

Sveučilište u Zagrebu

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

**POVEZANOST PRIVRŽENOSTI, REGULACIJSKOG FOKUSA I  
STRATEGIJA PRILAGODBE NA DESTRUKTIVNO PONAŠANJE  
PARTNERA**

Diplomski rad

Ana Jovičić

Mentor: dr. sc. Margareta Jelić

Zagreb, 2018.

## SADRŽAJ

UVOD.....	1
Strategije prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera.....	1
Privrženost.....	5
Regulacijski fokus.....	8
CILJ ISTRAŽIVANJA .....	11
PROBLEM I HIPOTEZE.....	11
METODOLOGIJA .....	12
Sudionici.....	12
Instrumenti.....	13
Postupak. ....	18
REZULTATI.....	18
Testiranje razlika s obzirom na rod sudionika.....	18
Problem 1: Međuodnos privrženosti, regulacijskog fokusa i strategija prilagodbe.....	19
Problem 2:Doprinos privrženosti i regulacijskog fokusa objašnjenju korištenih strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera.....	21
RASPRAVA.....	22
Problem 1.....	24
Problem 2.....	26
Metodološka ograničenja, praktične implikacije i preporuke za buduća istraživanja....	28
ZAKLJUČAK .....	30
LITERATURA .....	31
PRILOZI .....	35

## **Povezanost privrženosti, regulacijskog fokusa i strategija prilagodbi na destruktivno ponašanje partnera**

Ana Jovičić

**Sažetak:** Neizbježno je da će se partneri u ljubavnim odnosima ponekad ponašati nepoželjno. Način na koji osoba reagira na destruktivno ponašanje svog partnera ili partnerice važan je indikator koji razlikuje sretan od nesretnog ljubavnog odnosa. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos dimenzija privrženosti, promotivno i preventivno fokusiranog ponašanja u vezama te strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera. U *online* istraživanju sudjelovalo je 973 osoba heteroseksualne orijentacije u dobi od 18 do 49 godina, koje su u romantičnoj vezi, ali ne u braku. Na njima je primijenjen Upitnik općih podataka, Upitnik strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera, Modificirani inventar iskustava u bliskim vezama te Upitnik regulacijskog fokusa. Istraživanjem je potvrđena hipoteza da su strategije prilagodbe značajno povezane s dimenzijama privrženosti i regulacijskim fokusima. Pokazalo se da su privrženost i regulacijski fokus značajni prediktori korištenih strategija prilagodbe, a neki rezultati su neujednačeni s obzirom na rod sudionika.

**Ključne riječi:** privrženost, regulacijski fokus, strategije prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera, sukob, partnerski odnosi

### **Relationship between attachment, regulatory focus and accommodation**

**Abstract:** It is inevitable that partners in close relationships will eventually behave badly. How the person reacts when his/her partner has engaged in a potentially destructive act, is an important indicator of how successful the relationship is. The aim of this study was to explore the relationship between attachment, promotion- and prevention-focused relationship behavior, and accommodation strategies. 973 people aged between 18 and 49, who were involved in a heterosexual dating relationship, participated in the study. The following instruments were used in the online survey: Sociodemographic Questionnaire, Accommodation Scale, Modified version of Brennan's Experiences in Close Relationships Inventory, and Regulatory Focus in Relationships Scale. There was a significant correlation between accommodation, attachment and regulatory focus. Attachment and regulatory focus were significant predictors of both constructive and destructive accommodation strategies, but some results differed along gender lines.

**Key words:** attachment, regulatory focus, accommodation strategies, conflict, close relationships

## Uvod

Malo je stvari u životu koje su toliko snažno povezane s osjećajem sreće kao što je stabilna i kvalitetna intimna veza. Međutim, prema podacima Državnog zavoda za statistiku (2016) u Hrvatskoj se razvodi više od trećine brakova. Posljedice razvoda višestruko su štetne za partnere, njihovu obitelj i šire društvo, a sve potencijalne faktore koji utječu na razilaženje parova gotovo je nemoguće nabrojati. Iako i prijateljski i obiteljski odnosi imaju veliku važnost za kvalitetu života, čini se da su partnerski odnosi u fokusu istraživanja u socijalnoj psihologiji upravo zbog potrebe za objašnjenjem sve veće stope razvoda, kao i zbog brojnih prilika za implementaciju novih spoznaja u ovom području. Psiholozi već desetljećima istražuju odrednice kvalitetnih partnerskih odnosa te pokušavaju identificirati ponašanja partnera, kao i njihove individualne karakteristike, koje mogu utjecati na zadovoljstvo vezom i na odluku hoće li partneri, u susretu s poteškoćama, nastaviti raditi na poboljšavanju odnosa ili napustiti vezu.

Bez obzira na to koliko su partneri međusobno kompatibilni i spremni za dugoročan intimni odnos, neizbježno je da će se ponekad događati situacije u kojoj će se netko od njih ponijeti na neugodan način koji može povrijediti, naljutiti ili uzrujati drugu osobu (Kammrath i Dweck, 2006). Potencijalno destruktivno ponašanje može uključivati uvredljive izjave, premalo ulaganje truda u odnos, vikanje na partnera, zapostavljanje partnera itd. Hoće li drugi partner na takvo destruktivno ponašanje reagirati impulzivno i pogoršati postojeći problem, ili je vjerojatnije da će smiriti uzburkane emocije svojom konstruktivnom reakcijom? Način na koji će osoba reagirati na destruktivno ponašanje svog partnera ili partnerice mogao bi biti indikator koji razlikuje sretan od nesretnog odnosa (Rusbult i sur., 1991).

### *Strategije prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera*

Kada se pojedinac ponaša nauštrb potreba, ili usprkos postavljenim granicama svog partnera, povrijeđena strana suočena je s dilemom prilagodbe – hoće li reagirati na način koji oslabljuje i narušava vezu ili onaj koji je održava i uvažava (Rusbult i sur., 1991). Brojna su istraživanja pokazala da, u slučaju kada se pojedinac ponaša na potencijalno destruktivan način, kvaliteta odnosa raste sukladno sa stupnjem u kojem drugi partner a) inhibira svoj poriv za destruktivnom reakcijom te b) reagira na konstruktivan način za

vezu (Yoveitch i Rusbult, 1994). Rusbultova i sur. (1991) ovaj su fenomen nazvali strategijama prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera (eng. *accommodation*).

Dakle, bez obzira na povrijeđenost koju jedan partner doživi kada se drugi ponaša destruktivno, on ili ona može transformirati nastalu situaciju tako da inhibira svoj impuls za destruktivnim odgovorom te umjesto toga reagira konstruktivno, u skladu s dugoročnim zajedničkim ciljevima i romantičnim emocijama koje generalno osjeća prema partneru (Rusbult i sur., 1991). Pojedinci koji u tim slučajevima odluče reagirati konstruktivno doživljavaju neugodne emocije zbog toga što su inhibirali svoje impulse, poput osjećaja poniženja, manjeg samopouzdanja i lošijeg upravljanja dojmovima. Zbog toga se, prilikom partnerskog sukoba, unutar pojedinca pojavljuju dva konkurentna cilja: 1) očuvanje samopoštovanja i osobne dobrobiti te 2) očuvanje veze (Campbell i Finkel, 2001). Ovisno o strategiji koju pojedinac zauzme, doći će ili do većeg razumijevanja među partnerima ili do povećanog zamjeranja unutar odnosa.

Postoji širok raspon načina na koje pojedinci mogu reagirati na destruktivno ponašanje – pasivno čekati da se problem riješi, otvoreno razgovarati o situaciji, povući se u sebe, ljutiti se, laskati, empatizirati s partnerom, prijetiti, izaći iz odnosa, svađati se itd. Rusbultičina istraživanja o procesu prilagođavanja na destruktivno ponašanje partnera (1991) definirala su vrste odgovora na nezadovoljstvo u bliskim odnosima. Ta je tipologija temeljena na Hirschmanovom (1970) poglavlju u kojem je autor definirao tri vrste reakcije na odbijanje u formalnim organizacijama: Prekidanje odnosa (engl. *Exit*), Razgovor o problemima (engl. *Voice*) i Odnost odnosu (engl. *Loyalty*). Multidimenzionalna skaliranja u Rusbultičinom istraživanju (1991) pokazala su da ove kategorije odgovaraju vrstama reakcije na nezadovoljstvo u bliskim odnosima, uz još jednu vrstu reakcije koja je identificirana: Zanemarivanje odnosa (engl. *Neglect*).

Dakle, kada je pojedinac nezadovoljan ili povrijeđen partnerovim destruktivnim ponašanjem, on ili ona može reagirati na jedan od navedenih načina. *Prekidanje odnosa* odnosi se na strategiju aktivnog uništavanja veze, a ponašanje može uključivati izravan prekid veze ili traženje načina da se veza prekine, iseljenje iz zajedničkog prostora, verbalno ili fizičko zlostavljanje partnera, ili prijetnje prekidom veze. *Razgovor o problemima*, s druge strane, predstavlja konstruktivnu reakciju na nezadovoljstvo, tako da pojedinac aktivno pokušava popraviti vezu razgovorom o situaciji, raspravljanjem,

pokušajima otkrivanja pozadinskog problema, traženjem socijalne podrške, predlaganjem mogućih rješenja, pokušajem mijenjanja sebe i/ili partnera s ciljem poboljšanja veze. *Zanemarivanje odnosa* je pasivna strategija kojom pojedinac izbjegava razgovor o problemu, ponaša se pasivno-agresivno, provodi manje vremena s partnerom, kritizira partnera o stvarima koje nisu vezane za problem u fokusu, emocionalno je hladan, te traži prilike za nove seksualne odnose izvan veze. *Odanost odnosu* također je pasivna strategija prilagodbe, no ona predstavlja konstruktivan odgovor na nezadovoljstvo, a karakterizira je optimistično čekanje da se situacija popravi. Pojedinac može odlučiti dati partneru vremena, pružiti mu emocionalnu podršku, pozitivno reinterpetirati događaj, ili tražiti odgovor i smirenje u vjeri (Rusbult i sur., 1983; 1991).

Ove se četiri strategije prilagodbe razlikuju na dvije dimenzije, a to su *konstruktivnost naspram destruktivnosti* te *pasivnost naspram aktivnosti* (Slika 1).

<b>Aktivnost</b>			
<b>Destruktivnost</b>	Prekidanje odnosa	Razgovor o problemu	<b>Konstruktivnost</b>
	Zanemarivanje odnosa	Odanost odnosu	
<b>Pasivnost</b>			

*Slika 1.* Tipologija strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera (Rusbult, Zembrodt i Gunn, 1982).

Autori teorije ističu da se dimenzija *konstruktivnost-destruktivnost* odnosi na posljedice koje reakcija pojedinca ima na odnos, a ne na nekog od partnera (Rusbult i sur., 1991). Primjerice, provođenje manje vremena s partnerom djeluje destruktivno na sam odnos, no može konstruktivno utjecati na pojedinca ako mu je npr. potrebno udaljavanje od ponavljano destruktivnog ponašanja od strane njegovog partnera. Također, dimenzija *pasivnost-aktivnost* odnosi se na utjecaj reakcije na sam problem, a ne na prirodu i osobine ponašanja kao takvog. Primjerice, pružanje emocionalne podrške partneru neovisno o njegovom ponašanju koje je problematično za vezu može po samoj prirodi ponašanja biti aktivno (npr. razgovor). Međutim, ta je reakcija pasivna s obzirom na budućnost samog odnosa – ona pokazuje odanost partneru, ali ne djeluje aktivno na rješavanje problema koji se pojavio u odnosu (Rusbult i sur., 1991).

Istraživanja su se dosad bavila različitim aspektima i posljedicama strategija prilagodbe. Važnost detaljnijeg istraživanja ovog koncepta potvrđuju rezultati povezani s kvalitetom intimnih odnosa (Rusbult, Johnson i Morrow, 1986). Naime, reakcije u varijacijama na *konstruktivna* ponašanja slabo predviđaju kvalitetu veze, dok su reakcije na partnerovo *destruktivno* ponašanje konzistentno povezane s funkcioniranjem unutar odnosa. Drugim riječima, čini se da je za kvalitetu ljubavnog odnosa izbjegavanje destruktivnih obrazaca ponašanja važnije od maksimiziranja razmjene konstruktivnih ponašanja – negativna ponašanja bolje objašnjavaju zadovoljstvo ljubavnim odnosom, posebice kod nesretnih parova (prema Jelić, Kamenov i Huić, 2014). Rusbult, Johnson i Morrow (1986) zaključili su da se u podlozi ovog obrasca radi ili o različitoj moći utjecaja – destruktivne reakcije dovode do snažnijih negativnih posljedica nego što konstruktivne reakcije dovode do pozitivnih; ili o većoj dostupnosti destruktivnih reakcija unutar naših kognitivnih shema. Nadalje, prijašnja su istraživanja pokazala da nezadovoljavajuće ljubavne odnose karakterizira veći reciprocitet negativne komunikacije, neugodnih emocija i negativnih ponašanja, u usporedbi sa sretnim odnosima (Rusbult i sur., 1991). Gottman (1998) je zabilježio da nesretni vjenčani parovi imaju tendenciju uzvraćati destruktivno ponašanje, dok su sretni bračni parovi skloni održavati „klimu međusobnog slaganja“. Longitudinalnim se istraživanjima dobio sličan nalaz: negativna komunikacija, kada se kontrolira početno zadovoljstvo odnosom, predviđa smanjenje zadovoljstva odnosom tijekom vremena (Jelić, Kamenov i Huić, 2014). Upravo je zbog brojnih dokaza o relevantnosti *destruktivnih* ponašanja za objašnjenje kvalitete odnosa važno istražiti načine na koje partneri reagiraju kad u odnosu dođe do nezadovoljstva.

Campbell i Finkel (2001) demonstrirali su povezanost samokontrole i strategija prilagodbe. Sposobnost pojedinca da kontrolira vlastite emocije posebno je važna zbog pojave uobičajenog obrasca komunikacije među nesretnim parovima: konflikt, jednom kada je započet nečijim destruktivnim ponašanjem, nastavlja se razbuktavati u lancu recipročnog negativizma među partnerima (Campbell i Finkel, 2001). Tako od malog problema, poput nepravilno izražene neugodne emocije koja potencijalno nije ni povezana s drugim partnerom, može nastati stvarni problem koji šteti odnosu. S druge strane, određenim strategijama prilagodbe pojedinac se može isključiti iz spirale

negativnih interakcija s partnerom te svojom konstruktivnom reakcijom potaknuti pozitivnu promjenu unutar odnosa (Campbell i Finkel, 2001).

Istraživane su dodatne potencijalne determinante strategija prilagodbe. Pretpostavlja se da je spremnost na prilagodbu veća što pojedinci imaju veću sklonost uključiti se u ponašanja koja djeluju promotivno na odnos s partnerom, čak i kad su takvi ishodi negativni za njih kao pojedince (Rusbult i sur., 1991). Isti autori demonstrirali su da je ovaj konstrukt povezan sa zadovoljstvom u odnosu, predanošću vezi, važnošću koju pojedinac pridaje ljubavnom odnosu kao centralnoj komponenti života, zatim s osobinom psihološke femininosti kao orijentacijom prema međuljudskim odnosima, kao i sa sposobnošću partnera da zauzme tuđu perspektivu (Rusbult i sur., 1991). Najboljim prediktorom korištenja strategija prilagodbe pokazala se predanost intimnom odnosu – pojedinci su spremni prilagoditi se u stupnju u kojem namjeravaju dugoročno ostati u tom odnosu i u kojem su privrženi partneru (Rusbult i sur., 1991).

#### *Privrženost*

Osim samokontrole koja predstavlja pojedinčevu sposobnost relevantnu za ponašanje u partnerskim odnosima, kao korelat ovom konceptu istraživana je i privrženost. Teorija privrženosti, kao jedna od najutjecajnijih teorija u području bliskih odnosa, opisuje ranu vezu koja se razvija između primarnog skrbnika i djeteta kao ključnu za oblikovanje kognitivnih shema o odnosima s važnim osobama (Bowlby, 1969). Bowlby definira privrženost kao afektivnu vezu koju pojedinac ima s određenom osobom, najčešće majkom, a karakterizira je tendencija da tu osobu traži i s njom održi bliskost, posebice kada je pod stresom. Po ovoj teoriji, privrženost se formira u ranoj dobi, kada na temelju (ne)adekvatnog reagiranja objekta privrženosti na potrebe u djetinjstvu dijete stvara radne modele o sebi i drugima. Weiss (1982; prema Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015) navodi kriterije za postojanje privrženosti u odrasloj dobi: a) želja za blizinom objektu privrženosti, posebno kad je osoba pod stresom, b) osjećaj sigurnosti zbog kontakta s objektom privrženosti te c) uznemirenost kad pojedincu prijete gubitak ili odvajanje od objekta privrženosti.

Većina novijih istraživanja koristi dvodimenzionalni model koji, u skladu s teorijom, privrženost opisuje kao rezultat interakcije *modela o sebi* (stupanj u kojem pojedinac sebe smatra vrijednim ljubavi i podrške) te *modela o drugima* (stupanj u



kojem pojedinac smatra druge vrijednima povjerenja; Bartholomew & Horovitz, 1991). Ova dva modela predstavljaju dvije dimenzije privrženosti: model o sebi opisuje dimenziju *anksioznosti*, a model o drugima dimenziju *izbjegavanja* bliskosti (Slika 2).

		MODEL O SEBI (ANKSIOZNOST)	
		Pozitivan	Negativan
MODEL O DRUGIMA (IZBJEGAVANJE)	Pozitivan	sigurni	zaokupljeni
	Negativan	odbijajući	plašljivi

Slika 2. Tipologija stila privrženosti (Bartholomew & Horovitz, 1991)

Prvi kvadrant na slici opisuje kombinaciju osjećaja vlastite vrijednosti i očekivanja da su drugi ljudi, generalno gledajući, podržavajući i susretljivi (57% po istraživanju Bartholomew i Horowitz, 1991; oko 55% u mnogim istraživanjima, prema Hazan i Shaver, 1994). Taj stil privrženosti naziva se *sigurnom privrženošću*, a ona je povezana s razvojem zdrave ličnosti, uspješnim psihološkim funkcioniranjem i dobrom socijalnom prilagodbom (Smojver-Ažić, 1999; prema Jerković, 2005). Drugi kvadrant ukazuje na pojedince koji se osjećaju manje vrijednima, a druge ljude procjenjuju pozitivno. Takve osobe traže potvrdu od strane drugih ljudi, a opisuje ih *zaokupljeni stil privrženosti*. Treći kvadrant predstavlja kombinaciju visokog osjećaja vlastite vrijednosti, ali manjka povjerenja u druge ljude. Izbjegavajući intimnost u odnosima i naglašavajući samostalnost, pojedinci se štite obrambenim mehanizmom samodostatnosti i ograđuju se od potencijalnih razočaranja od strane ljudi. Ove karakteristike opisuju *odbijajući stil privrženosti*. Četvrti kvadrant kombinacija je negativnih dimenzija oba modela – osoba vjeruje da nije vrijedna ljubavi i da drugi nisu vrijedni povjerenja. *Plašljivo privrženi* pojedinci izbjegavaju bliske odnose jer su u strahu da će ih drugi povrijediti ili napustiti (Bartholomew i Horowitz, 1991).

Isti stil privrženosti koji se primjećuje kod djece reflektira se u odrasloj dobi u njihovim kasnijim bliskim odnosima (Hazan i Shaver, 1994). Privrženost se zato smatra stabilnim konstruktom koji je konzistentan kroz vrijeme i različite odnose. Ovu je postavku teorije privrženosti dovelo u pitanje nekoliko istraživanja koja su na studentskoj i odrasloj populaciji pokazala da stilovi privrženosti variraju ovisno o odnosu (prema Kamenov, i Jelić, 2003). Najstabilnijim se pokazao sigurni stil privrženosti kod kojeg se utvrdilo podudaranje između različitih vrsta odnosa od 50%,

no kod ostalih stilova privrženosti podudaranje nije bilo više od 10%. Ovaj nalaz ukazuje na adaptivnost sigurne privrženosti, ali i na to da ljudi imaju sklonost ostvariti sigurnu privrženost u barem jednom bliskom odnosu (Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015).

Većina autora danas slaže se da je privrženost najbolje konceptualizirati i mjeriti u terminima dimenzija, a ne kategorijalnih varijabli (prema Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015). Najboljom mjerom privrženosti kod odraslih smatra se Inventar iskustava u bliskim odnosima, čije se tvrdnje raspodjeljuju na dvije dimenzije po teoriji (Brennan, Clark i Shaver, 1988; prema Kamenov i Jelić, 2003), a radi se o skali proizašloj iz faktorske analize šezdesetak dotad poznatih skala samoprocjene privrženosti. Kamenov i Jelić (2003) prevele su i modificirale navedeni Inventar – skratile su instrument na osnovi sadržajne i psihometrijske analize čestica. Rezultat na Inventaru prikazuje se po dvije dimenzije privrženosti, od kojih svaka (nakon postupka skraćivanja) ima 9 čestica. Upola kraći instrument zadržao je gotovo sve karakteristike originalnog Inventara i nije značajno izgubio na pouzdanosti (Kamenov i Jelić, 2003).

Bowlby (1969) u svojoj originalnoj formulaciji teorije privrženosti ne nudi detaljnu analizu povezanosti privrženosti i konflikta u odnosima, no sugerira da su konfliktne situacije unutar intimnih odnosa pogodne za otkrivanje stila privrženosti – djeluju kao stresor za odnos zbog čega aktiviraju obrazac privrženosti koji je u podlozi. Bowlby navodi: „*Budući da svaki partner ima vlastite ciljeve koje želi postići, suradnja među njima je moguća jedino dok je partner spreman, kada je to potrebno, odreći se svojih vlastitih ciljeva (ili ih bar prilagoditi) tako da odgovaraju ciljevima drugog partnera*“ (1969, str. 354-355). Konfliktne situacije u odnosima predstavljaju izazov za regulaciju vlastitih emocija i ponašanja, koja je nužna za međusobno razumijevanje i produbljivanje intimnosti. Pietromonaco i Feldman (1997; prema Simpson, Rholes i Phillips, 1996) ističu da konflikti mogu biti i poticaj za ponašanja koja promiču intimnost, iz čega se vide ciljevi pojedinca unutar ljubavne veze, poput ciljeva za ostvarivanje intimnosti ili zadržavanje osjećaja samodostatnosti.

Sigurno privrženi pojedinci, koji dakle ne izbjegavaju bliskost s partnerom niti su anksiozni u pogledu zadržavanja partnerove naklonosti, vjerojatno će se angažirati na konstruktivan način u situacijama kada će se njihov partner ponašati destruktivno, što

očekujemo radi spomenute povezanosti sigurne privrženosti i kvalitetne socijalne prilagodbe. Kao posljedica toga, sigurno privrženi pojedinci trebali bi moći komunicirati otvoreno tijekom konfliktnih situacija i koristiti različite konstruktivne strategije prilagodbe (Simpson, Rholes i Phillips, 1996). Više je istraživanja pokazalo da osobe s nekim od nesigurnih stilova privrženosti imaju slabije vještine upravljanja konfliktima, uključujući teško shvaćanje partnerove perspektive, ponašanja koja pogoršavaju konflikt, povlačenje te rjeđe korištenje pozitivnih taktika (Creasey i Hesson-McInnis, 2001; Creasey, Kershaw i Boston, 1999).

### *Regulacijski fokus*

Kada je riječ o reagiranju na izazovne situacije u odnosima, nije dovoljno ostati na utvrđivanju utjecaja širokih konstrukata kao što je privrženost. Postoji potreba za dodatnim istraživanjem dinamičnih varijabli koje mogu pružiti bogatije razumijevanje mehanizama na temelju kojih se partneri prilagođavaju unutar odnosa (Rusbult i sur., 1991). Između ostalog, važno je ispitati na što se pojedinac unutar svojih intimnih veza fokusira te kako njegove kognitivne sheme djeluju na ponašanje i reagiranje na događaje u vezi. Kada govorimo o pojedinčevom fokusu, možemo se zapitati orijentira li se on/ona više na neugodne ili ugodne emocije doživljene u vezi? Kreće li se više prema očuvanju svoje autonomije ili prema dubljem povezivanju s partnerom? Posvećuje li više pažnje strategijama kojima se može spriječiti prekid veze, ili više energije ulaže u traženje pozitivnih iskustava s partnerom?

Ovim pitanjima bavi se teorija regulacijskog fokusa. Radi se o širokom motivacijskom sustavu koji se sastoji od dvije orijentacije, a one utječu na to kako osoba zastupa i ostvaruje svoje ciljeve (Higgins, 1998). Teorija opisuje dva nezavisna regulacijska fokusa: a) promotivni fokus, koji je zaokupljen ostvarivanjem napretka i rasta kroz slijeđenje osobnih aspiracija te b) preventivni fokus, koji je zaokupljen održavanjem osjećaja sigurnosti kroz ispunjavanje dužnosti (Higgins, 1998). Dakle, regulacijski fokusi blisko su povezani s dvjema osnovnim potrebama - za rastom (promocija) i sigurnošću (prevencija). Te potrebe motiviraju pojedince da percipiraju i reagiraju na događaje na način koji im pomaže u postizanju vlastitih ciljeva. Zbog toga regulacijski fokus olakšava (ili sprječava) određene ishode (Winterheld i Simpson, 2011).

Autor teorije ističe da je način na koji se samoreguliramo s obzirom na preventivni i promotivni fokus pod utjecajem ranih interakcija sa skrbnicima (Higgins, 1998). U interakcijama koje aktiviraju preventivni fokus, roditelji komuniciraju da će dijete postići osjećaj sigurnosti ako se ponaša odgovorno i ispunjava dužnosti. Interakcije koje uključuju promotivni fokus prenose drugu poruku: kako bi se ostvarili pozitivni ishodi, treba se fokusirati na postignuća te slijediti vlastite nade i aspiracije (Higgins, 1998). Molden i Winterheld (2013) zaključuju da se regulacijski fokus oblikuje kroz prolongirano iskustvo u okolini koja naglašava rast ili sigurnost. Iako je jedan fokus dosljedno dostupniji pojedincu kroz različite životne situacije, Higgins (1998) ističe da oba regulacijska fokusa koegzistiraju u svakoj osobi. Regulacijski fokus može se i privremeno aktivirati - u situacijama dok pojedinac razmišlja o svojim aspiracijama, ili pak o dužnostima. Kluger (2000; prema Winterheld, 2004) pretpostavlja da su regulacijski fokusi u hijerarhijskom odnosu: zbog evolucijske prednosti, preventivni fokus prioritetan je u vođenju psiholoških reakcija k tome da se osoba prije svega zaštiti.

Ove je motivacijske sustave važno razlikovati jer je *izbjegavanje* nekog *negativnog* ishoda (npr. konflikta) kvalitativno drugačije od *nepribližavanja* nekom *pozitivnom* ishodu, kao što je primjerice intimnost (Winterheld, 2004). Dakle, ova dva sustava konceptualizirana su kao razdvojeni entiteti, a ne kao dva ekstrema na istoj dimenziji. Takav teorijski okvir može pomoći u identifikaciji adaptivnijih, odnosno štetnijih procesa u vezama, kao i njihovih posljedica na odnos (Winterheld, 2004).

Preventivni i promotivni fokus razlikuju se po brojnim značajkama. Dok su preventivno orijentirane osobe osjetljivije na averzivne ishode te više opažaju informacije vezane za izbjegavanje negativnih ishoda, osobe s izraženijim promotivnim fokusom osjetljivije su na nagrađujuće ishode te traže informacije vezane upravo za pozitivne ishode. Ista orijentacija vrijedi i za sjećanja na prošle događaje (Winterheld, 2004). Što se tiče emocionalnog doživljavanja, preventivno fokusirani pojedinci osjećaju zadovoljstvo kada izbjegnu averzivne ishode, a bol kada se oni ne mogu izbjeći. Također, oni općenito intenzivnije doživljavaju negativne ishode. S druge strane, promotivno fokusirane osobe osjećaju zadovoljstvo kada ostvare pozitivne ishode, a doživljavaju osjećaj neuspjeha kada u tome ne uspiju te generalno intenzivnije emocionalno reaguju na pozitivne ishode (Winterheld, 2004). Kada pojedinci s

izraženijim preventivnim fokusom dožive ugodne emocije, one su pasivnije prirode, poput osjećaja mira i staloženosti, dok neugodne emocije doživljavaju aktivnije (ljutnja; anksioznost). Osobe koje su promotivno fokusirane, na pozitivne ishode reagiraju aktivnim ugodnim emocijama (npr. sreća), a uz negativne ishode doživljavaju pasivnije neugodne emocije poput razočaranja (Winterheld, 2004). Dakle, emocije preventivno fokusiranih osoba mogu se opisati na dimenziji smirenost - agitiranost, dok se emocije promotivno orijentiranih osoba opisuju pomoću dimenzije veselje - utučenost.

Prema Winterheldovoj i Simpsonu, „uzimajući u obzir da pojedinci često u partnerskim odnosima traže ispunjenje potreba za sigurnošću i za rastom, regulacijski fokus bi trebao oblikovati ponašanja i iskustva u partnerskim odnosima“ (2011, str. 938). U skladu s očekivanjima, regulacijski fokus se u raznim istraživanjima pokazao kao relevantan faktor koji utječe na procese unutar partnerskih odnosa. Lee i Aaker (2000) pokazali su da su osobe s izraženijim preventivnim fokusom više orijentirane na potrebu za međuzavisnošću, a promotivno fokusirane osobe na potrebu za autonomijom. Dok se preventivno fokusirani pojedinci opiru promjenama i radije se drže već provjerenih opcija, promotivno fokusirane osobe otvorenije su promjenama i češće biraju alternativne opcije ako procijene da donose veću dobit (Winterheld, 2004). Navedena razlika mogla bi utjecati na proces rješavanja partnerskog konflikta.

Istraživanja ovog konstrukta do sad su se fokusirala na njegov utjecaj na emocionalno doživljavanje, percepciju događaja u vezi (Winterheld, 2004) te na povezanost regulacijskog fokusa s privrženošću (Simpson i Rholes, 2012). S obzirom na pozitivne kognitivne modele koje imaju sigurno privrženi pojedinci, Mikulincer i Shaver (2003) ih opisuju kao motivirane za konstruktivno upravljanje stresom. Takvi se pojedinci u stresnim situacijama približavaju svojem partneru kako bi produbili intimnost, koristeći strategije usmjerene na problem, uz primanje odgovarajuće pomoći od strane partnera (prema Simpson i Rholes, 2012). S druge strane, kada su anksiozno privrženi pojedinci izloženi stresu, vjerojatno će ga htjeti reducirati korištenjem emocionalnih strategija kojima će zahtijevati trenutnu i intenzivnu podršku od strane partnera, što rijetko dovodi do konstruktivnog razrješenja stresne situacije (Simpson i Rholes, 2012). Izbjegavajuće privrženi pojedinci vjerojatno će se u stresnim situacijama htjeti osloniti na same sebe te koristiti distancirajuće strategije kako bi se obranili od

svijesti o doživljenom stresu i vlastitoj potrebi za partnerovom emocionalnom podrškom (Simpson i Rholes, 2012).

Konfliktna situacija unutar veze može predstavljati prijetnju za povezanost između partnera, no isto tako može biti prilika za opažanje ili doživljavanje dublje intimnosti (Simpson, Rholes i Phillips, 1996). Stupanj vjerojatnosti u kojem će pojedinac percipirati konflikt na jedan ili na drugi način, kao i tip njegove reakcije na konfliktnu situaciju, vjerojatno ovisi o oba spomenuta faktora: a) sadržaju njegovih modela o sebi i drugima, koji određuju njegovu privrženost partneru (Simpson, Rholes i Phillips, 1996) te b) o tome fokusira li se pojedinac na prevenciju negativnih posljedica ili na promidžbu pozitivnih iskustava s partnerom (Winterheld i Simpson, 2011).

### **Cilj istraživanja**

Cilj ovog istraživanja jest ispitati odnos dimenzija privrženosti, regulacijskog fokusa te strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera kod sudionika mlade odrasle i odrasle dobi koji su u heteroseksualnoj vezi.

### **Problemi i hipoteze**

**Problem 1.** Ispitati međuodnos dimenzija privrženosti, regulacijskog fokusa te korištenih strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera.

#### *Hipoteza 1.1*

Konstruktivne strategije bit će pozitivno povezane s promotivnim, a negativno povezane s preventivnim regulacijskim fokusom i dimenzijama privrženosti. Destruktivne strategije bit će pozitivno povezane s preventivnim regulacijskim fokusom i s dimenzijama privrženosti, a negativno povezane s promotivnim regulacijskim fokusom.

#### *Hipoteza 1.2.*

Izbjegavanje i anksioznost bit će negativno povezani s promotivnim regulacijskim fokusom, a pozitivno povezani s preventivnim regulacijskim fokusom.

**Problem 2.** Utvrditi doprinos razina privrženosti i regulacijskog fokusa objašnjenju korištenih strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera.

*Hipoteza 2.1.*

Više razine izbjegavanja i anksioznosti značajno će predviđati korištenje strategija prilagodbe: sudionici koji imaju viši rezultat na mjerama izbjegavanja i anksioznosti koristit će više destruktivnih strategija, a manje konstruktivnih strategija prilagodbe.

*Hipoteza 2.2.*

Prevladavajući regulacijski fokus pojedinca značajno će predviđati korištenje strategija prilagodbe: sudionici koji imaju viši rezultat na mjeri promotivnog fokusa više će koristiti konstruktivne strategije prilagodbe. S druge strane, sudionici koji imaju viši rezultat na mjeri preventivnog fokusa više će koristiti destruktivne strategije prilagodbe.

## **Metodologija**

### *Sudionici*

U istraživanju su sudjelovale 973 osobe u dobi od 18 do 49 godina ( $M=23.25$ ,  $SD=3.48$ ), od toga 68% žena. Svi sudionici bili su mlade odrasle i odrasle heteroseksualne osobe koje su u romantičnoj vezi, ali ne u braku. Trajanje romantične veze sudionika kretalo se u rasponu od 1 do 160 mjeseci, a prosjek je bio 33 mjeseca ( $M=33.35$ ,  $SD=27.49$ ). Većina sudionika (62%) ne živi s partnerom/icom, 19% sudionika živi s partnerom/icom, a 18% sudionika povremeno živi s partnerom/icom. Gotovo svi sudionici (99.4%) nemaju djece.

Najveći broj sudionika (65%) živi u gradu Zagrebu, 10% ih živi u većem gradu (do 500 000 stanovnika), 12% živi u manjem gradu (do 100 000 stanovnika) te 13% sudionika živi u manjem mjestu ili na selu/ruralnom području. Sudionici su heterogeni i po razini obrazovanja. Najviše sudionika (42%) ima srednju stručnu spremu, 36% ima završen fakultet, 21% ima višu stručnu spremu dok po manje od 1% sudionika ima

završenu osnovnu školu ili doktorski studij (oboje 0.5%). Sudionici su većinom studenti (72%), 22% sudionika je zaposleno, a 6% je trenutno nezaposleno.

### *Instrumenti*

U istraživanju su korišteni Upitnik općih podataka, Upitnik strategija prilagodbi na destruktivno ponašanje partnera, Modificirani inventar iskustava u bliskim vezama te Upitnik regulacijskog fokusa.

- 1) *Upitnik općih podataka* sadržavao je pitanja o dobi, rodu, seksualnoj orijentaciji, mjestu stanovanja, postignutom stupnju obrazovanja, radnom statusu, trajanju trenutne romantične veze (u mjesecima), žive li sudionici s partnerom/icom te imaju li djecu.
- 2) *Upitnik strategija prilagodbi na destruktivno ponašanje partnera (Accommodation Scale; Rusbult, Verette, Whitney, Slovik, & Lipkus, 1991)* u originalnoj skali sastoji se od 16 čestica koje ispituju u kojoj mjeri sudionici koriste 4 različite strategije prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera/ice u ljubavnoj vezi. Prema Rusbult i sur. (1991) rezultati se formiraju zasebno za 4 strategije prilagodbe u vezama. Zadatak sudionika bio je da na ljestvici od 7 stupnjeva odgovore koliko često reagiraju na određeni način uslijed problema u ljubavnoj vezi (od 1=nikada se tako ne ponašam, do 7=gotovo uvijek se tako ponašam).

Prije faktorske analize upitnika na našem uzorku utvrđena je prikladnost korelacijske matrice za analizu. Bartlettov test se pokazao statistički značajnim  $\chi^2=3105,739$  (df=120,  $p<.01$ ), dok je Kaiser-Meyer-Olkinov (KMO) indeks iznosio .841 ( $p<.01$ ), stoga navedeni podaci pokazuju da je matrica pogodna za provedbu faktorske analize. Provedena je eksploratorna faktorska analiza bez zadanog broja faktora. Ovaj pristup faktorskoj analizi odabrali smo zbog nekonzistentnih nalaza ranijih istraživanja o faktorskoj strukturi Upitnika strategija prilagodbi. S obzirom na nedostupnost podataka o korelaciji faktora, korištena je analiza glavnih komponenti s *direct oblimin* metodom kose rotacije. Dobivena su 3 faktora s *eigen-vrijednostima* većim od 1 (Prilog 1). Sva tri faktora objasnila su 50,752% varijance.



Prvim faktorom zasićene su sve čestice koje mjere Aktivnu destruktivnu strategiju te dvije čestice koje prema teoriji (Rusbult, Zembrodt i Gunn, 1982) mjere pasivnu destruktivnu strategiju. Odlučili smo zadržati samo jednu (po teoriji) pasivnu česticu u ovom faktoru budući da je ona na našem uzorku zasićena samo ovim, a ne i teoretskim Pasivnim faktorom. Dodavanjem ove čestice u Aktivni destruktivni faktor, pouzdanost faktora se povećala ( $\alpha=.76$  nasuprot  $\alpha=.71$ ).

Drugi se faktor pokazao manje interpretabilnim jer odskače od teorijskog okvira na kojem se upitnik temelji. Naime, drugim faktorom zasićeno je 7 čestica Pasivnih strategija prilagodbe - i čestice koje mjere pasivnu *konstruktivnu* strategiju, ali i većina čestica koje po teoriji mjere pasivnu *destruktivnu* strategiju.

Trećim faktorom zasićene su 4 čestice koje prema teoriji mjere Aktivnu konstruktivnu strategiju. Osim te 4 čestice, ovim je faktorom zasićena i čestica koja prema teoriji opisuje pasivnu konstruktivnu strategiju. S obzirom da se potonja čestica odnosi na nedostatak djelovanja u smjeru aktivnog rješavanja problema te je zasićena i Pasivnim faktorom, nismo je uvrstili u treći faktor Aktivne konstruktivne strategije.

Dakle, sve čestice koje mjere *Aktivne* strategije prilagodbe diferencirale su se po konstruktivnosti / destruktivnosti strategija koje opisuju. Međutim, sve čestice drugog faktora koji na našem uzorku mjeri *Pasivne* strategije međusobno su u pozitivnim korelacijama. Ovaj rezultat, suprotno očekivanjima autora, upućuje na jednodimenzionalnost Pasivnog faktora, odnosno ukazuje da upitnik ne razlučuje konstruktivne od destruktivnih pasivnih strategija. Zbog toga smo odlučili fokusirati se na 2 subskale: Aktivne konstruktivne i Aktivne destruktivne strategije prilagodbe.

Kada smo ponovili faktorsku analizu bez svih čestica koje mjere Pasivne strategije prilagodbe, potvrdili smo jasnu dvofaktorsku strukturu Aktivnih konstruktivnih te destruktivnih strategija prilagodbe. Ova dva faktora zajedno objašnjavaju 54,16% ukupne varijance, a njihova međusobna korelacija iznosi -.41. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije na našem uzorku iznosi  $\alpha=.76$  za faktor Aktivne destruktivne strategije, koji se sastoji od 5 čestica. Za faktor Aktivne konstruktivne strategije, koji se sastoji od 4 čestice, pouzdanost iznosi  $\alpha=.73$ , što je u skladu s ranijim nalazima (Rusbult, Zembrodt i Gunn, 1982). Dakle, formirali smo

dva rezultata upitnika: viši prosjek rezultata na svim česticama Aktivnih destruktivnih strategija upućuje na korištenje više destruktivnih strategija prilagodbe, a viši prosjek rezultata na svim česticama Aktivnih konstruktivnih strategija upućuje na korištenje više konstruktivnih strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera.

- 3) *Modificirani inventar iskustava u bliskim vezama* (Kamenov i Jelić, 2003) nastao je validacijom instrumenta Brenna i sur. (1998). Sastoji se od 18 čestica, a Cronbachov alfa koeficijent za dimenzije Anksioznosti i Izbjegavanja iznosio je u ranijim istraživanjima kod nas  $\alpha=.82$  i  $\alpha=.87$  (Kamenov i Jelić, 2003).

Upitnik sadrži po 9 čestica za dimenzije Anksioznosti i Izbjegavanja koje mjere kako se pojedinci općenito osjećaju i ponašaju u vezama s ljubavnim partnerima. Zadatak sudionika bio je da na Likertovoj ljestvici od 7 stupnjeva odgovore u kojoj se mjeri slažu s tvrdnjama koja opisuju osjećaje ili događaje unutar ljubavne veze (od 1=opće se ne slažem, do 7=opotpunosti se slažem).

Ekstrahirana dva faktora na našem uzorku objašnjavaju 46,6% ukupne varijance skale privrženosti partnerima. Zbrajanjem bodova na parnim česticama dobiva se rezultat za dimenziju Anksioznosti, a zbroj bodova na neparnim česticama je rezultat na dimenziji Izbjegavanja. Računanjem rezultata moguće je razlikovati 4 tipa privrženosti koje navode Bartholomew i Horowitz (1991). Fraleyjeva i Wallerova (1998) taksonomska analiza pokazala je da je privrženost u odrasloj dobi najbolje mjeriti i konceptualizirati u terminima dimenzija (prema Kamenov i Jelić, 2003), stoga smo se odlučili na interpretiranje rezultata po dimenzijama, umjesto kategorijalnim varijablama.

Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije na našem uzorku za dimenziju Anksioznosti iznosi  $\alpha=.83$ , a za dimenziju Izbjegavanja (uz prethodno rekodirane 3 čestice) iznosi  $\alpha=.85$ . Oba koeficijenta pouzdanosti su zadovoljavajuća.

- 4) *Upitnik regulacijskog fokusa (Regulatory Focus in Relationships Scale; Winterheld & Simpson, 2011)* nastao je modifikacijom originalne skale Lockwooda i sur. (2002). Autori modificiranog upitnika prilagodili su skalu za interpersonalni kontekst kako bi mogli ispitati utjecaj regulacijskog fokusa na ljubavne veze.

Upitnik sadrži 15 čestica: 8 za faktor Promotivnog i 7 za faktor Preventivnog fokusa. Čestice ispituju u kojoj mjeri se određene misli i želje odnose na pojedinca u kontekstu ljubavne veze (od 1=uopće se ne odnosi na mene, do 7=u potpunosti se odnosi na mene). Prema teoriji (Higgins, 1998), oba regulacijska fokusa koegzistiraju u svakom pojedincu, stoga smo se odlučili za dva rezultata: jedan za Promotivni, a drugi za Preventivni regulacijski fokus. Odgovori na česticama su uprosječeni te govore o postignutom Preventivnom i Promotivnom fokusu za svakog sudionika.

Na našim podacima Bartlettov test se pokazao statistički značajnim  $\chi^2=3301,797$  (df=105,  $p<.01$ ), dok je Kaiser-Meyer-Olkinov (KMO) indeks iznosio .835 ( $p<.01$ ), stoga navedeni podaci pokazuju da je korelacijska matrica pogodna za provedbu faktorske analize. Budući da se Promotivni i Preventivni regulacijski fokusi konceptualiziraju kao dva nezavisna sustava (Winterheld, 2004), napravili smo faktorsku analizu s *varimax* rotacijom i ograničili ekstrakciju na 2 faktora, koja su kumulativno objasnila 46,91% ukupne varijance. Analiza je pokazala da se čestice raspodjeljuju po Promotivnom i Preventivnom faktoru prema teoriji, osim čestica [8] i [10] koje su zasićene Promotivnim, a po teoriji opisuju Preventivni fokus: [8] *Prvenstveno se trudim učiniti svoju ljubavnu vezu onakvom kakva bi ona "trebala" biti – trudim se ispuniti sve svoje obaveze i dužnosti u vezi;* [10] *Općenito, težim tome da štitim svoju ljubavnu vezu i da ju učinim stabilnom.* S obzirom da pouzdanost Preventivnog faktora kada izbacimo ove dvije tvrdnje značajno raste ( $\alpha=.77$  naspram  $\alpha=.69$ ), odlučili smo izbaciti te čestice iz analize.

Također, čestica [9] više je zasićena Preventivnim, a po teoriji bi trebala mjeriti Promotivni fokus. Ta čestica opisuje usmjerenost na stvaranje pozitivnih ishoda i zasićena je s oba faktora, a smjer korelacije odgovara teoriji – negativno je korelirana s Preventivnim faktorom, a mjeri i Promotivni faktor. Zbog navedenih rezultata, kao i pokazatelja da pouzdanost faktora bez te tvrdnje ostaje jednaka ( $\alpha=.76$ ), odlučili smo zadržati česticu [9] u sklopu Promotivnog faktora.

Kada smo ponovili faktorsku analizu bez te dvije čestice, dobili smo dva čista faktora koja su kumulativno objasnila 46,87% ukupne varijance. Na našem uzorku

pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za Promotivni fokus iznosi  $\alpha=.76$ , a za Preventivni fokus  $\alpha=.69$ .

### *Postupak*

Istraživanje je provedeno u obliku *online* ankete, od travnja do srpnja 2016. godine. Anketa je podijeljena na raznovrsnim *online* društvenim stranicama i *Facebook* grupama. U općoj uputi objašnjeno je da je cilj istraživanja ispitivanje nekih odrednica heteroseksualnih ljubavnih veza, da je ispunjavanje upitnika dobrovoljno i anonimno te da mogu bez posljedica odustati od sudjelovanja u bilo kojem trenutku. Navedeno je da na pitanja nema točnih odgovora te su sudionici zamoljeni da odgovaraju spontano i iskreno. Naznačeno je da se samim ispunjavanjem ankete daje pristanak za sudjelovanje u istraživanju. Prosječno vrijeme potrebno za ispunjavanje ankete bilo je 20 minuta.

### **Rezultati**

#### *Normaliteti distribucija kriterijskih varijabli i homogenost uzorka*

Kolmogorov-Smirnovljevi testovi pokazuju statistički značajna odstupanja distribucija rezultata oba kriterija od normalne distribucije. No, s obzirom na osjetljivost ovih testova, a u skladu s preporukama iz literature, smatramo korištenje parametrijske statistike opravdanim. Naime, vizualni pregled histograma (Prilog 2) ukazuje kako niti jedna od distribucija nije bimodalna, a naš je uzorak dovoljno velik (i poduzorci su slični i relativno veliki) da odstupanje od normalne distribucije neće značajno utjecati na konačni rezultat (Petz, 1997; Pallant, 2011).

#### *Analiza razlika s obzirom na rod sudionika u rezultatima na ispitivanim varijablama*

S obzirom na brojne rodne razlike u području partnerskih odnosa, prije testiranja hipoteza, t-testom za nezavisne uzorke provjereno je postoji li razlika u ispitivanim varijablama s obzirom na rod sudionika (Tablica 1). Za sve parove varijabli provjerena

je linearnost odnosa pomoću Scatter dijagrama - ni na jednom dijagramu nisu primijećeni znakovi nelinearnosti.

*Tablica 1*

Rezultati t-testa između žena i muškaraca na kriterijskim i prediktorskim varijablama (u zagradama se nalaze pripadajuće SD vrijednosti)

	<b>Žene</b>		<b>Muškarci</b>		t	df
	M	N	M	N		
Konstruktivne	4.7 (1.16)	560	5.1 (1.11)	152	-2.63**	710
Destruktivne	2.6 (1.22)	559	2.3 (1.11)	148	3.58**	252,85
Anksioznost	27.4 (10.81)	563	25.1 (10.79)	148	2.39*	709
Izbjegavanje	20.9 (9.9)	560	21.3 (9.56)	147	-.36	705
Preventivni f.	3.3 (1.26)	562	3.3 (1.29)	151	.63	711
Promotivni f.	5.3 (0.88)	556	5.1 (0.99)	147	1.73	210,44

Pokazalo se da postoji razlika prema rodu sudionika na tri od šest korištenih varijabli u ovom istraživanju. Na mjeri strategija prilagodbe, muškarci više koriste konstruktivne strategije od žena, a žene više koriste destruktivne strategije. Žene su također izvještavale o višoj razini anksioznosti, što je u skladu s nalazima prijašnjih istraživanja (Bartholomew i Horowitz, 1991). S obzirom da je teško razumjeti ljubavne odnose bez obraćanja pažnje na rod partnera, te zbog utvrđenih rodni razlika na našem uzorku, prilikom provedbe daljnjih analiza rezultati su odvojeni po rodu sudionika.

*Problem 1. Međudnos privrženosti, regulacijskog fokusa i strategija prilagodbe*

Kako bi se dobio odgovor na prvi problem postavljen ovim istraživanjem, provjerili smo opće odnose među varijablama. S ciljem provjere potencijalne povezanosti trajanja veze s ispitivanim konstruktima, uključili smo i tu varijablu u korelacijsku analizu.

U Tablici 2 vidljivo je da su svi konstrukti od interesa međusobno značajno povezani.

*Tablica 2*

Pearsonovi koeficijenti korelacije između privrženosti, strategija prilagodbe i regulacijskog fokusa za žene (iznad dijagonale) i muškarce (ispod dijagonale)

	Privrženost		Regulacijski fokus		Strategije prilagodbe		Trajanje veze
	Izbjeg.	Anks.	Promot.	Prevent.	Konstrukt.	Destrukt.	
Izbjegavanje	1	.230**	-.228**	.238**	-.211**	.249**	-.117**
Anksioznost	.319**	1	.176**	.500**	-.105*	.267**	-.121**
Promotivni fokus	-.281**	.150	1	.178**	.252**	-.116**	-.064
Preventivni fokus	.330**	.524**	.233**	1	-.190**	.308**	-.061
Konstruktivne strategije	-.236**	-.024	.381**	-.104	1	-.498**	-.068
Destruktivne strategije	.309**	.244**	-.061	.324**	-.471**	1	.093*
Trajanje veze	.020	-.123	-.167*	-.236**	-.147	.137	1

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

U skladu s postavljenom hipotezom, konstruktivne strategije prilagodbe negativno su povezane s obje dimenzije privrženosti te s preventivnim regulacijskim fokusom, a pozitivno s promotivnim regulacijskim fokusom. Nasuprot tome, destruktivne strategije pokazuju dijametralno suprotan smjer korelacija.

Nadalje, razina izbjegavanja negativno je povezana s promotivnim regulacijskim fokusom. Iako smo isto očekivali za razinu anksioznosti, anksioznost je pozitivno povezana s promotivnim regulacijskim fokusom na uzorku žena, dok se za muškarce nije pokazala značajnom. U skladu s očekivanjima, izbjegavanje i anksioznost pozitivno su povezani s preventivnim regulacijskim fokusom, pri čemu je korelacija veća za dimenziju anksioznosti u odnosu na dimenziju izbjegavanja kod oba roda. Također, vidljivo je da su konstruktivne i destruktivne strategije u korelaciji od  $-0.47$  (za muškarce) odnosno  $-0.5$  (za žene). Radi se o relativno visokoj korelaciji, no ne tolikoj da bismo mogli sa sigurnošću govoriti da je u potpunosti isti konstrukt u pitanju.

S obzirom na to da su dobivene statistički značajne korelacije ispitivanih varijabli s trajanjem veze, dodatno je provjereno koreliraju li kriteriji s prediktorima jednako na svim razinama trajanja veze (Prilog 3). Pomoću Fisherove transformacije  $r$  u  $z$ -vrijednosti utvrđeno je da ne postoji statistički značajna razlika u korelacijama prediktora i kriterija između dviju razina trajanja veze koje su se najviše razlikovale u rezultatima: skupine sudionika u najkraćim vezama (do 16 mjeseci) i skupine u najduljim vezama (više od 41 mjesec). Na temelju toga zaključujemo da dobivene korelacije među varijablama odražavaju razlike među sudionicima u svim skupinama trajanja veze.

Dobiveno je da žene u duljim vezama izražavaju manje izbjegavanja bliskosti i anksioznosti od žena u kraćim vezama, a ova razlika nije dobivena na poduzorku muškaraca. Međutim, kod muškaraca se pokazala značajna korelacija između trajanja veze i regulacijskog fokusa, u smjeru da muškarci u duljim vezama imaju manje izražen i promotivni i preventivni regulacijski fokus. Dobivena je i niska, no značajna korelacija trajanja veze s destruktivnim strategijama – žene koje su u duljim vezama koriste više destruktivnih strategija. Varijablu trajanja veze smo zbog ovih rezultata kontrolirali u regresijskoj analizi, koja ispituje drugi problem istraživanja.

Pomoću Fisherove transformacije  $r$  u  $z$ -vrijednosti utvrđeno je da ne postoji statistički značajna razlika u korelacijama s obzirom na rod sudionika, osim u jednom slučaju: negativna korelacija preventivnog fokusa i trajanja veze značajno je snažnija kod muškaraca nego kod žena ( $Z=1,94$ ,  $p<0.05$ ).

*Doprinos privrženosti i regulacijskog fokusa objašnjenju korištenih strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera*

Kako bismo dobili odgovor na drugi istraživački problem, proveli smo četiri regresijske analize, za dva kriterija i zasebno za svaki rod. Kao prediktori su uvedeni trajanje veze te sve ispitivane varijable od interesa. Kriteriji su bile konstruktivne i destruktivne strategije prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera.

*Tablica 3*

Prikaz rezultata standardnih regresijskih analiza: doprinos privrženosti i regulacijskog fokusa u predviđanju korištenja konstruktivnih i destruktivnih strategija prilagodbe pri sukobu u vezi za poduzorke žena i muškaraca

	Konstruktivne strategije		Destruktivne strategije	
	Žene	Muškarci	Žene	Muškarci
	$\beta$	$\beta$	$\beta$	$\beta$
Trajanje veze	-.080*	-.129	.133**	.201*
Promotivni fokus	.265**	.388**	-.144**	-.058
Preventivni fokus	-.198**	-.225*	.227**	.293**
Izbjegavanje	-.104*	-.063	.140**	.170
Anksioznost	-.039	.040	.163**	.070
R <sup>2</sup>	.136	.204	.170	.195
F	17.04**	6.96**	23.42**	6.61**

\*p < .05, \*\*p < .01

Samostalni doprinos trajanja veze pokazao se značajnim za objašnjenje varijance destruktivnih strategija kod oba spola, a za objašnjenje varijance konstruktivnih strategija samo kod žena - kod muškaraca se nazire isti trend, no statistički neznačajan ( $\beta = -.129$ ,  $p = .099$ ).



Obje vrste regulacijskog fokusa značajno su doprinijele objašnjenju varijanci oba kriterija, osim promotivnog regulacijskog fokusa koji na poduzorku muškaraca nije značajno pridonio objašnjenju varijance korištenja destruktivnih strategija.

Što se tiče doprinosa privrženosti, dobiveni su nešto drugačiji rezultati. Razina izbjegavanja značajno predviđa korištenje obje vrste strategija na poduzorku žena ( $\beta = -.104$ ,  $p < 0.05$  za konstruktivne;  $\beta = .14$ ,  $p < 0.01$  za destruktivne strategije). Doprinos ove varijable na poduzorku muškaraca nije se pokazao statistički značajnim, no u objašnjenju destruktivnih strategija nazire se isti trend kao i kod žena ( $\beta = -.17$ ,  $p = 0.06$ ). Razina anksioznosti je doprinijela objašnjenju varijance destruktivnih strategija samo kod žena ( $\beta = .16$ ,  $p < 0.01$ ), dok ostali doprinosi ove varijable nisu bili statistički značajni. Potrebno je istaknuti pozitivnu korelaciju između anksioznosti i preventivnog fokusa dobivenu u ispitivanju prvog problema ovog istraživanja (.5 kod žena te .52 kod muškaraca). Ova korelacija je u skladu s teorijskom pretpostavkom da su anksioznost i preventivni fokus povezani sa sličnim razvojnim prethodnicima (Winterheld, 2004). No s obzirom da se radi o korelaciji između prediktora, moguće je da su oni odgovorni za onaj dio varijance kriterija koji im je zajednički te da se zbog toga samostalni doprinos anksioznosti pokazao manjim od očekivanog. Međutim, navedena korelacija nije toliko visoka da bi se moglo zaključiti da anksioznost i preventivni fokus predstavljaju odraz istog konstrukta, zbog čega procjenjujemo interpretaciju regresijske analize opravdanom.

Pomoću svih prediktorskih varijabli koje ispitujemo u istraživanju, objašnjeno je 13-20% varijance konstruktivnih strategija te 17-20% varijance destruktivnih strategija. Najbolje je objašnjena varijanca korištenja konstruktivnih strategija kod muškaraca (20.4%), a najslabije varijanca konstruktivnih strategija na poduzorku žena (13.6%).

## **Rasprava**

Ovim smo istraživanjem željeli ispitati odnos dimenzija privrženosti, regulacijskog fokusa te strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera. Preliminarna analiza pokazala je da postoje neke razlike u rezultatima ovisno o rodu sudionika. S obzirom na to da smo u ovom istraživanju uzeli u obzir samo aktivne strategije prilagodbe,

usporedili smo ove nalaze s rodnim razlikama u drugim istraživanjima dobivenim na aktivnim strategijama. Suprotno našim rezultatima, u nekim ranijim istraživanjima žene su više koristile konstruktivne aktivne strategije od muškaraca, dok na destruktivnim aktivnim strategijama nisu pronađene rodne razlike (Rusbult, Johnson i Morrow, 1986). Međutim, u drugim istraživanjima rod ispitanika nije imao značajan utjecaj na korištene strategije (Rusbult, Zembrodt i Gunn, 1982). Pogledom na rodne razlike po pojedinim česticama na Upitniku strategija prilagodbe, vidljivo je da smo značajne razlike u smjeru destruktivnijih reakcija kod žena dobili na sadržajno sličnim tvrdnjama. Radi se o česticama koje opisuju impulzivnije ponašanje, poput „prijetim da ću ga ostaviti“, „želim odmah izaći iz prostorije“, za razliku od npr. „radim stvari kojima ću otjerati partnera od sebe“, što se odnosi na promišljenije ponašanje. Moguće je da je ova razlika dobivena zbog relativno mlade prosječne dobi naših sudionika:  $M$  (žene)=22.8,  $SD=3$ ;  $M$  (muškarci) = 23.5,  $SD = 3.4$ . Naime, u istraživanju dobnih i rodnih razlika u opisima reakcija na interpersonalne probleme (Birditt i Fingerman, 2003), dobiveno je da žene u ranoj odrasloj dobi dulje osjećaju neugodne emocije te doživljavaju stres intenzivnije od muškaraca, što možda ukazuje na to da žene rjeđe uspiju inhibirati impulse te posljedično koriste destruktivnije strategije tijekom konflikta. Moguće je i da sam rod nema značajan utjecaj na tendenciju korištenja strategija prilagodbe, već psihološka maskulinitet i femininitet, što je potvrđeno u kontekstu strategija održavanja veza (Stafford, Dainton i Haas, 2000).

Žene su se pokazale više anksioznima nego muškarci, dok na razini izbjegavanja nije dobivena značajna rodna razlika. Razlika u anksioznosti u skladu je s nalazima meta-analize rodnih razlika u privrženosti provedene na 113 uzoraka (Del Giudice, 2011). Isti je nalaz dobiven u domaćim istraživanjima - Jerković (2005) je pokazala da su studentice zastupljenije u grupama sigurno i zaokupljeno (dakle više anksiozno) privrženih. Međutim, u oba spomenuta istraživanja dobiveno je da muškarci više izbjegavaju bliskost od žena, dok na našem uzorku ta razlika nije bila značajna. Del Giudice (2011) je ukazao da rodne razlike u anksioznosti doživljavaju vrhunac u ranoj odrasloj dobi, što može objasniti navedenu razliku dobivenu na našem uzorku:  $M$  (žene) = 22.8,  $SD = 3$ ;  $M$  (muškarci) = 23.5,  $SD = 3.4$ .

Trajanje veze također se pokazalo kao varijabla po kojoj se razlikuju rezultati na nekim varijablama. Sudionici u duljim vezama imaju manju razinu anksioznosti i

izbjegavanja nego oni u kraćim vezama. Ovaj nalaz ne iznenađuje – u istraživanju Heffernanove i sur. (2012), utvrđeno je da ljudi u duljim vezama usmjeravaju svoje potrebe za sigurnom privrženosti prema partnerima te odnos češće doživljavaju kao sigurnu bazu. Također je moguće da veze nesigurno privrženih partnera ne potraju.

Osim toga, sudionici u kraćim vezama više su koristili konstruktivne strategije, no postotak objašnjene varijance kriterija pomoću varijable trajanja veze nije velik (1-2%). Ipak, ovaj trend je suprotan rezultatima nekih istraživanja koja ukazuju na to da osobe u duljim ljubavnim odnosima, zbog većih ulaganja u vezu, imaju veću motivaciju za konstruktivnim reakcijama (Rusbult, Zembrodt i Gunn, 1982). Moguće je da se parovi u ranim fazama ljubavne veze prikazuju u najboljem mogućem svjetlu, a suzdržavanje od impulzivnih reakcija postaje teže s vremenom, zbog čega osobe u kasnijim fazama češće koriste destruktivne strategije. Nadalje, ranija istraživanja pokazala su da s vremenom dolazi do pada u zadovoljstvu partnera s odnosom (Johnson i sur., 2005; Kurdek, 2008), kao i do porasta konflikta u odnosu (Stafford, Kline i Rankin, 2004). Iz istraživanja provedenih u Hrvatskoj (Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015), znamo da s trajanjem veze pada razina pozitivnih interakcija, a raste razina negativnih. Gledajući nalaze iz područja obrazaca komunikacije u partnerskim sukobima (Le Poire i Dailey, 2006), najprepoznatljivija konfliktna komunikacija u paru ima obrazac zahtjev – povlačenje, pri čemu žene žele veću promjenu od muškaraca, a taj obrazac je ekstremniji kod nesretnih parova (Caughlin i Vangelisti, 2000). Moguće je da se s vremenom razvija navedeni obrazac u kojem žene traže promjene, koje se ne događaju, što rezultira destruktivnijim reakcijama kod žena u duljim vezama.

### *Problem 1. Međudnos privrženosti, regulacijskog fokusa i strategija prilagodbe*

U skladu s našim očekivanjima, konstruktivne strategije prilagodbe negativno su povezane s razinama anksioznosti i izbjegavanja, dok je za destruktivne strategije dobiven suprotan smjer korelacija kod oba roda. Ovaj nalaz potvrđuje nalaze brojnih istraživanja koja su sigurnu privrženost pojedinca pokušala staviti u kontekst uspješnih ljubavnih veza. Razlozi značajnosti ovih korelacija mogu se pronaći u nalazima o adaptivnosti sigurne privrženosti. Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić (2015) pokazale su da je sigurna privrženost povezana s prosocijalnim ponašanjem i manjom agresivnošću.

Također, kada dođe do osjećaja ljutnje (što možemo očekivati od pojedinca kad mu/joj se partner ponaša destruktivno), ljudi s višom razinom izbjegavanja imaju tendenciju izražavati ljutnju direktno i agresivno, a anksiozniji ljutnju izražavaju indirektno (Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015) – nijedna od opisanih reakcija ne može se smatrati konstruktivnom za odnos. Osim toga, Murray i suradnici (2001) pokazali su da osobe niskog samopoštovanja (koje dakle imaju negativan model o sebi) često sabotiraju svoje veze podcjenjujući partnerovu ljubav - pretjerano reagiraju na partnerovo loše raspoloženje, osjećaju se odbačenima, povrijeđenima i više se ljute, a prilikom sukoba se povlače, dure i ponašaju destruktivno.

Nadalje, konstruktivne strategije prilagodbe na našem su uzorku pozitivno povezane s promotivnim, a negativno povezane s preventivnim regulacijskim fokusom, dok se za destruktivne strategije dobio suprotan smjer korelacija kod oba roda. Povezanost ova dva konstrukta mogla bi ukazivati na sličan stil komunikacije u njihovoj podlozi – istraživanja su pokazala da osobe s izraženijim promotivnim fokusom generiraju više hipoteza o razlozima ponašanja od osoba s preventivnim regulacijskim fokusom (Winterheld, 2004). Također, kada tumače neki događaj, ljudi s promotivnim fokusom uzimaju u obzir i osobu i situaciju tog događaja, dok je preventivni fokus povezan s diferenciranjem osoba od situacije. Ove razlike u kognitivnom procesiranju s obzirom na regulacijski fokus slične su razlikama u strategijama prilagodbe – Rusbultova i suradnici (1991) dobili su da je korištenje konstruktivnih strategija povezano sa sagledavanjem šire slike i partnerove perspektive. Osim toga, i promotivni fokus i konstruktivne strategije povezani su s većom kvalitetom veze (Winterheld, 2004; Rusbult, Johnson i Morrow, 1986).

Što se tiče prediktorskih varijabli u našem istraživanju, rezultati su pokazali da je razina izbjegavanja negativno povezana s promotivnim, a pozitivno s preventivnim regulacijskim fokusom. Ovaj smo rezultat očekivali zbog pretpostavke da ljudi koji se osjećaju sigurno u sebe i vezu vjerojatno fokusiraju na rast i napredak, odnosno da imaju izraženiji promotivni fokus – ta je hipoteza potvrđena i u istraživanju Blalocka i sur. (2015). Pretpostavljamo da je u podlozi ove korelacije manja potreba za postignućem i odbacivanje izazova kod osoba koje izbjegavaju bliskost, kao i motivacija za izbjegavanjem razočaranja od strane partnera. Jednak smjer korelacije između izbjegavanja i preventivnog fokusa (-.27) dobila je i Winterheldova (2004).

Drugačije od naših očekivanja, anksioznost je na uzorku žena pozitivno povezana s promotivnim fokusom, a za muškarce korelacija nije bila značajna. Moguće objašnjenje za ovu rodnu razliku nalazi se u kombinaciji odnosne međuzavisnosti (koja je generalno izraženija kod žena; Gabriel i Gardner, 1999) i zahtijevajuće komunikacije tijekom konflikta (Caughlin i Vangelisti, 2000). S obzirom na te karakteristike, anksiozna privrženost kod žena mogla bi se manifestirati kao strah od napuštanja u kojem žene koriste sve strategije koje ublažavaju taj strah, pa tako i približavajuća ponašanja i gorljive metode za postizanje cilja, što je odlika promotivnog fokusa (Winterheld, 2004). Ta je pretpostavka u skladu s nalazom da anksiozno privrženi pojedinci više pokušavaju učvrstiti vezu i teže rješavanju problema (Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015), a aktivna priroda tog pristupa slična je promotivno fokusiranom ponašanju. S druge strane, anksioznost je pozitivno povezana i s preventivnim regulacijskim fokusom, što je potvrdilo dio naše hipoteze. Winterheldova (2014) je dobila isti nalaz - pozitivnu korelaciju preventivnog fokusa s anksioznošću (.46). Čini se da anksiozno privrženi pojedinci imaju i preventivne brige zbog potrebe za sigurnošću, kao i zbog preokupacije negativnim događajima. Osim toga, korelacija preventivnog fokusa i anksioznosti pokazala se snažnijom od korelacije preventivnog fokusa i izbjegavanja. Moguće je da anksioznost i preventivni fokus dijele veću količinu varijance jer su povezani sa sličnim razvojnim prethodnicima - roditeljskom poviješću kažnjavanja u kombinaciji s previsokim stupnjem zaštite (Winterheld, 2004).

*Problem 2. Doprinosi privrženosti i regulacijskog fokusa objašnjenju korištenih strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera*

Rezultati su pokazali da će žene i muškarci s izraženijim promotivnim fokusom te manjim preventivnim fokusom češće koristiti konstruktivnije strategije prilagodbe. Na temelju prošlih istraživanja, pretpostavili smo jednak smjer veza - Campbell i Finkel (2001) pokazali su da uspjeh inhibiranja impulsa za destruktivnim reagiranjem na partnerovo destruktivno ponašanje ovisi o stupnju samokontrole koju posjeduje taj pojedinac. Samokontrola je potrebna da se inhibiraju egoistični automatski impulsi (proizašli iz vlastitih interesa) u korist konstruktivne reakcije (motivirane uspjehom odnosa). U podlozi te transformacije motivacije su dva faktora: motivacijski faktor (želi

li pojedinac nadići svoju impulzivnu reakciju) i faktor sposobnosti (posjeduje li pojedinac kognitivne resurse da se prilagodi situaciji na konstruktivan način; Campbell i Finkel, 2001). Pretpostavljamo da osobe s izraženijim regulacijskim fokusom, zbog svoje potrebe za rastom i napretkom, imaju veću motivaciju da prevladaju svoju destruktivnu reakciju kako bi postigle dugoročni cilj - uspješnu vezu. Također, Winterheldova i Simpson (2016) pokazali su da promotivno fokusirani pojedinci više pristupaju partneru tijekom rasprava te percipiraju njegovu veću prijemljivost. Što se tiče razlika u preferiranim strategijama na kontinuitetu rizik - oprez, preventivno fokusirane osobe imaju tendenciju oprezno se štititi od gubitaka i igrati na sigurno (Molden i Winterheld, 2013). U situaciji kada se njihov partner ponaša destruktivno, takav oprezan pristup vjerojatno ne djeluje konstruktivno u smjeru rješenja situacije.

Nadalje, pokazalo se da će žene koje više izbjegavaju bliskost vjerojatnije koristiti destruktivnije strategije, dok razina izbjegavanja nije značajno predviđala koje strategije prilagodbe koriste muškarci. Simpson, Rholes i Nelligan (1992) demonstrirali su da se ponašanje sigurno i izbjegavajuće privrženih žena razlikuje dok su pod stresom. Naime, kada su žene s visokom razinom izbjegavanja izložene situaciji koja izaziva anksioznost, one traže manje utjehe i emocionalne podrške nego kada nisu pod stresom, dok kod sigurno privrženih žena dolazi do suprotnog ponašanja. U skladu s navedenim, pretpostavljamo da žene koje nemaju povjerenja u druge te izbjegavaju bliske odnose, partnerovo destruktivno ponašanje percipiraju kao dokaz o razočaranju kojeg očekuju u intimnom odnosu, te zbog toga izbjegavaju komunikaciju i reagiraju destruktivno.

Što se tiče druge dimenzije privrženosti, anksioznost se pokazala značajnim prediktorom samo u jednom slučaju - žene koje su anksioznije vjerojatnije će koristiti destruktivne strategije prilagodbe. Ovaj nalaz nije u skladu s prošlim istraživanjima koja su pokazala da su u manje kvalitetnim vezama muškarci znatno anksiozniji od muškaraca u uspješnijim vezama, ali i od svojih partnerica (Kamenov, Jelić i Lotar Rihtarić, 2015) što ukazuje na veći utjecaj anksioznosti kod *muškaraca* na konstruktivnu komunikaciju u vezi. Moguće je da žene s visokom razinom anksioznosti imaju dodatno naglašenu tendenciju zahtijevajuće komunikacije te da takva kombinacija djeluje destruktivnije na odnos nego anksioznost kod muškaraca, koji se općenito više povlače u komunikaciji tijekom konflikta (Caughlin i Vangelisti, 2000).. Razloge ovog nalaza pronalazimo i u istraživanju Velottijeve i sur. (2015), koje je pokazalo

moderatorski utjecaj roda na odnos između nesigurne privrženosti i poteškoća u regulaciji emocija. Naime, pokazalo se da je samo kod žena razina anksioznosti povezana s većim poteškoćama u regulaciji emocija tijekom stresnih situacija, a iz prošlih istraživanja znamo da je za konstruktivnu reakciju na nezadovoljstvo potrebna samokontrola i inhibicija impulsa (Rusbult i sur., 1991; Campbell i Finkel, 2001). Isto istraživanje pokazalo je i suprotan smjer za izbjegavanje - samo kod muškaraca razina izbjegavanja je bila pozitivno povezana s poteškoćama u emocionalnoj regulaciji tijekom konfliktnih situacija (Velotti i sur., 2015). Taj nalaz govori u prilog trendu vidljivom na našem uzorku - čini se da veća razina izbjegavanja utječe na korištenje destruktivnih strategija na poduzorku muškaraca ( $\beta=-.17$ ,  $p=0.06$ ), no ne radi se o statistički značajnom nalazu pa ovu pretpostavku treba dodatno ispitati.

#### *Metodološka ograničenja, praktične implikacije i preporuke za buduća istraživanja*

Ovo istraživanje provedeno je putem Interneta, metodom samoizvještaja. Na taj način mogli smo prikupiti znatno veći broj sudionika nego što bi to bilo izvedivo da smo koristili neku drugu metodu te su nam bili dostupni sudionici s geografski raširenog područja. No zbog nedostatka kontrole uvjeta u kojima su sudionici ispunjavali upitnik, ne možemo biti sigurni npr. u njihovo razumijevanje upute. Također, većina naših sudionika dosegnuta je putem društvenih mreža te smo svjesni mogućnosti da se i sami sudionici koji su se odlučili na sudjelovanje razlikuju prema nekim osobinama ličnosti.

Nadalje, većinu našeg uzorka (72%) čine studenti, čije su romantične veze prolaznije nego veze starijih ljudi (Birditt i Fingerman, 2003), što bi moglo smanjiti mogućnost generalizacije dobivenih rezultata na stabilnije ljubavne veze i brakove. Također, skoro 70% sudionika čine žene. Iako se radi o većini sudionika, cijeli uzorak je dovoljno velik ( $N=973$ ) da smo mogli donositi zaključke o rodnim razlikama. S obzirom da je teško razumjeti ljubavne odnose bez obraćanja pažnje na rod osoba koje su u odnosu, analize smo provodili odvajajući uzorak po rodu. Pregledom prošlih istraživanja uvidjeli smo nekonzistentnost nalaza o rodnim razlikama u korištenju strategija prilagodbe, a s obzirom i na naše neočekivane nalaze o postojanju rodnih razlika u utjecaju privrženosti na strategije prilagodbe, buduća istraživanja trebaju detaljnije ispitati navedene razlike. Također, preporučujemo daljnju validaciju Upitnika

strategija prilagodbe (Rusbult i sur., 1991) čija je faktorska struktura nedovoljno istražena te nejasna glede pasivne dimenzije strategija. Pasivne se strategije u više istraživanja, kao i u našem, nisu uspješno diferencirale po njihovoj konstruktivnosti, odnosno destruktivnosti za odnos.

Pomoću prediktorskih varijabli objasnili smo između 13% i 20% varijance korištenja strategija prilagodbe. S obzirom na to da su i privrženost i regulacijski fokus konstrukti koji se razvijaju već u djetinjstvu i smatra ih se relativno stabilnima tijekom života, ovo je poprilično velik postotak. Međutim, ovaj nalaz upućuje na to da postoje važniji prediktori za objašnjenje korištenih strategija prilagodbe te bi u budućim istraživanjima bilo zanimljivo istražiti druge prediktore - varijable unutar pojedinca (npr. osobine ličnosti, psihološka maskulinitet i feminitet, razina samokontrole), faktore odnosa (npr. učestalost sukoba, predanost vezi) ili obilježja situacije (npr. značajnost sukoba) te njihove interakcije. Praktične implikacije rezultata ukazuju na važnost edukacije parova u procesu savjetovanja ili psihoterapije. Osvještavanjem načina na koje njihova vlastita prošla iskustva, ali i trenutna percepcija događaja i zajedničkih ciljeva utječu na obrazac komunikacije u vezi, pojedinci mogu utjecati na njezinu kvalitetu, posebice u situacijama kada su jedan ili oba partnera nezadovoljni odnosom ili se nalaze u stresnom razdoblju života.



## **Zaključak**

Ovo istraživanje provedeno je s dva cilja: prvi je bio korelacijski - ispitivanje međuodnosa privrženosti, regulacijskog fokusa i strategija prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera, dok je drugi bio regresijski - utvrđivanje doprinosa razina privrženosti i regulacijskog fokusa objašnjenju korištenih strategija prilagodbe.

Dobiveni rezultati istraživanja potvrđuju pretpostavku da su konstruktivne strategije prilagodbe pozitivno povezane s promotivnim regulacijskim fokusom, a negativno s razinama anksioznosti i izbjegavanja, dok destruktivne strategije, u skladu s očekivanjima, pokazuju suprotan smjer korelacija. Nadalje, razina izbjegavanja bliskosti negativno je povezana s promotivnim regulacijskim fokusom, dok je anksioznost (suprotno očekivanjima) *pozitivno* povezana s promotivnim regulacijskim fokusom na uzorku žena, a za muškarce se nije pokazala značajnom. Privrženost i regulacijski fokus pokazali su se kao značajni prediktori korištenih strategija prilagodbe, no rezultati su neujednačeni s obzirom na rod sudionika. Regulacijski fokus predviđa korištenje konstruktivnih strategija u skladu s našim očekivanjima, no razine privrženosti bile su značajni prediktori korištenih strategija samo kod žena: više razine izbjegavanja i anksioznosti predviđaju korištenje destruktivnih strategija, a suprotan smjer se dobio za konstruktivne strategije (osim kod razine izbjegavanja, koja tad nije imala značajan

doprinosa objašnjenju kriterija). Značajnim za objašnjenje korištenih strategija prilagodbe pokazalo se i trajanje veze, čiji utjecaj na strategije prilagodbe treba dodatno istražiti u budućim istraživanjima.

## **Literatura**

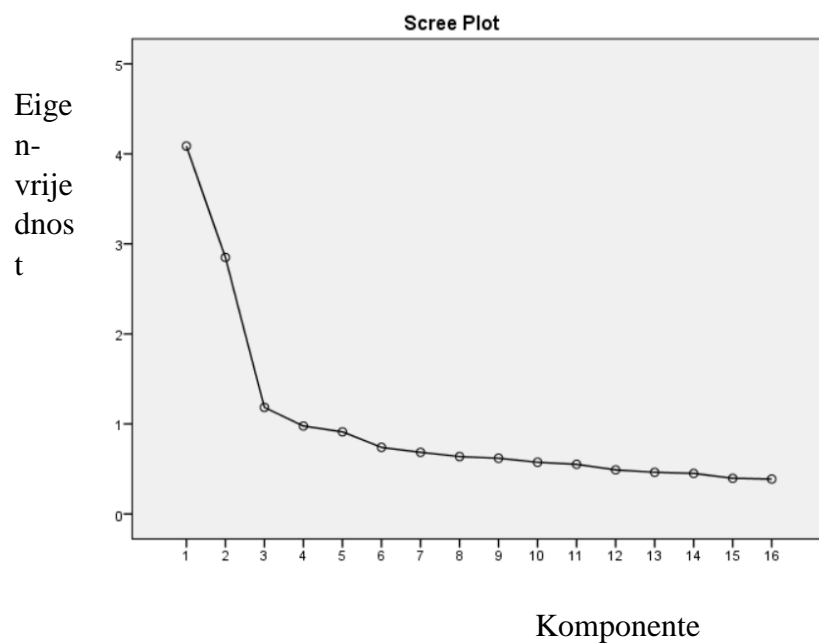
- Bartholomew, K. i Horowitz, L.M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Birditt K.S. i Fingerman K.L. (2003). Age and Gender Differences in Adults' Descriptions of Emotional Reactions to Interpersonal Problems. *The Journals of Gerontology: Volume 58, Issue 4*.
- Blalock, D.V., Franzese, A.T., Machell, K.A. i Strauman, T.J. (2015). Attachment style and self-regulation: How our patterns in relationships reflect broader motivational styles. *Personality and Individual Differences, Volume 87*.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment, Vol.1*. New York: Basic Books.
- Campbell, W.K. i Finkel, E.J. (2001). Self-control and accommodation in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 263-77.
- Caughlin, J.P. i Vangelisti, A.L. (2000). An individual difference explanation of why married couples engage in the demand/withdraw pattern of conflict. *Journal of Social and Personal Relationships, Vol. 17(4-5): 523-551*.
- Creasey, G. i Hesson-McInnis, M. (2001). Affective responses, cognitive appraisals, and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: Associations with attachment orientations. *Journal of Counseling Psychology, 48, 85-96*.

- Creasey, G., Kershaw, K. i Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation expectancies. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 523-543.
- Del Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 193-214.
- Gabriel, S. i Gardner, W. L. (1999). Are there "his" and "hers" types of interdependence? The implications of gender differences in collective versus relational interdependence for affect, behavior, and cognition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(3), 642-655.
- Gottman, J.M. (1998). Psychology and the study of marital processes. *Annual Review of Psychology*, 49, 169-197.
- Hazan C. i Shaver P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, Vol.5, No.1, 1-22.
- Heffernan, M.E., Fraley, R.C., Vicary, A.M., Brumbaugh, C. (2012). Attachment features and functions in adult romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol 29, Issue 5, 671 – 693.
- Higgins, E. T. (1998). Promotion and prevention: Regulatory focus as a motivational principle. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 30, 1-46). New York: Academic Press.
- Hirschman, A. O. (1970). Exit, voice, and loyalty: Responses to decline in firms, organizations, and states. *Cambridge, MA: Harvard University Press*, Vol 393, Issue 1, 170 – 171.
- Jelić, M., Kamenov, Ž. i Huić, A. (2014). Perceived spouse's affectionate and antagonistic behaviours and marital satisfaction. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja* 123, 87-107.
- Jerković, V. (2005). *Privrženost i psihološka prilagodba studenata*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Johnson, M. D., Cohan, C. L., Davila, J., Lawrence, E., Rogge, R. D., Karney, B. R., Sullivan, K. T., i Bradbury, T. N. (2005). Problem-solving skills and affective expressions as predictors of change in marital satisfaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 15-27.
- Kamenov, Ž. i Jelić, M. (2003). Validacija instrumenta za mjerenje privrženosti u različitim vrstama bliskih odnosa: Modifikacija Inventara iskustva u bliskim vezama. *Suvremena psihologija*, Vol.6, No.1.

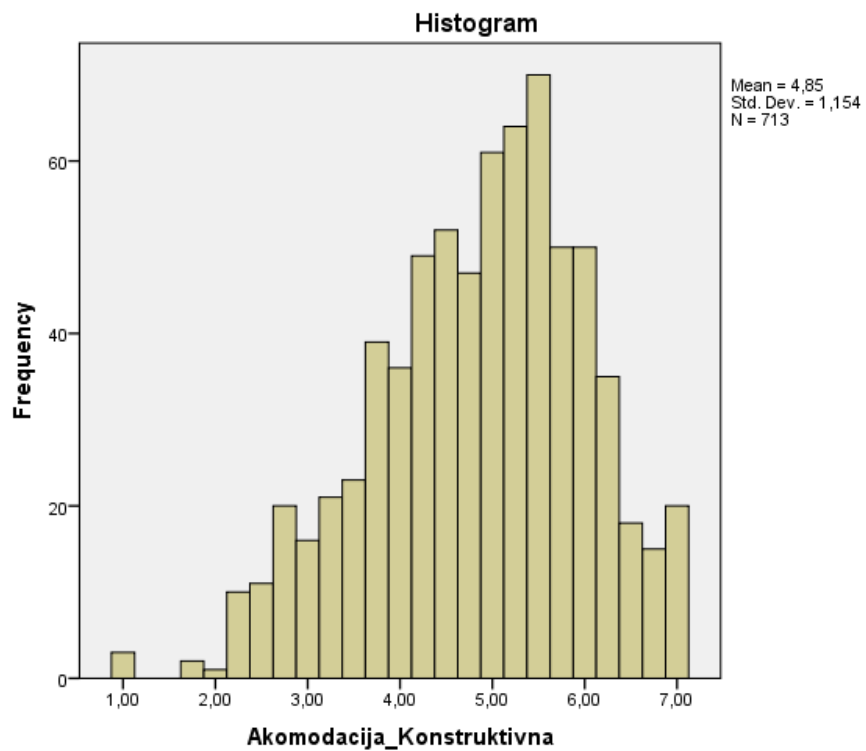
- Kamenov, Ž., Jelić, M. i Lotar Rihtarić, M. (2015). Uloga privrženosti u bliskim odnosima tijekom adolescencije i odrasle dobi. *Jastrebarsko: Naklada Slap i Hrvatsko psihološko društvo, 2014.* str. 203-238.
- Kammrath, L.K. i Dweck, C. (2006). Voicing conflict: Preferred conflict strategies among Incremental and Entity theorists. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32,* 1497-1508.
- Kurdek, L.A. (2008). Change in relationship quality for partners from lesbian, gay male, and heterosexual couples. *Journal of Family Psychology, 22,* 701-711.
- Le Poire, B.A. i Dailey, R.M. (2006). *Applied Interpersonal Communication Matters: Family, Health, & Community Relations.* Peter Lang Publishing, Inc., New York.
- Lee, A. Y. i Aaker, J. L. (2004). Bringing the frame into focus: The influence of regulatory fit on processing fluency and persuasion. *Journal of Personality and Social Psychology, 86,* 205-218.
- Molden, D.C. i Winterheld, H.A. (2013). *Motivations for promotion or prevention in close relationships.* The Oxford Handbook of Close Relationships. OUP USA.
- Murray, S.L., Holmes, J.G., Griffin, D.V. i Bellavia, G. (2001). The Mismeasure of Love: How Self-Doubt Contaminates Relationship Beliefs. *Personality and Social Psychology Bulletin. Vol 27, Issue 4,* 423 - 436.
- Pallant, J. (2011). *SPSS Priručnik za preživljavanje.* Beograd: Mikro knjiga.
- Petz, B. (1997). *Osnovne statističke metode za nematematičare.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Rodrigues, D. & Huić, A. (2017). Promotion- and prevention-focused relationship behavior is good for relationships – but only when you are highly committed. 23. Dani Ramira i Zorana Bujasa, Filozofski fakultet, Zagreb.
- Rusbult, C.E., Zembrodt, I.M. i Gunn, L.K. (1982). Exit, Voice, Loyalty and Neglect: Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements. *Journal of Personality and Social Psychology, 43(6),* 1230-1242.
- Rusbult, C.E. i Zembrodt, I.M. (1983). Responses to dissatisfaction in romantic involvements: A multidimensional scaling analysis. *Journal of Experimental Social Psychology 19,* 274-293.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., i Morrow, G. D. (1986). Impact of couple patterns of problem solving on distress and nondistress in dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 50,* 744-753.
- Rusbult, C.E., Verette, J., Whitney, G.A., Slovik, L.F. i Lipkus, I. (1991). Accommodation Processes in Close Relationships: Theory and Preliminary

- Empirical Evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*; Vol. 6U, No. 1, 53-78.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S. i Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434-446.
- Simpson, J., Rholes, W. i Phillips, D. (1996). Conflict in Close Relationships: An Attachment Perspective. *Journal of personality and social psychology*. 71. 899-914.
- Simpson, J. A. i Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic relationships. *Advances in experimental social psychology* (Vol. 45, 279-328). New York, NY: Elsevier North-Holland.
- Stafford, L., Dainton, M. i Haas, S. (2000). Measuring routine and strategic relational maintenance: Scale revision, sex versus gender roles, and the prediction of relational characteristics. *Communication Monographs*, 67(3), 306-323.
- Stafford, L., Kline, S. L., i Rankin, C. T. (2004). Married individuals, cohabiters, and cohabiters who marry: A longitudinal study of relational and individual well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 231-248.
- Velotti P., D'Aguanno M., de Campora, G., Di Francescantonio, S., Garofalo, C., Giromini, L., Petrocchi, C., Terrasi, M. (2015). Gender moderates the relationship between attachment insecurities and emotion dysregulation. *South African Journal of Psychology*, Vol 46, Issue 2, 191 – 202.
- Winterheld, H.A. (2004). *Motivations in romantic relationships: A Regulatory Focus perspective*. A Thesis. Ludwig-Maximilians-University, Munich, Germany.
- Winterheld, H.A. i Simpson, J.A. (2011). Seeking Security or Growth: A Regulatory Focus Perspective on Motivations in Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 101, No. 5, 935–954.
- Winterheld, H.A. i Simpson, J.A. (2016). Regulatory Focus and the Interpersonal Dynamics of Romantic Partners' Personal Goal Discussions. *Journal of Personality*, 84(3), 277-290.
- Yoveitch, N.A. i Rusbult, C.E. (1994). Accommodative behavior in close relationships: Exploring transformation of motivation. *Journal of experimental social psychology* 30, 138-164.

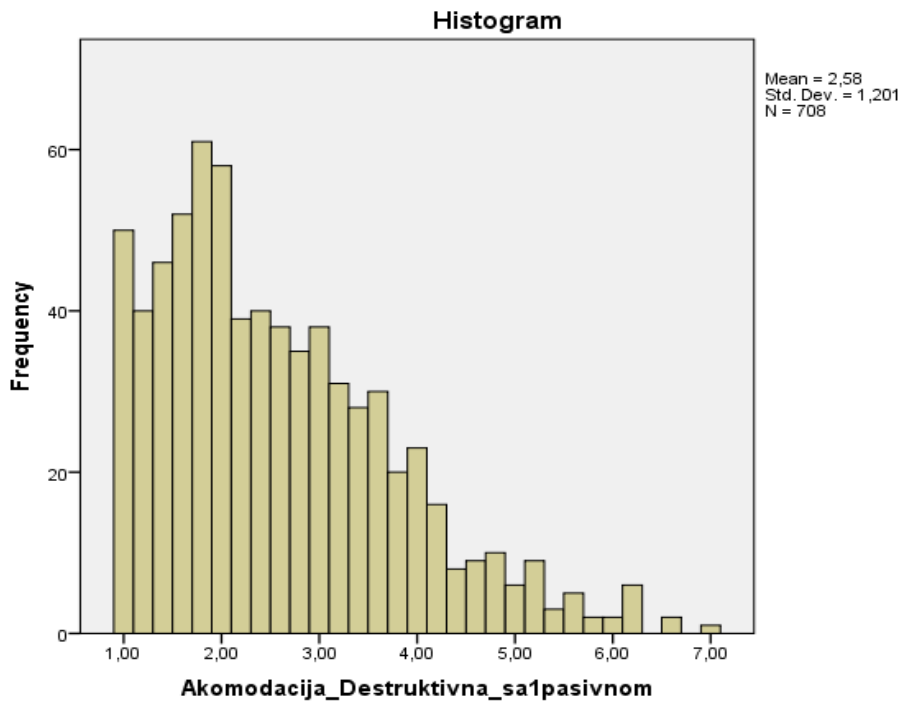
Prilog 1. Scree plot za upitnik Strategije prilagodbe na destruktivno ponašanje partnera (Rusbult i sur., 1991).



Prilog 2. Distribucije rezultata na korištenim



upitnicima



*Prilog 3. Prikaz razlika u strategijama prilagodbe, privrženosti i regulacijskom fokusu s obzirom na trajanje veze*

	≥16 mj.			17-40 mjeseci			41+ mjeseci			
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>N</i>	<i>F</i>
Konstruktivne strategije	4.9	1.19	245	4.9	1.13	233	4.6	1.11	233	5.91**
Destruktivne strategije	2.4	1.19	240	2.6	1.21	233	2.7	1.17	233	5.97**
Razina anksioznosti	28.3	10.64	245	26.6	11.13	233	25.7	10.64	232	3.76**
Razina izbjegavanja	22.2	10.44	240	19.9	9.44	234	20.7	9.29	232	3.12**
Promotivni fokus	5.3	.92	242	5.3	.89	231	5.2	.92	229	2.94
Preventivni fokus	3.5	1.35	245	3.3	1.23	233	3.2	1.21	234	2.58



*Prilog 3.* Pearsonovi koeficijenti korelacije između privrženosti, strategija prilagodbe i regulacijskog fokusa za skupinu u vezama do 16 mjeseci (iznad dijagonale) i za skupinu u vezama duljim od 41 mjesec (ispod dijagonale)

	Privrženost		Regulacijski fokus		Strategije prilagodbe	
	Izbjeg	Anks.	Promot.	Prevent.	Konstrukt.	Destrukt.
Izbjegavanje	1	.190**	-.291**	.305**	-.268**	.277**
Anksioznost	.189**	1	.209**	.475**	-.059	.241**
Promotivni fokus	-.227**	.213**	1	.103	.274**	-.151*
Preventivni fokus	.141*	.551**	.276**	1	-.200**	.283**
Konstruktivne strategije	-.186**	-.154*	.259**	-.136*	1	-.414**
Destruktivne strategije	.202**	.303**	-.023	.328**	-.555**	1