

# Zašto je teško "ostati doma"? Istraživanje ponašanja osoba koje su kršile samoizolaciju tijekom pandemije Covid-19

---

Tilinger, Marina

Master's thesis / Diplomski rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:285396>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom](#).

Download date / Datum preuzimanja: **2024-12-27**



**FILOZOFSKI FAKULTET**  
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

[FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek](#)



Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Marina Tilinger

**ZAŠTO JE TEŠKO „OSTATI DOMA“? ISTRAŽIVANJE PO-  
NAŠANJA OSOBA KOJE SU KRŠILE SAMOIZOLACIJU TI-  
JEKOM PANDEMIJE COVID-19**

Diplomski rad

Mentor: doc.dr.sc. Dino Krupić

Osijek, 2021.

Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Psihologija

Marina Tilinger

**ZAŠTO JE TEŠKO „OSTATI DOMA“? ISTRAŽIVANJE PO-  
NAŠANJA OSOBA KOJE SU KRŠILE SAMOIZOLACIJU TI-  
JEKOM PANDEMIJE COVID-19**

Diplomski rad

Društvene znanosti, Psihologija, Opća psihologija

Mentor: doc.dr.sc. Dino Krupić

Osijek, 2021.

## **Prilog: Izjava o akademskoj čestitosti i o suglasnosti za javno objavljivanje**

### **IZJAVA**

Izjavljujem s punom materijalnom i moralnom odgovornošću da sam ovaj rad samostalno napravio te da u njemu nema kopiranih ili prepisanih dijelova teksta tuđih radova, a da nisu označeni kao citati s napisanim izvorom odakle su preneseni.

Svojim vlastoručnim potpisom potvrđujem da sam suglasan da Filozofski fakultet Osijek trajno pohrani i javno objavi ovaj moj rad u internetskoj bazi završnih i diplomskih radova knjižnice Filozofskog fakulteta Osijek, knjižnice Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku i Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu.

U Osijeku, 01.svibnja 2021.

 ,0122220700

## **Zašto je teško „ostati doma“? Istraživanje ponašanja osoba koje su kršile samoizolaciju tijekom pandemije Covid-19**

Od početka 2020. godine, društvo se suočava s pandemijom Covid-19 zbog čega su propisane različite preventivne mjere kako bi se suzbilo širenje zaraze. Pri tome se može primijetiti kako se neki pojedinci ne pridržavaju takvih mjera što može predstavljati rizik za šire okruženje. Zbog toga, ovo istraživanje nastoji ispitati ulogu osobina ličnosti u kršenju najrestriktivnije mjere – samoizolacije. Online upitnikom (N=164) istraživala se vrijednost traženja uzbuđenja, samokontrole u predviđanju kršenja samoizolacije te medijatorska uloga nerealističnog optimizma i altruizma u tom odnosu. Provedbom hijerarhijske regresijske analize, muški spol, traženje uzbuđenja i nerealistični optimizam pokazali su se značajnim prediktorima kršenja samoizolacije. Takvi rezultati naglašavaju važnost razmatranja individualnih razlika u osobinama ličnosti u objašnjavanju rizičnog ponašanja tijekom pandemije kako bi se za navedenu skupinu osmislili edukativni programi i intervencije.

*Ključne riječi:* Covid-19 pandemija, kršenje samoizolacije, traženje uzbuđenja, samokontrola, nerealistični optimizam, altruizam

## **Why is it difficult to "stay at home"? Understanding violation of self-isolation during a Covid-19 pandemic based on personality traits**

Since the beginning of 2020, society has been facing a pandemic of coronavirus diseases, which is why various preventive measures have been prescribed to suppress the spread of infection. It can be observed that some individuals do not adhere to such measures which can pose a risk to the wider environment. Therefore, this research examines the role of personality in violating the most restrictive measure – self-isolation. An online questionnaire (N = 164) was developed to explore the value of sensation seeking and self-control in predicting violations of self-isolation and the mediating role of unrealistic optimism and altruism in this relationship. Hierarchical regression analysis showed that male gender, sensation seeking and unrealistic optimism are significant predictors of self-isolation violations. Such results emphasize the importance of considering individual differences in personality traits in explaining risky behavior during a pandemic in order to design educational programs and interventions for the previously mentioned group.

*Key words:* Covid-19 pandemic, violation of self-isolation, sensation seeking, self-control, unrealistic optimism, altruism

## Sadržaj

<b>Uvod</b> .....	1
Traženje uzbuđenja .....	3
Samokontrola .....	4
Nerealistični optimizam .....	5
Altruizam .....	7
<b>Cilj</b> .....	8
<b>Problem</b> .....	8
<b>Metoda</b> .....	9
Sudionici .....	9
Instrumenti .....	9
Postupak .....	12
<b>Rezultati</b> .....	12
Testiranje preduvjeta za provedbu parametrijskih postupaka .....	12
Deskriptivna statistika .....	13
Povezanost korištenih varijabli .....	14
Doprinos sociodemografskih varijabli, traženja uzbuđenja, samokontrole, nerealističnog optimizma i altruizma u objašnjavanju rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covid-19	15
<b>Rasprava</b> .....	16
<b>Zaključak</b> .....	22
<b>Literatura</b> .....	22

## Uvod

Tijekom svog života svaki čovjek može se naći pod prijetnjom novih i iznenađujućih situacija poput prirodnih katastrofa, ratova, klimatskih promjena kojima se treba prilagoditi kako bi preživio. Početkom 2020. godine gotovo cijela populacija je suočena s novim izazovom, virusom Covid-19 s kojim se i dalje (u vrijeme pisanja ovog rada) bori. Covid-19 (SARS-CoV-2) uzrokuje bolest uz koju se vežu simptomi dišnih puteva i povišene temperature te koja nerijetko može dovesti do komplikacija sa smrtnim ishodom. Bolest je prvi put potvrđena u prosincu 2019. godine u gradu Wuhan u Kini nakon čega je, nedavno nakon toga, zbog ubrzanog širenja zaraze diljem svijeta Svjetska zdravstvena organizacija (eng. World Health Organisation; WHO) proglasila pandemiju. U prvoj godini pandemije, zabilježeno je oko 2,16 milijuna smrtnih slučajeva, pri čemu se taj broj kontinuirano povećava, jer cjepivo još uvijek nije dostupno svima. Jedini „lijek“ koji čovjeku u ovim izazovnim trenucima stoji na raspolaganju je odgovorno ponašanje koje može doprinijeti vlastitoj zaštiti, ali i sigurnosti te zdravlju drugih ljudi. Zbog toga je vlada propisala odgovarajuće mjere i poticala na njihovo pridržavanje s ciljem zajedničke borbe protiv Covid-19. Neke od tih mjera odnosi se na nošenje zaštitnih maski i rukavica, održavanje razmaka od minimalno dva metra, pojačana higijena poput učestalog dezinficiranja i pranja ruku, zatvaranje ugostiteljskih objekata i edukativnih ustanova tijekom određenog perioda, ograničeno radno vrijeme nekih objekata, izbjegavanje bliskog kontakta te samoizolacija.

Potonje, samoizolacija, odnosi se na jednu od najrestriktivnijih mjera zdravstvene zaštite koja se provodi temeljem odluke ministra zdravstva. Primjenjuje se na oboljele i na zdrave osobe (bez simptoma) koje su bile izložene riziku zaražavanja odnosno koje se bile u bliskom kontaktu s oboljelom osobom ili su u posljednjih 14 dana boravile u zemljama s lokalnom ili raširenom transmisijom koronavirusne bolesti, u trajanju od 14 dana od napuštanja zahvaćenog područja ili doticaja s oboljelom osobom. Osnovno pravilo je da treba ostati kod kuće (u kućnoj karanteni) i izbjegavati fizički bliski kontakt s drugim osobama. Vrijeme trajanja zdravstvenog nadzora odnosno samoizolacije je 14 dana, zato što inkubacija Covid-19 bolesti (od zaraze do pojave simptoma) može trajati od dva do 14 dana (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, 2020). Ono što se pokazalo je kako takva mjera za neke pojedince predstavlja vrlo težak zadatak kojega, zbog različitih razloga, ne uspiju svladati. Tada govorimo o kršenju samoizolacije što predstavlja ozbiljnu prijetnju za širenjem zaraze koja može rezultirati kobnim posljedicama.

Takvo postupanje odnosno kršenje samoizolacije podudarno je s definicijom antisocijalnog i rizičnog ponašanja koje je određeno kao ponašanje kojim se krše društvene norme te

koje ima štetne posljedice za socijalnu okolinu (Farrington i West, 1990). Ono što je poznato je kako su osobine ličnosti važni prediktori različitih oblika antisocijalnog i rizičnog ponašanja u različitim kontekstima (Frick, 2008; Gray i Snowden, 2016) te u okviru toga, postoje različite teorije koje objašnjavaju etiologiju istoga. U literaturi se najčešće spominju Zuckermanova teorija traženja uzbuđenja (Zuckerman, 1979a), Weinsteinove teorija nerealističnog optimizma (Weinstein, 1980), teorija niske samokontrole (Gottfredson i Hirschi, 1990) te teorije altruizma (Sharabany i Bar-Tal, 1982) koje bi mogle biti od značaja u objašnjavanju kršenja samoizolacije kao novog oblika rizičnog ponašanja.

Aktualna istraživanja teona u vrijeme prethodnih pandemija (npr. SARS-a) pokazala su kako postoje individualne razlike u poštivanju odnosno kršenju preventivnih mjera koje se iskazuju u percepciji rizika, uvjerenjima i osobinama ličnosti. Primjerice, savjesniji pojedinci koji percipiraju veći rizik od zaraze virusom, koji istražuju informacije o bolesti i trenutnim situacijama, koji imaju povjerenja u vladu te koji osjećaju moralnu obavezu prema drugima u većoj mjeri prihvaćaju preventivne mjere (Bults, Beaujean, Richardus i Voeten, 2015; Cho i Lee, 2015). S druge strane, Wolff, Martarelli, Schüler i Bieleke (2020) pokazali su kako je osobama sklonima dosadi bilo teže pridržavati se smjernica pri čemu su se one s visokom samokontrolom lakše pridržavale. Istražili su kako je mračnija strana čovjekove osobnosti povezana s ponašanjem u vrijeme Covid-19 pandemije. Rezultati njihova istraživanja ukazuju kako se osobe koje su visoko na crtama mračne trijade (psihopatija, makijavelizam i narcisoidnost) manje uključuju u preventivna ponašanja što se povezuje s njihovom impulzivnošću (Jones i Paulhus, 2011), fokusu na vlastite interese (Jonason i Fletcher, 2018), te sklonosti ka poduzimanju rizika (Crysel, Crosier i Webster, 2013). Nekoliko istraživanja upućuju na postojanje sociodemografskih razlika kada je riječ o odgovornom ponašanju tijekom pandemije. Primjerice, osobe starije životne dobi kao i žene u većoj mjeri prakticiraju socijalnu distancu i osobnu higijenu (Liao, Cowling, Lam i Fielding, 2010) te su sklonije izbjegavati gužve i fizički kontakt s ciljem izbjegavanja zaraze (Moran i Del Valle, 2016) što se povezuje s njihovom većom percepcijom rizika. Visoko obrazovanje i viši prihodi kućanstva također je povezano s učestalijim poštivanjem mjera (Bish i Michie, 2010).

Kada je riječ o razlikama u osobinama ličnosti i načinima njihova manifestiranja u situaciji pandemije Covid-19 virusa, može se primijetiti kako je fokus istraživanja usmjeren na šire i općenitije dimenzije poput Velikih pet osobina ličnosti (Friedman i Kern, 2014; Yoshitake, Omori, Sugawara, Akishinomiya i Shimada, 2019) ili Mračne trijade pri čemu je manje pažnje posvećeno istraživanju užih osobina. Posljedično, psihološki profil osobe koji bi mogao doprinijeti u predikciji rizičnog ponašanja je oskudniji. Osim toga, dosadašnja istraži-



vanja proučavala su individualne razlike u poštivanju mjera poput nošenja maski i održavanja socijalne distance pri čemu poštivanje najrestriktivnije mjere – samoizolacije ostaje neistraženo. Budući da kršenje samoizolacije možemo smatrati antisocijalnim i rizičnim ponašanjem, za odabir i detekciju relevantnih faktora rizičnosti mogu poslužiti prijašnje teorije i istraživanja rizičnog ponašanja u drugačijim okolnostima poput Zuckermanove teorije traženja uzbuđenja (Zuckerman, 1979a), Weinsteinove teorije nerealističnog optimizma (Weinstein, 1980), teorija niske samokontrole (Gottfredson i Hirschi, 1990) te teorija altruizma (Sharabany i Bar-Tal, 1982). U skladu s tim, ovaj rad nastoji istražiti kakvu ulogu imaju karakteristike traženje uzbuđenja, samokontrola, altruizam i nerealistični optimizam u predviđanju maladaptivnog ponašanja kako bi psihološki profil bio potpuniji i kako bi se detektirale one skupine pojedinaca koje u najvećoj mjeri predstavljaju rizik za druge. U ovom radu nastojat će se ispitati njihova povezanost s kršenjem samoizolacije koje predstavlja veliku opasnost za obolijevanje velikog broja ljudi što može imati smrtne ishode. Pri tome, spoznaja koji pojedinci su skloniji upuštati se kršenju samoizolacije može pomoći u kreiranju za njih adekvatnih intervencija i programa s ciljem promjene ponašanja i smanjivanja zaraze.

### **Traženje uzbuđenja**

Traženje uzbuđenja osobina je ličnosti koja se često povezuje sa sudjelovanjem u različitim rizičnim ponašanjima. Zuckerman (1994) navodi kako ju određuju potreba za traženjem novih, raznovrsnih i intenzivnih podražaja iz okoline te kako uključuje određenu razinu rizika u fizičkim, socijalnim i finansijskim domenama, najčešće zbog samih iskustva (Zuckerman, 1994). U istraživanju Frankena, Gibsona i Rowlanda (1992) traženje uzbuđenja negativno je povezano s tendencijom gledanja na svijet kao prijetećeg i sklonosti očekivanja negativnih ishoda. Prema Zuckermanu (1979b), tražitelji uzbuđenja pozitivniji su i optimističniji te prihvaćaju veći rizik kako bi postigli svoje ciljeve. Osjećaju manje anksioznosti i straha te više pozitivnih senzacija u situacijama koje su nepoznate ili rizične. Oni imaju nižu procjenu rizika u situacijama koje uključuju fizičke, mentalne ili kaznene posljedice. Zbog toga, često su spremni prihvatiti rizik samo kako bi doživjeli uzbuđenje koje je nerijetko povezano s rizičnim ponašanjem (Jonah, 1997). Zuckermanova teorija (1979a) o optimalnoj pobuđenosti sugerira kako navedena sklonost ka uzbuđenju i riziku ima biološku podlogu. Navodi kako svaka osoba ima optimalnu razinu podraživanja koja je potrebna za njegovo ili njeno najbolje funkcioniranje zbog čega će tražiti podražaje, situacije i doživljaje koji će omogućiti postizanje i održavanje istoga. Tako osobe koje imaju visoku granicu pobudljivosti trebaju i traže intenzivnije podražaje kako bi se dobro osjećali u odnosu na pojedince koji imaju nisku grani-

cu optimalne pobuđenosti (Beck, 2000). Pojedinci koji pripadaju toj kategoriji te koji postižu visoke rezultate na skali traženja uzbuđenja su, primjerice, alpinisti i padobranci te bave se raznim ekstremnim sportovima (Breivik, 1996; Breivik, Roth i Jorgensen, 1998). Nadalje, pokazalo se kako osobe koje učestalo konzumiraju alkohol, eksperimentiraju s drogama, patološki kockari te osobe koje se upuštaju u nezaštićene seksualne odnose u većoj mjeri karakterizira spomenuta osobina. Osim što tražitelji uzbuđenja sudjeluju u aktivnostima koja predstavljaju rizik za njih same, također sudjeluju aktivnostima koja mogu imati negativne posljedice za druge. Primjerice, utvrđeno je kako pojedinci koji sudjeluju u delinkventom i dezinhibiranom socijalnom ponašanju poput vožnje u alkoholiziranom stanju (Jonah, 1997) imaju veću razinu traženja uzbuđenja.

S obzirom na navedeno, može se pretpostaviti kako će tražitelji uzbuđenja i u novonastaloj situaciji pandemije pokazivati sličan obrazac ponašanja. Vjerojatno će se zbog podcjenjivanja rizika od obolijevanja te manjeg doživljavanja straha i anksioznosti od zaraze u većoj mjeri uključivati u maladaptivna ponašanja. Zatim, kada bi se „stavili u njihove cipele“, možemo pretpostaviti kako će boravak u trajanju od 14 dana u suviše poznatom i nedovoljno uzbuđujućem okruženju za njih biti nepodnošljivo te kako će u konačnici, u potrazi za snažnijim podražajima kako bi postigli željeno stanje pobuđenosti, u većoj mjeri kršiti samoizolaciju.

### **Samokontrola**

Samokontrola je sposobnost kojom se nagoni, želje, emocije ili ponašanja sukobljavaju s dugoročnim ciljevima (Kanfer i Karoly, 1972) ili prevladavajućim pravilima (Hayes, Gifford i Ruckstuhl, 1996) uspješno prevladavaju ili inhibiraju. Drugim riječima, samokontrola je vještina koja omogućuje da odolimo iskušenjima i nagradama te da se suzdržimo od nepotrebnih, potencijalno štetnih ponašanja uzimajući u obzir potrebe drugih ljudi i socijalnu situaciju (Hagger, Wood, Stiff i Chatzisarantis, 2010). Samokontrola se povezuje s nekoliko važnih procesa koje doprinose boljim ishodima u neizvjesnim i teškim okolnostima. Na primjer, planiranje i promišljanje koje pojedincima može pomoći u predviđanju i pripremi u teškim situacijama. Zatim, emocionalna samoregulacija koja održava emocionalnu stabilnost u neizvjesnim trenucima te usmjerenost koja održava fokus na ono što je pojedincu važno. Sposobnost inhibicije i suzdržavanja od impulzivnog djelovanja važna je za suzdržavanje od vlastitih poriva i nagona te za promišljeno suočavanje s poteškoćama u problematičnim situacijama (Wills, Ainette, Stoolmiller, Gibbons i Shinar, 2008). Kognitivna fleksibilnost odnosi se na modifikaciju strategije ukoliko trenutna ne daje rezultate. Tako je potvrđeno u istraživanju

kako osobe s većom razinom samokontrole u većoj mjeri primjenjuju adaptivne strategije suočavanja (npr. usmjerenost na problem) od maladaptivnih (npr. izbjegavanje) te kako se u većoj mjeri uključuju u plansko i racionalno donošenje odluka prilikom provođenja vlastitih namjera u djelo. Dosadašnja istraživanja ukazuju kako razvijenost ove osobine doprinosi boljim ishodima te ostvarivanju dugoročnih ciljeva. Primjerice, visoka samokontrola povezana je s akademskim, poslovnim i socijalnim uspjehom te dobrim mentalnim i fizičkim zdravljem (de Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stock i Baumeister, 2012; Gottfredson i Hirschi, 1990; Shoda, Mischel i Peake, 1990; Tangney, Baumeister i Boone, 2004). Također, Tangney i suradnici (2004) ukazuju kako osobe s dobrom samokontrolom imaju veću empatiju prema drugima. Nasuprot tome, osobe s niskom samokontrolom impulzivne su, neosjetljivije prema drugima pri čemu ne uzimaju u obzir širu sliku situacije (Willems i sur., 2018). Slaba razvijenost ove osobine može dovesti do nepovoljnih ishoda u pojedinčevu životu te se povezuje s različitim autodestruktivnim i rizičnim ponašanjima kako prema sebi tako i prema drugima. Na primjer, niska razina samokontrole povezana je s većom zlouporabom droga (López-Torrecillas, Peralta, Muñoz-Rivas i Godoy, 2003) i alkohola te upuštanjem u seksualno rizična ponašanja (Griffin, Scheier, Acevedo, Grenard i Botvin, 2012). Zatim, osobe s nižom samokontrolom sklonije su prekomjernom trošenju novaca (Strömbäck, Lind, Skagerlund, Västfjäll i Tinghög, 2017), pušenju cigareta (Daly, Egan, Quigley, Deloney i Baumeister, 2016), te kriminalnim i antisocijalnim radnjama (Muraven, Pogarsky i Shmueli, 2006). Primjenjujući ulogu samokontrole na slučaju Covid-19, možemo pretpostaviti kako će osobe s dobrom samokontrolom u većoj mjeri planirati unaprijed (npr. aktivno se pripremati za pandemiju), bolje regulirati neugodna afektivna stanja (npr. anksioznost, strah, dosadu) izazvane nesigurnošću te će se u većoj mjeri pridržavati vladinih smjernica prevencije i zaštite (npr. samoizolacije, nošenje maski za lice, boravak u kući što je više moguće i održavanje socijalnog distanciranja). S druge strane, osobe s nižom razinom samokontrole vjerojatno će teže kontrolirati vlastite porive, teže podnositi dosadu tijekom samoizolacije te će vjerojatno popustiti iskušenjima za socijalnim aktivnostima i druženjem, a time i kršiti propisane mjere.

### **Nerealistični optimizam**

Ljudi su često angažirani u predviđanju različitih aspekata vlastite budućnosti pri čemu možemo razlikovati pesimiste koji u većini vremena očekuju nepovoljne ishode i optimiste koji obično misle kako će se događaji razvijati na način koji oni priželjkuju. Brojna istraživanja pokazala su kako je optimizam, općenito govoreći, povezan s boljim socijalnim funkcioniranjem, izvedbom te mentalnim kao i fizičkim zdravljem. Oslanjajući se na navedene nalaze,

može se reći kako optimizam generalno doprinosi boljem funkcioniranju pojedinca. Scheier i Carver (2018), u meta-analizi o pozitivnom odnosu optimizma i fizičkog zdravlja ukazuju kako je blagotvoran utjecaj optimizma na zdravlje rezultat dvaju procesa. Prvo, optimizam čini ljude sklonijima poduzimati niz ponašanja koja promiču zdravlje. Drugo, pozitivna očekivanja djeluje na temeljne biološke reakcije osobe na stres što u konačnici promiče bolje fizičko zdravlje. Ipak, neadekvatno previsoka razina optimizma može dovesti do suprotnog učinka, odnosno do nepovoljnih posljedica kako za samu osobu tako i za okolinu. Tada govorimo o nerealističnom optimizmu odnosno o tendenciji negiranja ili podcjenjivanja realne opasnosti (Kardum, Hudek-Knežević i Krapić, 2018). Osobe koje odlikuje takva kognitivna pristranost procjenjuju kako imaju manje šanse od drugog prosječnog čovjeka da im se dogodi neki nepoželjan događaj ili da imaju više šanse da im se ostvari pozitivan životni događaj (Weinstein, 1987). Taylor i Brown (1988) još definiraju nerealistični optimizam kao pozitivnu iluziju koja osobi pomaže da se nosi s potencijalno prijetećim iskustvima. Takva iluzija sprečava realno percipiranje prijetnje što može dovesti do slabijeg uključivanja u preventivna ponašanja te učestalijeg upuštanja u rizična, a time i do negativnih ishoda. To je potvrđeno u brojnim istraživanjima u kojima je dobiven pozitivan odnos između nerealističnog optimizma i rizičnog ponašanja poput konzumiranja narkotika, stupanja u rizične seksualne odnose, bavljenja rizičnim sportovima, itd. (Taylor i sur., 1992). U domeni zdravlja, potvrđen je pozitivan odnos nerealističnog optimizma s vjerojatnošću obolijevanja od različitih bolesti poput alkoholizma i srčanog udara (Weinstein, 1983), raka dojke kod žena te raka prostate kod muškaraca (Clarke, Lovegrove, Williams i Machperson, 2000). Također, pokazano je kako pojedinci pretjerano optimističnog pogleda na svijet imaju izraženiju razinu traženja uzbuđenja (Zuckerman, 2000), što ne iznenađuje jer obje karakteristike obilježavaju podcjenjivanje rizika i tolerancija na stres (Scheier i Carver, 1985).

S obzirom na navedeno o nerealističnom optimizmu, možemo postaviti pitanje kakve bi posljedice takva pojava mogla imati u trenutnoj rizičnoj situaciji pandemije Covid-19 virusa. Može se pretpostaviti kako će osobe koje su pretjerano nerealistične vjerojatno u manjoj mjeri uključivati u preventivna ponašanja (npr. dezinfekcija ruku), pridržavati propisanih mjera, nositi masku, održavati socijalnu distancu i slično, vjerujući kako su manje podložni zarazi od drugih. Jedno od rijetkih istraživanja (Boutebal, Yahi i Madani, 2020) koje je proučavalo nerealistični optimizam u kontekstu Covid-19 potvrdilo je povezanost razine optimizma i poštivanja izolacije. Osobe pretjeranog optimizma u većoj su mjeri izvještavali o nepoštivanju izolacije i socijalne distance. Autori su ponudili objašnjenje kako se vjerojatno takvi pojedinci pozivaju na ograničene informacije kako je Covid-19 opasan samo za stariju populaciju i

kronične bolesnike. Ovaj rad nastoji potvrditi slično, odnosno nastoji se utvrditi medijacijski učinak nerealističnog optimizma u odnosu samokontrole, traženja uzbuđenja te kršenja samoizolacije.

## **Altruizam**

Razvoj ljudskih društava temelji se na uzajamnoj ovisnosti i suradnji, osobito u izazovnim trenucima naglih promjena (Judge, 2019). U okolnostima u kojima postoji prijetnja za dobrobit i opstanak zajednice poput pandemije, pojedinac se nerijetko mora svjesno uključiti u nesebična ponašanja kojima pomaže drugima bez beneficija ili čak uz neka odricanja za onoga kojemu pomaže (Špelić, Zuliani i Milošević, 2013). Takav čin naziva se altruističnim ponašanjem, a sama težnja te naklonost prema dobrobiti i interesima drugih altruizmom. U situaciji pandemije Covid-19 možemo uočiti primjere altruističnog ponašanja poput socijalnog distanciranja, samoizoliranja i nošenja maske s kojima se nadovezuju osobni troškovi u obliku odricanja te doživljavanja fizičke i emocionalne neugode. Naime, socijalno distanciranje te samoizolacija podrazumijevaju fizičko udaljšavanje od bliskih osoba kako bi osoba zaštitila sebe, ali i druge osobe - posebice najvulnerabilnije skupine. Tijekom samoizolacije, osoba se zbog istog razloga odriče hobija i aktivnosti (npr. trčanja) koji se održavaju izvan četiri zida njihova doma zbog čega se suočava s afektivnim stanjima usamljenosti i dosade. Nošenje maske, osobito tijekom duljeg vremenskog perioda može biti nelagodno te dovesti do smetnji u disanju i kontraindikacija budući da se u maskama zadržavaju štetne čestice i flora iz usne šupljine koju ponovno udišemo (Cheng, Wong, Chuang i sur., 2020). Iz ove perspektive, samoizolacija te nošenje maske za lice jasni su altruistični činovi (Cheng, Lam i Leung, 2020). No, koja je motivacijska osnova upuštanja u takva ponašanja? Prema teoriji empatije i altruizma, altruizam se vjerojatno javlja kada doživimo empatiju s osobom kojoj je potrebna pomoć, tako da se stavimo u položaj druge osobe i doživimo događaje i osjećaje koje je ona doživjela (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Navedeno je potvrđeno u istraživanju Pfattheichera, Nockura, Böhmca, Sassenratha i Petersena (2020) u kojemu je viša razine empatije prema vulnerabilnim skupinama kao bazični motiv bila povezana s češćim uključivanjem u altruistična ponašanja tijekom pandemije Covid-19 (socijalno distanciranje i nošenje maske). Također, u istom istraživanju, pokazano je kako eksperimentalno inducirana empatija rezultira usvajanjem navedenih mjera.

Neki autori (Chang, Kim i Lee, 2015) upućuju na povezanost između altruizma i samokontrole. Kanfer (1979) je sugerirao kako su psihološki procesi koji djeluju u altruizmu slični onima u samokontroli pri čemu postoji razlika u ishodu. U samokontroli ishod je prom-

jena ponašanja, jer osoba postiže dugoročne pozitivne koristi po cijenu odustajanja od trenutnih nagrada ili toleriranja averzivne situacije. U altruizmu, osoba izbjegava instrumentalna ponašanja koja vode do izravne nagrade ili izbjegavanja averzivnog podražaja, favorizirajući umjesto toga blagotvoran ishod za drugog. Kada navedena dva procesa djeluju simultano, pojedinac se suočava sa sukobom izbora ili dilemom jer bira između ponašanja koje je u trenutnom vremenu korisno za sebe i ponašanja koje je u istom vremenu korisno za drugu osobu (Yi, Charlton, Porter, Carter i Bickel, 2011). Dewitte i Cremer (2001) navode kako bi se suradnja odnosno altruizam mogao tretirati kao samokontrola, jer opcija „ne surađivati” privlačnija je od suradnje, ali može dugoročno pogoršati situaciju subjekta. Na primjeru pandemije, osoba koja je u samoizolaciji mora „obuzdati“ svoje impulse te odustati od ponašanja (npr. druženja) koje je korisno za nju ili njega kako bi štitila druge osobe od potencijalne zaraze Covidom-19. Pri tome se pretpostavlja kako će empatija i moralna komponenta altruizma doprinijeti samokontroli pojedinca koji je u samoizolaciji „da ostane doma“.

Uzimanje u obzir odabrani set osobina ličnosti te socijalno-kognitivnih varijabli može dovesti do boljeg razumijevanja ponašanja tijekom pandemije Covid-19 virusa. Njihovom zajedničkom analizom nastoji se ispitati i njihov međudnos odnosno ima li određena varijabla direktan učinak na ispitivano ponašanje ili postoji njezin neizravan utjecaj posredstvom medijacijske varijable. Kao što se već impliciralo, ovo istraživanje nastoji istražiti prediktivne vrijednosti osobina samokontrole i traženja uzbuđenja u objašnjenju kršenja samoizolacije kao i medijacijski učinak nerealističnog optimizma i altruizma u tom odnosu.

## **Cilj**

Cilj istraživanja je ispitati individualne razlike u osobinama ličnosti koje predviđaju kršenje samoizolacije tijekom pandemije Covid-19 virusa.

## **Problem**

**P1:** Ispitati predviđa li visoka razina traženja uzbuđenja te niska razina samokontrole rizično ponašanje osoba koje su kršile samoizolaciju tijekom pandemije Covid-19 virusa.

**H1:** Visoka razina traženja uzbuđenja te niska razina samokontrole bit će značajni pozitivni prediktori rizičnog ponašanja osoba koje se kršile samoizolaciju.

**P2:** Provjeriti medijacijski efekt nerealističnog optimizma i altruizma u odnosu između traženja uzbuđenja, samokontrole i rizičnog ponašanja osoba koje su kršile samoizolaciju.

**H2:** Rezultat na mjerama nerealističnog optimizma i altruizma djelomično će posredovati povezanost traženja uzbuđenja, samokontrole i rizičnog ponašanja osoba koje su kršile samoizolaciju.

## Metoda

### Sudionici

U istraživanju je sudjelovao prigodni uzorak od  $N = 164$  sudionika koji je prikupljen metodom „snježne grude“. U uzorak su bili uključeni samo oni pojedinci koji su se tijekom Covid-19 pandemije trebali strogo pridržavati samoizolacije odnosno osobe koje su bile zaražene Covidom-19, koje su bile pod sumnjom epidemiologa o zarazi, bile u kontaktu sa zaraženom osobom te koje su dobile propisanu mjeru samoizolacije. Uzorak se sastojao od 67,7% ( $N = 111$ ) sudionika ženskog i 32,3% ( $N = 53$ ) sudionika muškog spola, u dobi od 18 do 60 godina ( $M = 28,8$ ;  $SD = 8,798$ ). S obzirom na podjelu prema visini prihoda, sudjelovalo je 2,4% ( $N = 4$ ) osobe ispodprosječnih primanja, 8,5% ( $N = 14$ ) osoba čija su primanja malo ispod prosjeka, 48,8% ( $N = 80$ ) osoba prosječnih primanja, 33,5% ( $N = 55$ ) osoba čija su primanja malo iznad prosjeka te 6,7% ( $N = 11$ ) osoba s iznadprosječnim primanjima. Prema stupnju obrazovanja, u uzorku je sudjelovalo 0,6% ( $N = 1$ ) osoba sa završenim osnovnoškolskim obrazovanjem, 39,6% ( $N = 65$ ) osoba sa završenim srednjoškolskim obrazovanjem, 34,1% ( $N = 56$ ) osoba sa završenim sveučilišnim/stručnim preddiplomskim studijem, 24,4% ( $N = 40$ ) osoba sa završenim sveučilišnim/stručnim diplomskim studijem te 1,2% ( $N = 2$ ) osobe sa završenim poslijediplomskim studijem.

### Instrumenti

Prilikom provedbe istraživanja korištene su sljedeće skale samoprocjene: Skala traženja uzbuđenja, Kratka skala samokontrole, Revidirani test životne orijentacije, Skala altruizma te Upitnik rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covid-19 virusa. Također, sudionici su prije ispunjavanja navedenih skala trebali označiti jesu li tijekom pandemije: a) dobili mjeru samoizolacije, b) bili pod sumnjom epidemiologa da su zaraženi Covid-19 virusom, c) bili u kontaktu sa zaraženim, d) bili zaraženi te e) ništa od navedenog. Uz navedeno, sudionici su odgovorili i na sociodemografska pitanja koja su se odnosila na njihovu dob, spol, stupanj obrazovanja te visinu prihoda.

**Skala traženja uzbuđenja**(eng. *Sensation Seeking Scale*, SSS-forma V, Zuckerman, 1996) je instrument za mjerenje razine traženja uzbuđenja. Budući da je traženje uzbuđenja višedimenzionalni konstrukt, skala sadrži četiri subskale: skala traženja uzbuđenja i avanture (TAS),

skala traženja iskustava i doživljaja (ES), skala dezinhibicije ili otkaćenosti (DIS), skala osjetljivosti na dosadu (BS). Svaka subskala sadrži 10 čestica, stoga se cijela skala sastoji od 40 čestica. Format odgovora je dihotoman, odnosno sudionik na tvrdnju odgovara sa „DA“ ili „NE“. Odgovor „DA“ opisuje pojedinca s tendencijom traženja uzbuđenja (npr. „*Volim divlje razuzdane zabave*“), dok odgovor „NE“ opisuje pojedinca sa slabo izrađenom potrebom traženja uzbuđenja. Odgovorima označenima s „DA“ pripisuje se vrijednost jedan, dok se odgovorima označenima s „NE“ pripisuje vrijednost nula. Minimalni rezultat na svakoj subskali iznosi nula, dok maksimalni 10. Ukupni rezultat je zbroj rezultata na pojedinim subskalama koji može biti u rasponu od nula do 40 pri čemu veći rezultat upućuje na višu razinu traženja uzbuđenja. Cronbach alpha ( $\alpha$ ) koeficijent iznosi .87 što ukazuje na dobru pouzdanost skale.

**Kratka skala samokontrole**(eng. *Brief Self-Control Scale, BSCS*; Tangney i sur., 2004) je mjera kontrole misli, emocija, impulsa, ponašanja i razbijanja navika koja sadrži 13 čestica (npr. „*Lako se oduprem iskušenjima.*“ i „*Znam izgovoriti neprimjerene stvari*“). Sudionici trebaju označiti koliko se pojedina tvrdnja odnosi ili ne odnosi na njih na skali Likertovog tipa u rasponu od jedan do pet. Rezultat se formira kao ukupan zbroj odgovora na pojedinu tvrdnju, pri čemu viši rezultat ukazuje na bolju samokontrolu. Najmanji mogući rezultat je 13, a najveći je 65. Pouzdanost upitnika u istraživanjima je zadovoljavajuća i iznosi  $\alpha=.87$  (Tangney i sur., 2004). U ovom istraživanju pouzdanost skale iznosi  $\alpha = .81$ . Hrvatska verzija skale (Rakošec, 2019) koristit će se u ovom istraživanju. Isto kao i u radu autorice Buljan (2017), učinjene su dodatne prilagodbe čestica radi njihova boljeg razumijevanja. Na česticama 7. i 8. riječ „samodisciplina“ zamijenjena je riječju „samokontrola“. Zatim, 9., 11. i 13. čestica su pojednostavljene: „*Uživanje i zabava ponekad su prepreka da završim započeti posao.*“ zamijenjeno je s „*Uživanje i zabava ponekad me sprječavaju da završim posao.*“; „*Sposoban/na sam učinkovito raditi radi postizanja dugoročnih ciljeva*“ zamijenjeno je s „*Sposoban/na sam učinkovito raditi kako bih postigao/la dugoročne ciljeve*“; „*Često djelujem ne razmisliši o svim mogućnostima*“ zamijenjeno je s „*Često djelujem bez da sam prije toga razmislio/la o svim mogućnostima.*“

**Revidirani test životne orijentacije**(eng. *Life Orientation Test – Revisited, LOT-R*; Scheier, Carver i Bridges, 1994) mjera je generalnog optimizma. Sadrži 10 čestica, od kojih se 2., 5., 6. i 8. čestica ne boduju, jer one služe za prikriivanje prave svrhe ispitivanja. Zadatak ispitanika je da na skali Likertovog tipa od nula do četiri (od „u potpunosti netočno“ do „u potpunosti točno“) iskažu svoj stupanj slaganja s pojedinom tvrdnjom. Ukupan rezultat formira se zbrajanjem pri čemu se 3., 7. i 9. čestica trebaju rekodirati. Moguće je ostvariti rezultat u rasponu



od nula do 24 te viši rezultat ukazuje na veću razinu optimizma. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za ovu skalu je zadovoljavajuća te iznosi  $\alpha = .79$ . Test je preveden s engleskog jezika na hrvatski za potrebe istraživanja Raboteg-Šarić, Merkaš i Majić (2011) te je takav korišten i u ovom istraživanju. Radi boljeg razumijevanja, čestica „*Gotovo nikad ne očekujem da će nešto poći po mome*“ zamijenjena je s „*Gotovo nikad ne očekujem da će nešto biti onako kako sam zamislio/la*“.

**Skala altruizma** (Raboteg-Šarić, 2002) mjera je altruizma koja se sastoji od ukupno 17 tvrdnji. Rezultat na skali je frekvencija upuštanja u altruistična ponašanja, primarno prema nepoznatim ljudima. Ispitanici odgovaraju na skali Likertovog tipa od nula do četiri, gdje nula označava „nikad“, a četiri „jako često“. Ukupni rezultat dobiva se jednostavnim zbrajanjem odgovora za pojedine tvrdnje koji može biti u rasponu od nula do 68 pri čemu viši rezultat upućuje na veću uključenost u altruistična ponašanja. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije u drugom istraživanju (Raboteg-Šarić, 2002) iznosi  $\alpha = .84$ , dok u ovom istraživanju iznosi  $\alpha = .89$ . Za potrebe ovog istraživanja učinjeno je nekoliko izmjena kako bi se čestice prilagodile sudionicima različitih dobnih skupina te u različitim okruženjima. Uklonjena je prva čestica koja se isključivo veže uz školsko okruženje („*Pokazao/la sam prijatelju koji je bio bolestan školsko gradivo.*“) te preoblikovane su šesta („*Posudio/la sam prijatelju knjigu ili bilježnicu koja je i meni hitno trebala.*“ u „*Posudio/la sam prijatelju stvar koja je i meni hitno trebala.*“) i deseta čestica („*Dao/la sam dio mog džeparca prijatelju kojemu je novac hitno trebao.*“ u „*Dao/la sam ili posudio/la sam novac prijatelju.*“). Iz osme čestice uklonjeno je „*ispred telefonske govornice*“ budući da one danas više nisu u učestaloj primjeni. Prema tome, u ovom istraživanju skala altruizma sadržavat će 16 čestica te je moguće ostvariti rezultat od nula do 64.

**Upitnik rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covid-19 virusa** konstruirana je skala za potrebe ovog istraživanja. Mjeri pridržavanje odnosno nepridržavanje propisanog ponašanja prema naputcima Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo uslijed pandemije Covida-19 od uvođenja restrikcija (od 16. ožujka 2020. godine). Pitanja su raspoređena u tri kategorije: mjere opreza, druženje s drugima i rekreacije na otvorenom. Zadatak sudionika je da prema njihovom najboljem sjećanju odgovore koliko su se često tijekom samoizolacije ponašali na opisani način (npr. „*Primao/primala sam goste.*“) prema sljedećem ključu za odgovore: 1= nikad, 2= rijetko (1-2 puta), 3= ponekad (3-4 puta), 4= često (5-6 puta), 6= vrlo često (više od 6 puta). Ukupni rezultat dobiva se jednostavnim zbrajanjem odgovora za pojedine tvrdnje koji može biti u rasponu od 15 do 75 pri čemu viši rezultat upućuje na veću uključenost u rizična ponašanja tijekom Covid-19 pandemije. Pouzdanost ove skale iznosi  $\alpha = .89$ .

## Postupak

Istraživanje je provedeno u mjesecu kolovozu 2020. godine na razini Republike Hrvatske putem online obrasca koji je objavljivan na različitim internetskim stranicama. Obrazac, za čije je ispunjavanje procijenjeno trajanje od 20 minuta, uključivao je uputu, bateriju testova te zahvalu za sudjelovanje u istraživanju. U uputi, sudionici su bili obaviješteni o anonimnosti, dobrovoljnosti, trajanju i svrsi istraživanja.

## Rezultati

### Testiranje preduvjeta za provedbu parametrijskih postupaka

Prije statističke analize podataka provjerena je pretpostavka o normalnoj raspodjeli istraživanih varijabli primjenom različitih testova. Jedan od njih je Kolmogorov – Smirnovljev (K-S) test normaliteta koji pokazuje kako su varijable samokontrola, traženje uzbuđenja te altruizam normalno distribuirane ( $p > .05$ ). Također, ukazuje na asimetričnu distribuciju nerealističnog optimizma i kršenja samoizolacije ( $p < .05$ ) zbog čega su razmotreni dodatni pokazatelji normalnosti raspodjele. Indeksi kurtičnosti i spljoštenosti potvrđuju nalaze K-S testa osim za varijablu nerealistični optimizam koja se, prema Klineu (2005) može smatrati normalno distribuiranom, jer apsolutna vrijednost indeksa asimetričnosti ne prelazi vrijednost tri, a vrijednost indeksa spljoštenosti vrijednost osam. Za izračun apsolutnih vrijednosti korištene su formule  $z(s) = S-0/SEs$  i  $z(k) = K-0/SEk$  (Field, 2005). Vizualna inspekcija histograma i Q-Q dijagrama također ukazuje na normalnu distribuciju varijabli. Problematičnom se pokazala varijabla kršenje samoizolacije, jer ne udovoljava kriterijima navedenih mjera normalnosti. Varijabla kršenje samoizolacije pozitivno je asimetrična odnosno većina rezultata koncentrirana se na manjim vrijednostima. S obzirom na istraženu pojavu ove varijable moguće je kako je dobivena asimetričnost realan pokazatelj distribucije odgovora na istraženom uzorku. Osim toga, Petz (1997) navodi kako je moguće koristiti parametrijsku statistiku ukoliko su distribucije pravilne, međusobno slične te kod dovoljno velikih uzoraka. Zbog svega navedenog, smatra se opravdanim upotreba parametrijskih postupaka u daljnjoj obradi podataka.

Tablica 1. Provjera normaliteta distribucije za varijable korištene u istraživanju (N = 164)

Varijable	K-S	Sz	Kz
Traženje uzbuđenja	.057	.37	-1.53
Samokontrola	.050	-.30	-.74
Nerealistični optimizam	.071*	-2.69	1.20

Altruizam	.053	-.36	-1.64
Kršenje mjera	.128*	5.93	2.19

*Legenda:* K-S – Kolmogorov-Smirnov test, S–indeks asimetričnosti, K–indeks spljoštenosti, \*p<.05

### Deskriptivna statistika

U Tablici 2. prikazani su osnovni deskriptivni parametri te koeficijenti unutarnje konzistencije (Cronbach  $\alpha$ ) za ispitivane varijable.

*Tablica 2.* Deskriptivni podaci i koeficijenti unutarnje konzistencije za ispitivane varijable ( $N = 164$ )

Varijable	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Tmin</i>	<i>Tmax</i>	<i>Pmin</i>	<i>Pmax</i>	$\alpha$
Traženje uzbuđenja	17.88	7.575	0	40	2	36	.87
Samokontrola	42.79	8.800	13	65	21	65	.81
Nerealistični optimizam	14.39	4.595	0	24	0	24	.79
Altruizam	46.31	10.307	0	64	19	64	.89
Kršenje mjera	28.47	12.435	15	75	14	70	.88

*Legenda:* *M* - aritmetička sredina, *SD* - standardna devijacija, *Tmin* - teorijski minimum, *Tmax* - teorijski maksimum, *Pmin*- postignuti minimum, *Pmax* - postignuti maksimum,  $\alpha$  – Cronbach alfa

Standardna devijacija varijable kršenje mjera pokazuje visoku raspršenost rezultata što upućuje kako su se sudionici ovog istraživanja u različitoj razini pridržavali propisane samoizolacije. Postignut je teorijski maksimum na skalama samokontrole i altruizma, dok je na skali nerealističnog optimizma postignut i teorijski minimum i maksimum. Koeficijenti unutarnje konzistencije svih skala su visoki te ukazuju na vrlo dobru pouzdanost.

### Povezanost korištenih varijabli

Kako bi se provjerio odnos sociodemografskih varijabli, traženja uzbuđenja, samokontrole, nerealističnog optimizma, altruizma i kršenja mjera najprije je ispitana i testirana značajnost njihovih međusobnih korelacija. Iz matrice korelacija prikazane u Tablici 3. prikazane su povezane varijable.

*Tablica 3.* Interkorelacije svih varijabli korištenih u istraživanju

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Spol	-								

2. Dob	-.08	-							
3. Stupanj obrazovanja	.06	.07	-						
4. Visina prihoda	-.10	.05	.22**	-					
5. Traženje uzbuđenja	.16*	-.34**	-.06	.06	-				
6. Samokontrola	.18*	.28**	.16*	-.13	-.45**	-			
7. Nerealistični optimizam	-.02	.08	.14	.03	-.11	.32**	-		
8. Altruizam	.06	.21**	.16*	.03	-.11	.23**	.17*	-	
9. Kršenje mjera	-.24**	-.06	.06	-.03	.31**	-.10	.16*	-.06	-

Napomena: \* $p < .05$ . \*\* $p < .01$

Uvidom u rezultate, može se primijetiti kako od sociodemografskih varijabli samo spol značajno korelira s kršenjem mjera, i to negativno i nisko ( $r = -.24$ ,  $p < .01$ ). Tijekom obrade podataka, varijabla spol rekodirana je na sljedeći način: muškom spolu pridodana je vrijednost jedan, dok ženskom spolu vrijednost dva. Što se tiče odabranih osobina ličnosti, postoji nekoliko značajnih interkorelacija. Najveća je povezanost između varijabli traženje uzbuđenja i samokontrole ( $r = -.45$ ,  $p < .01$ ) te nerealističnog optimizma i samokontrole ( $r = .32$ ,  $p < .01$ ). Zatim, altruizam je nisko i pozitivno povezan sa samokontrolom ( $r = .23$ ,  $p < .01$ ) i nerealističnim optimizmom ( $r = .17$ ,  $p < .05$ ). S varijablom kršenje mjera tijekom pandemije nisko i pozitivno su povezane dvije osobine, traženje uzbuđenja ( $r = .31$ ,  $p < .01$ ) te nerealistični optimizam ( $r = .16$ ,  $p < .05$ ).

### **Doprinos sociodemografskih varijabli, traženja uzbuđenja, samokontrole, nerealističnog optimizma i altruizma u objašnjavanju rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covida-19**

Provedena je hijerarhijska regresijska analiza kako bi se provjerilo u kojoj mjeri traženje uzbuđenja, samokontrola, nerealistični optimizam i altruizam objašnjavaju varijancu kršenja mjera tijekom pandemije Covida-19. U analizi su kao prediktorske varijable uključene sociodemografske varijable (spol, dob, stupanj obrazovanja i visina prihoda) u prvom koraku. Zatim, traženje uzbuđenja i samokontrola u drugom koraku, te nerealistični optimizam i altruizam u trećem koraku. Kao kriterij korištena je varijabla kršenje mjera koja se ispitala *Upitnikom rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covid-19 virusa*.

Kako bi se provjerio problem korelacije među rezidualima, proveden je Durbin – Watson test koji iznosi 1.801 što je približno preporučenoj vrijednosti od 2. Drugim riječima, može se pretpostaviti kako su reziduali u ovom modelu nezavisni. Osim toga, koeficijenti faktora povećanja varijance (VIF) koji se kreću u rasponu od 1.014 do 1.532 i tolerancije koji

su u rasponu od .653 do .986 pokazuju kako nema multikolinearnosti modela budući da se njihove vrijednosti nalaze unutar preporučenih. Sugerirano je kako bi VIF vrijednosti trebale biti manje od 10 (Myers, 1990), a vrijednosti tolerancije iznad .2 (Menard, 1995).

Tablica 4. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij kršenje mjera.

		$R^2$	$\Delta R^2$	B	$\Delta F$
Model	Prediktori				
I.	Spol	.08	.08	-.26**	3.36*
	Dob			-.08	
	Stupanj obrazovanja			.10	
	Visina prihoda			-.08	
II.	Spol			-.22**	
	Dob			.01	
	Stupanj obrazovanja			.11	
	Visina prihoda	.16	.08	-.09	7.30**
	Traženje uzbuđenja			.32**	
	Samokontrola			.05	
III.	Spol			-.20**	
	Dob			.03	
	Stupanj obrazovanja			.10	
	Visina prihoda			-.10	
	Traženje uzbuđenja	.19	.03	.32**	3.14*
	Samokontrola			.01	
	Nerealistični optimizam			.19*	
	Altruizam			-.06	

Legenda:  $R^2$  – koeficijent determinacije;  $\Delta R^2$  – promjena koeficijenta determinacije;  $\beta$  – standardizirani beta koeficijent;  $\Delta F$  – Promjena F-omjera; \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$

Hijerarhijskom regresijskom analizom utvrđeno je kako cijeli model, odnosno set od tri bloka prediktora, objašnjava 18.9% varijance rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covid-19. Sociodemografske varijable samostalno objašnjavaju 7.8% varijance kriterija kršenja mjera ( $\Delta R^2 = .08$ ,  $p < .05$ ). Uključivanjem varijabli traženja uzbuđenja i samokontrole u drugom koraku objašnjeno je dodatnih 7.8% varijance kriterija ( $\Delta R^2 = .08$ ,  $p < .01$ ) pri čemu se promjena objašnjene varijance pokazala statistički značajnom. U trećem koraku hijerarhijske analize uključene su varijable nerealistični optimizam te altruizam čime je objašnjeno još 3.3% kriterija ( $\Delta R^2 = .03$ ,  $p < .05$ ) te se i u ovom slučaju promjena objašnjene varijance pokazala statistički značajnom.

Rezultati pokazuju kako se od sociodemografskih varijabli uvrštenih u prvom koraku jedino muški spol pokazao statistički značajnim prediktorom ( $\beta = -.26, p < .01$ ) rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covida-19 ( $t(162) = 3.19, p < .01$ ). Traženje uzbuđenja iz drugog bloka varijabli naj snažniji je statistički značajan prediktor ( $\beta = .32, p < .01$ ) kriterija. Od varijabli uvrštenih u treći blok, samo nerealistični optimizam ima statistički značajnu prediktivnu vrijednost ( $\beta = .19^*, p < .01$ ) u objašnjavanju varijance kriterija, i to u pozitivnom smjeru.

Također, hijerarhijskom regresijskom analizom nastojao se provjeriti pretpostavljeni medijacijski učinak nerealističnog optimizma i altruizma u odnosu između traženja uzbuđenja, samokontrole i kršenja mjera. Kako u trećem koraku, nakon uvrštavanja nerealističnog optimizma i altruizma, prediktivna značajnost varijabli ostaje nepromijenjena može se zaključiti kako ne postoji medijacijski efekt u ovom slučaju zbog čega druga hipoteza nije potvrđena. Ipak, rezultati pokazuju kako nerealistični optimizam nema posredujući, već direktan učinak na kriterijsku varijablu.

## Rasprava

Cilj ovog istraživanja bio je utvrđivanje određenih karakteristika pomoću kojih se može predvidjeti kršenje samoizolacije tijekom pandemije Covida-19. U skladu s time, postavljena su dva problema. Prvi problem bio je usmjeren na ispitivanje prediktivne vrijednosti konstrukata traženja uzbuđenja i samokontrole pri čemu je pretpostavljeno kako će visoka razina traženja uzbuđenja te niska razina samokontrole biti značajni pozitivni prediktori rizičnog ponašanja osoba koje su kršile samoizolaciju. Ta pretpostavka djelomično je potvrđena. Traženje uzbuđenja pokazao se kao značajan pozitivan prediktor rizičnog ponašanja u vrijeme pandemije, dok se za samokontrolu nije potvrdila takva prediktivna značajnost. Drugi problem bio je usmjeren na ispitivanje medijacijskog učinka nerealističnog optimizma i altruizma u odnosu između traženja uzbuđenja, samokontrole i rizičnog ponašanja odnosno kršenja samoizolacije tijekom pandemije. U navedenom odnosu očekivao se djelomičan medijacijski učinak nerealističnog optimizma i altruizma što se u ovom istraživanju nije potvrdilo. Ipak, iako nije potvrđena posredujuća uloga nerealističnog optimizma, taj konstrukt pokazao se značajnim pozitivnim prediktorom kršenja samoizolacije.

Od sociodemografskih varijabli (spol, dob, stupanj obrazovanja, visina prihoda) uključених u istraživanje samo je spol statistički značajan prediktor kršenja samoizolacije. Daljnjom usporedbom aritmetičkih sredina utvrđeno je kako muškarci statistički značajno u

prosjeku postižu više rezultate na upitniku rizičnog ponašanja tijekom Covid-19 pandemije u odnosu na žene. Takav nalaz u skladu je s prijašnjim istraživanjima poštivanja preventivnih mjera u situacijama pandemije koja pokazuju kako žene u većoj mjeri prakticiraju osobnu higijenu, socijalnu distancu te nošenje maski (Liao i sur., 2010; Brouard, Vasilopoulos i Becher, 2020) te kako su sklonije izbjegavati gužve i fizički kontakt s ciljem izbjegavanja zaraze (Moran i Del Valle, 2016). Ovo je važan nalaz budući da druge statističke analize pokazuju kako je stopa smrtnosti koji se veže uz koronavirusnu bolest veća za muškarce u odnosu na žene (Global Health 50/50, 2020). Učestalije uključivanje žena u preventivna ponašanja može se objasniti s njihovom percepcijom kako su podložnije zarazi. U skladu s time, u jednom istraživanju (Flynn, Slovic i Mertz, 1994) pronađeno je kako žene konzistentno procjenjuju veći rizik od 25 različitih prijetnji u odnosu na muškarce.

Traženje uzbuđenja pokazao se kao najsnažniji prediktor rizičnog ponašanja u vrijeme Covid-19 pandemije, i to u pozitivnom smjeru. Ta se osobina u brojnim istraživanjima povezuje s drugim oblicima rizičnog ponašanja u različitim domenama poput impulzivne kupovine (Sundström, Hjelm-Lidholm i Radon, 2019), konzumacije alkohola i ilegalnih supstanci (Verdejo-García, Lawrence i Clark, 2008) te rizičnog seksualnog ponašanja (McCoul i Haslam, 2001). Zatim, traženje uzbuđenja pokazao se kao značajan prediktor rizične vožnje (Dahlen i White, 2006). Moguće objašnjene ovakvih rezultata nudi izvorna Zuckermanova (1979a) teorija o optimalnoj pobuđenosti. Prema toj teoriji, jednostavni ili monotoni podražaji mogu smanjiti razinu pobuđenosti pojedinca. Ukoliko je izloženost takvim podražajima dugotrajna, tražitelji uzbuđenja aktivno traže intenzivnije i složenije podražaje kako bi obnovili vlastitu razinu pobuđenosti jer bi se u suprotnome osjećali nelagodno (Deng i Gao, 2015). Osim toga, iako se traženje uzbuđenja smatra stabilnom osobinom ličnosti (Zuckerman i Aluja, 2015), neka istraživanja demonstriraju kako njezina ekspresija može biti povećana okolinskim faktorima (Lynne-Landsman, Graber, Nichols i Botvin, 2011). Upravo monotono okruženje s kojim se suočavaju pojedinci tijekom samoizolacije može potencirati njihovu odveć izraženu razinu za traženjem uzbuđenja. Naime, jedno istraživanje (Chao, Chen, Liu, Yang i Hall, 2020) potvrdilo je kako je tijekom pandemije razina pobuđenosti kod pojedinaca dosta ispod prosjeka, dok neka druga istraživanja izvještavaju o povećanim razinama anksioznosti, razdražljivosti i osjećaja dosade (Zhang, Wu, Zhao i Zhang, 2020). Navedeno, u kombinaciji sa smanjenom percepcijom rizika te osjećaja straha u neizvjesnim situacijama može dovesti do toga da će tražitelji uzbuđenja u većoj mjeri napuštati svoje domove tijekom samoizolacije.

Suprotno očekivanjima, rezultati su pokazali kako samokontrola nije prediktor kršenja samoizolacije tijekom Covid-19 pandemije zbog čega je prva hipoteza djelomično odbačena. Takav nalaz nije u skladu s prethodnim istraživanjima koja dovode u vezu nisku razinu samokontrole i različite oblike rizičnog ponašanja, te s istraživanjima koja su također proučavala samokontrolu u kontekstu pandemije. Primjerice, u istraživanju Boylana, Selia, Scholera i Danckerta (2021) dobiveno je kako su osobe s niskom razinom samokontrole obično podložnije dosadi, a osobe koje su podložnije dosadi u većoj mjeri su sklonije kršiti mjeru socijalne izolacije. Prilikom objašnjavanja nalaza ovog istraživanja, važno je uzeti u obzir druge psihološke i kontekstualne čimbenike koji su mogli djelovati na izražavanje samokontrole i time doprinijeti odbacivanju hipoteze. Primjerice, veliki je broj istraživanja pokazao kako početna razina samokontrole može oslabjeti u sljedećim aktivnostima koje isto tako podrazumijevaju odupiranje iskušenjima (Cunningham i Baumeister, 2016). To se osobito događa ukoliko je osoba dugotrajno izložena iskušenjima zbog čega se primjena kontrole doživljava napornom i frustrirajućom (Wolff, Bieleke i Schüler, 2019). Takav osjećaj napora ima funkciju signaliziranja troškova koji se nastoje izbjeći (Kurzban, Duckworth i Kable, 2013). Zbog toga, početno visoka razina samokontrole može oslabjeti zbog dugotrajnog osjećaja napora tijekom perioda samoizolacije zbog čega se, u konačnici, osoba može upustiti u kršenje samoizolacije. S druge strane, novije teorije samokontrole sugeriraju kako se trebaju u obzir uzeti i okolinske prilike da se osoba niske samokontrole upusti u nesmotrena ponašanja.

Druga hipoteza glasila je kako će nerealistični optimizam i altruizam biti medijatori odnosa između samokontrole, traženja uzbuđenja i kršenja samoizolacije što se u ovom istraživanju nije potvrdilo. Ipak, potvrđeno je kako je nerealistični optimizam značajan pozitivan prediktor kršenja samoizolacije. Drugim riječima, rezultati pokazuju kako će pretjerano optimistične osobe vjerojatnije kršiti samoizolaciju u odnosu na osobe koje buduće životne ishode procjenjuju realnijima. Ovakvi nalazi u skladu su s prijašnjim istraživanjima koja su proučavala poveznicu između nerealističnog optimizma i rizičnog ponašanja u domeni zdravlja. Na primjer, pušači pretjerano optimističnog stava u vezi obolijevanja od raka pluća nisu prestali pušiti (Dillard, McCaul i Klein, 2006), žene su rjeđe odlazile na mamografski pregled (McCaul, Branstetter, Schroeder i Glasgow, 1996) te studenti koji su bili nerealno optimistični u pogledu problema vezanih uz alkohol, zapravo su takve probleme češće doživljavali (Dillard, Midboe i Klein, 2009). Sukladno ovom istraživanju, nekoliko novijih istraživanja proučavala su pojavu nerealističnog optimizma u vrijeme pandemije Covida-19. Njihovi rezultati ukazuju kako je nerealistični optimizam prediktor podcjenjivanja rizika od obolijevanja virusom (Dolinski, Dolinska, Zmaczynska-Witek, Banach i Kulesza, 2020) te nepridržavanja



preventivnih mjera poput održavanja socijalne distance i nošenja maski kao oblik rizičnog ponašanja tijekom pandemije (Oljača i sur., 2020). U drugom istraživanju (Muniak i sur., 2020; prema Kulesza i sur., 2020) na reprezentativnom američkom uzorku od 1000 sudionika utvrđeno je kako nerealistični optimizam predviđa odbijanje Covid-19 cjepiva nakon što bude dostupno na tržištu. No, koje je moguće objašnjenje ovakvih nalaza? Conversano i sur. (2010) nalažu kako je pozitivna pristranost u podlozi nerealističnog optimizma rezultat djelovanju dvaju mehanizama. Prvi je od njih kognitivne prirode te se odnosi na nedostatak informacija i loš kritički uvid u vlastite kognitivne vještine. Drugi mehanizam motivacijske je prirode te se odnosi na zaštitu samopoštovanja, odnosno nerealistični optimizam služi kao zaštitna strategija koja uvjerava pojedinca kako je „sve u redu“. Usko je vezan uz vanjski lokus kontrole (vjerovanje kako nemamo kontrolu nad svojim životom) što dovodi do toga da osobe u manjoj mjeri vode brigu o vlastitom zdravlju. Nadovezujući se na navedeno, situacija pandemije je za cijelu populaciju nova i nepoznata te su mediji nerijetko izvještavali nekongruentne informacije o bolesti o kojoj se malo zna (npr. o zaštitnoj funkciji maski). Uz to, mnoge teorije zavjere negirale su samu postojanost Covida-19. Takva ograničenost i ambivalentnost informacija posljedično je moglo rezultirati osjećajem nesigurnosti i anksioznosti pri čemu je nerealistični optimizam služio kao samozaštitna strategija. Primjerice, osobe s pretjerano izraženim optimizmom mogle su se pristrano voditi informacijama kako 80% slučajeva može preboljeti virus asimptomatski ili s blagim simptomima te kako su samo osobe starije dobi izložene riziku. U skladu s time, istraživanja pokazuju kako nerealistični optimizam smanjuje osjećaj straha i anksioznosti (Klein i Weinstein, 1997) te pomaže u nošenju s prijetećim situacijama (Shepperd, Pogge i Howell, 2017).

Kao što je već navedeno, rezultati su pokazali kako altruizam nije medijator odnosa između traženja uzbuđenja, samokontrole i kršenja samoizolacije zbog čega je druga hipoteza odbačena. Također, nije utvrđen niti direktan doprinos altruizma u objašnjavanju kriterija. Takvi nalazi nisu u skladu s prethodnim istraživanjima koji su potvrdili kako je prosocijalno ponašanje prediktor pridržavanja zdravstvenog ponašanja u vrijeme Covid-19 pandemije. Njihovi rezultati ukazuju kako će osobe izraženih prosocijalnih tendencija u većoj mjeri poštovati mjere socijalnog distanciranja, ostati kod kuće ukoliko su bolesni te kupovati zaštitne maske. Također, istraživanje Pfattheichera i suradnika (2020) koje se bavilo tom tematikom pokazalo je kako je empatija prema vulnerabilnim skupinama bila povezana s češćim uključivanjem u altruistična ponašanja tijekom pandemije Covida-19. Razlog nekongruentnosti rezultata s prijašnjim istraživanjima može biti u upotrebi različitih mjera altruizma. Naime, u ovom istraživanju primijenjen je upitnik kojim se mjerilo prijašnje sudjelovanje u altruističnom po-

našanj u općenitim domenama funkcioniranja u kojoj ozbiljan rizik za dobrobit osobe ne postoji (npr. „*Dao/la sam ili posudio/la sam novac prijatelju*“). Odabrani uzorak je, kako rezultati pokazuju, na toj skali postizao iznadprosječne vrijednosti što implicira kako iskazivanje altruističnog ponašanja u svakodnevnom okruženju ne mora nužno biti povezano s izražavanjem altruizma u situaciji Covid-19 pandemije u kojoj postoji stvarna prijetnja. S druge strane, druga aktualna istraživanja (Pfattheicher i sur., 2020) ovog problema primjenjivala su konstruirane mjere koje su prilagođene kontekstu pandemije te koje su u većoj mjeri mogle biti povezane s mjerama izražavanja prosocijalnog ponašanja u novonastaloj situaciji. Osim toga, prilikom donošenja moralnih odluka, zbog ograničenosti osnovnih podataka o virusu, sudionicima je možda bilo teško točno utvrditi prednosti i nedostatke određenog ponašanja. Kao rezultat toga, ljudi se mogu oslanjati na druge socijalne znakove i različite izvore informacija. Istraživanje na američkom i britanskom uzorku demonstrira kako su osobe manje spremne žrtvovati se za druge kada su troškovi i dobit neizvjesni (Gino, Norton i Weber, 2016). Primjenjujući hipotetske scenarije o odlasku na posao u bolesnom stanju, sudionici su izvijestili kako će biti manje spremni ostati kod kuće kad nije bilo sigurno hoće li zaraziti kolegu. Međutim, kada je odlazak na posao riskirao zarazu starijeg suradnika koji bi pretrpio ozbiljnu bolest, sudionici su izvijestili kako bi bili spremniji ostati kod kuće (Kappes i sur., 2018).

Postoji nekoliko nedostataka ovog istraživanja koji se odnose na metodološki dio. Prvo, u situaciji pandemije kako bi se izbjegao kontakt i time širenje zaraze, istraživanje je provedeno putem online obrasca pri čemu takva metoda prikupljanja podataka ima svoja ograničenja. Jedno od njih je davanje socijalno poželjnih odgovora što se u ovom radu nije provjeravalo. Kako se ovo istraživanje bavi rizičnim ponašanjem tijekom pandemije koje krši socijalne norme, te koje nije odobravano od strane društva, upitno je jesu li sudionici iskreno ispunjavali upitnik. Iako se taj problem nastojao izbjeći naglašavanjem anonimnosti prije ispunjavanja obrasca, pitanje iskrenosti i dalje ostaje otvoreno. Zatim, upitnik rizičnog ponašanja tijekom pandemije Covid-19 te upitnik altruizma mjere učestalost ponašanja koja se temelji na sjećanju pri čemu procjene sudionika mogu biti neprecizne. To se posebice odnosi na one pojedince koji su bili u samoizolaciji nekoliko tjedana prije ispunjavanja upitnika za razliku od onih pojedinaca koji su ispunjavali upitnik netom nakon isteka propisane samoizolacije, te koji su se lakše mogli dosjetiti vlastitog ponašanja tijekom tog perioda. S obzirom na to, buduća istraživanja trebala bi obratiti pažnju na vremenski interval između boravka u samoizolaciji i provedbe istraživanja te bi u uzorak mogla uključiti samo one sudionike koji ispunjavaju kriterij kraćeg vremenskog raspona. Osim toga, dodatna sugestija je uključivanje varijab-

li koji bi potencijalno mogli djelovati na ishod rezultata. Primjerice, vjerovanje u teorije zavjere kako je Covid-19 izmišljen može biti razlog ili opravdanje za nepridržavanje mjera. Suprotno tome, svjedočanstva bližnjih ili samo iskustvo s bolešću može djelovati u suprotnom smjeru.

### **Zaključak**

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati individualne razlike u osobinama ličnosti koje predviđaju kršenje samoizolacije tijekom pandemije Covid-19. Rezultati dobiveni u istraživanju upućuju na značajnu vrijednost spola, traženja uzbuđenja te nerealističnog optimizma u predviđanju rizičnog ponašanja u novonastaloj situaciji što je u skladu s prijašnjim istraživanjima. Ipak, u odnosu na druga istraživanja koja proučavaju (ne)pridržavanje lakših mjera poput socijalne distance i nošenja zaštitnih maski, jedino se ovo istraživanje bavi predikcijom kršenja najrestriktivnije mjere – samoizolacije. Time su detektirane skupine pojedinaca koje će u većoj mjeri biti uključene u rizična ponašanja koja direktno ugrožavaju druge osobe. Kako ih karakteriziraju povišene razine nerealističnog optimizma i traženja uzbuđenja, takve tendencije valjalo bi inhibirati ili držati pod kontrolom. Preventivni programi i razne kampanje usmjerene na promjenu ponašanja trebale bi pružiti jasne i detaljne informacije o tome kako je svaki pojedinac pod rizikom od obolijevanja te kako postoje naknadne, dugoročne posljedice te rizik od inficiranja drugih osoba unatoč izostanku simptoma bolesti. Osim toga, do sada je u fokusu medija prenošenje informacija o tome što se ne smije raditi. Isto tako, važno je pružiti savjete (osobito za tražitelje uzbuđenja) o tome kako u svom domu provesti konstruktivno vrijeme te koje aktivnosti mogu zadovoljiti visoku potrebu za pobuđenošću.

### **Literatura**

- Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M. (2005). *Socijalna psihologija*. Zagreb: Mate d.o.o.
- Beck, R. (2000). *Motivacija: teorija i načela*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Bish, A. i Michie, S. (2010). Demographic and attitudinal determinants of protective behaviours during a pandemic: A review. *British journal of health psychology*, 15(4), 797-824.
- Boutebal, S.E., Yahi, S. i Madani, A. (2020). Impact of unrealistic optimism on the risk of contamination during the home confinement of COVID-19 in Algeria. *Research Square*. Preprint. doi: 10.21203/rs.3.rs-50930/v1

- Boylan, J., Seli, P., Scholer, A. A. i Danckert, J. (2021). Boredom in the COVID-19 pandemic: Trait boredom proneness, the desire to act, and rule-breaking. *Personality and Individual Differences, 171*, 110387. doi: 10.1016/j.paid.2020.110387
- Breivik, G. (1996). Personality, sensation seeking, and risk taking among Everest Climbers. *International Journal of Sports Psychology, 27*, 308–320.
- Breivik, G., Roth, W. i Jorgensen, P. E. (1998). Personality, psychological states, and heart rate in novice and expert parachutists. *Personality and Individual Differences, 25*, 365–380. doi: 10.1016/S0191-8869(98)00058-0
- Brouard, S., Vasilopoulos, P. i Becher, M. (2020). Sociodemographic and psychological correlates of compliance with the Covid-19 public health measures in France. *Canadian Journal of Political Science/Revue canadienne de science politique, 53(2)*, 253-258. doi: 10.1017/S0008423920000335
- Bults, M., Beaujean, D. J., Richardus, J. H. i Voeten, H. A. (2015). Perceptions and behavioral responses of the general public during the 2009 influenza A (H1N1) pandemic: a systematic review. *Disaster medicine and public health preparedness, 9(2)*, 207-219. doi: 10.1017/dmp.2014.160
- Buljan, Z. (2017). *Odnos religioznosti, samokontrole i agresivnosti*. Magistarski rad. Osijek: Sveučilište J.J.Strossmayera u Osijeku.
- Chao, M., Chen, X., Liu, T., Yang, H. i Hall, B. J. (2020). Psychological distress and state boredom during the COVID-19 outbreak in China: the role of meaning in life and media use. *European journal of psychotraumatology, 11(1)*, 1769379. doi: 10.1080/20008198.2020.1769379
- Chang, Y. H., Kim, K. J. i Lee, J. S. (2015). The relationship between college students character strengths (humanity), self-control, and altruistic behavior in the times of convergence: The mediating effect of moral elevation. *Journal of Digital Convergence, 13(9)*, 445-452. doi:10.14400/JDC.2015.13.9.445
- Cheng, K. K., Lam, T. H. i Leung, C. C. (2020). Wearing face masks in the community during the COVID-19 pandemic: Altruism and solidarity. *The Lancet, S0140-6736(20)30918-1*. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30918-1.
- Cheng, V. C., Wong, S. C., Chuang, V. W., So, S. Y., Chen, J. H., Sridhar, S., ... i Yuen, K. Y. (2020). The role of communitywide wearing of face mask for control of coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic due to SARS-CoV-2. *Journal of Infection, 81(1)*, 107-114. doi: 10.1016/j.jinf.2020.04.024

- Cho, H. i Lee, J. S. (2015). The influence of self-efficacy, subjective norms, and risk perception on behavioral intentions related to the H1N1 flu pandemic: A comparison between Korea and the US. *Asian Journal of Social Psychology, 18*(4), 311-324. doi: 10.1111/ajsp.12104
- Clarke, V. A., Lovegrove, H., Williams, A. i Machperson, M. (2000). Unrealistic optimism and the health belief model. *Journal of behavioral medicine, 23*(4), 367-376. doi:10.1023/A:1005500917875
- Conversano, C., Rotondo, A., Lensi, E., Della Vista, O., Arpone, F. i Reda, M. A. (2010). Optimism and its impact on mental and physical well-being. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH, 6*, 25-29. doi: 10.2174/1745017901006010025
- Crysel, L. C., Crosier, B. S. i Webster, G. D. (2013). The dark triad and risk behavior. *Personality and Individual Differences, 54*, 35-40. doi: 10.1016/j.paid.2012.07.029
- Cunningham, M. R. i Baumeister, R. F. (2016). How to make nothing out of something: Analyses of the impact of study sampling and statistical interpretation in misleading meta-analytic conclusions. *Frontiers in psychology, 7*, 1639. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01639
- Dahlen, E. R. i White, R. P. (2006). The Big Five factors, sensation seeking, and driving anger in the prediction of unsafe driving. *Personality and individual differences, 41*(5), 903-915. doi: 10.1016/j.paid.2006.03.016
- Daly, M., Egan, M., Quigley, J., Delaney, L. i Baumeister, R. F. (2016). Childhood self-control predicts smoking throughout life: Evidence from 21,000 cohort study participants. *Health Psychology, 35*(11), 1254-1263. doi: 10.1037/hea0000393
- De Ridder, D. T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M. i Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review, 16*(1), 76-99. doi: 10.1177/1088868311418749
- Deng, S. C. i Gao, J. (2015). Big Five personality and impulsive buying: The mediation of self-control and sensation seeking. *Chinese Journal of Clinical Psychology, 23*, 1098-1101. doi: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2015.06.033
- Dewitte, S. i Cremer, D. D. (2001). Self-control and cooperation: Different concepts, similar decisions? A question of the right perspective. *The Journal of psychology, 135*(2), 133-153. doi: 10.1080/00223980109603686
- Dillard, A. J., McCaul, K. D. i Klein, W. M. (2006). Unrealistic optimism in smokers: Implications for smoking myth endorsement and self-protective motivation. *Journal of health communication, 11*(S1), 93-102. doi: 10.1080/10810730600637343

- Dillard, A. J., Midboe, A. M. i Klein, W. M. (2009). The dark side of optimism: Unrealistic optimism about problems with alcohol predicts subsequent negative event experiences. *Personality and social psychology bulletin*, 35(11), 1540-1550. doi: 10.1177/0146167209343124
- Dolinski, D., Dolinska, B., Zmaczynska-Witek, B., Banach, M. i Kulesza, W. (2020). Unrealistic optimism in the time of coronavirus pandemic: May it help to kill, if so—Whom: Disease or the person?. *Journal of clinical medicine*, 9(5), 1464. doi: 10.3390/jcm9051464
- Farrington, D. P. i West, D. J. (1990). The Cambridge Study in delinquent behaviour: A long term follow-up of 411 London males. U: H. J. Kerner i G. Kaiser (Ur.), *Criminality: Personality, Behaviour, Life History*(115-138). Berlin: Springer-Verlag. doi: 10.1007/978-3-642-75418-0\_9
- Field, A. (2005). *Effect sizes. Discovering Statistics Using SPSS*. 2nd edit. London: Sage Publications.
- Flynn, J., Slovic, P. i Mertz, C. K. (1994). Gender, race, and perception of environmental health risks. *Risk analysis*, 14(6), 1101-1108. doi: 10.1111/j.1539-6924.1994.tb00082.x
- Franken, R. E., Gibson, K. J. i Rowland, G. L. (1992). Sensation seeking and the tendency to view the world as threatening. *Personality and Individual Differences*, 13(1), 31-38. doi: 10.1016/0191-8869(92)90214-A
- Frick, J.P. (2008). Research Review: The importance of callous-unemotional traits for developmental models of aggressive and antisocial behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 359-375. doi: 10.1111/j.1469-7610.2007.01862.x
- Gino, F., Norton, M. I. i Weber, R. A. (2016). Motivated Bayesians: Feeling moral while acting egoistically. *Journal of Economic Perspectives*, 30(3), 189-212. doi: 10.1257/jep.30.3.189
- Global Health 50/50. (2020). *COVID-19 Sex-Disaggregated Data Tracker: Sex, Gender, and COVID-19*. <http://globalhealth5050.org/covid19/>
- Gray, N.S., i Snowden, R.J. (2016). Psychopathy in women: Prediction of criminality and violence in UK and USA psychiatric patients resident in the community. *Psychiatry Research*, 237, 339-343. doi: 10.1016/j.psychres.2016.01.014
- Friedman, H. S. i Kern, M. L. (2014). Personality, well-being, and health. *Annual review of psychology*, 65, 719-742. doi: 10.1146/annurev-psych-010213-115123
- Gottfredson, M. R. i Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Palo Alto, CA:Stanford University Press.

- Griffin, K. W., Scheier, L. M., Acevedo, B., Grenard, J. L. i Botvin, G. J. (2012). Long-term effects of self-control on alcohol use and sexual behavior among urban minority young women. *International journal of environmental research and public health*, 9(1), 1-23. doi: 10.3390/ijerph9010001
- Hagger, M. S., Wood, C., Stiff, C. i Chatzisarantis, N. L. (2010). Ego depletion and the strength model of self-control: a meta-analysis. *Psychological bulletin*, 136(4), 495-525. doi: 10.1037/a0019486
- Hayes, S. C., Gifford, E. i Ruckstuhl, L. E. (1996). Relational frame theory and a behavioural approach to executive function: A behavioral analysis. U: G. R., Lyon i N. A., Krasnegor(Ur.), *Attention, memory, and executive function* (279-306). Baltimore: Brookes.
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (2020). *Samoizolacija - tko sve treba biti u njoj i pravila koja trebaju poštovati ukućani osobe koja je u izolaciji*. <https://www.hzjz.hr/sluzba-epidemiologija-zarazne-bolesti/izolacija-tko-sve-treba-biti-u-njoj-i-pravila-koja-trebaju-postovati-ukucani-osobe-koja-je-izolaciji/>
- Jonah, B. A. (1997). Sensation seeking and risky driving: a review and synthesis of the literature. *Accident Analysis & Prevention*, 29(5), 651-665. doi: 10.1016/S0001-4575(97)00017-1
- Jonason, P. K. i Fletcher, S. A. (2018). Agentic and communal behavioral biases in the Dark Triad traits. *Personality and Individual Differences*, 130, 76-82. doi: 10.1016/j.paid.2018.03.044
- Jones, D. N. i Paulhus, D. L. (2011). Differentiating the Dark Triad within the interpersonal circumplex. U: L.M., Horowitz i S., Strack (Ur.), *Handbook of interpersonal psychology: Theory, research, assessment, and therapeutic interventions* (249-268). New York, NY: Wiley.
- Judge, J. (2019). *Role of forgiveness, morality, psychological well-being and aggression in the relationship of empathy and altruism among police personnel*. Doktorska disertacija. Chandigarh, India: Panjab University.
- Kanfer, F. H. (1979). Personal control, social control, and altruism: Can society survive the age of individualism?. *American Psychologist*, 34(3), 231-239. doi: 10.1037/0003-066X.34.3.231
- Kanfer, F. H. i Karoly, P. (1972). Self-control: A behavioristic excursion into the lion's den. *Behavior therapy*, 3(3), 398-416. doi: 10.1016/S0005-7894(72)80140-0

- Kappes, A., Nussberger, A. M., Faber, N. S., Kahane, G., Savulescu, J. i Crockett, M. J. (2018). Uncertainty about the impact of social decisions increases prosocial behaviour. *Nature human behaviour*, 2(8), 573-580. doi: 10.1038/s41562-018-0372-x
- Kardum, I., Hudek-Knežević, J. i Krapčić, N. (2018). Optimizam, pesimizam i tjelesno zdravlje. *Psihologijske teme*, 27(3), 585-611. doi:10.31820/pt.27.3.12
- Klein, W. M. i Weinstein, N. D. (1997). Social comparison and unrealistic optimism about personal risk. Health, coping, and well-being: Perspectives from social comparison theory. U: B.P., Buunk i F.X., Gibbons (Ur.), *Health Coping, and Well-Being: Perspectives from Social Comparison Theory* (25-61). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Kline, T. (2005). *Psychological Testing: A Practical Approach to Design and Evaluation*. Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Kulesza, W., Doliński, D., Muniak, P., Derakhshan, A., Rizulla, A. i Banach, M. (2020). We are infected with the new, mutated virus UO-COVID-19. *Archives of Medical Science*, 17(1). Preprint. doi: 10.5114/aoms.2020.99592
- Kurzban, R., Duckworth, A., Kable, J. W. i Myers, J. (2013). An opportunity cost model of subjective effort and task performance. *The Behavioral and brain sciences*, 36(6), 661-679. doi: 10.1017/S0140525X12003196
- Liao, Q., Cowling, B., Lam, W. T., Ng, M. W. i Fielding, R. (2010). Situational awareness and health protective responses to pandemic influenza A (H1N1) in Hong Kong: a cross-sectional study. *PLoS One*, 5(10), e13350. doi: 10.1371/journal.pone.0013350.
- López-Torrecillas, F. Peralta, I., Muñoz-Rivas, M.J. i Godoy, J.F. (2003). Self-control and drug use. *Adicciones*, 15(2), 127-136.
- Lynne-Landsman, S. D., Graber, J. A., Nichols, T. R. i Botvin, G. J. (2011). Is sensation seeking a stable trait or does it change over time?. *Journal of Youth and adolescence*, 40(1), 48-58. doi: 10.1007/s10964-010-9529-2
- McCaul, K. D., Branstetter, A. D., Schroeder, D. M. i Glasgow, R. E. (1996). What is the relationship between breast cancer risk and mammography screening? A meta-analytic review. *Health Psychology*, 15(6), 423-429. doi: 10.1037/0278-6133.15.6.423
- McCoul, M. D. i Haslam, N. (2001). Predicting high risk sexual behaviour in heterosexual and homosexual men: The roles of impulsivity and sensation seeking. *Personality and individual differences*, 31(8), 1303-1310. doi: 10.1016/S0191-8869(00)00222-1
- Menard, S. (1995). An introduction to logistic regression diagnostics. U: S., Menard (Ur.), *Applied logistic regression analysis* (58-79). Thousand Oaks, California: Sage Publications. doi: 10.4135/9781412983433.n4



- Moran, K.R. i Del Valle, S.Y. (2016). A meta-analysis of the association between gender and protective behaviors in response to respiratory epidemics and pandemics. *PloS one*, 11(10), e0164541. doi: 10.1371/journal.pone.0164541
- Muraven, M., Pogarsky, G. i Shmueli, D. (2006). Self-control depletion and the general theory of crime. *Journal of Quantitative Criminology*, 22(3), 263-277. doi: 10.1007/s10940-006-9011-1
- Myers, R. H. (1990). *Classical and modern regression with applications. Second edition.* PWS-Kent, Boston, Massachusetts, USA.
- Oljača, M., Sadiković, S., Branovački, B., Pajić, D., Smederevac, S. i Mitrović, D. (2020). Unrealistic optimism and HEXACO traits as predictors of risk perception and compliance with COVID-19 preventive measures during the first wave of pandemic. *Primenjena psihologija*, 13(4), 405-425. doi: 10.19090/pp.20.4.405-425
- Petz, B. (1997). *Osnovne statističke metode za nematematičare.* Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Pfattheicher, S., Nockur, L., Böhm, R., Sassenrath, C. i Petersen, M. B. (2020). The emotional path to action: Empathy promotes physical distancing and wearing of face masks during the COVID-19 pandemic. *Psychological Science*, 31(11), 1363-1373. doi: 10.1177/0956797620964422
- Raboteg-Šarić, Z. (2002). Skala altruizma. *Zbirka psiholoških skala i upitnika*, 1, 87-92.
- Raboteg-Šarić, Z., Merkaš, M. i Majić, M. (2011). Nada i optimizam adolescenata u odnosu na roditeljski odgojni stil. *Napredak: Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju*, 152(3-4), 373-388. <https://hrcak.srce.hr/82761>
- Rakošec, Ž. (2019). *Odnos problematične upotrebe interneta i društvenih mreža sa smislom života i religioznošću.* Doktorska disertacija. Osijek: Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku.
- Scheier, M. F. i Carver, C. S. (2018). Dispositional optimism and physical health: A long look back, a quick look forward. *American Psychologist*, 73(9), 1082-1094. doi:10.1037/amp0000384.
- Scheier, M. F. i Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*, 4(3), 219-247. doi: 10.1037/0278-6133.4.3.219
- Scheier, M. F., Carver, C. S. i Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a reevaluation of the Life Orientation

- tation Test. *Journal of personality and social psychology*, 67(6), 1063-1078. doi:10.1037/0022-3514.67.6.1063.
- Sharabany, R. i Bar-Tal, D. (1982). Theories of the development of altruism: Review, comparison and integration. *International Journal of Behavioral Development*, 5(1), 49-80. doi: 10.1177/016502548200500103
- Shepperd, J. A., Pogge, G. i Howell, J. L. (2017). Assessing the consequences of unrealistic optimism: Challenges and recommendations. *Consciousness and Cognition*, 50, 69-78. doi: 10.1016/j.concog.2016.07.004
- Shoda, Y., Mischel, W. i Peake, P. K. (1990). Predicting adolescent cognitive and self-regulatory competencies from preschool delay of gratification: Identifying diagnostic conditions. *Developmental Psychology*, 26(6), 978-986. doi: 10.1037/0012-1649.26.6.978
- Strömbäck, C., Lind, T., Skagerlund, K., Västfjäll, D. i Tinghög, G. (2017). Does self-control predict financial behavior and financial well-being?. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 14, 30-38. doi: 10.1016/j.jbef.2017.04.002
- Sundström, M., Hjelm-Lidholm, S. i Radon, A. (2019). Clicking the boredom away—Exploring impulse fashion buying behavior online. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 47, 150-156. doi: 10.1016/j.jretconser.2018.11.006
- Špelić, A., Zuliani, Đ. i Milošević, I. (2013). Prosocijalnost i empatija u kontekstu integracijskih razreda. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 49(1), 135-150. <https://hrcak.srce.hr/104216>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. i Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–322. doi: 10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x
- Taylor, S. i Brown, J. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological bulletin*, 103(2), 193–210. doi:10.1037/0033-2909.103.2.193
- Taylor, S. E., Kemeny, M. E., Aspinwall, L. G., Schneider, S. C., Rodriguez, R. i Herbert, M. (1992). Optimism, coping, psychological distress, and high-risk sexual behavior among men at risk for AIDS. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 460-473. doi:10.1037//0033-2909.103.2.193
- Verdejo-García, A., Lawrence, A. J. i Clark, L. (2008). Impulsivity as a vulnerability marker for substance-use disorders: review of findings from high-risk research, problem gam-

- blers and genetic association studies. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(4), 777-810. doi: 10.1016/j.neubiorev.2007.11.003
- Weinstein, N. D. (1987). Unrealistic optimism about susceptibility to health problems: Conclusions from a community-wide sample. *Journal of behavioral medicine*, 10(5), 481-500. doi: 10.1007/BF00846146
- Weinstein, N. D. (1983). Reducing unrealistic optimism about illness susceptibility. *Health psychology*, 2(1), 11-20doi:10.1037/0278-6133.2.1.11.
- Weinstein, N. D. (1980). Unrealistic optimism about future life events. *Journal of personality and social psychology*, 39(5), 806-820. doi: 10.1037/0022-3514.39.5.806
- Willems, Y. E., Dolan, C. V., van Beijsterveldt, C. E., de Zeeuw, E. L., Boomsma, D. I., Bartels, M. i Finkenaer, C. (2018). Genetic and environmental influences on self-control: Assessing self-control with the ASEBA self-control scale. *Behavior genetics*, 48(2), 135-146. doi: 10.1007/s10519-018-9887-1
- Wills, T. A., Ainette, M. G., Stoolmiller, M., Gibbons, F. X. i Shinar, O. (2008). Good self-control as a buffering agent for adolescent substance use: an investigation in early adolescence with time-varying covariates. *Psychology of Addictive Behaviors*, 22(4), 459-471. doi:10.1037/a0012965
- Wolff, W., Bieleke, M. i Schöler, J. (2019). Goal striving and endurance performance. U:C.Meijen(Ur.), *Endurance performance in sport: Psychological theory and intervention* (125-137). Abingdon i New York: Routledge.
- Wolff, W., Martarelli, C. S., Schöler, J. i Bieleke, M. (2020). High boredom proneness and low trait self-control impair adherence to social distancing guidelines during the COVID-19 pandemic. *International journal of environmental research and public health*, 17(15), 5420.doi: 10.3390/ijerph17155420
- Yi, R., Charlton, S., Porter, C., Carter, A. E. i Bickel, W. K. (2011). Future altruism: Social discounting of delayed rewards. *Behavioural processes*, 86(1), 160-163. doi:10.1016/j.beproc.2010.09.003
- Yoshitake, N., Omori, M., Sugawara, M., Akishinomiya, K. i Shimada, S. (2019). Do health beliefs, personality traits, and interpersonal concerns predict TB prevention behavior among Japanese adults?. *Plos one*, 14(2), e0211728. doi: 10.1371/journal.pone.0211728
- Zhang, J., Wu, W., Zhao, X. i Zhang, W. (2020). Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China: a model

- of West China Hospital. *Precision Clinical Medicine*, 3(1), 3-8. doi: 10.1093/pcmedi/pbaa006
- Zuckerman, M. (2000). Are you a risk-taker? *Psychology Today*, 33(6), 52-57.
- Zuckerman, M. (1996). Item revisions in the Sensation Seeking Scale form V (SSS-V). *Personality and Individual Differences*, 20(4), 515. doi: 10.1016/0191-8869(95)00195-6
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral Expressions and Biosocial Bases of Sensation Seeking*. New York: Cambridge University.
- Zuckerman, M. (1979a). *Sensation seeking: Beyond the optimal level of arousal*. Hillsdale, New York: Erlbaum Associates.
- Zuckerman, M. (1979b). Sensation seeking and risk taking. U:C.E., Izard(Ur.), *Emotions in personality and psychopathology* (161-197). New York: Plenum. doi: 10.1007/978-1-4613-2892-6\_7
- Zuckerman, M. i Aluja, A. (2015). Measures of sensation seeking. U: G. J., Boyle, D.H. Saklofske i G. Matthews (Ur.), *Measures of personality and social psychological constructs* (352-380). London, UK: Academic Press. doi: 10.1016/B978-0-12-386915-9.00013-9