

## **Spolne i dobne razlike adolescenata u suočavanju sa stresom vezanim uz školu**

Barbara Kalebić Maglica  
Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci

### **Sažetak**

U razdoblju se adolescencije mladi ljudi susreću s mnogobrojnim promjenama u različitim područjima svog života i stoga je za njih jako važno efikasno se suočiti sa stresom. Mnoge situacije i socijalni odnosi vezani uz školu mogu biti izvori stresa za adolescente: ispitivanje znanja, neuspjeh na ispitu, preveliki zahtjevi učitelja i sukobi s njima.

Cilj je ovog istraživanja ispitati spolne i dobne razlike u strategijama suočavanja sa stresnim situacijama vezanim uz školu te provjeriti koje to situacije u školskom okruženju predstavljaju izvor stresa. Istraživanje je provedeno na uzorku od 545 učenika osnovnih i srednjih škola. Učenici su se trebali dosjetiti najstresnije situacije koja im se dogodila u posljednjih mjesec dana i potom procijeniti kako su se suočili s tom situacijom.

Istraživanje pruža spoznaju o tome kako se strategije suočavanja razvijaju s dobi te postoje li spolne razlike u pojedinim načinima suočavanja sa stresom vezanim uz školu. Odnosno, rezultati pokazuju da postoji glavni efekt spola i dobi na emocijama usmjereno suočavanje te glavni efekt dobi na suočavanje izbjegavanjem. Djevojke u većoj mjeri koriste emocijama usmjereno suočavanje, kao i učenici sedmih razreda osnovne i prvih razreda srednje škole. Mlađi adolescenti u većoj mjeri izbjegavaju. Situacije koje predstavljaju izvor stresa su: dobivanje nedovoljne ocjene, sukobi s kolegama iz razreda, nastavnicima i roditeljima, nepravedno ocjenjivanje.

**Ključne riječi:** adolescencija, suočavanje, spolne i dobne razlike u suočavanju, stres vezan uz školu.

### **UVOD**

Adolescencija je razdoblje u kojem je pojedinac suočen s brojnim razvojnim promjenama. U tom razdoblju mladi razvijaju svoj identitet, pokušavaju se osamostaliti od svoje obitelji, ali ujedno ostati povezani s njom. Trude se uklopiti u grupu svojih vršnjaka te dolazi do sve učestalijih interakcija s vršnjacima suprotnog spola. Njihova socijalna iskustva postaju šira i bogatija (Frydenberg i Lewis, 1993).

---

✉ Barbara Kalebić Maglica, Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci, Trg Ivana Klobučarića 1, 51000 Rijeka. E-mail: [bkalebic@ffri.hr](mailto:bkalebic@ffri.hr)

Zbog velikog broja promjena s kojima su suočeni, mladi su izloženi velikom broju stresnih životnih događaja (Goodyer, 1988).

Adolescenti provode puno vremena u školi, koja je izvor socijalnih i akademskih izazova. U istraživanju Spirita, Starka, Gracea i Stamoulisa (1991) adolescenti su se trebali dosjetiti stresnih događaja u proteklih mjesec dana. Među tri najčešće spominjana stresna događaja adolescenti su navodili upravo one vezane uz školu. Psihosocijalni stres vezan uz školu uključuje interpersonalne probleme, kao što su sukobi s prijateljima i kolegama, učiteljima, školski pritisak, strah od neuspjeha, ocjenjivanje (de Anda, Baroni, Boskin, Buchwald, Morgan, Ow, Siegel Gold, Weiss, 2000). Narušeni odnosi s roditeljima mogu biti povezani s konfliktima koji se odnose na ulaganje napora i uspjeh u školi. Izvor stresa u školi može biti i učiteljevo uvredljivo ponašanje prema učenicima koje uključuje vrijeđanje, ismijavanje, prijetnju, ponižavanje (Piekarska, 2000). Garton i Pratt (1995) te Frazier i Schauben (1994) kao najučestalije stresne događaje vezane uz školu navode: testiranja, neuspjeh na ispitu, lošiji uspjeh od očekivanog, prevelike zahtjeve učitelja, sukobe s učiteljima. Prijelaz iz osnovne u srednju školu također može biti stresno iskustvo za učenike. Boekaerts, Seegers i Van de Goor (1993) nalaze da se učenici koji izvještavaju o stresu tijekom prijelaza iz osnovne u srednju školu osjećaju nesigurnima i nesretnima, što povezuju s opterećenim rasporedima sati, puno obaveza u školi, težim gradivom, više domaćih zadaća. Ti stresori vezani uz školu mogu imati negativni utjecaj na zdravlje učenika, odnosno povezani su s učestalijim tjelesnim simptomima (Murberg i Bru, 2006; Torsheim i Wold, 2001). Zbog navedenog možemo reći da je suočavanje sa stresom važna determinanta uspješne adaptacije adolescenata (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Harding Thomsen i Wadsworth, 2001; Rybski, 1997).

Pojam suočavanja sa stresom različiti autori različito definiraju. Suočavanje se može općenito definirati kao odgovor na stresnu situaciju s ciljem psihosocijalne prilagodbe (McCrae, 1984).

Jedno je od glavnih pitanja koje se nameće u istraživanjima suočavanja je li suočavanje prvenstveno određeno ličnošću, situacijom ili interakcijom jednog i drugog. U literaturi se spominju tri pristupa koja pokušavaju dati odgovore na ovo pitanje. McCrae i Costa (1986), zastupnici pristupa usmjerenog na dimenzije ličnosti, smatraju da je suočavanje u funkciji ličnosti pojedinca, a da su razlike u stresnim situacijama od male ili nikakve važnosti. Priroda i vremenski tijek određene stresne transakcije nisu važne i ne uzimaju se u obzir. Naglašavaju se individualne razlike i intraindividualna stabilnost ponašanja u procesu suočavanja. Pretpostavka je da preferirane strategije suočavanja proizlaze iz tradicionalnih dimenzija ličnosti, što znači da osobine ličnosti predodređuju način na koji će se ljudi suočiti sa stresom. Tu pretpostavku potvrđuju i empirijski dokazi o dosljednosti i stabilnosti suočavanja koje je u funkciji nekih dimenzija ličnosti, npr. ekstraverzije, neuroticizma, optimizma, lokusa kontrole (McCrae, 1989; McCrae i Costa, 1986; Parkes, 1984; 1986; Scheier i Carver, 1985). Sljedeća pretpostavka u okviru ovog pristupa je da ljudi kada dožive stresnu situaciju koriste stabilne

“stilove”, “dispozicije” ili “preferencije” suočavanja, koje su relativno stabilne u vremenu i različitim situacijama. Te preferencije mogu proizlaziti iz ličnosti ili se mogu razviti iz nekih drugih razloga (npr. tijekom procesa socijalizacije). Kako se do tih preferencija dolazi, zastupnici ovog pristupa posebno ne objašnjavaju.

Drugi se pristup odnosi na Lazarusov transakcijski model suočavanja koji je najprisutniji i najutjecajniji model u istraživanjima. U tom se modelu suočavanje definira kao konstantno mijenjanje kognitivnih i ponašajnih napora kako bi se svladali unutrašnji i/ili vanjski zahtjevi koji su procijenjeni prevelikim za pojedinca. Naglašava se dinamička, interaktivna priroda stresne transakcije, a stres se promatra u terminima odnosa između osobe i okoline (Lazarus, 1976; Lazarus i Folkman, 1984). Prema zastupnicima ovog pristupa najvažnije skupine varijabli koje sudjeluju u procesu suočavanja i prilagodbe na stres konceptualiziraju se kao uzročni prethodnici (varijable ličnosti i varijable okoline), posredujući procesi (kognitivna procjena i suočavanje) te neposredni i odloženi ishodi. U neposredne se ishode ubrajaju ugodni i neugodni osjećaji, procjena kvalitete ishoda i fiziološke promjene, a u odložene psihološko i tjelesno zdravlje, socijalno funkcioniranje i dobrobit.

Lazarus i Folkman (1984) navode da se suočavanje javlja samo onda kada zahtjevi situacije prelaze okvire uobičajenih napora koji ne zahtijevaju posebne mehanizme prilagodbe. U istraživanjima se ovih autora spominju dva osnovna načina suočavanja sa stresom. Prvi je način problemu usmjereno suočavanje koje se odnosi na rješavanje problema ili poduzimanje akcije, dok je drugi način suočavanja sa stresom emocijama usmjereno suočavanje kojemu je funkcija smanjivanje stresnog doživljaja ili promjena interpretacije događaja. Neki istraživači (npr. Amirkhan, 1990; Endler i Parker, 1990) smatraju da uz ova dva načina suočavanja sa stresom postoji i treći, a to je izbjegavanje. Izbjegavanje uključuje odvratanje pažnje od izvora stresa ili nereagirane na stresor (Kohlmann, Weidner i Messina, 1996).

Kao proširenje Lazarusova transakcijskog pristupa javlja se i tzv. aditivni pristup ispitivanju stresa i suočavanja (Parkes, 1986) koji ispituje ulogu situacijskih faktora u suočavanju, uzimajući u obzir i okolinske i interindividualne faktore kao odvojene izvore utjecaja.

Većina istraživanja koja ispituju stres i suočavanje sa stresom rađena su na odraslim ljudima. Tek krajem 80-ih godina počinju intenzivnija istraživanja suočavanja sa stresom kod djece i adolescenata. Suočavanje djece i adolescenata je ponešto drugačije negoli suočavanje odraslih. Oni više ovise o drugim ljudima i okolini. Njihov se repertoar strategija suočavanja i kvalitativno razlikuje od strategija odraslih. Mogućnost suočavanja kod djece i adolescenata je vezana uz specifičnosti njihova kognitivnog razvoja (Frydenberg i Lewis, 1993; Kardum i Krapić, 2001; Spirito, Stark i Williams, 1988).

Istraživanja (Aldwin, 1994; Renk i Creasey, 2003) pokazuju da adolescenti, što su stariji, sve više koriste problemu usmjereno suočavanje koje postaje profinjene.

Razlozi su tome korištenje složenijeg jezika i razvoj metakognitivnih sposobnosti (npr. kognitivno restrukturiranje problemne situacije, korištenje samoinstrukcija s ciljem uklanjanja negativnih emocija, mogućnost produciranja alternativnih rješenja problema itd.) (Compas i sur., 2001). Starija djeca više koriste intrapsihičke ili kognitivne strategije kada su suočeni s emocionalno uzbuđujućom situacijom (Rybski, 1997). Češća je primjena kognitivnih strategija kod starije djece posljedica većeg iskustva s internalnim stresom, odnosno susretanja s više intrapsihičkih izazova, za razliku od mlađe djece (Ebata i Moss, 1994). Starija se djeca u većoj mjeri emocijama usmjereno suočavaju, što može biti posljedica razvoja sposobnosti upotrebe i verbalizacije kognicija koje upravljaju emocijama (Harris i Lipian, 1990).

Mlađa djeca imaju osjećaj iluzorne kontrole, odnosno ne mogu prepoznati da je neka situacija izvan njihove kontrole i ne koriste intrapsihičke strategije, što vodi lošijoj prilagodbi. Usmjereniji su na strahove i fantazije koje djeluju na njihovo opažanje situacije, što vodi izboru neproduktivnih strategija (Brdar i Rijavec, 1997). Također, koriste konkretne strategije kako bi se osjećali bolje kada su tužni, dok starija više koriste mentalne strategije suočavanja, izvještavaju o većem broju i različitosti suočavajućih odgovora te su usmjereniji na pozitivnije faktore povezane sa stresom (Harris i Lipian, 1990). Mlađa djeca koriste potpuno izbjegavanje (odlaženje ili pomicanje od izvora stresa) kada se suočavaju sa stresnim situacijama koje ne mogu kontrolirati, dok adolescenti koriste djelomične oblike izbjegavanja (distrakcija, kognitivno izbjegavanje) kada se suočavaju sa stresnom situacijom (Altschuler i Ruble, 1989).

Međutim, kako će se ljudi suočiti sa stresom, ovisi i o njihovom spolu. Većina istraživanja na odraslima, ali i na djeci i adolescentima, nalazi značajne spolne razlike u strategijama suočavanja, koje nisu jako velike, ali su dosljedne.

Najdosljedniji se nalazi kako u literaturi o odraslima, tako i u literaturi o djeci i adolescentima, odnose na veće korištenje emocijama usmjerenih oblika suočavanja i veće korištenje socijalne podrške kod žena (npr. Renk i Creasey, 2003; Rijavec i Brdar, 1997). Tako Long (1990) nalazi da se žene u većoj mjeri emocijama usmjereno suočavaju i traže socijalnu podršku u stresnim situacijama za razliku od muškaraca koji u većoj mjeri koriste alkohol. Muškarci više koriste izbjegavajuće strategije suočavanja kao što su korištenje droga i alkohola, koje su u osnovi usmjerene na smanjenje emocionalne napetosti (Carver, Weintraub i Scheier, 1989). Također, muškarci više koriste humor kao oblik emocijama usmjerenog suočavanja (Patterson i McCubbin, 1987). Slične nalaze dobiva Seiffge-Krenke (1992) na uzorku adolescenata. Rezultati istraživanja Frydenberg i Lewis (1991; 1993) upućuju na veće korištenje emocijama usmjerenih strategija suočavanja kao što su traženje socijalne i spiritualne podrške kod adolescentica, što potvrđuje već dobivene spolne razlike u korištenju ovih strategija kod mladih ljudi. Istraživanja ne daju sasvim jasne rezultate kada govorimo o problemu usmjerenom načinu suočavanja i spolu. Rezultati nekih istraživanja upućuju na zaključak da su muškarci skloniji izravnoj akciji od žena, drugi ne nalaze nikakve razlike ili ih

nalaze u korist žena. Frydenberg i Lewis (1991; 1993) nalaze da se adolescentice problemu usmjereno suočavaju isto toliko koliko i adolescenti. Rezultati njihova istraživanja sugeriraju da se adolescentice s problemima suočavaju gotovo na isti način kao i adolescenti. Brojna druga istraživanja nalaze da se djevojke češće od mladića suočavaju strategijama usmjerenim na problem (Herman-Stahl, Stemmler i Petersen, 1995; Patterson i McCubbin, 1987; Seiffge-Krenke, 1992). Rybski (1997) na temelju rezultata svog istraživanja navodi da mladići više koriste pozitivno kognitivno restrukturiranje za razliku od djevojaka i to u situacijama kad oni doživljavaju stres. Djevojke više koriste izravno rješavanje problema u situacijama kada su druge osobe pod stresom i više emocijama usmjerenog suočavanja kada su same u stresnoj situaciji te su slobodnije u traženju pomoći.

Postoji nekoliko mogućih objašnjenja spolnih razlika u načinima suočavanja. Razlike u procesu socijalizacije koje su vezane uz stereotipe i očekivanja društva povezana sa spolnim ulogama, činjenica da se žene potiče na izražavanje emocija i traženje socijalne podrške od drugih te da se muškarci i žene nalaze u različitim vrstama stresnih situacija samo su neki od razloga (Almeida i Kessler, 1998; Ptacek, Smith i Zanas, 1992). Spolne razlike u strategijama suočavanja mogu proizlaziti iz različitih varijabli koje nisu bile izjednačene u istraživanjima (npr. razlike u učestalosti određenih stresnih situacija kod muškaraca i žena) (Hudek-Knežević, 1994).

Nalazi nekih istraživanja (npr. Hampel i Petermann, 2006; Hojat, Gonnella, Erdmann i Vogel, 2003) pokazuju da žene procjenjuju stresne događaje kao negativnije i da su manje pod utjecajem kontrole (Pilar Matud, 2004), odnosno one doživljavaju više stresa u različitim životnim situacijama. Sukladno tome, djevojke izvještavaju i o većem akademskom stresu (Kausar i Munir, 2004) te se osjećaju odgovornijima za školski neuspjeh (Rijavec i Brdar, 1997). Jedno je od mogućih objašnjenja da djevojke radije priznaju teškoće, odnosno da su sklonije samootvaranju (Lacković-Grgin, 2000).

Iz navedenog prikaza možemo vidjeti da su rezultati provedenih istraživanja nekonzistentni te da mnoga istraživanja u obzir uzimaju samo dobne ili samo spolne razlike u suočavanju, ali ne i njihov interakcijski efekt na suočavanje. Stoga je cilj ovog istraživanja ispitati spolne i dobne razlike u strategijama suočavanja sa specifičnim stresnim situacijama vezanim uz školsko okruženje kod adolescenata te provjeriti koje to situacije u školi predstavljaju izvor stresa za učenike.

Očekuje se da će adolescentice u većoj mjeri koristiti emocijama usmjereno suočavanje. Stariji će se adolescenti problemu usmjereno suočavati, za razliku od mlađih koji će u većoj mjeri izbjegavati.

## METODA

### *Sudionici*

U istraživanju je sudjelovalo 545 učenika osnovnih i srednjih škola u gradu Rijeci, od toga je 356 bilo djevojaka i 189 mladića. Istraživanjem su obuhvaćeni učenici sedmog i osmog razreda osnovne škole te prvog i drugog razreda srednje škole. Prosječna je dob sudionika bila 14.42 godine, a standardna je devijacija 1.17 godine. Raspon se dobi kretao od 12 do 18 godina. Osnovne škole je pohađalo 219, a srednje 326 učenika.

### *Instrumentarij*

Korišten je upitnik suočavanja sa specifičnim stresnim situacijama za adolescente (Kardum i Krapić, 2001) koji se sastoji od 55 čestica. U osnovi ovog upitnika nalaze se tri faktora. To su problemu usmjereno suočavanje, emocijama usmjereno suočavanje i izbjegavanje. Ljestvica se izbjegavanja sastoji od 31 čestice, emocijama usmjereno suočavanje od 13 čestica, a problemu usmjereno suočavanje od 11 čestica.

Isti autori skratili su originalnu ljestvicu. Nova se ljestvica sastoji od 18 čestica. Kardum i Krapić (2001) izvještavaju o trofaktorskoj strukturi ovog upitnika te o zadovoljavajućim koeficijentima pouzdanosti tipa unutarnje konzistencije (Cronbach alpha). Za potrebe se ovog istraživanja koristila skraćena ljestvica. Problemu usmjereno suočavanje u novoj se ljestvici sastoji od 6 čestica, kao i emocijama usmjereno suočavanje i izbjegavanje. Minimalan moguć rezultat na sve tri skale je 6, a maksimalan 30. Za potrebe ovog istraživanja provedena je faktorska analiza na zajedničke faktore s varimax rotacijom. Potvrđena je trofaktorska struktura upitnika, a dobivene su i zadovoljavajuće pouzdanosti tipa Cronbach alpha (za problemu usmjereno suočavanje .84, za emocijama usmjereno suočavanje .79 i za izbjegavanje .64).

Iako je problemu usmjereno suočavanje statistički značajno pozitivno povezano s emocijama usmjerenim suočavanjem ( $r=.22$ ,  $p<.01$ ) i negativno s izbjegavanjem ( $r=-.10$ ,  $p<.05$ ), te su korelacije niske i značajne zbog velikog uzorka. Emocijama usmjereno suočavanje i izbjegavanje nisu međusobno povezani.

### *Postupak*

Sudionici su se istraživanja trebali dosjetiti najstresnije situacije vezane uz školu koja se dogodila u posljednjih mjesec dana i kratko je opisati. Pitanje na koje su odgovarali glasilo je: "Pokušaj se dosjetiti najstresnije (najneugodnije) situacije vezane uz školu (npr. dobivanje loše ocjene, sukob s nastavnikom ili kolegom iz razreda), a koja se dogodila u posljednjih mjesec dana i ukratko je opiši". Odgovor

je na ovo pitanje služio kao kontrola da su se učenici zaista dosjetili najstresnije situacije. Nakon toga, imajući u vidu tu stresnu situaciju, ispunili su Upitnik suočavanja sa specifičnim stresnim situacijama.

### Rezultati

#### Učestalost pojedinih vrsta stresnih situacija kod učenika

Zadatak je učenika bio da se dosjete najstresnije situacije vezane uz školu. U Tablici 1. prikazane su apsolutne i relativne frekvencije najčešće navođenih izvora stresa kod učenika osnovne i srednje škole.

Tablica 1. Apsolutne i relativne frekvencije najčešće navođenih izvora stresa kod učenika

Škola	Nedovoljna ocjena	Nepravedna ocjena	Sukob s kolegama	Sukob s nastavnicima	Sukob s roditeljima	Ostalo	Ukupno
Osnovna	70 32%	33 15%	48 22%	22 10%	20 9%	26 12%	219 100%
Srednja	176 54%	59 18%	20 6%	0 0%	19 5%	52 16%	326 100%
Ukupno	246	92	68	22	39	78	545

Provjerena je značajnost razlika u učestalosti pojedinih vrsta stresa kod učenika osnovne i srednje škole ( $\chi^2 = 77.99$ ,  $ss = 5$ ,  $p < .001$ ). Rezultat  $\chi^2$  – testa pokazuje da postoji statistički značajna razlika u učestalosti pojedinih vrsta stresa kod učenika osnovne i srednje škole. Iz Tablice 1. je vidljivo da u osnovnoj školi učenici izvještavaju o različitim situacijama koje za njih predstavljaju izvor stresa (sve kategorije izvora stresa su podjednako zastupljene), dok učenici u srednjoj školi u većoj mjeri izvještavaju o dobivanju nedovoljne ocjene kao najučestalijem izvoru stresa.

#### Spolne i dobne razlike u suočavanju sa stresnim situacijama vezanim uz školu

Da bi se ispitale spolne i dobne razlike u strategijama suočavanja sa specifičnim stresnim situacijama vezanim uz školu izračunate su tri dvosmjerne analize varijance. Dob je operacionalizirana pripadnošću pojedinom razredu.

U Tablici 2. prikazane su aritmetičke sredine, glavni i interakcijski efekti dvosmjernih ANOVA (spol x razred) za problemu usmjereno suočavanje, emocijama usmjereno suočavanje i izbjegavanje.

Tablica 2. Aritmetičke sredine, glavni i interakcijski efekti dvosmjernih ANOVA (spol x razred) za problemu usmjereno suočavanje, emocijama usmjereno suočavanje i izbjegavanje

	Osnovna škola				Srednja škola				spol F <sub>1,537</sub>	razred F <sub>3,537</sub>	spol x razred F <sub>3,537</sub>	značajne razlike <sup>a</sup> (razredi)
	7. razred		8. razred		1. razred		2. razred					
	ž	m	ž	m	ž	m	ž	m				
Problem u smjerenom	19.39	19.44	18.41	20.06	19.58	17.57	18.51	18.91	0.00	0.52	1.86	–
Emocijama usmjereno	17.53	15.58	16.00	13.00	17.93	15.95	17.43	13.70	23.18*	3.82*	0.63	7-8 8-1
Izbjegavanje	15.58	16.60	14.95	13.96	13.65	14.26	13.61	15.46	1.83	3.93*	1.65	7-8 7-1 7-2

\*p < 0.05 <sup>a</sup> Student-Newman-Keuls test

Rezultati analize varijance upućuju na postojanje statistički značajnih glavnih efekata spola i dobi na emocijama usmjereno suočavanje. Djevojke u većoj mjeri koriste emocijama usmjereno suočavanje za razliku od mladića. Student-Newman-Keulsov test je pokazao značajnu razliku u emocijama usmjerenom načinu suočavanja između učenika sedmog i osmog razreda te osmog i prvog razreda. Učenici se sedmog razreda u većoj mjeri emocijama usmjereno suočavaju, kao i učenici prvog razreda. Dobiveni rezultati također pokazuju da postoji glavni efekt dobi na suočavanje izbjegavanjem. Postoji razlika u suočavanju izbjegavanjem između učenika sedmog i osmog razreda te između sedmog razreda i prvog i drugog razreda. Učenici sedmog razreda se u sva tri slučaja značajno više koriste izbjegavanjem kada su suočeni sa stresnim situacijama vezanim uz školu, što ukazuje da se ova strategija napušta odrastanjem.

## RASPRAVA

Pretpostavka od koje se krenulo u ovom istraživanju jest da postoje spolne i dobne razlike u strategijama suočavanja sa specifičnim stresnim situacijama vezanim uz školu. Naime, pretpostavljalo se da će se adolescentice više emocijama usmjereno suočavati te da će stariji adolescenti koristiti problemu usmjereno suočavanje, za razliku od mlađih koji će koristiti izbjegavanje.

Rezultati dvosmjerne analize varijance pokazuju da ne postoji statistički značajan glavni efekt spola na problemu usmjereno suočavanje, kao niti efekt dobi. Interakcijski efekt spola i dobi na problemu usmjereno suočavanje također nije statistički značajan.

Kada govorimo o spolnim razlikama u korištenju problemu usmjerenih načina suočavanja, istraživanja ne daju sasvim jednoznačne rezultate. Naime, dok rezultati nekih istraživanja upućuju na zaključak da su muškarci skloniji direktnoj akciji,



dakle problemu usmjerenom suočavanju, za razliku od žena (npr. Folkman i Lazarus, 1980; Ilfeld, 1980; Stone i Neale, 1984), neka druga istraživanja ne nalaze nikakve razlike (npr. Folkman i sur., 1987; Frydenberg i Lewis, 1991; McDonald i Korabik, 1991) ili ih nalaze u korist žena (npr. Lončarić, 2005; Patterson i McCubbin, 1987; Seiffge-Krenke 1992). Dakle, rezultati ovog istraživanja poklapaju se s rezultatima koje dobivaju Folkman i sur. (1987) na uzorku odraslih, te Frydenberg i Lewis (1991) na uzorku adolescenata. Folkman i sur. (1987) nalaze da ne postoji razlika između muškaraca i žena u dva oblika problemu usmjerenog načina suočavanja: konfrontacijskom suočavanju i planiranom rješavanju problema. Frydenberg i Lewis (1991) nalaze da adolescentice koriste problemu usmjerenom suočavanju isto koliko i adolescenti sugerirajući tako da se oni suočavaju s problemima na gotovo isti način. Dakle, kada dobiju negativnu ocjenu, kada se sukobe s nastavnicima, kolegama iz razreda ili roditeljima, adolescenti i adolescentice se suočavaju na gotovo isti način: čekaju pravi trenutak da nešto naprave u vezi s tom situacijom, razmišljaju kako da je riješe i sl.

Rezultati istraživanja koja su se bavila dobnim varijacijama tijekom razdoblja adolescencije također su nejednoznačna. Dok neka ukazuju da tijekom razdoblja adolescencije dolazi do porasta aktivnog i emocionalnog suočavanja (Seiffge-Krenke, 1992), te do povećanja usmjerenosti na rješavanje problema (Frydenberg i Rowley, 1995), nalazi nekih drugih istraživanja (npr. Knapp i sur., 1991) sugeriraju da se mlađa djeca pretežno oslanjaju na problemu usmjerene i ponašajne strategije, dok adolescenti više koriste emocijama usmjerenom suočavanju i kognitivne strategije. U suprotnosti su s navedenim nalazima rezultati istraživanja koje su proveli Garton i Pratt (1993) na uzorku australskih adolescenata koji ne ukazuju na jasne razlike u suočavanju kroz različite dobi adolescenata. Razlozi zbog kojih se dobivaju tako neujednačeni rezultati mogu biti brojni; različitost teorijskih okvira od kojih istraživači polaze, a koji još uvijek nisu dali odgovor na pitanje čime je suočavanje determinirano, korištenje različitih mjera i dimenzija suočavanja, različitost dobnih skupina u provedenim istraživanjima, kao i nedostatak longitudinalnih istraživanja samo su neki od razloga koji otežavaju usporedbu dobivenih rezultata.

Što se emocijama usmjerenom načina suočavanja tiče, dvosmjerna analiza varijance ukazuje na postojanje značajnog efekta spola i dobi na emocijama usmjerenom suočavanju. Interakcijski efekt spola i dobi nije statistički značajan. Djevojke se u većoj mjeri emocijama usmjerenom suočavaju za razliku od mladića. Također, postoji značajna razlika u emocijama usmjerenom načinu suočavanja između učenika u osmom razredu osnovne škole i prvom razredu srednje škole, te između učenika sedmog i osmog razreda osnovne škole. U prvom se razredu srednje škole učenici u većoj mjeri emocijama usmjerenom suočavaju, kao i učenici sedmog razreda.

Najdosljedniji se nalazi kako u literaturi o odraslima, tako i u literaturi o djeci i adolescentima odnose na veće korištenje emocijama usmjerenih oblika suočavanja kod žena (npr. Long, 1990; Seiffge-Krenke, 1992), što je u skladu i s rezultatima

ovog istraživanja. Jedno se od objašnjenja dobivenih rezultata može odnositi na razlike u procesu socijalizacije između muškaraca i žena, a koje su vezane uz stereotipe i očekivanja društva povezana sa spolnim ulogama. Žene se u većoj mjeri potiču na izražavanje emocija i traženje socijalne (Almeida i Kessler, 1998; Lončarić, 2005; Ptacek, Smith i Zanas, 1992; Rijavec i Brdar, 1997) za razliku od muškaraca čija uloga u našem društvu uključuje neiskazivanje vlastitih emocija te nepričanje o sebi i svojim problemima. Stereotipna se muška uloga odnosi na nezavisnost, kompetitivnost i nesuosjećanje, dok se stereotipna ženska uloga odnosi na zavisnost, neagresivnost i interpersonalnu orijentaciju, koja ženi "dozvoljava" da izrazi svoje emocije i probleme te da traži pomoć od drugih ljudi (Brannon, 1996; DeVito, 1989).

Rezultati ovog istraživanja pokazuju da postoje i dobne razlike u emocijama usmjerenom načinu suočavanja.

Učenici se prvih razreda srednje škole u većoj mjeri emocijama usmjerenom suočavaju za razliku od učenika osmih razreda osnovne škole. Naime, učenici se prvih razreda susreću s brojnim stresnim situacijama koje su za njih nove: opterećeni školski programi, stjecanje novih prijatelja, privikavanje na nove nastavnike, puno obaveza u školi, teže gradivo, više domaćih zadaća, drugačiji način rada, stroži kriteriji ocjenjivanja itd. što se povezuje s osjećajem nesigurnosti i nezadovoljstva (Boekaerts, Seegers i Van de Goor, 1993). Sve su to situacije s kojima se mladi u prvim razredima srednje škole moraju suočiti. Konstanta u njihovu životu su njihovi roditelji i druge bliske osobe od kojih će tražiti savjet, podršku i pomoć. Nalazi nekih istraživanja (npr. Byrne, 2000) pokazuju da se općenito u adolescenciji javljaju strah od evaluacije i kritike, strah zbog gubitaka prijatelja i neprihvatanja od strane vršnjaka, strah od preseljenja u novu školu, od nepoznatog te strah od neuspjeha. Ti strahovi mogu u prvom razredu srednje škole biti izraženiji zbog same situacije u kojoj se adolescenti nalaze. Dobiveni je nalaz u skladu s brojnim rezultatima istraživanja koja se spominju u literaturi. Tako npr. Seiffge-Krenke (1992) te Frydenberg i Rowley (1995) nalaze porast emocionalnog suočavanja tijekom adolescencije.

S druge strane, rezultati ovog istraživanja pokazuju da se i učenici sedmih razreda u većoj mjeri emocijama usmjerenom suočavaju za razliku od učenika osmih razreda. Jedno je od mogućih objašnjenja dobivenih rezultata da se i oni suočavaju s određenim promjenama u svom školovanju, a koje mogu biti vrlo stresne. Znamo da se u sedmom razredu uvode novi predmeti: fizika i kemija. Kako bi riješili svoje probleme, odnosno stresne situacije, poput dobivanja nedovoljne ili loše ocjene, nerazumijevanja građe koja se uči, učenici sedmog razreda traže savjet, podršku ili pomoć od drugih osoba (bilo roditelja (Rijavec i Brdar, 1997), vršnjaka ili nastavnika). Iz opisa se stresnih situacija učenika također moglo vidjeti da su kemija, fizika i biologija predmeti iz kojih učenici dosta često dobivaju nedovoljne ocjene ili ne razumiju gradivo iz tih predmeta, što je za njih stresno.

Dakle, prijelaz iz mlađih razreda osnovne škole u više ili iz osnovne škole u srednju zahtijeva prilagodbu novoj obrazovnoj sredini, a nerijetko i novim

obrazovnim standardima. Povećava se broj učitelja, mijenjaju se pravila ponašanja i načini njegove regulacije, povećava se distanca između učitelja i učenika (Simmons, Burgeson, Carlton-Ford i Blyth, 1987). U srednjim se školama traži veći stupanj autonomije u radu, kao i veći stupanj sposobnosti i vještina (Seidman, Allen, Aber, Mitchell i Feinman, 1994).

Što se izbjegavanja tiče, dvosmjerna analiza varijance pokazuje da ne postoji statistički značajan efekt spola na suočavanje izbjegavanjem. Efekt dobi je statistički značajan, dok interakcijski efekt spola i dobi nije statistički značajan. Značajna je razlika u suočavanju izbjegavanjem utvrđena za učenike sedmog i osmog razreda osnovne škole te sedmog razreda i prvog i drugog razreda srednje škole. Učenici se sedmog razreda u sva tri slučaja značajno više koriste izbjegavanjem kada su suočeni sa stresnim situacijama vezanim uz školu. Dobiveni su rezultati u skladu s očekivanjima. Dakle, adolescenti u sedmom razredu u većoj mjeri koriste "nezrelije" strategije suočavanja, tj. izbjegavanje kada npr. dobiju negativnu ocjenu ili kada se sukobe s kolegama ili nastavnicima. U tim situacijama oni maštaju, pretvaraju se da problem ne postoji, ignoriraju probleme i sl., odnosno koriste distrakciju i kognitivne oblike izbjegavanja. Ovaj je nalaz u skladu s rezultatima istraživanja koje su proveli Altshuler i Ruble (1989), a koji pokazuju da adolescenti koriste djelomične oblike izbjegavanja, distrakciju i kognitivno izbjegavanje, za razliku od djece koja koriste potpuno izbjegavanje, npr. pomicanje od izvora stresa. Rezultati ovog istraživanja također pokazuju da ne postoje spolne razlike u suočavanju izbjegavanjem. Dakle, adolescenti i adolescentice koriste izbjegavanje u jednakoj mjeri, a razlog tome može biti što su se ispitivali upravo kognitivni oblici izbjegavanja. U budućim bi istraživanjima trebalo ispitati postoje li spolne razlike u ponašajnim oblicima izbjegavanja, s posebnim naglaskom na konzumaciji alkohola i droga. Tada bi se vjerojatno i dobile spolne razlike u suočavanju izbjegavanjem u korist adolescenata, što je u skladu s nalazima navedenim u literaturi (npr. Carver, Weintraub i Scheier, 1989).

Iz dobivenih rezultata možemo vidjeti i koje su to situacije koje adolescenti percipiraju stresnima: dobivanje nedovoljne ocjene, nepravedno ocjenjivanje, sukob s kolegama iz razreda, nastavnicima i roditeljima. Iz rezultata je vidljivo da postoji statistički značajna razlika u učestalosti pojedinih izvora stresa kod učenika osnovne i srednje škole. Učenici osnovne škole izvještavaju o različitim situacijama koje za njih predstavljaju izvor stresa, za razliku od učenika srednje škole, koji nedovoljnu ocjenu percipiraju kao najučestaliju stresnu situaciju, dok sukob s nastavnicima uopće ne navode. Lacković-Grgin (2000) nalazi da mlađi učenici izvještavaju o nepravednom i slabom ocjenjivanju, sukobima s učiteljima kao najučestalijim izvorima stresa, dok stariji učenici navode vremenske pritiske, prevelike obveze i opće nezadovoljstvo školovanjem. Učiteljevo ignoriranje, davanje slabije ocjene, neprihvatanje isprika zbog izostanaka, nezainteresiranost za učenikove teškoće, favoriziranje nekih učenika su situacije koje u većoj mjeri potresaju mlađe negoli starije učenike (Cavell i Kelley, 1994).

Učitelji sa svog stajališta mnoge situacije u školi percipiraju jasnima, pozitivnima i kontrolabilnima, što ne mora biti u skladu s percepcijama učenika (Lacković-Grgin, 2000). Osim toga se i percepcije učenika vezano uz procjenu stresnosti, prijetnje, mogućnosti kontrole stresne situacije vezane uz školu razlikuju (Lončarić, 2005).

Na kraju treba spomenuti i ograničenja ovog istraživanja.

Kao prvo, ono što onemogućuje generalizaciju rezultata jest to što je korišten prigodan uzorak i što su ispitivani specifični stresni događaji, dakle stresne situacije vezane uz školu. Stoga nije uputno generalizirati ove rezultate na neke druge stresne situacije i druge populacije. Pri interpretaciji dobivenih rezultata treba voditi računa i o specifičnostima vezanim uz školovanje u našoj zemlji i mogućem utjecaju na stres i suočavanje učenika. Drugo, sudionici su se trebali dosjetiti stresne situacije vezane uz školu koja se dogodila u posljednjih mjesec dana. Pitanje je koliko su se mogli točno dosjetiti kako su se ponašali, što su mislili i osjećali u toj stresnoj situaciji, a koliko su toga zaboravili. Poznato je da se ljudi sjećaju pozitivnih stvari, a da negativne zaboravljaju. U budućim bi se istraživanjima trebale ispitati i kognitivne procjene (procjena stresnosti, prijetnje, mogućnosti kontrole) učenika, što bi olakšalo interpretaciju spolnih i dobnih razlika u suočavanju sa stresnim situacijama vezanim uz školu. Također bi se trebala napraviti usporedba načina suočavanja kod ispitanika koji su se dosjetili različitog izvora stresa, kako bi se utvrdilo postoje li određene specifičnosti u načinima suočavanja ovisno o vrsti stresne situacije.

## LITERATURA

- Aldwin, C.M. (1994). *Stress, coping and development*. New York: The Guilford Press.
- Almeida, D. M. i Kessler, R.C. (1998). Everyday stressors and gender differences in daily distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 670-680.
- Altschuler, J.A. i Ruble, D.N. (1989). Developmental changes in children's awareness of strategies for coping with uncontrollable stress. *Child Development*, 60, 1337-1349.
- Amirkhan, J.H. (1990). A factor analytically derived measure of coping: The coping strategy indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1066-1074.
- Boekaerts, M., Seegers, G., i Van den Goor, J. (1993). *Stress bij leerlingen van 12 tot 16 jaar. (Stress in adolescents from 12 to 16 year of age)*. Leiden, The Netherlands: Leiden. University, Centre for the Study of Education and Instruction.
- Brannon, L. (1996). *Gender: Psychological perspectives*. Boston: Allyn and Bacon.
- Brdar, I. i Rijavec, M. (1997). Suočavanja sa stresom zbog loše ocjene - konstrukcija upitnika. *Društvena istraživanja*, 6, 599-617.
- Byrne, B. (2000). Relationship between anxiety, fear, self-esteem and coping strategies in adolescence. *Adolescence*, 35, 201-217

- Carver, C.S., Weintraub, J.K. i Scheier, M.F. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 267-283.
- Cavell, T.A. i Keelley, M.L. (1994). The checklist of adolescent problem situations. *Journal of Clinical Child Psychology*, 23, 226-238.
- Compas, B.E., Connor-Smith, J.K., Saltzman, H., Harding Thomsen, A. i Wadsworth, M.E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential theory and research. *Psychological Bulletin*, 127, 87-127.
- de Anda, D., Baroni, S., Boskin, L., Buchwald, L., Morgan, J., Ow, J., Siegel Gold, J. i Weiss, R. (2000). Stress, stressors and coping among high school students. *Children and Youth Services Review*, 22, 441-463.
- DeVito, J.A. (1989). *The interpersonal communication book*. New York: Harper i Row, Publishers.
- Ebata, A.T. i Moos, R.H. (1994). Personal, situational and contextual correlates of coping in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 4, 99-125.
- Endler, N.S. i Parker, J.D.A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Folkman, S. i Lazarus, R.S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Psychology*, 21, 219-239.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Pimley, S. i Novacek, J. (1987). Age differences in stress and coping processes. *Psychology and Aging*, 2, 171-184.
- Frazier, P.A. i Schauben, L.J. (1994). Stressful life events and psychological adjustment among female college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 27, 280-292.
- Frydenberg, E. i Lewis, R. (1991). Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133.
- Frydenberg, E. i Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16, 253-266.
- Frydenberg, E. i Rowley, G. (1995). Self deception or self perception: How adolescent report changes in their lives and the associated changes in coping over a two year period. Paper presented at the European Congress of Psychology, Athens (July).
- Garton, A. i Pratt, C. (1993). Daily hassles and life stressors in adolescents. Paper presented at the 28th Annual Conference of the Australian Psychological Society, Gold Coast (Sept).
- Garton, A. i Pratt, C. (1995). Stress and self-concept in 10-to 15-year-old school students. *Journal of Adolescence*, 18, 625-640.
- Goodyer, I. (1988). Stress and Adolescence. U: S. Fisher i J. Reason (Ur.), *Handbook of life stress cognition and health* (str. 26-27). New York: John Wiley and Sons.

- Hampel, P. i Petermann, F. (2006). Perceived stress, coping and adjustment in adolescents. *Journal of Adolescent Health, 38*, 409-415.
- Harris, P.L. i Lipian, M.S. (1990). Understanding emotion and experiencing emotion. U: C. Saarni i P.L. Harris (Ur.), *Children's understanding emotion* (str. 241-258). New York: Cambridge University Press.
- Herman-Stahl, M.A., Stemmler, M. i Petersen, A.C. (1995). Approach and avoidant coping: Implications for adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence, 24*, 649-665.
- Hojat, M., Gonnella, J., Erdmann, J. i Vogel, W. (2003). Medical students' cognitive appraisal of stressful life events as related to personality, physical well-being and academic performance: a longitudinal study. *Personality and Individual Differences, 35*, 219-235.
- Hudek-Knežević, J. (1994). Prikaz modela suočavanja s konfliktima između profesionalne i obiteljske uloge: strukturalna analiza. *Godišnjak Odsjeka za psihologiju, 3*, 29-46.
- Ilfeld, F.W. (1980). Coping styles of Chicago adults: Description. *Journal of Human Stress, June*, 2-10.
- Kardum, I. i Krapčić, N. (2001). Traits, stressful events and coping in early adolescence. *Personality and Individual Differences, 30*, 503-515.
- Kausar, R. i Munir, R. (2004). Pakistani adolescents coping with stress: effect of loss of a parent and gender of adolescents. *Journal of Adolescence, 27*, 599-610.
- Knapp, L.G., Stark, L.J., Kurkjian, J.A. i Spirito, A. (1991). Assessing the coping in children and adolescents: Research and practice. *Educational Psychology Review, 3*, 309-334.
- Kohlmann, C.W., Weidner, G. i Messina, C.R. (1996). Avoidant coping style and verbal-cardiovascular response dissociation. *Psychology and Health, 11*, 371-384.
- Lacković-Grgin, K. (2000). *Stres u djece i adolescenata*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Lazarus, R.S. (1976). *Patterns of Adjustment*. New York: McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S. i Folkman S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lončarić, D. (2005). *Strategije suočavanja s akademskim i socijalnim stresom kod učenika*. Magistarski rad. Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb.
- Long, B.C. (1990). Relation between coping strategies, sex-typed traits, and environmental characteristics: A comparison of male and female managers. *Journal of Counseling Psychology, 185*-194.
- McCrae, R.R. (1984). Situational determinants of coping responses: Loss, threat, and challenge. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*, 919-928.
- McCrae, R.R. (1989). Age differences and changes in the use of coping mechanisms. *Journal of Gerontology: Psychological Science, 44*, 161-169.

- McCrae, R.R. i Costa, P.T. (1986). Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample. *Journal of Personality*, 54, 385-406.
- McDonald, L.M. i Korabik, K. (1991). Sources of stress and ways of coping among male and female managers. *Journal of Behaviour and Personality*, 6, 214-226.
- Murberg, T. i Bru, E. (2006). The role of neuroticism and perceived school-related stress in somatic symptoms among students in Norwegian junior high school. *Journal of Adolescence*, XX, XXXXXX. Preuzeto ožujak 23, 2006, www.sciencedirect.com.
- Parkes, K.P. (1984). Locus of control, cognitive appraisal, and coping in stressful episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 655-668.
- Parkes, K.P. (1986). Coping with stressful episodes: The role of individual differences, environmental factors, and situational characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1277-1292.
- Patterson, J.M. i McCubbin, H.I. (1987). Adolescent coping style and behaviors: Conceptualization and measurement. *Journal of Adolescence* 10, 163-186.
- Piekarska, A. (2000). School stress, teachers' abusive behaviors and children's coping strategies. *Child Abuse and Neglect*, 24, 1443-1449.
- Pilar Matud, M. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37, 1401-1415.
- Ptacek, J.T., Smith, R.E. i Zanas, J. (1992). Gender, appraisal, and coping; A longitudinal analysis. *Journal of Personality*, 60, 747-770.
- Renk, K. i Creasey, G. (2003). The relationship of gender, gender identity and coping strategies in late adolescents. *Journal of Adolescence*, 26, 159-168.
- Rijavec, M. i Brdar, I. (1997). Coping with school failure: Development of the school failure coping scale. *European Journal of Psychology and Education*, 12, 37-49.
- Rybski, B. (1997). The role of emotion in children's selection of strategies for coping with daily stresses. *Merriell-Palmer Quarterly*, 43, 129-146.
- Scheier, M.F. i Carver, C.S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Seidman, E., Allen, L.R., Aber, J.L., Mitchell, C. i Feinman, J. (1994). The impact of school transition in early adolescence on the self-system and perceived social context of poor urban youth. *Child Development*, 65, 507-522.
- Seiffge-Krenke, I. (1992). Coping behavior of Finnish adolescents: Remarks on a cross-cultural comparison. *Scandinavian Journal of Psychology*, 33, 301-314.
- Simmons, R.G., Burgeson, R., Carlton-Ford, S. i Blyth, D.A. (1987). The impact of cumulative change in early adolescence, *Child Development*, 58, 1220-1234.
- Spirito, A., Stark, L.J. i Williams C. (1988). Development of a brief coping checklist for use with pediatric populations. *Journal of Pediatric Psychology*, 13, 555-574.

- Spirito, A., Stark, L.J., Grace, N., i Stamoulis, D. (1991). Common problems and coping strategies reported in childhood and early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 20, 531–544.
- Stone, A.A. i Neale, J.M. (1984). New measure of daily coping: Development and preliminary results. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 892-906.
- Torsheim, T. i Wold, B. (2001). School-related stress, school support, and somatic complaints: A general population study. *Journal of Adolescent Research*, 16, 293-303.



## **Age and Gender Differences in Coping with School-Related Stressful Situation in Adolescence**

### **Abstract**

During adolescence, young people encounter numerous changes in different areas of their life and it is extremely important for them to effectively deal with stress during this period. Many school-related social situations such as having or failing exams, high expectations of teachers, conflicts with teachers may be a source of stress for adolescents.

The aim of this study was to examine age and gender differences in coping strategies with school-related stressful situations, and to find out which situations are the main sources of stress for adolescents. The study was conducted on a sample of 545 elementary and high school students (356 females and 189 males), which were asked to recall the most stressful situation they experienced during the past month and evaluate how they coped with it.

The study gives insight to development of coping strategies through time as well as gender differences in dealing with school-related stress. The results show that age and gender exert main effect on emotion-focused coping, and age shows a main effect on avoidant coping. Females and students of the 7th and 1th grades use more emotion-focused coping, and young adolescents more avoidant coping. The main sources of stress in school are failing exams, conflicts with students in the classroom, with teachers, with parents, and unfair grading.

**Key words:** Adolescence, gender and age differences in coping, school-related stress

Primljeno: 06. 02. 2006.

