

LIČNOST U PROCESU STRESA *

KATICA LACKOVIĆ-GRGIN
TOMISLAV GRGIN
Filozofski fakultet u Zadru
Faculty of Philosophy in Zadar

UDK/UDC: 159.923:159.97
Pregledni članak
Review

Primljeno
: 1996-06-24
Received

Kritike Lazarusova gledišta o važnosti osobina ličnosti u procesu stresa potakla su autore ovog pregleda da preispitaju empirijsku evidenciju o tome koje crte ličnosti više a koje manje utječu na proces i na ishode stresnog procesa.

Bogata recentna empirijska građa podijeljena je u nekoliko skupina s obzirom na crte ili na tip ličnosti. Razmatrana je važnost crta ličnosti iz tzv. big-five modela, zatim uloga i važnost lokusa kontrole, osobne čvrstoće, samopoštovanja, anksioznosti i A, B i C tipa ličnosti.

Našlo se da crte ličnosti objašnjavaju zašto neki ljudi dolaze u stresne situacije češće od drugih, kao i da crte ličnosti utječu na procjenu stresnih događaja i na načine suočavanja sa stresom. Također, neke crte direktno (endogeno) utječu na ishode stresa (na tjelesno i mentalno zdravlje, na životno zadovoljstvo).

U radu se upozorava i na brojne metodologijske probleme u vezi s proučavanom problematikom.

Lazarus i Folkman (1987) predložili su transakcijski model stresa koji, pored varijabli koje su bile predmetom istraživanja u podražajnim i reakcijskim modelima stresa, obuhvaća i medijacijske varijable (procjenu i

* Rad je rezultat teorijskih i metodoloških istraživanja u okviru projekta 070022 (Osobni i okolinski faktori reakcija na stres) što ga financira Ministarstvo znanosti i tehnologije RH.

suočavanje). Taj model stresa u posljednjih desetak godina služio je kao osnova brojnim istraživanjima. U njima je Lazarusov popis osnovnih varijabli iz modela dopunjavao, proučavao se njihov međudnos kao i generalnost osnovnih postavki o kognitivnim procjenama i suočavanju s obzirom na jačinu stresnih podražaja ili s obzirom na individualne razlike u procjenama kod osoba različite dobi, spola, obrazovanja i crta ličnosti.

Glede crta ličnosti željelo se otkriti, koje crte više a koje manje utječu na proces i na ishode stresa. Utvrđeno je da ličnost može utjecati na više načina.

Prvo, neke osobine ličnosti mogu objasniti zašto neki ljudi dolaze u stresne situacije a drugi ne (anticipiranje ili prevencija stresnih događaja vrlo je efikasan način za zaštitu osobe). Drugo, o osobinama ličnosti ovisi kako će se na stresor reagirati kad je on već djelovao (neke osobe se s tim suočavaju uspješno, druge pak manje uspješno). Treće, ličnost može i direktno (endogeno) utjecati na zdravlje, na životno zadovoljstvo i na druge posljedice stresa pomoću mehanizama koji nisu povezani s okolnim događajima. Sve to pak znači da osobine ličnosti u modelu stresa mogu biti antecedentne, medijatori i moderatori. Što će one od navedenoga biti ponajviše ovisi o njihovoj stabilnosti kroz vrijeme i kroz situacije ali i o prirodi stresnih događaja.

Istraživanja koja će se razmatrati u ovom radu djelomice su inspirirana kritikama što su ih Lazarusu upućivali neki teoretičari ličnosti (Costa i McCrae, 1990; Ben-Porath i Tellegen, 1990. i dr.). Kritike su se odnosile na Lazarusova osciliranja tijekom istraživačke karijere u vezi s pridavanjem važnosti osobnim varijablama te na novije istražen stav (Lazarus, 1990) da se stabilne i jednodimenzionalne crte ličnosti ne uklapaju u multivarijatni pristup stresu iz metodoloških razloga.

Bez obzira na opravdanost tih kritika ostaje činjenica da Lazarusov model stresa ima veliku heurističku vrijednost, da je unaprijedio istraživanja stresa, pa i ova koja će biti predmetom našeg pregleda.

1. Uloga dimenzija ličnosti iz pet-faktorskih modela u procesu stresa

Impresivan je danas broj empirijskih dokaza koji potvrđuju važnost osobina ličnosti u procesu stresa. Dio tih radova nastao je u okviru pet-faktorskog modela ličnosti autora Coste i McCraea (Costa i McCrae, 1988; McCrae i John, 1992).

Osnovne su dimenzije ličnosti u njihovu pet-faktorskom modelu neuroticizam (N), ekstraverzija (E), otvorenost (engl. *openness*) (O), ugodnost, dopadljivost (engl. *agreeableness*) (A) i savjesnost (engl. *conscientiousness*) (C).

U vezi s neuroticizmom nema većih neslaganja među istraživačima glede njegova definiranja jer je Eysenckov rad rezultirao empirijski utemeljenom definicijom i dobrim mjerama ove dimenzije. Oko shvaćanja i definiranja ekstraverzije, unatoč Eysenckovu određenju, ima nešto više neslaganja. Ekstraverziju poneki brkaju s ugodnošću (A), ali su takvi pokušaji uglavnom bezuspješni upravo zbog postojanja temeljnog Eysenckova određenja. Dimenzije ugodnost (A) i savjesnost (C) obično se shvaćaju kao klasične dimenzije karaktera. Budući da spadaju u moralnu sferu ličnosti, znanstveno orijentirani psiholozi skloni su ih ignorirati. McCrae i John (1992) naglašavaju da su takvi stavovi neopravdani jer su to ipak "objektivno opažljive dimenzije ..." Ugodnost uključuje povjerenje, altruizam, umjerenost, nježnost i sl. Savjesnost pak definiraju samodisciplina, promišljenost, težnja postignućima i sl. Najviše neslaganja ima oko određivanja dimenzije otvorenosti. Ona se određuje kao otvorenost za nova iskustva a definiraju je čestice poput: inteligentan, imaginativan, znatiželjan i sl.

Costa i McCrae (1990) referiraju da *neuroticizam* utječe na percepciju stresnih događaja, na načine suočavanja, na zadovoljstvo socijalnom podrškom, na well-being i na somatske tegobe.

Bolger i Schilling (1992) proučavali su ulogu neuroticizama u izloženosti dnevnim stresorima i u reaktivnosti na njih. Između ostaloga su utvrdili da osobe s visokim neuroticizmom češće od osoba s niskim neuroticizmom, upadaju u stresne situacije kao i da ih stresne situacije više potresaju. Reaktivnost na stres pri tome se pokazala dvostruko značajnijom za rastrojstvo nego li izloženost stresorima.

Na učenicima škole za medicinske sestre K. Parkes (1986) provodi ispitivanja u kojima je mjerila neuroticizam i ekstraverziju, zatim okolinu (radne zahtjeve, stupanj socijalne podrške) i načina suočavanja (izravno otklanjanje i potiskivanje). Pomoću regresijskih analiza utvrdila je doprinos suočavanju svake okolinske i osobne varijable kao i njihove interakcije. Kod osoba s *niskim* stupnjem neuroticizma pokazao se zakrivljeni odnos (obrnuta U-krivulja) između zahtjeva radnog mjesta i direktnog suočavanja, tj. najviše direktnog suočavanja bilo je pri srednje zahtjevnim poslovima. Osobe s *visokim* stupnjem neuroticizma nisu se suočavale na taj način jer su već i niski zahtjevi radnog mjesta nadilazili takvu mogućnost njihova suočavanja. One su koristile potiskivanje koje je bilo linearno povezano sa zahtjevima radnog mjesta. Zanimljivo je da su osobe niskog neuroticizma više koristile potiskivanje onda kad su zahtjevi radnog mjesta bili niži (što znači da nisu pridavale važnost takvim zahtjevima). Suprotno tome osobe visokog neuroticizma su kod najmanjih zahtjeva pokazivale najmanje potiskivanje (što znači da su se "gubile" na sitnim stvarima).

Ulogu neuroticizma u suočavanju s iritantnim situacijama koje izazivaju ljutnju proučavali su Atkinson i Violato (1994). Osim što su utvrdili da osobe s višim neuroticizmom češće koriste izbjegavanje i samookrivljivanje, našli su i da je ta skupina manje stabilna u svojim načinima suočavanja kroz različite stresne situacije. To njihovo variranje pripisuje se upravo njihovoj emocionalnoj nestabilnosti. Skupina niskog neuroticizma češće koristi suočavanje usmjereno na problem, a i reprocjene su im pozitivne, zbog čega su kroz različite situacije mnogo konzistentniji u načinu suočavanja.

Pored proučavanja neuroticizma u procesu stresa, Costa i McCrae usmjerili su se i na drugu važnu dimenziju iz svoga pet-faktorskog modela - na *ekstraverziju* i njezinu ulogu u procesu stresa (McCrae i Costa, 1986).

Analizirajući podatke iz 27 skala primijenjenih na jednoj skupini odraslih koji su doživjeli različite stresore na koje su različito reagirali, autori su izlučili dva tipa suočavanja: tzv. neurotično suočavanje (reakcije izbjegavanja, neprijateljstva i pasivnosti) i tzv. zrelo suočavanje (racionalne reakcije, ustrajavanje i pozitivni odgovori). Neuroticizam se pokazao konzistentno povezan s prvim tipom suočavanja. Slične je rezultate u svom ispitivanju dobio i Rim (1987). Pokazalo se da je ekstraverzija značajan prediktor aktivnog i direktnog stila suočavanja, dok je neuroticizam dobro prognoziraio pasivan i izbjegavajući način suočavanja.

U dvije studije o značenju ekstraverzije za suočavanje s realnim životnim stresorima Amirkhan i suradnici (1995) nalaze da ekstraverzija ima utjecaj na izbor strategija suočavanja. Ona predisponira ljude posebice prema traženju socijalne podrške, dakle prema suočavanju u kojem se koriste mogućnosti drugih osoba. U traganju za odgovorom na pitanje, što ekstraverte čini sklonima traženju pomoći od drugih, autori su našli da one među njima koji se tako suočavaju karakteriziraju pozitivne emocije, asertivnost ali i pogodna i široka mreža prijatelja.

Iz pet-faktorskog modela Coste i McCraea ispitivana je i dimenzija *otvorenost*. Utvrđeno je da je ona povezana s pozitivnim i negativnim afektima, ali ne i s afektivnom ravnotežom. Pri ispitivanju su korištene poznate Bradburnove skale emocionalne ravnoteže. Ovi rezultati upućuju da bi bilo relevantno proučiti odnos između otvorenosti i strategija suočavanja usmjerenih na emocije.

Heppner i sur. (1995) proučavali su relacije između crta iz tzv. Big Five modela ličnosti kako ga određuje Goldberg i stila suočavanja usmjerenog na problem. Primarni cilj njihova istraživanja bio je validirati skalu za mjerenje suočavanja usmjerenog na problem. Iz konstruiranog upitnika izlučili su tri stila takvog suočavanja: reflektivni, supresivni i reaktivni stil. Našli su da faktor "intelekt" (koji je analogan dimenziji "Otvorenost" u modelu Coste i

McCraea) značajno korelira s reflektivnim stilom suočavanja kojim osoba nastoji ispitati uzroke događaja, isplanirati akcije i dosljedno ih izvoditi. U njihovu istraživanju *savjesnost* se pokazala supstancijalno negativno povezana sa stilom suočavanja što ga autori nazivaju supresija a koji bi se, s obzirom na sadržaj čestica u tome faktoru, moglo nazvati i izbjegavanjem, kako takav stil suočavanja nazivaju i drugi autori.

Dimenziju savjesnosti proučavali su i Costa i McCrae te utvrdili da je ona umjereno negativno povezana s ranjivosti na stres, što bi moglo značiti da savjesnost ima funkciju ublaživača stresa. Ako savjesnost ima funkciju ublaživača stresa, a savjesni manje koriste strategiju izbjegavanja u suočavanju sa stresom, tada bi ova dimenzija trebala doprinositi pozitivnim ishodima stresnog procesa. Potvrda naznačene pretpostavke značila bi da socijalizirati se u savjesnu osobu ne znači samo stvoriti dispoziciju za društveno poželjno (moralno) ponašanje, nego i dispoziciju za samozaštitu od stresa. U tom smislu nezainteresiranost nekih znanstvenika za ovu dimenziju ličnosti čini nam se neproduktivnom.

Dimenzija ugodnost, dopadljivost nije se pokazala značajno povezana ni s jednim stilom suočavanja, kako su oni opisani od Heppnera i suradnika.

Na kraju ovog kratkog pregleda novijih i dostupnih rezultata vezanih za dimenzije iz pet-faktorskih modela, može se kazati da postoje jasni i čvrsti dokazi da su ekstraverzija i neuroticizam dobri prediktori suočavanja ali, također, i dobri prediktori dugotrajnih posljedica stresa. To bi se moglo objasniti činjenicom o njihovoj biološkoj osnovanosti, o čemu izvješćuje Eysenck ali i drugi autori. Također, u novije vrijeme postoje ozbiljne indikacije i o biološkoj utemeljenosti otvorenosti (McCrae i Costa, 1995). To se čini logičnim s obzirom na to da otvorenost predstavlja svojevrsni oblik inteligencije. Dimenzije ugodnost i savjesnost vjerojatno su više uvjetovane socijalizacijom. Bez obzira na njihovu osnovu i ove dimenzije zaslužuju pozornost istraživača stresa. Njihova se proučavanja čine vrlo izglednim stoga što pet-faktorski modeli ličnosti puno obećavaju glede metodologije istraživanja. Uz već postojeće psihometrijski provjerene i u praksi korištene instrumente, kakvi su npr. Eysenckovi upitnici ličnosti, u okviru ovih modela konstruiraju se i provjeravaju novi instrumenti. To su npr. NEO-PI-R upitnik Coste i McCraea, zatim Hoganov upitnik ličnosti (HPI) koji mjeri svih pet dimenzija modela, te MBTI (Myres-Briggs Type Indicator) koji mjeri ekstraverziju, ugodnost i savjesnost kao i drugi instrumenti.

2. Lokus kontrole u procesu stresa

Pored dimenzija iz pet-faktorskih modela ličnosti istraživana je i uloga u procesu stresa još nekih relativno stabilnih osobina ličnosti. Među njih spada i *lokus kontrole*, personalni konstrukt što ga je razradio Rotter (1954).

Više autora navodi da se lokus kontrole javlja kao medijator u odnosu između stresnih događaja i mentalnog zdravlja ili životnog zadovoljstva. Realitvno često citira se rani rad Johnsona i Sarasona (prema Parkes, 1984) u kojem je nađeno da kod osoba eksternalnog lokusa kontrole postoji snažna povezanost između mjera životnih stresora i simptomatologije tjelesnih i mentalnih bolesti. Kod osoba internalnog lokusa kontrole ta povezanost nije značajna.

Osim u prirodnim uvjetima ispitivanja, i u laboratorijskim eksperimentima utvrđeno je da se osobe internalnog lokusa kontrole bolje suočavaju s eksperimentalnim zadacima, koristeći se konstruktivnim načinom rješavanja zadataka. Eksternalni se u takvim situacijama više koriste agresijom i samokrivljavanjem (prema Parkes, 1984).

Budući da se pokazalo da lokus kontrole utječe na strategije suočavanja i u laboratorijskim i u svakodnevnim stresnim situacijama, postavlja se pitanje, da li eksternalni, različito od internalnih, percipiraju stresne događaje, odnosno, da li ih različito procjenjuju? Relacija procjene događaja i lokusa kontrole važna je jer se očekuje da će osoba internalnog lokusa kontrole vjerojatno češće procjenjivati da je stresnu situaciju moguće kontrolirati. Osobe eksternalnog lokusa kontrole mogle bi procjenjivati da su stresne situacije kontrolirane izvana. Takve procjene utjecat će na izbor strategija suočavanja.

Raniji Lazarusovi radovi pokazali su da osobe internalnog lokusa kontrole radije koriste strategije suočavanja usmjerene na problem a one eksternalnog lokusa kontrole radije koriste suočavanje usmjereno na emocije.

Lazarusovi nalazi, kao i nalazi još nekih autora, potakli su Parkesovu da pokuša proučiti relacije lokusa kontrole, procjene događaja i načina suočavanja sa stresnim epizodama. Našla je da lokus kontrole u prvom redu značajno utječe na čestinu izvještavanja o pojedinim kategorijama stresnih epizoda, koje je podijelila u nisko, srednje i visoko stresne epizode. Eksternalni izvješćuju o većem broju srednje i visoko stresnih epizoda. Lokus kontrole i suočavanje posredovano je subjektivnom procjenom karakteristika stresne situacije. Pri tome, internalni se trude shvatiti specifične zahtjeve situacije pa onda svoje suočavanje sužavaju na ograničeni broj za situaciju prikladnih načina suočavanja. Suprotno njima, eksternalni ne procjenjuju stresne epizode tako jasno a pri suočavanju koriste supresiju više negoli direktno suočavanje s problemima. Međutim, na minorne probleme podjednako reaguju i internalni i eksternalni.

U istraživanjima stabilnih i situacijskih determinanti suočavanja D. J. Terry (1994) također nalazi da je lokus kontrole značajan stabilni faktor suočavanja. Osobe ekternalnog lokusa kontrole tendiraju koristiti se eskapizmom koji je u Lazarusovu upitniku Ways od Coping (WOCQ) operacionaliziran u terminima dnevnih maštanja, potiskivanja i sl. Međutim, kako je Terryeva proučavala veći broj osobnih varijabli u relaciji s procjenama stresnih događaja i suočavanjem, ali i veći broj situacija, te koristila sofisticiranije tehnike statističkih analiza, bilo joj je moguće utvrditi da eskapizam u stvari koriste osobe ekternalnog lokusa kontrole, visokog neuroticizma i niskog samopoštovanja. Nalazi Terryeve potvrđuju važnost procjena u stresnom procesu te pružaju empirijsku potvrdu Lazarusovu transkacijskom modelu. Nalazi, da su za suočavanje važni i stabilni i situacijski faktori, ujedno su i odmak od spomenuta Lazarusova gledišta o stabilnim osobinama u procesu stresa.

Prikaz osnovnih rezultata glede važnosti lokusa kontrole u procesu stresa pokazuje da je priroda veza lokusa kontrole s procjenama stresnosti događaja i sa suočavanjem s njima slična vezama što ih s tim varijablama procesnog modela stresa ostvaruje i neuroticizam. Pri tome su procjene događaja u ekternalnih slične onima visokog neuroticizma a internalnih onima niskog neuroticizma. Ovo ne iznenađuje s obzirom na to da je utvrđena značajna korelacija između neuroticizam i lokusa kontrole. U radu Walsh i suradnika (1994) ta korelacija iznosi .41 (u smislu je visoki neuroticizam povezan s ekternalnošću). Međutim, prema istraživanjima K. Parkes (1984. i 1986) neuroticizam i lokus kontrole ne ostvaruju slične efekte na planu suočavanja. Na minorne probleme podjednako reagiraju i interalni i ekternalni. Visoko neurotični pak "gube" se već i na sitnijim stvarima, a nisko neurotični tim stvarima ne pridaju važnost i potiskuju ih.

Pri razradi nacrtu istraživanja procesa stresa, a u vezi s aktualnim ciljem istraživanja, ove sličnosti i razlike između neuroticizma i lokusa kontrole valja respektirati.

3. *Osobna čvrstoća (hardiness) u procesu stresa*

U suvremenoj literaturi o osobnim faktorima koji su povezani sa zdravljem, odnosno koji omogućuju efikasno suočavanje sa stresnim događajima, navodi se i *osobna čvrstoća* (engl. *hardiness*). Taj kontsrukt je u područje stresa uvela S. C. Kobasa (1979), i to prilikom svojih istraživanja stresa rukovodilaca.

Autorica je smatrala da valja pomaknuti interes istraživača od tzv. velikih dimenzija ličnosti te se usmjeriti na opću životnu orijentaciju i motivaciju ljudi. Pretpostavljala je da bi ovi faktori mogli utjecati na interpretaciju stresnih događaja. Osobinu koja može doprinositi optimističkim kognitivnim procjenama i odlučnim akcijama suočavanja Kobasa naziva osobnom čvrstoćom.

Neka istraživanja pokazala su da čvrste osobe ne doživljavaju stresne događaje kvalitativno drukčije od manje čvrstih, nego da one bolje uočavaju pozitivne događaje kao što i sebe doživljavaju sposobnim kontrolirati loše događaje.

Faktorske analize Hardiness skale, kako ju je konstruirala Kobasa, pokazale su da osobna čvrstoća predstavlja faktorski kompleksan, zapravo prilično "nečist", konstrukt. Više pokušaja poboljšanja te mjere (danas postoji već treća generacija tih mjera) rezultirala su psihometrijski provjerenom i adekvatnom skalom koja mjeri osobnu čvrstoću kao kompozit triju osobnih dispozicija: predanosti, kontrole i izazova. Osobe kod kojih je razvijena predanost nisu otuđene, one uživaju u onome što ih zanima, ne dosađuju se i imaju osjećaj smislenosti života. Ovaj opis predanih osoba podsjeća na opis samoaktualiziranih osoba kakvoga nudi Maslow, što navodi na ideju da bismo nekim mjerama samoaktualizacije mogli mjeriti ovu komponentu osobne čvrstoće. Oni pak kod kojih je razvijena kontrola nemaju osjećaj nemoći pred teškoćama niti ih pasivno promatraju nego ih nastoje svladati vlastitim snagama. Osobe kod kojih je razvijen izazov ne mire se s rutinom i sigurnošću, spremne su prihvatiti novo i nepoznato.

Ove tri komponente su međusobno povezane ali ne i identične. Uzete zajedno omogućuju snalaženje u susretu sa životnim teškoćama (Maddi i Khoshaba, 1994). Ispitivanja pomoću skale koja mjeri te tri komponente pokazuju da osobna čvrstoća ima funkciju ublaživača stresa. Pri tome, osobna je čvrstoća relativno nezavisna od drugih ublaživača stresa (npr. od socijalne podrške), što potvrđuju istraživanja Ganellena i Blaney, 1984. (prema Hannah i Morrissey, 1987).

Iako je Kobasa prilikom ispitivanja rukovodilaca utvrdila značajnu povezanost osobne čvrstoće sa zdravljem, takvi rezultati nisu potvrđeni u svim istraživanjima. V. Vizek-Vidović (1990) navodi kako u istraživanjima sa suradnicima nije našla povezanost osobne čvrstoće i zdravlja kod srednjih rukovodilaca.

Novija evidencija uvjerljivo pokazuje da je kompozitna mjera osobne čvrstoće dobar prediktor mentalnog zdravlja. Pokazuje se negativna korelacija osobne čvrstoće s anksioznošću i depresijom kao i s rezultatima na više skala MMPI upitnika, točnije, sa skalama socijalne introverzije, paranoje, histerije, psihastenije (Maddi i Khoshaba, 1994).

Hull i suradnici (prema Sheperd i Kashani, 1991) tvrde pak da ima dovoljno dokaza da samo predanost i kontrola posjeduju prihvatljive psihometrijske karakteristike i da su samo one dobri prediktori menatlnog i tjelesnog zdravlja.

Vjerojatno zbog nesuglasja glede valjanosti ovog konstrukta, unatoč postojanju triju generacija mjera osobne čvrstoće, neki autori radije koriste Rotterovu skalu lokusa kontrole u svojim istraživanjima stresa i zdravlja. Na tu skalu oslanjala se i Kobasa na početku svoga bavljenja osobnom čvrstoćom. Konačno, ona je i otkrila da je komponenta kontrole, iz kompozita što ga je nazvala osobnom čvrstoćom, najbolji prediktor zdravlja rukovodilaca. To govori da je možda dovoljno mjeriti samo lokus kontrole u nacrtima istraživanja u kojima je zdravlje "izlazna" varijabla.

Ako je osobna čvrstoća kompozitna mjera, onda bi se ona mogla ispitati i na druge načine a ne samo pomoću Hardiness skale. Takva ideja izgleda da je bila osnovica odluke Diona i suradnika (1992) da osobnu čvrstoću operacionaliziraju u terminima lokusa kontrole i samopoštovanja. U ispitivanju su krenuli s pretpostavkom (osnovanom na empirijskim rezultatima i na opažanjima u svakodnevnom životu) da biti vidljiva manjinska grupa (npr. azijska u Kanadi) može biti izuzetno stresno iz niza različitih razloga. Kod odraslih pripadnika te manjinske grupe mjerili su percipiranu diskriminiranost, osobnu čvrstoću i psihološke simptome (probleme spavanja, brigu, i dr.). Našli su da je iskustvo diskriminiranosti pozitivno povezano sa simptomima, što se slagalo s nalazima nekih drugih kanadskih autora. Takva veza bila je značajno veća u skupini ispitanika s niskom osobnom čvrstoćom. Također, u skupini visoke osobne čvrstoće percipirana diskriminiranost i psihološki simptomi nisu bili povezani, dok je ta povezanost značajna kod skupine niske osobne čvrstoće.

Dok su ranija istraživanja referirala o objektivnim faktorima koji omogućuju ublažavanje averzivna dnevna iskustva diskriminacije (npr. bolje obrazovanje, bolji ekonomski status), ovo istraživanje sukladno je s njima, iako je ublaživač operacionaliziran u terminima osjećaja kontrole i samopoštovanja. Valja napomenuti da su ta dva indikatora osobne čvrstoće ipak zasnovana na realnim mogućnostima, tj. na obrazovanosti, materijalnoj neovisnosti i sl.

Iako je u području stresa pojava konstrukta osobne čvrstoće u teorijskom smislu dosta obećavala, mišljenja smo da na metodološkom planu takva očekivanja nisu ispunjena. Kao kompozitna mjera, osobna čvrstoća pokazuje dobru povezanost s nekim varijablama u procesu stresa, ali ti rezultati nisu uvijek konzistentni. Dapače, konzistentniji su rezultati vezani uz jednu komponentu ovog konstrukta - uz kontrolu. Čini se stoga da bismo pri istraživanjima osobnu čvrstoću mogli zamijeniti samo jednom mjerom - mjerom kontrole. Tome u prilog govori i pregled literature o potencijalnim odbojnicima stresa što su ga

objavili Cohen i Edwards (1989). Između mnogih osobina ličnosti, koje mogu biti odbojници stresa u različitim situacijama, samo se dvije pokazuju konzi-
stentno zadovoljavajućima. To su osjećaj kontrole i samopoštovanje.

4. Samopoimanje u procesu stresa

Istraživanja odnosa između samopoimanja, odnosno samopoštovanja kao njegova evaluativnog aspekta, i reakcija na pozitivne odnosno negativne životne događaje novijeg su datuma. Budući da autori konceptualiziraju samopoštovanje i kao stabilnu crtu i kao stanje (Demo, 1992), ono u procesu stresa može biti proučavano kao ublaživač stresa, kao moderator, kao medijator ali i kao "izlazna", zavisna varijabla.

Generalizirano samopoštovanje kakvo, na primjer, mjeri Rosenbergova skala samopoštovanja, pokazuje visok stupanj stabilnosti u vremenu. Iako se samovrednovanje vrši iz trena u tren, generalizirano samopoštovanje stabilno je i kroz situacije. Tu stabilnost, prema Markusu (1977), osigurava internalna kognitivna generalizacija sebe, utječući na procesiranje self-relevantnih informacija. Zbog toga se događaji interpretiraju sukladno sa samopoimanjem. Osobe visokog samopoštovanja percipiraju će životne događaje različito od osoba niskog samopoštovanja. Visoko samopoštovanje može biti efikasan ublaživač stresa, što je potvrđeno u nizu recentnih inozemnih istraživanja (prema Stake i suradnici, 1995). I jedno naše ispitivanje (Lacković-Grgin i Sorić, 1995) pokazuje da pri dolasku na studij brucoši visokog samopoštovanja studijska opterećenja percipiraju značajno nižima nego brucoši niskoga samopoštovanja.

Pored toga, nakon negativnih događaja osobe niskog samopoštovanja vrednuju sebe negativnije, i to znatno češće nego što osobe visokog samopoštovanja vrednuju sebe pozitivnije nakon pozitivnih događaja. Samopoštovanje ima važnu ulogu pri primarnoj ali i pri sekundarnoj procjeni događaja. Osobe nižeg samopoštovanja drukčije se suočavaju od osoba visokog samopoštovanja.

Pretpostavljalo se da će osobe niskog samopoštovanja nakon negativnih događaja imati i više negativnih afekata od osoba visokog samopoštovanja. No, u nekoliko istraživanja posvećenih odnosu samopoštovanja i negativnih afektivnih reakcija na negativne događaje nije utvrđena značajna povezanost (Stake i suradnici, 1995). Spomenuti autori smatraju, na osnovi analize metodologije tih istraživanja, da su ti teorijski neočekivani rezultati posljedica odabira samo jednog stresnog događaja nakon kojega su se ispitivale afektivne reakcije. Oni su stoga u svom ispitivanju pokušali dobiti indikacije o pozitivnim i negativnim afektivnim reakcijama kao agregatnoj mjeri za

mногоstruke životne događaje. U ispitivanju su koristili osam scenarija životnih događaja, tražeći od ispitanika procjenu svoje afektivne reakcije na te događaje, i to na listi od 28 pridjeva. Faktorskom analizom liste pridjeva utvrđena su dva faktora: pozitivni i negativni afekti. Pored toga, nakon svakog pročitanoг scenarija ispitanici su bili dužni odgovoriti na pitanje o svojoj globalnoj samoevaluaciji u opisanoj situaciji. Dva tjedna ranije ispitani su Rosenbergovom skalom samopoštovanja.

Multivarijatne analize podataka ispitivanja rezultirale su sljedećim osnovnim nalazima. Samopoštovanje je konzistentno dobar prediktor reakcija na negativne događaje. Osobe niskog samopoštovanja izvješćuju o većem opadanju (u vremenu) globalnog samopoštovanja. One također tendiraju većoj generalizaciji važnosti negativnih događaja a nakon negativnih događaja imaju značajno negativnije afekte od osoba visokog samopoštovanja.

Nešto drukčiju sliku daju rezultati analize pozitivnih životnih događaja. Samopoštovanje ne prognozira tako konzistentno reakcije na pozitivne događaje. Ispitanici svih razina samopoštovanja iskazuju pozitivne pomake u samovrednovanju nakon pozitivnih događaja. Nije utvrđena značajna povezanost između samopoštovanja i pozitivnih afektivnih reakcija nakon pozitivnih događaja.

Iz ovog istraživanja mogao bi se izvesti opći zaključak, da je samopoštovanje mnogo bolji prediktor reakcija na negativne nego na pozitivne životne događaje. U tom smislu čini se nužnim istaknuti da je pri pokušajima prevencije negativnih posljedica stresnih životnih događaja jačanje samopoštovanja napora dostojan terapijski cilj. To tim više što analize događanja u procesnom modelu stresa pokazuju da u stvari negativni afekti izazivaju negativne posljedice za tjelesno i mentalno zdravlje.

Kad su životni događaji percipirani kao prijetnja selfu ili kao povreda samopoštovanja, Steele smatra (prema Jalajasu, 1994) da odgovor na takve događaje mora biti jednak ili jači od povrede selfa. Samo tada odgovor će biti efikasan u smislu zaštite samopoštovanja: ako je odgovor na povredu slabiji od povrede, samopoštovanje će opasti a dugoročne posljedice stresa bit će nepovoljnije. Steele time upozorava da se samopoštovanje može promatrati ne samo kao ublaživač nego i kao medijacijska varijabla. Stoga smo mišljenja da je medijacijsku ulogu samopoštovanja oportuno istraživati u vezi sa stresom u socijalnim ulogama, ali kao facetu samopoštovanja relevantnu za ulogu, a ne kao generalizirano samopoštovanje, jer je ono stabilnije.

Opće samopoštovanje se u istraživanjima tretira kao moderatorska varijabla. Nalazi se da su osobe visokog samopoštovanja manje depresivne od osoba niskog samopoštovanja. Također, korelacije između stresora i zadovoljstva životom značajno su veće u osoba s nižim negoli u osoba s višim

samopoštovanjem (Mossholder i sur. 1981). Nakon priopćenja rezultata na kognitivnim testovima osobe niskog samopoštovanja u daljnjem radu na zadacima mnogo više griješe od osoba visokog samopoštovanja (prema Hubbs-Tait i Blodgett, 1989). To bi moglo značiti da osobe niskog samopoštovanja imaju slabije mogućnosti suočavanja, tj. one možda očekuju da će se slabije nositi s problemima, pa se ponašaju sukladno takvim svojim očekivanjima. U prilog navedene pretpostavke govore rezultati McCalla i Struthersa (1994). Oni su našli da osobe niskog samopoštovanja tendiraju strategiji izbjegavanja u suočavanju s problemima, pri čemu tu strategiju muškarci koriste više od žena. U istraživanju tih autora izbjegavanje je operacionalizirano u terminima uzimanja alkohola, dugih vožnji i šetnji ali i konzumiranjem omiljenih jela.

Hubbs-Tait i Blodgett nalaze značajni moderatorski efekt samopoštovanja u osoba koje pripadaju A-tipu ličnosti na njihove odgovore u stresnim životnim događajima. A-tipovi s niskim samopoštovanjem reaguju na stresne događaje značajno većim poremećajima dijasoličkog tlaka od osoba A-tipa s visokim samopoštovanjem. Ovaj podatak unosi više jasnoće u već klasične nalaze o povezanosti A-tipa ličnosti i koronarnih oboljenja. Izlazi, da su većem riziku od takvih bolesti izloženi A-tipovi niskog samopoštovanja.

Ulogu samopoštovanja u procesu stresa proučavao je i Jalajas (1994). To se istraživanje razlikuje od do sada spominjanih zato što je autor proučavao linearni strukturalni odnos između well-beinga, samopoštovanja i uspješnosti u traženju posla, te dobi i spola. Korišten je kratkoročni longitudinalni pristup a podaci su analizirani pomoću LISREL-a. Osnovni nalazi te studije pokazali su da neuspješno traženje posla oštećuje samopoštovanje, a to onda dovodi do gubitka zadovoljstva. Time je dokazana medijacijska uloga samopoštovanja. Ti rezultati sukladni su s nalazima Pearlina i suradnika (prema Jalajas, 1994), koji su utvrdili da samopoštovanje posreduje u odnosu između traumatskih životnih događaja i depresije. Dakle, kad stresni događaji mijenjaju samopoštovanje, ono se javlja kao medijacijska varijabla.

Naše istraživanje prijelaza i prilagodbe na studij pokazalo je da samopoštovanje direktno prognozira zadovoljstvo uspjehom na studiju i da se ne mijenja tijekom prve godine studija. Također, samopoštovanje se pokazalo najboljim prediktorom stresnosti tijekom prve godine studija (Lacković-Grgin i Sorić, 1996).

Uzeti zajedno, rezultati istraživanja uloge samopoštovanja u procesu stresa upućuju da, u ovisnosti o prirodi varijabli uključenih u istraživačke modele stresa (posebice npr. o prirodi stresora), samopoštovanje se može javljati kao ublaživač stresa, kao moderator, kao medijator i kao direktni prediktor stresnih posljedica. To znači da je u ranijim studijama koje su samopoštovanje tretirale kao "izlaznu" varijablu ignorirana njegova kompleksna

važnost u procesu stresa. Uključivanje ove varijable u istraživačke modele stresa, uz različite stresore, omogućit će bolje razumijevanje dinamike toga procesa, značenja u njemu nekih drugih osobnih varijabli ali i bolju predikciju kratkoročnih i dugoročnih posljedica stresa.

5. Anksioznost u procesu stresa

Veliki broj različitih shvaćanja anksioznosti ukazuje da taj davni psihološki konstrukt još ni danas nije do kraja razjašnjen. Tako npr. u opsežnom korpusu recentnijih referenci pojam anksioznosti autori poistovjećuju sa stresom, u čemu osobito prednjače autori iz Vel. Britanije i Australije (prema Hinton i sur. 1991). Neki drugi ga određuju kao nagon, za neke je on emocionalno stanje, za neke crta ličnosti.

Nešto više jasnoće u određivanju anksioznosti donijeli su pokušaji razlikovanja stanja i crte anksioznosti u radovima Spielbergera, Endlera i Magnusona i nekih drugih (prema Endler, 1988). Stanje anksioznosti je prolazno a crta anksioznosti je relativno stabilna osobina ličnosti koja zapravo predstavlja mjeru individualnih razlika u sklonosti ka stanju anksioznosti u okolnostima koje su stresne. Znači da će osoba s izraženom crtom anksioznosti doživljavati u stresnoj situaciji značajno viši nivo stanja anksioznosti od osobe s manje izraženom crtom anksioznosti. Prema Endleru (1980) takve pretpostavke potvrđene su od više autora koji su odnose crte i stanja anksioznosti ispitali u situacijama koje su ugrožavale samopoštovanje osoba. Međutim, tako pretpostavljeni odnos crte i stanja anksioznosti nije potvrđen u situacijama koje su osobe fizički ugrožavale. Nesuglasnot nalaza u dvije navedene situacije (opasnosti za samopoštovanje i fizičke opasnosti) Endler objašnjava metodološkim razlozima, tj. korištenjem jednodimenzionalnih mjera anksioznosti. Naime, ako se mjeri crta anksioznosti kojom se procjenjuje prijetnja egu (kao u slučaju odabira Spielbergove STAI-skale), onda s njom nekongruentna situacija fizičke opasnosti neće rezultirati povezanošću te skale s diferencijalnim promjenama u stanju anksioznosti. Endler time ističe da se njegovo shvaćanje anksioznosti razlikuje, odnosno da su, po njegovu mišljenju, i crta i stanje anksioznosti multidimenzionalni. U njegovu modelu razlikuju se individualne dispozicije (crta anksioznosti) i aktualne reakcije (stanje anksioznosti). Njih u mjerenju treba dobro razlikovati, kao što i individualne dispozicije valja procjenjivati s obzirom na situacijski kontekst (Endler i sur. 1989; 1994). Stanje anksioznosti Endler razmatra kao funkciju interakcije između specifične dimenzije crte anksioznosti i kongruentne situacije koja ugrožava osobu. Zajedno sa svojim suradnicima razvijao je skale za mjerenje anksioznosti

prema tom interakcionističkom modelu. Niz eksperimentalnih i psihometrijskih provjera rezultiralo je priređenim multidimenzionalnim skalama EMAS-S i EMAS-T, za mjerenje stanja i crte anksioznosti (Endler i suradnici, 1989).

Budući da nas u ovom radu interesiraju varijable ličnosti u procesu stresa, kratko će se prikazati skale koje mjere *crtu anksioznosti*. Nju mjeri EMAS-T skala, koja se sastoji od četiri subskale s obzirom na to da Endlerov model anksioznosti razlikuje četiri tipa (dimenzije) crte anksioznosti. To su dimenzije: situacije socijalne evaluacije, fizički opasne situacije, nejasne (nove i nepoznate) situacije i svakodnevnne situacije. Svaka od EMAS-T subskala sadrži 15 čestica. Autori referiraju o dobrim metrijskim svojstvima skala. Rezultati ispitivanja dokazuju konstruktnu i konkurentnu valjanost tih skala te njihovu solidnu pouzdanost, što je potvrđeno i u nekim domaćim istraživanjima (Sorić i suradnici, 1995., Ždero, 1996).

Ipak, EMAS-T skale još uvijek se relativno rijetko koriste za ispitivanje crte anksioznosti u istraživanjima koja su pokušala utvrditi važnost crte anksioznosti u procesu stresa. Češće se koriste ranije skale (npr. Taylorova, Spielbergerova i dr.).

Polazeći od transakcijskog modela stresa Jerusalem i Schwarzer (1989) istražuju s ciljem utvrđivanja u kojoj mjeri individualne razlike u resursima osobe i njezinoj ranjivosti mogu predvidjeti preferencije strategija suočavanja u stresnim situacijama. Pri tome su osobne resurse operacionalizirali u terminima samopoimanja (mjerili su samopoštovanje i samoefikasnost). Ranjivost su operacionalizirali u terminima anksioznosti (mjerili su testnu i socijalnu anksioznost). Stresno iskustvo operacionalizirali su u terminima opterećenja i vremenskog pritiska a mjerili su i suočavanje usmjereno na problem i na emocije.

Pomoću LISREL-a testiran je kauzalni model u kojem su samopoimanje i anksioznost tretirani kao antecedente stresa i suočavanja. Utvrđeno je da su najbolji prediktori suočavanja usmjereno na emocije anksioznost i percipirani stres. S druge strane, percipirani stres i samopoimanje direktni su prediktori suočavanja usmjereno na problem. Iz vrijednosti path-koeficijenata korelacije vidi se da samopoimanje iskazuje i indirektni efekt na suočavanje usmjereno na problem, dok anksioznost ne iskazuje takav indirektni efekt. Kad osoba bira suočavanje usmjereno na emocije u uvjetima koji objektivno omogućuju suočavanje usmjereno na problem, može se kazati da se ona slabije prilagođava. Toj slabijoj prilagodbi direktno doprinosi crta anksioznosti. U tom smislu efekti crte anksioznosti slični su efektima neuroticizma. Valja napomenuti da neuroticizam i anksioznost Zuckerman tretira kao jednu dimenziju u svom petfaktorskom modelu ličnosti, za koji tvrdi da je maksimalno specificiran i potvrđivan u oba spola i u različitim populacijama (prema Schmitz, 1993).

Brojna istraživanja stresa zbog invazivnih medicinskih zahvata indiciraju da osobe s visokim nivoom crte anksioznosti u takvim situacijama doživljavaju viši nivo stanja anksioznosti i da izvješćuju o većem nivou boli od osoba nižeg nivoa crte anksioznosti (prema AlAbsi i Rokke, 1991). U svom dobro zacrtanom eksperimentu AlAbsi i Rokke utvrdili su da anksioznost ima različitu važnost za percepciju boli, ovisno o tome je li relevantna za bol. Preciznije, utvrdili su da osobe visoko anksiozne glede opeklina, u situacijama izlaganja visokoj temperaturi, iskazuju značajno više bola od onih koji nisu anksiozni glede opeklina. Također, našlo se da osobe visoko anksiozne glede električnog šoka, u situacijama izlaganja visokoj temperaturi izvješćuju o manjoj boli od osoba anksioznih glede opeklina.

Rezultati te eksperimentalne studije situirani u okvir Schachterove teorije emocija osnažuju Endlerovo gledište o važnosti kongruentnosti crte anksioznosti i situacije koja ugrožava osobu pri proučavanjima usmjerenima na stresne reakcije ili na posljedice stresa.

Osim u situacijama koje poput invazivnih medicinskih zahvata tjelesno ugrožavaju osobe, crta anksioznosti istraživana je i u situacijama socijalne evaluacije, kakve su situacije ispita na različitim stupnjevima školovanja. Tih studija ipak je značajno manje od onih u kojima se proučavao utjecaj stanja anksioznosti na ispitna postignuća. Na osnovi meta-analize takvih studija Seipp (1991) zaključuje da postoji umjerena značajna povezanost između stanja anksioznosti i školskih postignuća, pri čemu i neke druge varijable djeluju kao moderatori. Među njima nalazi se i crta anksioznosti, čiji utjecaj na stanje anksioznosti i/ili na uspjeh na ispitima ispituje više autora (Edwards i Trimble, 1992; Endler i sur. 1994; Sorić, 1995).

Endler i sur. (1994) našli su da je dimenzija socijalne evaluacije crte anksioznosti dobar prediktor stanja ispitne anksioznosti, jednako kao i suočavanje usmjereno na emocije, a Edwards i Trimble izvješćuju da ta dimenzija crte anksioznosti, zajedno sa suočavanjem usmjerenim na ispitne zadatke i na emocije, dobro prognozira uspjeh na ispitu. Dimenzija socijalne evaluacije crte anksioznosti (zajedno s procjenom prijete i procjenom kontrolabilnosti postignuća na ispitu) u značajnoj mjeri objašnjavaju stanje ispitne anksioznosti u istraživanju što ga je u prirodnim uvjetima provela I. Sorić (1995). Slaganje u nalazima o važnosti crte anksioznosti u situacijama ispita očito su posljedica činjenice da su svi spomenuti autori polazili od Endlerova modela anksioznosti te da su koristili iste skale, tj. EMAS-T i EMAS-S skale.

Na kraju valja istaknuti da sličnost efekata što ga u procesu stresa imaju crta anksioznosti i neuroticizam mogu potencijalne istraživače dovesti u priliku da pri izradi nacрта odaberu jednu od tih varijabli iz sasvim praktičnih razloga (npr. zbog dostupnosti dobrog mjernog instrumenta) s racionalom da su učinci

tih dimenzija podjednaki. Mislimo da bi pri odabiru ipak trebalo biti presudnije ono što se želi istraživati. Ako se radi o nekim sasvim specifičnim stresnim situacijama (kirurškog zahvata, ispita, skoka s padobranom) i njihovim specifičnim posljedicama, bilo bi produktivnije odabrati crtu anksioznosti. Pri istraživanjima globalnijih stresnih situacija (rata, ekonomske krize, razvojnih tranzicija, bračnih sukoba i sl.) i nekih njihovih globalnijih posljedica, čini se da je bolje odabirati neuroticizam kao antecedentnu varijablu.

Pitanja o specifičnosti i globalnosti varijabli u procesu stresa na neki je način aktualno u još jednom širokom području istraživanja varijabli ličnosti. O tim istraživanjima postoji opsežna recentna ali i ranija literatura. Riječ je o istraživanjima nekih tipova ličnosti u kontekstu nastajanja različitih psihosomatskih bolesti (kardiovaskularnih, gastrointestinalnih, raka i sl.).

6. Tipovi ličnosti u procesu stresa

Inicijalna istraživanja osobnih faktora koji doprinose pojavi i razvoju psihosomatskih oboljenja pripisuju se Friedmanu i Rosenmanu (prema Janisse i Dyck, 1988).

U svezi s različitim psihosomatskim bolestima spominju se tri tipa ličnosti, i to: A, B i C tip. A-tip obilježavaju sljedeće komponente: izražena kompetitivnost, hostilnost, agresivnost i užurbanost. B-tip karakterizira relativna odsutnost spomenutih karakteristika A-tipa, a C-tip obilježavaju potiskivanje neugodnih emocija, pretjerano socijalno konformiranje, beznađnost, bespomoćnost i sl.

U pregledu literature iz ovog područja, što ga je 1983. godine objavio Houston (prema Janisse i Dyck, 1988), uvjerljivo se pokazalo da postoji značajna povezanost između A-tipa ličnosti i povećanog nivoa fiziološkog reagiranja u stresnim situacijama (npr. povećanje sekrecije norepinefrina, kateholamina i sl.). Dakle, A-tip iskazuje u stresnim situacijama veći nivo uzbuđenosti od B-tipa. Ove razlike mogle bi se, prema Houstonu, interpretirati na nekoliko načina. Čini se da A-tip ima povećanu potrebu da kontrolira okolinu pa ga poremećaji u njoj više ugrožavaju. Pored toga, A-tip teško podnosi neuspjeh pa ga i to aktivira da bi ga izbjegao ili nadvladao.

U laboratorijskim istraživanjima doista je otkriveno da A i B tipovi različito reagiraju kad stresor napada njihov ego, ali ne i kad je stresor relativno irelevantan za ego (npr. bolni podražaji na koži). A-tip u situacijama prijetnji egu reagira povećanjem srčanog ritma a u situacijama fizičke prijetnje ne. Srčane reakcije B-tipa podjedanke su u obje situacije. Neki pokusi dali su rezultate o većim razlikama ovih dvaju tipova u promjenama krvnog tlaka nego u srčanom ritmu.

Osim u fiziološkim reakcijama na stresne situacije, A i B tipovi ličnosti razlikuju se i u psihološkom reagiranju. Janisse i suradnici (1987; prema Janisse i Dyck, 1988) ispitali su A i B tipove studenata o tome kako atribuiraju svoja postignuća na ispitima. Ustanovili su da studenti A-tipa odabiru značajno više atribucije koje "služe" selfu negoli studenti B-tipa. Ako su uspjeli, studenti A-tipa to pripisuju svojim sposobnostima, a ako nisu uspjeli to pripisuju lošoj sreći ili drugim eksternalnim faktorima. To čine značajno češće od studenata B-tipa ličnosti.

Navedene razlike između A i B tipa ličnosti u fiziološkim reakcijama na stres nisu dobivene u svim istraživanjima. U traganju za uzrocima tih nekonzistentnosti poslužila nam je meta-analiza literature o A-tipu autora Matthewesa (1988). Autor nalazi da nesuglasni rezultati uglavnom pripadaju studijama u kojima se A i B tip ličnosti utvrđivao pomoću Jenkins Activity Survey ili općenito samoizještavanjem. Naprotiv, autori koji su koristili strukturirani intervjui (SI) dobivali su vrlo konzistentno rezultate da A-tip dobro prognozira koronarna oboljenja.

Pored toga, niz autora (npr. Dembrowski i Costa, 1987; Siegeman i Dembrowski, 1989) na osnovi svojih istraživanja ukazuju da je hostilnost (kao jedna od važnih komponenti A-tipa) najbolji prediktor koronarnih oboljenja. Drugim riječima, kad se A-tip preciznije operacionalizira, dobivaju se konzistentniji nalazi.

Iz toga proizlazi da su A i B pa i C tipovi ličnosti, poput tipova iz ranijih tipologija, zapravo prilično nečisti konstrukti koje treba preispitati te u njima pronaći bitne dimenzije koje ih dobro diskriminiraju. Izgleda da hostilnost u tom smislu podosta obećava, jer je utvrđeno da je ona povezana s povećanom kardiovaskularnom reaktivnošću, s interpersonalnim stresom i s manje socijalne podrške, odnosno sa socijalnom izolacijom.

Pomak što je učinjen u smjeru odabira boljih indikatora A-tipa (ponajprije hostilnosti i agresivnosti) odrazio se i na odabiranje kriterijskih varijabli. Ne utvrđuju se samo veze između hostilnosti i fizioloških i psiholoških reakcija koje participiraju u nastajanju koronarnih oboljenja, nego se pokušava prognozirati i smrtnost od tih oboljenja. Utvrđeno je da visoka postignuća na mjerama hostilnosti dobro prognoziraju smrtnost zbog koronarnih oboljenja (prema Wade i sur. 1994). Uz mjere globalne hostilnosti postoje i skale koje mjere neke aspekte hostilnosti (cinizam, hostilne atribucije i hostilne afekte, agresivnost, socijalno izbjegavanje). Našlo se da smrtnost najbolje predviđaju cinizam, hostilni afekti i agresivnost.

U predikciji smrtnosti od koronarnih bolesti A i B tip ličnosti nije se pokazao dobrim prediktorom. Istraživanja na nekoliko zapadnih populacija (npr. danske, belgijske, francuske) nisu potvrdila efekte A i B tipa ličnosti na

smrtnost od koronarnih oboljenja. To je navelo autorice Orth-Gomér i Undén (1990) na proučavanje ne samo tipova ličnosti nego i socijalnog i psihološkog konteksta u kojemu žive oboljele osobe. One su deset godina pratile tri skupine od po 50 muškaraca srednje dobi i to: skupinu s klinički utvrđenim koronarnim oboljenjem, skupinu sa standardnim faktorima rizika i skupinu zdravih muškaraca. Na početku su prikupljeni podaci o njihovu obrazovanju, zanimanju, bračnom statusu, socijalnoj integritaciji te je utvrđeno kojem tipu ličnosti pripadaju. Za ovo posljednje korišten je strukturirani intervju. Nakon deset godina utvrdilo se da je umrlo 37 muškaraca a da je stopa smrtnosti bila najveća u skupini s koronarnim oboljenjima a najmanja u skupini inicijalno zdravih. Zatim, utvrđeno je da među umrlima ima podjednak broj osoba A-tipa i B-tipa ličnosti, tj. nije nađen prognostički efekt ovih tipova na smrtnost ispitanika. Analizom podataka o socijalnom kontekstu utvrdilo se da među umrlima ima najveći broj A-tipa ličnosti koji je živio u socijalnoj izolaciji. Dakle, nije relevantan samo tip ličnosti već i socijalni kontekst. Kod B-tipa socijalna izolacija nije u tolikoj mjeri determinirala smrtnost. Tragajući za objašnjenjima ovih razlika, autorice su pretpostavile da socijalna izolacija A-tipa ličnosti (koji su obično opisani kao ekstraverti i društveni) izaziva u njih hostilnost koja u kombinaciji sa socijalnom izolacijom predstavlja negativni prediktor preživljavanja.

O važnosti hostilnosti govore i neka ranija istraživanja kardiovaskularnih reakcija u situacijama uznemirujućih socijalnih interakcija. Utvrđeno je da A-tip ličnosti u takvim situacijama reagira povećanjem hostilnosti ali i povećanjem srčanog ritma i krvnog pritiska (Delameter i sur. 1989). Dakle, za A-tip ličnosti s izraženom hostilnošću nisu rizične samo situacije socijalne izolacije nego i za njih iritantne socijalne interakcije.

Kratkoročne emocionalne reakcije na stres A-tipa ličnosti bile su predmetom istraživanja Harta i sur. (1991). Autori su provjeravali kakva je važnost iracionalnih vjerovanja (teorijski relevantnih za A-tip ličnosti) u reakcijama na stresne podražaje. Utvrdili su da se u vrlo stresnim situacijama oni s visokim iracionalnim vjerovanjima značajno više ljute od onih s niskim iracionalnim vjerovanjima. Značajnu povezanost vjerovanja tipičnih za A-tip ličnosti s hostilnošću i fiziološkim medijatorima kardiovaskularnih oboljenja (npr. s povećanim kolesterolom i lipidima) našli su u svim istraživanjima Watkins i sur. (1989).

Suglasni smo u mišljenju da su ovi rezultati vrlo relevantni za kliničke psihologe u njihovim pokušajima pomaganja klijentima u reduciranju ekscitivnih emocionalnih reakcija, odnosno njihovih fizioloških korelata koji narušavaju zdravlje.

Kakve strategije suočavanja koriste osobe A-tipa ličnosti, zanimalo je one istraživače koji su pretpostavljali da su strategije suočavanja medijatori veze između A-tipa ličnosti i kardiovaskularnih bolesti, odnosno prerane smrti oboljelih od tih bolesti. Hart (1988) ispituje skupinu studenata osam dana prije važnog ispita pomoću Jenkisonova upitnika (JAS-Form T) i upitnika CSI, koji je zapravo jedna hibridna forma Lazarusova WOCQ-a. Upitnik CSI mjeri sljedeće strategije suočavanja: suočavanje usmjereno na problem, zatim na emocije, pa izbjegavanje, traženje socijalne podrške, kognitivno restrukturiranje i samookrivljanje. Osim globalne mjere A-tipa, autor je izdvojio i komponentne bodove za užurbanost i kompetitivnost. Našao je značajnu povezanost između globalne mjere A-tipa i suočavanja usmjerenog na problem te s kognitivnim restrukturiranjem (ovo posljednje našao je jedino kod djevojaka). Kod mladića utvrđena je najveća korelacija između užurbanosti i traženja socijalne podrške ali negativnog predznaka. U djevojaka je užurbanost i kompetitivnost pozitivno povezana sa samookrivljanjem. Takve realacije u skladu su s nalazima o većoj kontrolabilnosti u osoba A-tipa ličnosti. Veće samookrivljanje kod djevojaka možda služi kao "iluzija" o posjedovanju kontrolle, kao što kod mladića netraženje socijalne podrške izražava osjećaj kontrolabilnosti situacije.

Zanimljivo je da A-tipovi koje obilježava izraženija užurbanost manje koriste socijalnu podršku jer to nije u skladu s ekstravertiranošću A-tipa (kako je on opisan od mnogih). Naime, ranije smo navodili da se ekstraverti upravo najviše koriste traženjem socijalne podrške. No, rezultat što ga je dobio Hart sukladan je s nalazima da je socijalna izolacija povezana s većom smrtnošću od koronarnih oboljenja A-tipova. Njihovo netraženje socijalne podrške (zbog osjećaja kontrolabilnosti događaja) moglo bi se interpretirati kao rizični faktor smrtnosti.

Na kraju valja nešto reći o C-tipu ličnosti koji se spominje u vezi s oboljenjima od raka. U medicinskim krugovima izražava se značajno više skepticizma glede relacija nekih faktora ličnosti s oboljenjem od raka usprkos bogatoj evidenciji o ulozi ličnosti u razvoju i ishodu bolesti raka (Dixon i Dixon, 1991). C-tip ličnosti određuju sljedeće karakteristike: potiskivanje ranih stresnih iskustava, pretjerano socijalno konformiranje, potiskivanje emocija, beznadnost, bespomoćnost i sl. Između A i C-tipa ličnosti postoje relacije osobito izražene u dimenzijama kao što su lokus kontrole i samoefikasnost, ali i u atribucijskom stilu. Prema Eysencku (1985, 1988) uvjeti razvoja kardiovaskularnih oboljenja i razvoja raka različiti su i mogu se opisati u kontrastima između A i C-tipa. Npr. to su emocionalna prenaplašenost nasuprot potiskivanju emocija, nestrpljivost nasuprot kontroli ponašanja, hostilnost nasuprot pretjeranoj ljubaznosti i sl.

Dugogodišnja praćenja stanovnika jednog vojvođanskog sela i Heidelberga u Njemačkoj pokazala su, između ostalog, da u slučaju gubitka voljenih objekata osobe sklone raku (C-tip) reaguju osjećajem bespomoćnosti, beznadnosti i depresije kao i represijom otvorenih emocionalnih reakcija (prema Eysenck, 1988). Tijekom desetogodišnjeg praćenja u Vojvodini je od raka umrlo 47 posto osoba C-tipa i 8 posto osoba A-tipa, dok je od koronarnih bolesti u tom razdoblju umrlo 29 posto osoba A-tipa i 5 posto osoba C-tipa. U dvije kategorije nesklonih ovim bolestima postotak smrtnosti bio je značajno niži.

U više studija proučavano je trajanje života nakon dijagnoze raka u relaciji s ličnošću i imunološkim sposobnostima organizma da pobijedi bolest. Greer i suradnici (1979. i 1985; prema Eysenck, 1988) pratili su deset godina žene oboljele od raka dojke. Našli su bolje ishode u žena "borbena duha" nego u onih koje su iskazivale bespomoćnost ili koje su stoički podnosile svoju nedaću. Nađena je i pozitivna povezanost između melanoma i pasivnosti, odnosno potiskivanja emocija (Eysenck, 1988, Dixon i Dixon, 1991). Praćenje reakcija imunološkog sustava pokazalo je porast prirodnih ubojica bolesnih stanica kod borbenih ali ne i kod bespomoćnih osoba. Beznadnost se pokazala čvrsto povezanom sa smrtnošću od raka (prema Everson i sur. 1996).

Dixon i Dixon nalaze da oboljele od raka i koronarnih bolesti dobro diskriminiraju postignuća u mjerama angažiranosti i problema u karijeri. Značajno više rezultate na tim mjerama imali su oboljeli od koronarnih bolesti nego oni oboljeli od raka. Zdravi su u tim mjerama zauzimali središnju poziciju. Autori su mišljenja da je neangažiranost u karijeri i manji problemi s njom u vezi kod C-tipa ona strategija kojom te osobe pokušavaju naći malo ugone u životu. Međutim, možda takvom strategijom izlažu se "sudaru" s realnostima što na duži rok može biti izuzetno stresno.

Kad se razmotri priroda odnosa A, B i C-tipa ličnosti s medijatorima i posljedicama stresa pa se zatim ti rezultati usporede s rezultatima dobivenim u istraživanjima uloge dimenzija ličnosti koje smo prikazali, dolazi se na ideju koja se čini vrlo razložnom. Naime, mjerenja A, B i C-tipa ličnosti su zapravo "štedljiva" mjerenja ranije navedenih dimenzija ali i nekih koje nisu spominjane u prethodnim dijelovima ovoga rada (npr. hostilnost, agresivnost, bespomoćnost, beznadnost). Postavlja se pitanje o produktivnosti takve vrste štedljivosti, i to sa stajališta jasnoće i konzistentnosti rezultata. Zapravo, postavlja se pitanje heurističke vrijednosti ove tipologije kao uostalom i svih tipologija u psihologiji ličnosti.

Literatura

- ALABSI, M. and ROKKE, P. D. (1991): Can anxiety help us to tolerate pain?, *Pain*, 46, 43-51.
- AMIRKHAN, J. H., RISINGER, R. T. and SWICKERT, R. J. (1995): Extraversion : A "Hidden" Personality Factor in Coping?, *Journal of Personality*, 63, 2, 189-212.
- ATKONSON, M. and VIOLATO, C. (1994): Neuroticism and coping with anger : the trans-situational consistency of coping responses, *Personality and Individual differences*, 17, 6, 769-782.
- BEN-PORATH, Y. S. and TELLEGEN, A. (1990): A Place for Traits in Stress Research, *Psychological Inquiry*, 1, 14-17.
- BOLGER, N. and SCHILLING, E. A. (1992): Personality and the problems of everyday life : The role of neuroticism in exposure and reactivity to daily stressors, (Rukopis za tisak, dobiven od prvog autora.).
- COHEN, S. and EDWARDS, J. R. (1989): Personality characteristics as moderators of the relationship between stress and disorder, u knjizi : Neufeld, R. W. J. (Ed): *Advances in the investigation of psychological stress*, Wiley, New York, str. 235-283.
- COSTA, P. T. and McCRAE, R. R. (1988): From catalog to classification : Murray's needs and the five-factors model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 258-265.
- COSTA, P. T. and McCRAE, R. R. (1990): Personality : Another "Hidden Factor" in Stress Research, *Psychological Inquiry*, 1, 22-24.
- DELAMATER, A. M., ALBRECHT, R., SMITH, J. A. and STRUBE, M. J. (1989): Cardiovascular correlates of Type A behavior components during social interaction, *Journal of Psychosomatic Research*, 33, 5, 641-650.
- DEMBROWSKI, T. M. and COSTA, P. T. (1987): Coronary-prone behavior : components of the Type A pattern and hostility, *Journal of Personality*, 55, 211-235.
- DEMO, D. H. (1992): The self-concept over time: Research issues and directions, *Annual Review of Sociology*, 18, 303-326.
- DION, K. L., DION, K. K. and WANG-PING PAK, A. (1992): Personality-based hardiness as a buffer for discrimination-related stress in members of Toronto's Chinese Community, *Canadian Journal of Behavioural Science*, 24, 4, 517-536.
- DIXON, J. P. and DIXON, J. K. (1991): Contradictory tendencies in the perception of life conflicts in persons with cardiovascular disease and persons with cancer, *Personality and Individual differences*, 12, 8, 791-799.

- EDWARDS, J. M. and TRIMBLE, K. (1992): Anxiety, coping, and academic performance, *Anxiety, Stress, and Coping*, 5, 337-350.
- ENDLER, N. S. (1980): Person-Situation Interaction and Anxiety, u knjizi: Kutash, I. L., Schlesinger, L. B. and Ass (Eds): *Handbook on Stress and Anxiety*, Jossey-Bass Publishers, San Francisco.
- ENDLER, N. S. (1988): Hassles, Health and Happiness, u knjizi: Janisse, M. P. (Ed): *Individual Differences, Stress, and Health Psychology*, Springer-Verlag, New York, 24-57.
- ENDLER, N. S., EDWARDS, J. M. VITTELI, R. and PARKER, J. A. (1989): Assessment of state and trait anxiety : The factor structure of the Enderl multidimensional Anxiety Scale, *Anxiety, Stress and Coping*, 2, 1-14.
- ENDLER, N. S. KANTOR, L. and PARKER, J. D. A. (1994): State-trait coping, state-trait anxiety and academic performance, *Personality and Individual Differences*, 16, 5, 663-670.
- EVERSON, S. A. GOLDBERG, D. E., KAPLAN, M. A., COHEN, R. D., PUKKAKA, E., TUOMILEHTO, J. and SALONEN, J. T. (1996): Hopelessness and Risk of Mortality and Incidence of Myocardial Infarction and Cancer, *Psychosomatic Medicine*, 58, 113-121.
- EYSENCK, H. J. (1985): Personality, cancer and cardiovascular disease: A causal analysis, *Personality and Individual Differences*, 6, 535-556.
- EYSENCK, H. J. (1988): Personality and Stress as Causal Factors in Cancer and Coronary Disease, u knjizi: Janisse, M. P. (Ed): *Individual Differences, Stress, and Health Psychology*, Springer-Verlag, New York, 129-145.
- HANNAH, T. E. and MORRISEY, C. (1987): Correlates of Psychological Hardiness in Canadian Adolescents, *The Journal of Social Psychology*, 127:1(4), 339-344.
- HART, K. E. (1988): Association of Type A behaviour and its components to Ways of coping with stress, *Journal of Psychosomatic Research*, 32, 2, 213-219.
- HART, K. E., TURNER, S. H., HITTNER, J. B., CARDOZO, S. R. and PARAS, K. C. (1991): Life stress and anger : moderating effects of Type A irrational beliefs, *Personality and Individual Differences*, 12, 6, 557-560.
- HEPPNER, P. P., COOK, S. W., WRIGHT, D. M. and JOHNSON W. C. Jr. (1995): Progress in Resolving Problems: A Problem-focused Style of Coping, *Journal of Counseling Psychology*, 42, 3, 279-293.

- HINTON, J. W. ROTHEILER, E. and HOWARD, A. (1991): Confusion between stress and state anxiety in a much used self-report "stress" inventory, *Personality and Individual Differences*, 12, 1, 91-94.
- HUBBS-TAIT, L. and BLODGET, C. J. (1989): The Mediating Effects of Self-esteem and Corronary-prone behavior on problem solving and affect under low and high stress, *Journal of Behavioral Medicine*, 6, 101-110.
- JALAJAS, D. S. (1994): The Role of Self-esteem in the Stress Process : Empirical Results From Job Hunting, *Journal of Applied Social Psychology*, 24, 22, 1984-2001.
- JANISSE, M. P. and DYCK, D. G. (1988): The Type A Behavior Pattern and Coronary Heart Disease : Physiological and Psychological Dimensions, u knjizi: Janisse, M. P. (Ed): *Individual Differences, Stress, and Health Psychology*, Springer-Verlag, New York, 57-72.
- JERUSALEM, M. and SCHWARZER, R. (1989): Anxiety and self-concept as antecedents of stress and coping : A longitudinal study with German and Turkish adolescents, *Personality and Individual Differences*, 10, 7, 785-792.
- KOBASA, S. C. (1979): Stressful life events, personality and health : An inquiry into hardiness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- LACKOVIĆ-GRGIN, K. i SORIĆ, I. (1996): Prijelaz i prilagodba na studij : jednogodišnje praćenje, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru*, 34(11), 53-67.
- LAZARUS, R. S. and FOLKMAN, S. (1987): Transactional theory and research on emotion and coping, *European Journal of Personality*, 1-3, 141-170.
- LAZARUS, R. S. (1990): Theory-Based Stress Measurement, *Psychological Inquiry*, 1, 1, 3-13.
- MADDI, S. R. and KHOSHABA, D. M. (1994): Hardiness and Mental Health, *Journal of Personality Assessment*, 63, 2, 265-270.
- MARKUS, H. (1977): Self-shemata and processing information about the self, *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- MATTHEWS, K. A. (1988): Coronary heart disease and Type A behaviors : Update on and alternative to the Booth-Kewley and Friedman (1987) quantitative review, *Psychological Bulletin*, 104, 373-380.
- McCALL, M. and STRUTHERS, N. J. (1994): Sex, Sex-Role Orientation and Self-esteem as a Predictors of Coping Style, *Journal of Social Behavior and Personality*, 9, 4, 801-810.

- McCRAE, R. R. and COSTA, P. T. Jr. (1986): Personality, coping, and coping effectiveness in an adult sample, *Journal of Personality*, 54, 385-405.
- McCRAE, R. R. and JOHN, O. P. (1992): An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications, *Journal of Personality*, 60, 2, 175-215.
- McCRAE, R. R. and COSTA, P. T. Jr. (1995): Trait explanations in personality psychology, *European Journal of Personality*, 9, 231-252.
- MOSSHOLDER, K. W., BEDEIAN, A. G. and ARMENAKIS, A. A. (1981): Role perceptions, satisfaction and performance: Moderating effects of self-esteem and organizational level, *Organizational Behavior and Humane Performance*, 28, 224-234.
- ORTH-GOMÉR, K. and UNDÉN, A. L. (1990): Type A Behavior, Social Support, and Coronary Risk : Interaction and Significance for Mortality in Cardiac Patients, *Psychosomatic Medicine*, 52, 59-72.
- PARKES, K. R. (1984): Locus of control, cognitive appraisal, and coping in stressful episodes, *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 3, 655-668.
- PARKES, K. (1986): Coping in stressful episodes : The role of individual differences, environmental factors, and situational characteristics, *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1277-1292.
- RIM, Y. (1987): A comparative study of two taxonomies of coping styles, personality and sex, *Personality and Individual Differences*, 8, 521-526.
- ROTTER, J. R. (1954): *Social learning and clinical psychology*, Prentice Hall, New York.
- SCHMITZ, P. G. (1993): Personality, stress-reactions, and psychosomatic complaints, u knjzi: Van Heck, G. L. Bonaiuto, P. Deary, I. J. and Nowack, W. (Eds): *Personality Psychology in Europe*, Vol. IV, Tilburg University Press.
- SEIPP, B. (1991): Anxiety and academic performance : A meta-analysis of findings, *Anxiety Research*, 4, 27-41.
- SHEPPERD, J. A. and KASHANI, J. H. (1991): The Relationship of Hardiness, Gender, and Stress to Health Outcomes in Adolescents, *Journal of Personality*, 59, 4, 747-768.
- SIEGEMAN, A. W. and DEMBROWSKI, T. M. (Eds): *In search of coronary-prone behavior : Beyond Type A*, Hillsdale, N. J. : Lawrence Erlbaum.
- SORIĆ, I. (1995): *Kauzlane atribucije i strategije suočavanja u školskoj situaciji ispitivanja znanja*, magistarska radnja.

- SORIĆ, I. TAKŠIĆ, V. i PROROKOVIĆ, A. (1995): Provjere Endlerovih skala i modela anksioznosti, *Radovi Filozofskog fakulteta u Zadru*, 33(10), 57-69.
- STAKE, J. E. HUFF, L. and ZAND, D. (1995): Trait Self-esteem, positive and negative events, and event-specific shifts in self-evaluation and affect, *Journal of Research in Personality*, 22, 223-241.
- TERRY, D. J. (1994): Determinants of Coping : The Role of Stable and Situational Factors, *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 5, 895-910.
- VIZEK-VIDOVIĆ, V. (1990): *Stres u radu*, Zagreb, Radna zajednica RKSSOH-a.
- WADE, T. J. WITHAM, K. and ABRAMOVITZ, J. S. (1994): Sex differences in trait hostility at levels above and below the mean, *Personality and Individual Differences*, 17, 1, 79-84.
- WALSH, J. J., WILDING, J. M. and EYSENCK, M. W. (1994): Stress responsivity : The Role of Individual Differences, *Personality and Individual Differences*, 16, 3, 385-394.
- WATKINS, P. L. FISHER, E. B., SOUTHARD, D. R., WARD, C. H. and SCHECHTMAN, K. B. (1989): Assessing the relationship of Type A beliefs to cardiovascular disease risk and psychosocial distress, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 11, 1, 113-125.
- ŽDERO, V. (1996): *Provjera Endlerova modela anksioznosti i načina suočavanja sa stresom*, diplomatska radnja.

*Katica Lacković-Grgin, Tomislav Grgin: THE PERSONALITY
IN THE PROCESS OF STRESS*

S u m m a r y

A critique of Lazarus's views on the significance of personality traits in the process of stress prompted the authors of the article to reexamine the empirical evidence pertaining to the question which personality traits effects to a greater or lesser degree the process and outcome of the stress process.

Abundant recent empirical findings are divided into a number of groups according to the trait or type of personality. The authors consider the significance of personality traits from the so-called big-five model, then the role and significance of the locus of control, hardiness, self-esteem, anxiety and the A, B, C types of personality.

The authors discovered that personality traits explain why certain people get into stress situations more frequently than others and that personality traits influence the assessment of stress events and the modes of coping with stress. In addition, certain traits directly (endogeneously) influence the outcome of stress (physical and mental well being, life satisfaction).

The paper draws our attention to numerous methodological problems relating to the research of this problematic.