prosvjete i športa RH, Targa.
- Moreira, H., Gouveia, M. J. i Canavarro, M. C. (2018). Is mindful parenting associated with adolescents' well-being in early and middle/late adolescence? The mediating role of adolescents' attachment representations, self-compassion and mindfulness. *Journal of Youth and Adolescence*, 47, 1771-1788. <http://self-compassion.org/wp-content/uploads/2018/05/Moreira2018.pdf>

- O'Brien, E., Konrath, S. H., Gröhn, D. i Hagen, A. L. (2013). Empathic concern and perspective taking: Linear and quadratic effects of age across the adult life span. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 68(2), 168-175. <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbs055>
- Ohan, J. L., Leung, D. W. i Johnston, C. (2000). The parenting sense of competence scale: Evidence of stable factor structure and validity. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 32, 218-251.
- Parent, J., McKee, L. G., Rough, J. i Forehand, R. (2016). The association of parent mindfulness with parenting and youth psychopathology across three developmental stages. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 44(1), 191-202. doi:10.1007/s10802-015-9978-x
- Patterson, G. (1998). Continuities - A search for causal mechanisms: Comment on the special section. *Developmental Psychology*, 34, 1263-1268.
- Pederson, D. R., Gleason, K. E., Moran, G. i Bento, S. (1998). Maternal attachment representations, maternal sensitivity, and infant-mother attachment. *Developmental Psychology*, 34, 925-933.
- Reić Ercegovac, I. (2010). *Subjektivna dobrobit tijekom tranzicije u roditeljstvo*. (Neobjavljena doktorska disertacija). Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet.
- Roskam, I. (2013). The transmission of parenting behaviour within the family: An empirical study across three generations. *Psychologica Belgica*, 53(3), 49-64.
- Rueckert, L. i Naybar, N. (2008). Gender differences in empathy: The role of the right hemisphere. *Brain and Cognition*, 67, 162-167. doi:10.1016/j.bandc.2008.01.002
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H. i Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Test of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8, 23-74.
- Shaffer, A., Burt, K. B., Obradovic, J., Herbers, J. E. i Masten, A. S. (2009). Intergenerational continuity in parenting quality: The mediating role of social competence. *Developmental Psychology*, 45, 1227-1240.
- Singh, N., Lancioni, G., Winton, A., Fisher, B. C., Curtis, W., Wahler, R. i McAleavey, K. M. (2006). Mindful parenting decreases aggression, noncompliance, and self-injury in children with autism. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 14(3), 169-177. doi:10.1177/10634266060140030401
- Singh, N. N., Singh, A. N., Lancioni, G. E., Singh, J., Winton, A. S. W. i Adkins, A. D. (2009). Mindfulness training for parents and their children with ADHD increases the child's compliance. *Journal of Child and Family Studies*, 19, 157-166. doi:10.1007/s10826-009-9272-z
- Thompson, A. E. i Voyer, D. (2014). Sex differences in the ability to recognise non-verbal displays of emotion: A meta-analysis. *Cognition & Emotion*, 28(7), 1164-1195. <http://dx.doi.org/10.1080/02699931.2013.875889>

- Van Bakel, H. J. A. i Riksen - Walraven, J. M. (2002). Parenting and development of one-year-olds: Links with parental, contextual and child characteristics. *Child Development*, 73(1), 256-273.
- Van de Vijver, F. i Hambleton, R. K. (1996). Translating tests: Some practical guidelines. *European Psychologist*, 1(2), 89-99. doi:10.1027/1016-9040.1.2.8
- Winsler, A., Madigan, A. L. i Aquilino, S. A. (2005). Correspondence between maternal and paternal parenting styles in early childhood. *Early Childhood Research Quarterly*, 20, 1-12.

## **Mindful Parenting of Mothers and Fathers across Different Child Age: Validation of Croatian Version of Measurement Scale**

### Abstract

The aim of this study was to explore the concept of mindful parenting with regard to its structure, its relation to the concept of mindfulness and parenting experience. The study also aimed at exploring whether parents of children at different age express differences in mindful parenting. One of the aims of this study was to validate the Croatian version of the Mindfulness in Parenting Questionnaire (McCaffrey, 2015) that consists of two factors - Parental Self-efficacy and Being in the moment with a child. Therefore, we hypothesised that data collected in this research would also confirm the two-factor structure, as obtained in the original validation. Furthermore, it was hypothesised that mothers would show a higher level of mindful parenting than fathers and that mindfulness and positive experience with their own parents in childhood would be significant predictors of mindful parenting. A total of 515 parents (320 mothers and 195 fathers) participated in the study and filled out General data questionnaire, Short scale of Mindful attention awareness scale (MAAS), Mindfulness in parenting questionnaire (MIPQ) and Parenting sense of competence scale. The results showed that the five-factor model fits better to data collected in this research with factors being focusing attention to the child with acceptance, empathic understanding of the child, parental self-efficacy, parental awareness, and non-reactivity. Furthermore, it has been shown that mothers are more empathetic and more focused on the child than fathers. Finally, significant correlations between mindful parenting and dimensions of parental sense of competence were obtained. Contrary to the expectations, mindfulness as an intra-personal characteristic did not prove to be a significant predictor of mindful parenting. One of the most important predictors of all the dimensions of mindful parenting was positive experience with their own parents during childhood.

*Keywords:* mindful parenting, mindfulness, parental competence, parental satisfaction

Primljeno: 26.10.2018.