Odnos nekih aspekata unutarnjih radnih modela, meta-emocija i privrženosti.

Peruško, Matija

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:142:284966

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-03-28**

FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU

Repository / Repozitorij:

FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek

zir.nsk.hr

dabar
DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJI

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

ODNOS NEKIH ASPEKATA UNUTARNJIH RADNIH MODELA, META-EMOCIJA I PRIVRŽENOSTI

Diplomski rad

Matija Peruško

Mentor: doc. dr. sc. Valerija Križanić

Osijek, 2021

Sveučilište J.J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Studij: Diplomski studij psihologije

ODNOS NEKIH ASPEKATA UNUTARNJIH RADNIH MODELA, META-EMOCIJA I PRIVRŽENOSTI

Diplomski rad

Društvene znanosti, polje psihologija, grana opća psihologija

Matija Peruško

Mentor: doc. dr. sc. Valerija Križanić

Osijek, 2021

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, 7.9.2021.

Matija Peruško, 0122220854

Odnos nekih aspekata unutarnjih radnih modela, meta-emocija i privrženosti

Sa svrhom potpunijeg razumijevanja ranih čimbenika koji potencijalno mogu doprinijeti razvoju vjerovanja o emocijama, ovo je istraživanje fokusirano na ispitivanje odnosa između iskustava povezanih s privrženosti tijekom odrastanja i vjerovanja o emocijama u odrasloj dobi. Preciznije, cilj ovog rada je utvrditi predstavljaju li dimenzije rane privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) prediktore vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (te samoefikasnost kao medijator tog odnosa) i vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Analizirani su podaci 243 sudionika, a za sakupljanje podataka korišteni su sljedeći instrumenti: prilagođeni sociodemografski upitnik, Upitnik iskustva u bliskim odnosima – strukture odnosa, Upitnik vjerovanja o emocijama, Skala vjerovanja o emocijama te Skala opće samoefikasnosti. Istraživanje se provodilo online. Provedbom dviju hijerarhijskih regresijskih analiza utvrđeno je kako je dimenzija Anksioznosti u odnosu s ocem značajan negativan prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (Samoefikasnost nije se pokazala značajnim medijatorom), dok za Vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija značajan pozitivan prediktor predstavlja dimenzija Anksioznosti u odnosu s majkom. Rezultati ovog istraživanja sugeriraju kako dimenzija anksioznosti, u odnosu na dimenziju izbjegavanja, ima važniju ulogu u predviđanju, i potencijalno, u objašnjavanju razvoja istraživanih vjerovanja o emocijama. Također, čini se kako odnosi s majkom i ocem u različitoj mjeri doprinose predviđanju različitih vjerovanja o emocijama.

Ključne riječi: vjerovanja o emocijama, vjerovanje o kontrolabilnosti emocija, vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija, dimenzije privrženosti, unutarnji radni modeli

Relationship between some aspects of internal working models, meta-emotions and attachment

With the purpose of better understanding of early factors that may contribute to the development of the beliefs about emotions, this study is focused on investigation of relationship between attachment related experiences during childhood and beliefs about emotions in adulthood. More precisely, the aim of this research is to determine whether early attachment dimensions (anxiety and avoidance) can predict beliefs about the controllability of emotions (with self-efficacy as mediator of that relationship) and beliefs about the unacceptability of experiencing and expressing emotions. Data from 243 participants were analyzed. For collecting data were used: adapted sociodemographic questionnaire, Experiences in Close Relationship – Relationship Structure Questionnaire, Emotion Beliefs Questionnaire, Beliefs about Emotions Scale and Generalized Self-Efficacy Scale. Study was conducted online. Results of two separate regression analysis show that Anxiety dimension in relationship with father is significant negative predictor of Beliefs about the controllability of emotions (Self-Efficacy not being significant mediator), while Anxiety dimension in relationship with mother is significant positive predictor of Beliefs about the unacceptability of experiencing and expressing emotions. Results of this study suggest that anxiety dimension, in respect to avoidance dimension, has greater role in predicting, and potentially, in development of investigated beliefs about emotions. Also, it seems that relationships with mother and father differentially contribute in prediction of different beliefs about emotions.

Key words: beliefs about emotions, beliefs about the controllability of emotions, beliefs about the unacceptability of experiencing and expressing emotions, attachment dimensions, internal working models

Sadržaj:

Uvod……...……..1

Privrženost i unutarnji radni modeli……..……..6

Vjerovanja o emocijama, privrženost i unutarnji radni modeli…….……10

Cilj, problemi i hipoteze istraživanja……...……..15

Metoda…….……..15

Sudionici……..……..15

Instrumenti…….16

Postupak……...……..18

Rezultati…….……19

Doprinos dimenzija privrženosti u objašnjavanju Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija te provjera medijacijskog učinka Samoefikasnosti između dimenzija privrženosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija…….……22

Doprinos dimenzija privrženosti u objašnjavanju Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija…….……..23

Rasprava……..……..25

Važnost rada, ograničenja i prijedlozi za buduća istraživanja…….……..29

Zaključak…….……..31

Literatura……..…….32

Uvod

Ljudi posjeduju niz složenih kognitivnih sposobnosti koje nas uvelike razlikuju od drugih životinja. Neke od tih sposobnosti podrazumijevaju visok kapacitet za apstraktno i simboličko mišljenje, jezik i samosvijest. Posljedice tih sposobnosti za naše funkcioniranje su nebrojene, a jedna od njih je pojava samo-referencijalnih psiholoških fenomena kod kojih osoba ili neki od njezinih aspekata, postaju objektom psihološkog procesa. Primjeri takvih fenomena uključuju sliku o sebi, samopoštovanje, samo-evaluaciju, meta-kognicije te konstrukt o kojem će se nešto detaljnije raspravljati u ovome radu, meta-emocije.

Meta-emocije se često definiraju kao emocije 'drugog reda', emocije o emocijama (Miceli i Castelfranchi, 2019; Jager i Banninger-Huber, 2015; Mendonca, 2013) ili kao emocije koje za objekt procjene imaju druge emocije (Bartsch i sur., 2008). Tako bi, primjerice, krivnja zbog ljubomore, sram zbog straha ili ponos zbog ljutnje predstavljali meta-emocije. S druge strane, Gottman i sur. (1996) uvode koncept meta-emocionalne filozofije koji se odnosi na organizirani skup osjećaja i misli o emocijama, pa tako termin meta-emocija proširuju i na kognitivne aspekte emocija. Također, navode kako je koncept meta-emocionalne filozofije analogan konceptu meta-kognicija (Gottman i sur., 1996).

Vodeći se idejom o ekvivalentnosti pojmova meta-kognicija i meta-emocija (Gottman i sur., 1996) te Flavellovom (1979) podjelom meta-kognicija na metakognitivna iskustva, metakognitivno znanje i metakognitivne strategije, Norman i Furnes (2016) predlažu analogan trodijelni okvir za sistematizaciju i podjelu znanja o fenomenu meta-emocija. Prva faceta okvira odnosi se na meta-emocionalna iskustva, subjektivni osjećaj meta-emocije koji se čini dobro zahvaćen definicijom „emocije o emocijama“. Druga se faceta odnosi na meta-emocionalna znanja, organizirani skup misli o emocijama. Drugim riječima, meta-emocionalno znanje predstavlja oblik deklarativnog znanja o emocijama koje se može podijeliti na znanje o svojim i tuđim emocijama, generalno znanje o emocijama, znanje o specifičnim emocijama, znanje o prihvatljivosti određenih emocija u određenim situacijama itd. Norman i Furnes (2016) ističu kako vrijednosti i vjerovanja o emocijama, koja mogu predstavljati determinante meta-emocionalnih iskustava (Mendonca, 2013), također predstavljaju oblik meta-emocionalnog znanja. Konačno, posljednja se faceta odnosi na meta-emocionalne strategije, odnosno ulogu meta-emocija u procesu regulacije emocija, gdje doživljaj različitih meta-emocija (npr. sram zbog anksioznosti

naprema ljutnji zbog anksioznosti) može različito utjecati na proces regulacije emocija (Norman i Furnes, 2016). Fokus ovog rada bit će na drugoj komponenti opisanog okvira. Preciznije, na vjerovanjima o emocijama.

Vjerovanja o emocijama predstavljaju rastuće i obećavajuće područje unutar psihologije s brojnim psihoterapeutskim i intervencijskim implikacijama. Vjerovanja o emocijama širok su pojam koji se može odnositi na različite aspekte emocionalnih iskustava. Vjerovanja o tipičnom slijedu razvoja emocionalnog iskustva (eng. *typical course of emotional experience*), uzrocima i posljedicama emocionalnih iskustava, implikacijama emocija na sliku o sebi, primjerenim i efikasnim načinima regulacije emocija (Edwards, 2019), vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (Manser i sur., 2012; DeCastella i sur., 2013; Tamir i sur., 2007; Ford i Gross, 2018), vjerovanja o korisnosti emocija (Ford i Gross, 2018; Karnaze i Levine, 2018; Karnaze i Levine, 2020; Manser i sur., 2012), vjerovanja o trajanju i smislenosti emocija (Leahy, 2015; Manser i sur., 2012), vjerovanje o neprihvatljivosti izražavanja emocija (Veilleux i sur., 2019; Rimes i Chalder, 2010), vjerovanje da su emocije opasne (Manser i sur., 2012), samo su neka od trenutno identificiranih vjerovanja.

Važnost vjerovanja o emocijama očituje se u tome što doprinose oblikovanju emocionalnog iskustva, načinu na koje će ono biti interpretirano te mogu utjecati na izbor potencijalnih regulacijskih strategija (Edwards, 2019; Edwards i sur., 2017; Leahy, 2002; Wells, 1995; Batmez i sur., 2014). Naime, meta-emocionalna iskustva proizlaze iz evaluacije primarnih emocija (trenutno aktualno emocionalno iskustvo), a vjerovanja o emocijama predstavljaju standarde za tu evaluaciju (Miceli i Castelfranchi, 2019; Predatu i sur., 2019). Tako primjerice, vjerujemo li da tugu nije prihvatljivo doživljavati, jedom kad ju doživimo, moguće je da se kao reakcija pojave osjećaji srama i/ili krivnje. Uz pojavu meta-emocija, osoba može donijeti i niz zaključaka o sebi i svojoj vrijednosti („Doživljavati tugu znak je slabosti“), budućim događajima („Drugi ljudi će me napustiti ako vide da sam tužan/a“) itd. (Predatu i sur., 2019; David i sur., 2005; Edwards, 2019; Dunsmore i Halberstadt, 1997). Također, pozitivna procjena emocija kao normalnih, prihvatljivih i promjenjivih vjerojatnije će rezultirati prihvaćanjem, izražavanjem i upotrebom optimalnijih i fleksibilnijih strategija suočavanja. S druge strane, negativne evaluacije emocija kao patoloških, nepoželjnih, neprihvatljivih i nepromjenjivih povećavaju vjerojatnost često neoptimalnih strategija suočavanja poput supresije ili ruminacije (Edwards, 2019; Leahy,

2015; Tamir i sur., 2007; DeCastella i sur., 2013). Nadalje, osobe s izraženijim vjerovanjima o nekontrolabilnosti emocija izvještavaju o nižim procjenama samoefikasnosti vezane za regulaciju emocija, izvještavaju o manje poželjnih emocionalnih iskustava i manje socijalne podrške, sniženoj subjektivnoj dobrobiti i samopoštovanju (Tamir i sur., 2007; DeCastella i sur., 2013). Sljedeće, negativna vjerovanja o negativnim emocijama i vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija pozitivno su povezana s mjerama anksioznosti i depresije (Stapinski i sur., 2014; Rimes i Chalder, 2010). Također, vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija čini se pozitivno povezano s izbjegavajućom strategijom regulacije emocija te negativno povezano s traženjem socijalne podrške (Sydenham i sur., 2017). Iz prikazanog slijedi kako vjerovanja o emocijama imaju niz psiholoških i bihevioralnih korelata s potencijalno značajnim implikacijama za psihološku dobrobit i opće funkcioniranje.

S obzirom na niz potencijalnih implikacija koje imaju za opće funkcioniranje i dobrobit pojedinca, jedno od važnijih pitanja koje se nameće je kako se vjerovanja o emocijama formiraju? Dosadašnji nalazi sugeriraju kako se primarno oblikuju kroz procese socijalizacije emocija. Preciznije, putem reakcija na dječje iskazivanje emocija, modeliranjem i eksplicitnim razgovorima o emocijama (Edwards i Wupperman, 2019; Edwards i sur., 2017; Eisenberg i sur., 1998). Za početak, skrbnička ponašanja predstavljaju važan čimbenik u socijalizaciji dječjih emocija, a ona su određena nizom različitih karakteristika skrbnika (ličnost, osobna iskustva, vjerovanja o emocijama itd.) (Halberstadt i sur., 2008; Eisenberg i sur., 1998; Gottman i sur., 1996; Magai i sur., 2004; Halberstadt i sur., 2013; Meyer i sur., 2014; Perez Rivera i Dunsmore, 2011). Također, uz skrbnike, socijalizacijske utjecaje mogu predstavljati i ostali značajni drugi poput učitelja, vršnjaka, braće i sestara itd. (Eisenberg i sur., 1998).

Reakcije značajnih drugih na doživljavanje i iskazivanje emocija predstavljaju prvi bitan izvor interindividualnih razlika u vjerovanjima o emocijama. Tako se, primjerice, smatra kako kažnjavajuće, neuvažavajuće i nepodržavajuće reakcije na dječje doživljavanje i izražavanje emocija doprinose percepciji emocija kao negativnih i prijetećih što nerijetko dovodi do nastojanja za njihovim izbjegavanjem i potiskivanjem (Edwards i sur., 2017; Eisenberg i sur. 1998; Sauer i Baer, 2009; Krause i sur., 2003). Edwards i sur. (2017) u svom su radu pokazali kako vjerovanja o emocijama predstavljaju medijatorsku varijablu između rizičnih faktora za razvoj aleksitimije u djetinjstvu (neuvažavajuće reakcije skrbnika na djetetovo iskazivanje emocija i iskustva

zlostavljanja od strane skrbnika) i mjera aleksitimije u odrasloj dobi. Nadalje, kažnjavanje ili izostanak podržavajuće reakcije na djetetovu ekspresiju emocija može umanjiti vjerojatnost budućeg izražavanja emocija u tom specifičnom kontekstu (Darrow i Follette, 2014). Iako se generalno smatraju neprimjerenima, kažnjavajuće reakcije (reakcije skrbnika koje u budućnosti smanjuju vjerojatnost ponovne ekspresije neposredno izražene emocije) nekad mogu biti opravdane jer time sugeriraju djetetu u kojim situacijama nije prihvatljivo izražavati određene emocije (Denham i sur., 1997; Eisenberg i sur., 1998) čime pridonose razvoju socijalno prihvatljivog znanja o izražavanju emocija.

Sljedeću važnu odrednicu vjerovanja o emocijama predstavlja modelirajuće ponašanje važnih drugih. Tako obrasci izražavanja i reguliranja emocija važnih drugih djetetu predstavljaju izvor znanja za učenje o prikladnim načinima izražavanja i reguliranja emocija u različitim kontekstima (Morris i sur., 2007; Denham i sur., 1997; Edwards i sur., 2017; Eisenberg i sur., 1992; Dunsmore i Halberstadt, 1997; Eisenberg i sur., 1998). Dunsmore i Halberstadt (1997) navode kako kroz interakcije s članovima obitelji djeca razvijaju sheme o tipičnoj razini i načinu izražavanja emocija. Odstupanje od tipičnog izražavanja emocija u različitim situacijama djetetu pruža informacije o kontekstualno specifičnim načinima izražavanja emocija. Tako primjerice, neke obitelji mogu biti izrazito ekspresivne kod kuće („bazični“ način izražavanja emocija), dok su na socijalnim okupljanjima relativno suzdržane („odstupajući“ način izražavanja emocija). Nadalje, osim prihvatljivih načina izražavanja emocija, djeca od roditelja uče i kako regulirati emocije (Morris i sur., 2007). Gunzenhauser i sur. (2014) tako navode kako roditeljska upotreba emocionalno regulacijskih strategija ponovne procjene i supresije facilitira upotrebu tih strategija kod njihove djece, iako nije sasvim jasno u kojoj se mjeri modeliranje odvija kroz opservaciju ponašanja, a u kojoj kroz dodatno verbalno modeliranje. Također, postoje nalazi kako djeca depresivnih majki pokazuju uži repertoar strategija regulacije emocija, a strategije o kojima izvješćuju niže su kvalitete od onih o kojima izvješćuju djeca nedepresivnih majki. Istraživači takve nalaze, barem jednim dijelom, pripisuju ograničenim socijalizacijskim iskustvima vezanim za modeliranje regulacijskih strategija (Garber i sur., 1991; Silk i sur., 2006).

Razgovor se o emocijama, također, smatra formativnim čimbenikom u razvoju vjerovanja o emocijama. Naime, tijekom svakodnevnih razgovora o emocijama, roditelji nerijetko djeci objašnjavaju uzroke i posljedice različitih emocija, kada ih je prihvatljivo pokazivati te na koji se

način s njima nositi (Eisenberg i sur., 1998; Morris i sur., 2007; Thompson, 1991). Sukladni su tome nalazi istraživanja koji upućuju na pozitivnu povezanost između razgovora s djecom o emocijama i dječjeg razumijevanja emocija (Denham i sur., 1992; Aznar i Tenenbaum, 2013; Denham i sur., 1994; Raikes i Thompson, 2006), te na potencijalnu ulogu razgovora o emocijama u formiranju rodno specifičnih vjerovanja o emocijama (Cervantes i Callanan, 1998).

Kako se procesi socijalizacije emocije neizbježno odvijaju u širem socio-kulturalnom kontekstu, očekivano je da će postojati značajne razlike u vjerovanjima o emocijama s obzirom na pripadnost različitim kulturama ili društvenim kategorijama (Edwards, 2019; Friedlmeier i sur., 2011). Tako su primjerice utvrđene značajne razlike između pripadnika individualističkih i kolektivističkih kultura u vjerovanjima i vrijednostima vezanima za ekspresiju i supresiju emocija (Butler i sur., 2007). Također, istraživanja sugeriraju kako kulturalna vjerovanja doprinose spolnim razlikama u socijalizaciji emocija pri kojoj se potiču rodno stereotipna emocionalna ponašanja (Chaplin i sur., 2005; Adams i sur., 1995). Konačno, uz različite socijalizacijske učinke, utjecaj na vjerovanja o emocijama mogu imati i traumatska iskustva (Edwards i Wupperman, 2019). Tako pojedinci s izraženim simptomima PTSP-a izvještavaju o strahu od doživljavanja snažnih emocija i negativnim procjenama emocija (Sippel i Marshall, 2013; Tull i sur., 2007).

Iako dosadašnja istraživanja upućuju na važnu ulogu socijalizacijskih iskustava u formiranju vjerovanja o emocijama, i dalje postoje određeni vidovi socijalizacijskih iskustava, s potencijalom za objašnjavanje razvoja vjerovanja o emocijama, koji nisu dobili značajnu pažnju u literaturi. Stoga će ovaj rad biti fokusiran na identificiranje ranih prediktora određenih vjerovanja o emocijama i eventualnih mehanizama u njihovoj podlozi koji uz ostala, prethodno opisana socijalizacijska i traumatska iskustva mogu potencijalno predstavljati čimbenike koji doprinose njihovu razvoju. Preciznije, ispitivat će se predviđaju li mjere rane privrženosti prema skrbnicima vjerovanje o kontrolabilnosti emocija (i generalizirana samoefikasnost kao eventualni medijator tog odnosa) te vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija u odrasloj dobi. Navedena su vjerovanja odabrana jer predstavljaju relativno dobro utvrđene konstrukte s nizom psihološko-bihevioralnih korelata (Manser i sur., 2012; DeCastella i sur., 2013; Tamir i sur., 2007; Rimes i Chalder, 2010; Sydenham i sur., 2017) i zadovoljavajućim instrumentima procjene (Becerra i sur., 2020; Rimes i Chalder, 2010). Također, postoji teorijska osnova i određene

empirijske indikacije (razmatrane u nastavku) na temelju kojih se čini opravdano pretpostaviti da su povezani s kvalitetom privrženosti u djetinjstvu.

Privrženost i unutarnji radni modeli

Ljudska su bića neposredno nakon rođenja, i u nadolazećim godinama, izuzetno nerazvijena. Iz tog su razloga opremljeni nizom sofisticiranih alata (zajedno sa skrbnicima) koji im omogućavaju preživljavanje tijekom odrastanja, a jedan od njih je upravo kapacitet za razvoj privrženosti koji ima brojne i dalekosežne implikacije na razvoj osobe. Naime, prema teoriji privrženosti, dojenčad koja je bila predisponirana za razvoj privrženosti i održavanje skrbnika u blizini imala je veće šanse za preživljavanje (Cassidy, 2016), stoga se traženje bliskosti sa skrbnikom, u trenucima uznemirenosti, boli i opasnosti smatra temeljnim obilježjem privrženih odnosa (Ainsworth, 1989). Nadalje, kvaliteta skrbničke brige izrazito je varijabilna (između različitih obitelji, između različitih članova obitelji ili temporalno u okviru odnosa sa specifičnim skrbnikom). Evolucijski orijentirana objašnjenja ističu kako niža kvaliteta brige o djetetu signalizira različite informacije o lokalnoj okolini poput generalne sigurnosti i dostupnosti resursa (Simpson i Belsky, 2016), stope smrtnosti (Chisholm i sur., 1993) ili razine okrutnosti (eng. *harshness*) i nepredvidivosti okoline (Ellis i sur. 2009). U svakom slučaju, da bi kapacitet za razvoj privrženosti uistinu bio adaptivan, mora biti dovoljno fleksibilan da osigura adekvatne dječje reakcije na potencijalno varijabilnu kvalitetu skrbničke brige (Main, 1990; Simpson i Belsky, 2016; Cassidy, 2016).

Godine 1978. Ainsworth i sur. (2015) predstavljaju metodologiju Nepoznate Situacije koja služi procjeni individualnih razlika u kvaliteti privrženosti, a sastoji se od nekoliko kratkih sekvenci u kojima se promatra dječje ponašanje u prisustvu roditelja te reakcije na odlazak roditelja, prisustvo nepoznate osobe i povratak roditelja. Primjenom te procedure Ainsworth i sur. (2015) identificirali su tri obrasca privrženosti: siguran (B), anksiozno-izbjegavajući (A) te anksiozno-ambivalentni (C). Tako su sigurno privržena djeca na povratak roditelja reagirala brzom uspostavom emocionalne povezanosti tražeći od roditelja bliskost i utjehu, nakon čega su se relativno brzo smirila i vratila prethodim aktivnostima. Izbjegavajuće privržena djeca izbjegavala su bliskost i kontakt s roditeljem nastojeći se samostalno umiriti. Anksiozno-ambivalentno privržena djeca prije separacije nisu se previše odvajala od roditelja niti su se upuštala u

istraživačke aktivnosti, dok su na povratak roditelja pokazivala konfliktnu kombinaciju intenzivnog traženja bliskosti i utjehe s izljevima ljutnje (Ainsworth i sur., 2015). Nadalje, istraživanja sugeriraju kako su skrbnici sigurno privržene djece obično dostupni, responzivni i osjetljivi na dječje potrebe i znakove uznemirenosti (Ainsworth i sur., 2015; Isabella, 1993; DeWolff i Van IJzendoorn, 1997). Skrbnici anksiozno-ambivalentne djece često su neosjetljivi i nekonzistentni te za djecu nepredvidivi (Ainsworth i sur., 2015; Isabella, 1993; Isabella i Belsky, 1991), dok su skrbnici izbjegavajuće privržene djece nerijetko hladni, ljutiti, iritabilni i odbacujući (Ainsworth i sur., 2015; Isabella, 1993). S obzirom na takve tipične socijalne uvjete rane okoline, prethodno opisani stilovi privrženosti predstavljaju adaptivne strategije za traženje i održavanje skrbnikove blizine i podrške (Simpson i Belsky, 2016), kao i adekvatne strategije regulacije emocija (Mikulincer i Shaver, 2003). Preciznije, kada su skrbnici dostupni, responzivni i osjetljivi na dječje potrebe, traženje bliskosti i utjehe u situacijama uznemirenosti (primarna strategija) te bezbrižno upuštanje u istraživačke aktivnosti u situacijama smirenosti čini se adaptivnim (Simpson i Belsky, 2016; Mikulincer i Shaver, 2003; Ainsworth i sur, 2015). No, kada su skrbnici neosjetljivi, nekonzistentni i nepredvidivi, čini se adaptivnom veća razina preokupacije skrbnikovom prisutnošću zbog čega dijete neće u tolikoj mjeri biti angažirano u istraživanje svoje okoline. Jednom kada dijete postane uznemireno, bilo znakovima potencijalne separacije ili nekim drugim prijetećim podražajima, intenzivno traženje bliskosti (hiperaktivirajuća strategija) također evolucijski ima smisla (Ainsworth i sur. 2015; Simpson i Belsky, 2016; Mikulincer i Shaver, 2016). Konačno, ako su skrbnici dominantno percipirani kao hladni i odbijajući, traženje bliskosti ne čini se toliko efikasnom strategijom, već je potrebno razviti kapacitet za samostalno nošenje sa stresom (potiskujući potrebu za bliskošću, umanjujući značaj prisutnih prijetnji te prestanak nadziranja dostupnosti figura privrženosti) (deaktivirajuća strategija) (Mikulincer i Shaver, 2016; Mikulincer i Shaver, 2003). Dok deaktivirajuća strategija kod izbjegavajuće privrženih pojedinaca intuitivno ima smisla u pogledu regulacije emocija, evolucijska su objašnjenje nešto kompleksnija. Jedno od njih ponudila je Main (1981; prema Simpson i Belsky, 2016) koja navodi kako je tijekom evolucijske povijesti, u prisustvu hostilnih, nemotiviranih (za skrb o djetetu) ili preokupiranih (brigom oko ostalih potomaka ili pak potragom za resursima) skrbnika, deaktivirajuća strategija oslanjanja na vlastite kapacitete za nošenje sa stresom, a ne traženje skrbničke podrške, predstavlja način na koji dijete može održati skrbnike takvih karakteristika u blizini, smanjujući rizik od eventualnog napuštanja. Uz prethodno opisana tri obrasca privrženosti, naknadno je identificiran i

četvrti, dezorganizirani/dezorijentirani obrazac (D) (Main, 2009). Naime, dok preostala tri obrasca privrženosti predstavljaju organizirane strategije za nošenje s uznemirenošću i separacijom, kod obrasca D nedostaje smislene organizacije ponašanja povezanog s privrženošću koje je obično kontradiktorno i zbunjujuće (npr. smješkanje skrbniku uz bojažljivi izraz lica, smješkanje neposredno nakon separacije od skrbnika itd.) (Main, 2009). Smatra se kako okolnosti u kojima se skrbnik opetovano percipira zastrašujuće ili prestrašeno (često skrbnici zlostavljači ili oni koji pate od nerazriješenih traumi) dovode do razvoja obrasca D jer se kod djeteta aktiviraju paradoksalni motivi za približavanjem i izbjegavanjem što onemogućava smislenu organizaciju ponašanja (Main, 2009; Madigan i sur., 2006). Konačno, iako su generalno sva djeca privržena svojim skrbnicima, samo su neki oblici privrženosti smatraju sigurnima budući da u odnosu sa skrbnikom dijete pronalazi sigurnost i utjehu (sigurna privrženost), dok za ostale to nije slučaj (izbjegavajuća, anksiozna, dezorganizirana/dezorijentirana privrženost) (Ainsworth, 1989; Cassidy, 2016).

Integralni dio teorije privrženosti predstavlja koncept unutarnjih radnih modela (dalje u tekstu bit će naznačeni kraticom URM). URM mogu se definirati kao unutarnje reprezentacije okoline (Bowlby, 1969/1982). Prema Bowlbyu (1969/1982), da bi pojedinac mogao uspješno djelovati u svojoj okolini mora imati neku vrstu reprezentacije okoline i sebe. Pojedinac s točnijim i opširnijim URM-ima bolje će predviđati promjene i događaje u okolini relevantne za njegove ciljeve što povećava vjerojatnost njegova preživljavanja i eventualne reprodukcije (Bowlby, 1969/1982; Bretherton i Munholland, 2016). URM se razvijaju u interakciji sa svijetom i drugima. U kontekstu privrženosti, kroz opetovane interakcije sa skrbnikom, dijete razvija URM skrbnika kao pouzdanog (ako je skrbnik bio dostupan, osjetljiv i responzivan na dječje potrebe) ili nepouzdanog (ako skrbnik nije bio dostupan, osjetljiv i responzivan na potrebe djeteta) koji mu omogućava buduća predviđanja skrbnikova ponašanja. Na taj su način djetetove strategije traženja bliskosti, uz trenutačno prisutne znakove dostupnosti, određene i djetetovim URM-om skrbnika (Bowlby, 1969/1982; Bretherton i Munholland, 2016; Bretherton, 1993). Nadalje, uz URM skrbnika, kroz opetovane interakcije dijete razvija i komplementarni URM sebe, kao prihvatljivog, voljenog i vrijednog (ako je skrbnik pouzdan i osjetljiv na potrebe djeteta) ili neprihvatljivog, nevoljenog i nevrijednog (koje se s razvojem jezika dodatno elaboriraju) (Bowlby, 1969/1982; Bowlby, 1988; Bretherton i Munholland, 2016; Bretherton, 1993). Generalizirani osjećaji pouzdanja i sigurnosti prema skrbniku te pozitivne evaluacije sebe dalje omogućavaju djetetu bezbrižno istraživanje okoline (što ima pozitivne posljedice na razvoj), a kasnije i samopouzdano

suočavanje s izazovima jer zna da se može osloniti na sebe i svoje sposobnosti kao i na druge (Bowlby, 1973; Cassidy, 2016; Mikulincer i Shaver, 2003). Bowlby (1969/1982; 1988) ističe kako su URM formirani tijekom djetinjstva i adolescencije relativno rezistentni na promjene te nastavljaju utjecati na bliske odnose tijekom cijelog života. Sukladno tome, Hazan i Shaver (1987) provode prvo istraživanje koje je ispitivalo obrasce privrženosti u odrasloj dobi (u kontekstu romantičnih odnosa) te utvrđuju postojanost triju obrazaca privrženosti (sigurni, izbjegavajući i anksiozno-ambivalentni) konceptualno ekvivalentima obrascima privrženosti u djetinjstvu.

S novim istraživanjima, konceptualizacija privrženosti sve se više počela odmicati od kategorijalnog pristupa prema dimenzionalnom. Prvi su dimenzionalni model predložili Bartholomew i Horowitz (1991) u kojem ističu kako su u podlozi privrženosti dvije ortogonalne dimenzije: model sebe (pozitivan – negativan) i model drugih (pozitivan – negativan). Kombinacijom tih dimenzija dobiju se četiri različita obrasca privrženosti koji su konceptualno slični onima predloženim od strane Ainsworth i sur. (2015) i Main (2009): *sigurna privrženost* (pozitivno viđenje sebe i drugih) (sigurna privrženosti prema Ainsworth i sur. (2015)), *preokupirana privrženost* (negativno viđenje sebe i pozitivno viđenje drugih) (anksiozno-ambivalentna privrženost), *odbijajuća privrženost* (pozitivno viđenje sebe i negativno viđenje drugih) (izbjegavajuća privrženost) te *bojažljiva privrženost* (negativno viđenje sebe i drugih) (dezorganizirana/dezorijentirana privrženost prema Main (2009). Analizirajući čestice svih dostupnih upitnika odrasle romantične privrženosti Brennan i sur. (1998) također dolaze do zaključka o postojanosti dvije dimenzije u podlozi privrženosti, nazivajući ih dimenzijama anksioznosti i izbjegavanja. *Dimenzija anksioznosti* tako reflektira individualne razlike u anksioznosti vezanoj za odbacivanje i napuštanje od strane partnera. Preciznije, ta je komponenta u podlozi nadziranja i procjenjivanja fizičke i psihološke bliskosti i dostupnosti partnera. S obzirom na to, pojedinci koji se nalaze više na ovoj dimenziji bit će skloniji određena ponašanja partnera procjenjivati kao odbijajuća. S druge strane *dimenzija izbjegavanja* reflektira individualne razlike u regulaciji misli, emocija i ponašanja povezanim s privrženosti. Tako primjerice, osobe visoko na ovoj dimenziji, generalno, izbjegavaju intimnost u bliskim vezama te nisu skloni traženju podrške i utjehe, već se sa stresnim i uznemirujućim situacijama nastoje suočavati samostalno (Brennan i sur., 1998; Fraley i Shaver, 2000; Fraley i sur., 2015; Fraley i Shaver, 2016). Također, valja napomenuti kako se dimenzija anksioznosti i modela o sebi te dimenzija

izbjegavanja i modela o drugima, empirijski preklapaju, no različiti ih autori različito interpretiraju (Fraley i Shaver, 2000).

Vjerovanja o emocijama, privrženost i unutarnji radni modeli

Unatoč nedostatku radova koji se bave pitanjem odnosa između rane privrženosti i vjerovanja o emocijama, postoje određene empirijske i teoretske indikacije koje sugeriraju na povezanost tih fenomena. Tako primjerice, Manser i sur. (2012) utvrđuju povezanost između nekoliko mjera koje upućuju na ranu privrženost (sigurna baza, roditeljska disciplina, prijetnje separacije) i niza različitih vjerovanja o emocijama u odrasloj dobi (vjerovanje da su emocije preplavljujuće i nekontrolabilne, sramotne i iracionalne te štetne). Detaljnije, vjerovanje da su emocije preplavljujuće i nekontrolabilne bilo je negativno povezano s mjerom sigurne baze (npr. pouzdanje prema roditeljima, osjećaj voljenosti) te pozitivno povezano s prijetnjama o separaciji (npr. roditeljeva prijetnja odlaskom).

Nadalje, kao što je već prethodno istaknuto, kada se dijete osjeća uplašeno ili nelagodno, tipična reakcije jest traženje bliskosti sa skrbnikom (primarna strategija) (s vremenom ta je reakcija pod sve većim utjecajem URM-a). Ovisno o kvaliteti skrbničke reakcije, epizoda traženja bliskosti i utjehe potkrijepit će određena vjerovanja djeteta o drugima (povećano povjerenje u druge ili sumnja u pouzdanost drugih), sebi (osjećaj osobne vrijednosti i samoefikasnosti za nošenje sa stresom ili sumnja u osobnu vrijednost i vlastite resurse za suočavanjem sa stresom) i svijetu (sigurno ili nesigurno mjesto) te facilitirati osjećaj sigurnosti ili nesigurnosti i ranjivosti. Ako skrbnik ne reagira na dječje traženje bliskosti i podrške ili ako reagira neadekvatno, dijete se oslanja na sekundarne strategije sustava privrženosti (hiperaktivirajuću ili deaktivirajuću strategiju) (Mikulincer i Shaver, 2003).

Tijekom odrastanja i nebrojnih epizoda traženja bliskosti i podrške, URM drugih i sebe postaju izuzetno elaborirane reprezentacije s nizom različitih kognitivnih, emocionalnih i bihevioralnih implikacija. Prema Mikulinceru i Shaveru (2003) jedna je od tih implikacija razvoj specifičnih vjerovanja koja predstavljaju sastavne elemente osobnog kapaciteta za suočavanje sa stresom, a to su: a) generalno (optimistično ili pesimistično) vjerovanje o ishodima suočavanja sa stresom, b) pozitivno ili negativno vjerovanje o dostupnosti drugih u nelagodnim i stresnim okolnostima, te c) pozitivna ili negativna vjerovanja o samoefikasnosti za suočavanje sa stresom.

Sukladno tome, pojedinci koji su se dominantno oslanjali na primarnu strategiju i koja im se pokazala efikasnim načinom suočavanja sa stresnim okolnostima (sigurno privrženi) vjerojatnije će razviti pozitive varijante navedenih vjerovanja. S druge strane, osobe koje su se dominantno oslanjale na hiperaktivirajuću strategiju (anksiozno privrženi) vjerojatnije će razviti negativne oblike navedenih vjerovanja. Kod osoba s deaktivirajućom strategijom (izbjegavajuće privrženi) situacija je nešto kompleksnija. Naime, tijekom prošlih stresnih iskustava, ti su pojedinci vjerojatno doživljavali sumnje o mogućnostima nošenja sa stresom, o dostupnosti i pouzdanosti drugih kao i vlastitim kapacitetima za nošenje s prijetećim događajima. Međutim, kako bi se samostalno mogli nositi sa stresnim okolnostima (jer se ne mogu osloniti na skrbnike) morali su potisnuti aspekte sebe koji impliciraju nekompetentnost i nedostatak kontrole, jer se samostalno mogu suočavati s prijetećim događajima jedino ako se percipiraju kompetentnima i snažnima. Prema tome, samo priznavanje negativnih aspekata sebe može predstavljati izvor prijetnje. Iz navedenih razloga, kod izbjegavajućih pojedinaca prisutna su pozitivna vjerovanja o samoefikasnosti za nošenje sa stresom, kao i generalno pozitivno viđenje sebe, zajedno s negativnim viđenjem drugih (Mikulincer i Shaver, 2003).

Rezultati istraživanja generalno potvrđuju prethodno navedene tvrdnje. Cassidy (1988) tako navodi kako su se šestogodišnjaci, kategorizirani kao sigurno privrženi, skloniji opisivati u pozitivnim terminima te generalno pokazuju razvijen kapacitet za priznavanje mana i nesavršenosti. S druge strane, djeca okarakterizirana kao izbjegavajuće privržena, sklonija su se opisivati na ekstremno pozitivan način te u manjoj mjeri prihvaćati svoje nedostatke, dok su djeca u ostalim kategorijama nesigurne privrženosti imala tendenciju samoopisivanja u generalno negativnim terminima. Sukladni su tome i nalazi istraživanja na odraslim osobama. Naime, Mikulincer (1995), koristeći kategorijalnu mjeru privrženosti (Hazan i Shaver, 1987), utvrđuje kako su sheme o sebi sigurno privrženih pojedinaca generalno pozitivne, ali uravnotežene (uključuju i negativne aspekte sebe), dok su sheme izbjegavajuće privrženih izrazito pozitivne i neuravnotežene (niska dostupnost negativnih aspekata sebe). S druge strane, sheme o sebi anksioznih pojedinaca dominantno su negativne. Nadalje, sigurno i odbijajuće privrženi pojedinci konzistentno izvještavaju o višim razinama samopoštovanja i razinama kompetencije u različitim domenama u odnosu preokupirano i bojažljivo privržene (Bernnan i Morris, 1997; Bylsma i sur., 1997). Sljedeće, poznato je kako neželjene i neugodne misli mogu povećati dostupnost negativnih shema o sebi, a pokušaj potiskivanja takvih misli nerijetko dovodi do kontradiktorne povratne

reakcije (eng. *rebound effect*) – povišene razine intruzivnosti neželjenih misli i nelagode koje one izazivaju. Specifičnost izbjegavajuće privrženih pojedinaca je ta što u normalnim okolnostima uspješno koriste strategiju supresije neželjenih misli bez sekundarnih povratnih reakcija (povišene razine intruzivnosti neželjenih misli, nelagode i dostupnosti negativnih shema o sebi). Međutim, pod značajnim kognitivnim opterećenjem, čini se kako obrambeni mehanizmi izbjegavajućih pojedinaca popuštaju zbog čega negativne sheme o sebi postaju dostupnije (Mikulincer, Dolev i Shaver, 2004). Takav je nalaz generalno u skladu sa sugestijama o defanzivnim mehanizmima prisutnim kod izbjegavajuće privrženih pojedinaca (Mikulincer i Shaver, 2003; Cassidy, 1988).

Istražujući odnos između vjerovanja o kontolabilnosti emocija s nizom različitih emocionalnih i socijalnih varijabli, Tamir i sur. (2007) demonstrirali su kako je ono pozitivno povezano sa samoefikasnosti vezanom za regulaciju emocija, dok DeCastella i sur. (2013) utvrđuju kako su izraženija vjerovanja o nekontrolabilnosti emocija povezana s nižim razinama samopoštovanja. Također, navode kako su sudionici u prosjeku izvještavali o izraženijim vjerovanjima o kontrolabilnosti emocija kada su pitanja bila usmjerena na njih osobno (npr. „*Ako želim, mogu promijeniti emocije koje doživljavam*“) nego kada su bila usmjerena na emocije generalno (npr. „*Ako žele, ljudi mogu promijeniti emocije koje doživljavaju*“). Ovakve rezultate, istraživači su objasnili tendencijom ljudi za održavanjem, poboljšanjem ili zaštitom slike o sebi (DeCastella i sur., 2013). Ovaj je nalaz potencijalno bitan jer sugerira da procjene o kontrolabilnosti emocija, općenito, mogu biti pod utjecajem težnji za održavanjem ili poboljšavanjem slike o sebi, iako će biti izraženija u pitanjima koja se direktno odnose na osobu. S obzirom na opisane defanzivne mehanizme izbjegavajuće privrženih pojedinaca, moguće je kako su takve tendencije kod njih još izraženije jer izvještavanje o niskoj razini kontrolabilnosti nad emocijama može implicirati nedostatak osobnog kapaciteta za suočavanje s emocijama.

Uzevši u obzir kako pojedinci s pozitivnijim unutarnjim radnim modelima sebe obično izjavljuju o izraženijem vjerovanju o kontrolabilnosti emocija, čini se plauzibilnim za pretpostaviti kako su reakcije skrbnika na djetetove traženje bliskosti i podrške, uz URM sebe i drugih, mogle pridonijeti i oblikovanju vjerovanja o kontrolabilnosti emocija. Preciznije, pravovremene i osjetljive reakcije skrbnika na djetetovo traženje bliskosti mogu potkrijepiti URM djeteta kao uspješnog agenta u svojoj okolini, koji uslijed svog angažmana uspijeva „otkloniti“ neugodno stanje, što doprinosi osjećaju samoefikasnosti za nošenje sa stresom, i potencijalno, vjerovanju da

ima kontrolu nad svojim emocijama (proces koji se elaborira tijekom brojnih epizoda traženja podrške kroz djetinjstvo). Na temelju svega dosad navedenog, pretpostavlja se kako će dimenzija anksioznosti biti negativan prediktor vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (niže rezultate na dimenziji anksioznosti pokazuju sigurno i odbijajuće privrženi, dok više rezultate pokazuju preokupirano i bojažljivo privrženi), a medijator tog odnosa bit će procjena generalne samoefikasnosti. S druge strane, budući da dimenzija izbjegavanja nije u tolikoj mjeri indikativna za sliku o sebi (teoretski pozitivnu sliku o sebi mogu imati pojedinci koji su visoko i nisko na toj dimenziji; odbijajuće i sigurno privrženi pojedinci) očekuje se kako ona neće biti značajno povezana s vjerovanjem o kontrolabilnosti emocija. Također, valja napomenuti kako niže rezultate na toj dimenziji pokazuju sigurno i preokupirano privrženi, a više rezultate pokazuju odbijajuće i bojažljivo privrženi.

Nadalje, teorija privrženosti potencijalno može doprinijeti i razumijevanju vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija, poglavito ideja o obrambenim mehanizmima održavanja pozitivne slike o sebi, izraženim kod izbjegavajuće privrženih pojedinaca. Naime, kao što je prethodno navedeno, kod dominantnog korištenja deaktivirajućih strategija, prisutno je potiskivanje negativnih aspekata sebe kao i određenih događaja koji impliciraju nesposobnost i/ili nedostatak kontrole jer i oni sami mogu predstavljati prijeteće podražaje (Mikulincer i Shaver, 2003). U tom pogledu, samo doživljavanje neugodnih afektivnih stanja poput straha, tuge, anksioznosti, srama, usamljenosti itd. može biti percipirano kao prijeteće i potencijalno ugrožavajuće za sliku o sebi kao samostalnoj, snažnoj i kompetentnoj osobi kojoj nije potrebna pomoć drugih, što posljedično može aktivirati nastojanja za potiskivanjem takvih osjećaja (Shaver i Mikulincer, 2007; Hesse, 2016).

Prema Rimes i Chalder (2010), vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija predstavljaju oblik pretjerano visokih standarda, odnosno perfekcionizma u pogledu doživljavanja i ekspresije emocija. To je stajalište empirijski poduprto nalazom o pozitivnoj povezanosti između vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija te mjera negativnog perfekcionizma (Rimes i Chalder, 2010). Nadalje, u istraživanju mentalnih reprezentacija o sebi, Mikulincer (1995) utvrđuje postojanost relativno velikih razlika između različitih domena o sebi (stvarno ja, idealno ja, onakav/a kakav bih trebao/la biti; eng. *actual self, ideal self, ought self*; Higgins, 1987) kod anksiozno i izbjegavajuće privrženih pojedinaca. Dok se

kod anksioznih takva razlika primarno pripisuje generalno negativnom, aktualnom viđenju sebe, kod izbjegavajuće privrženih ta razlika proizlazi iz izrazito visokih idealnih standarda (unatoč već defanzivno pozitivnoj slici o sebi) (Mikulincer i Shaver, 2003). Mikulincer i Shaver (2003) navode kako tako visoki standardi kod izbjegavajućih pojedinaca mogu proizlaziti iz njihovih težnji za moćnim i savršenim '*selfom*' (budući da visoko vrednuju kapacitet za samostalno suočavanje sa stresom i izazovima). Iz tog razloga, čini se opravdano pretpostaviti kako će izrazito visoki kriteriji vezani za doživljavanje i izražavanje emocija biti prisutni kod izbjegavajuće privrženih pojedinaca jer ponašanje sukladno tim vjerovanjima može služiti kao potvrda o snažnom '*selfu*'.

Konačno, nalazi istraživanja upućuju na povezanost između vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija i određenih strategija regulacije emocija. Preciznije, utvrđena je pozitivna povezanost sa izbjegavajućom strategijom regulacije emocija te negativna povezanost s mjerama traženja socijalne podrške (Sydenham i sur., 2017; Tran i Rimes, 2017), koje se obično smatraju strategijama regulacije emocija karakterističnim za izbjegavajuće privržene pojedince (Mikulincer i Florian, 1995; Pascuzzo i sur., 2013; Brenning i Braet, 2012; Vetere i Myers, 2002). Osim toga, rezultati istraživanja Pascuzzo i sur. (2015) sugeriraju kako osobe više ne dimenziji izbjegavanja imaju manje izraženu sklonost emocionalnoj ekspresiji. Na temelju navedenih teorijskih indikacija i rezultata dostupnih istraživanja, pretpostavlja se kako će dimenzija izbjegavanja biti pozitivan prediktor vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. S obzirom da se teoretski pretpostavlja kako defanzivne tendencije održavanja pozitivne slike o sebi i perfekcionistički standardi za regulaciju emocija u većoj mjeri kovariraju s dimenzijom izbjegavanja, očekuje se kako dimenzija anksioznosti neće biti značajno povezana s vjerovanjima o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija.

Imajući u vidu kako osoba može ostvariti različitu kvalitetu odnosa s različitim skrbnicima te kako različiti odnosi diferencijalno mogu utjecati na različite ishode, u ovom će istraživanju privrženost majci/majčinskoj figuri i ocu/očinskoj figuri procjenjivati odvojeno.

Cilj, problemi i hipoteze istraživanja

Cilj istraživanja

Ispitati odnos između dimenzija privrženosti (dimenzije izbjegavanja i anksioznosti) u djetinjstvu i vjerovanja o emocijama u odrasloj dobi te istražiti potencijalne medijatore tog odnosa.

Problemi i hipoteze istraživanja

P1: Ispitati predviđaju li dimenzije rane privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) vjerovanje osobe o kontrolabilnosti emocija te predstavlja li samoefikasnost medijatorsku varijablu između dimenzija rane privrženosti i vjerovanja o kontrolabilnosti emocija.

H1a: Dimenzije Anksioznosti bit će negativni prediktori Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija, dok dimenzije Izbjegavanja neće biti značajno povezane s Vjerovanjem o kontrolabilnosti emocija.

H1b: Samoefikasnost će biti medijator između dimenzija Anksioznosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (dimenzije Anksioznosti bit će negativno povezane s procjenom Samoefikasnosti, a Samoefikasnost će biti pozitivno povezana s Vjerovanjem o kontrolabilnosti emocija).

P2: Ispitati predviđaju li dimenzije rane privrženosti vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija.

H2: Dimenzije Izbjegavanja bit će pozitivni prediktori Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija, dok dimenzije Anksioznosti neće biti značajno povezane s Vjerovanjem o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija.

Metoda

Sudionici

U istraživanju je ukupno sudjelovalo 375 sudionika, međutim prije samih analiza iz istraživanja ih je isključeno 132 stoga konačan broj sudionika uključenih u analize iznosi 243. 63

sudionika isključeno je iz obrade zbog nedostatka podataka (na oba selekcijska pitanja o stalnom ili povremenom životu s majkom/majčinskom figurom ili ocem/očinskom figurom, čiji je odgovor uvjetovao daljnje ispunjavanje upitnika, odgovarali su negativno, a takav je odgovor bio u kontradikciji s prethodnom izjavom da su tijekom odrastanja živjeli s oba biološka roditelja), a preostalih 69 jer su kao primarne figure privrženosti navodili osobe koje nisu predstavljale njihove skrbnike ili pak osobe koje nisu živjele s njima, dok su u fokusu ovoga rada bile osobe kojima je skrbnik predstavljao primarnu figuru privrženosti. Od ukupnog broja sudionika njih 168 bilo je ženskog roda (69.1%), 73 muškog (30%), jedna je osoba navela kako njen rod nije obuhvaćen ponuđenim odgovorima (0.4%), a jedna je osoba navela kako preferira ne izjasniti se (0.4%). Rasponi dobi kretao se između 18 i 64 godine, a prosječna dob sudionika iznosila je 30.5 godina (SD = 11.7). Tijekom odrastanja, s oba biološka roditelja živjelo je 214 sudionika (88%), jedna osoba živjela je s roditeljima posvojiteljima (0.4%), jedna s djedom i/ili bakom (0.4%), dok je preostalih 27 sudionika živjelo u nekom obliku životne zajednice koji je uključivao boravak barem s jednim biološkim roditeljem (11%). Kao primarnu figuru privrženosti 218 sudionika navelo je majku (89.7%), a 25 ih je navelo oca (10.3%). Uzorak je bio prigodan, a sudionici su se prikupljali metodom snježne grude.

Instrumenti

Za prikupljanje potencijalno relevantnih sociodemografskih podataka korišten je prilagođeni **sociodemografski upitnik** konstruiran na temelju ranijih radova slične tematike. Upitnik je uključivao pitanja o dobi, rodu, postignutom stupnju obrazovanja, trenutnom socioekonomskom statusu, dobi i završenom stupnju obrazovanja majke/ženskog skrbnika i oca/muškog skrbnika, broju braće i sestara te redoslijedu rođenja. Također, upitnik je uključivao i pitanja koja se odnose na period odrastanja (do 18. godine života). Konkretno, pitanja o broju članova u kućanstvu, skrbnicima, materijalnim prilikama, doživljavanju značajnih promjena u strukturi obitelji, kvaliteti odnosa između skrbnika te pitanja namijenjena detektiranju primarnog skrbnika osobe, kao i eventualno značajnih događaja tijekom odrastanja koji su bitno mogli promijeniti odnos s bliskim osobama. Uz to, bilo je uključeno i pitanje o postojanosti trenutačnog romantičnog odnosa i njegova trajanja.

Za procjenu privrženosti u djetinjstvu korišten je **Upitnik iskustva u bliskim odnosima – strukture odnosa** (eng. *The Experiences in Close Relationships – Relationship Structures Questionnaire*; ECR-RS; Fraley i sur., 2011). ECR – RS upitnik je za procjenu privrženosti u različitim odnosima, uz primjerenu modifikaciju upute. U ovom se istraživanju koristio za retrospektivnu procjenu privrženosti majci (ili majčinskoj figuri) i ocu (ili očinskoj figuri), po uzoru na Jarnecke i South (2013) i Smigelsky i sur. (2019) te za procjenu privrženosti sadašnjem/oj partneru/ici. Ispunjavao se slijedećim redoslijedom: upitnik za majku, upitnik za oca, upitnik za partnera/icu. Upitnik se sastoji od 9 čestica te mjeri dvije odvojene dimenzije privrženosti: Izbjegavanje (6 čestica; npr. „*Lako mi je pouzdati se u ovu osobu.*“) i Anksioznost (3 čestice; npr. „*Bojim se da bi me ova osoba mogla napustiti*“). Za odgovaranje se koristi skala odgovora Likertovog tipa od 7 stupnjeva, gdje 1 znači Uopće se ne slažem, a 7 U potpunosti se slažem. Viši rezultati upućuju na viši stupanj izbjegavajuće ili anksiozne dimenzije privrženosti. Pouzdanost tipa unutarnje konzistentnosti skale Izbjegavanja za majku, oca i partnera/icu redom iznose: .92, .90 i .87, dok za skalu Anksioznosti iznose: .88, .90, i .91 (Fraley i sur., 2011). Za potrebe ovog istraživanja upitnik je preveden na hrvatski jezik postupkom dvostruko slijepog prijevoda. U glavnim analizama, za potrebe ovoga diplomskog rada, koristile su se varijable privrženosti prema majci/majčinskoj figuri i ocu/očinskoj figuri.

Upitnik vjerovanja o emocijama (eng. *Emotion Beliefs Questionnaire*; EBQ; Becerra i sur., 2020) instrument je za procjenu vjerovanja o kontrolabilnosti i korisnosti emocija. Sastoji se od 16 čestica raspodijeljenih u 3 subskale: Generalna kontrolabilnost (8 čestica; npr. „*Ljudi ne mogu kontrolirati svoje negativne emocije*“), Korisnost negativnih emocija (4 čestice; npr. „*Negativne emocije su štetne*“) te Korisnost pozitivnih emocija (4 čestice; npr. „*Ljudima ne trebaju pozitivne emocije*“). Za odgovaranje se koristi skala odgovora Likertovog tipa od 7 stupnjeva gdje 1 znači Uopće se ne slažem, a 7 U potpunosti se slažem. Originalno, viši rezultati upućuju na izraženije vjerovanje o nekontrolabilnosti i nekorisnosti emocija, međutim, čestice skale Generalna kontrolabilnost u ovom su istraživanju zbog jednostavnije interpretacije rekodirane tako da viši rezultati na toj skali upućuju na izraženije vjerovanje o kontrolabilnosti emocija. Originalna verzija instrumenta pokazala je zadovoljavajuću pouzdanost tipa unutarnje konzistentnosti; skala Generalne kontrolabilnosti emocija (α=.88), skala Korisnost negativnih emocija (α=.82), skala Korisnost pozitivnih emocija (α=.83) (Becerra i sur., 2020). Upitnik je za potrebe ovo istraživanja

preveden postupkom dvostruko slijepog prijevoda. Također, za odgovaranje na probleme ovog rada, korištena je samo skala Generalne kontrolabilnosti emocija.

Skala vjerovanja o emocijama (eng. *Beliefs about Emotions Scale*; BES; Rimes i Chalder, 2010) jednodimenzionalna je skala od 12 čestica koja služi procjeni vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Primjer čestica glasi: „*Ako pokažem znakove slabosti, drugi će me odbaciti*“ ili „*Ako imam poteškoća, ne treba ih priznati drugima*“. Za odgovaranje se koristi skala odgovora Likertovog tipa od 7 stupnjeva gdje 1 znači Uopće se ne slažem, a 7 u potpunosti se slažem. Viši rezultati upućuju na veći stupanj izraženosti vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Originalna verzija upitnika pokazala je izvrsnu pouzdanost tipa unutarnje konzistentnosti (α=.91) (Rimes i Chalder, 2010). Kao i prethodna dva upitnika, za potrebe ovog istraživanja instrument je preveden metodom dvostruko slijepog prijevoda.

Skala opće samoefikasnosti (SOS; Ivanov i Penezić, 2002) adaptirana je hrvatska verzija originale Skale opće samoefikasnosti (Schwarzer i sur., 1997; prema Ivanov i Penezić, 2002). SOS je jednodimenzionalna skala od 10 čestica koja mjeri generalni osjećaj osobne efikasnosti. Primjer čestica glasi: “*Siguran/a sam da mogu uspješno riješiti neočekivane situacije*“ ili „*Zahvaljujući svojoj snalažljivosti znam kako se treba nositi s nepredvidivim situacijama*“. Čestice se procjenjuju na skali odgovora od 5 stupnjeva gdje 1 znači uopće se ne odnosi na mene, a 5 u potpunosti se odnosi na mene. Viši ukupni rezultat upućuje na veću izraženost samoefikasnosti. Koeficijenti pouzdanosti tipa unutarnje konzistentnosti kreću se između .85 i .87. (Ivanov i sur., 1998; Penezić i sur., 1998, 1999; prema Ivanov i Penezić, 2002).

Postupak

Istraživanje je provodeno *online*, dijeljenjem poveznice upitnika na društvenim mrežama (Facebook), a sudionici su po završetku istraživanja zamoljeni za daljnje prosljeđivanje upitnika potencijalno zainteresiranim poznanicima. Kako su sudionici sakupljani metodom snježne grude, uzorak je bio prigodan. Nakon otvaranja poveznice istraživanja, sudionicima je na prvoj stranici ukratko opisan cilj istraživanja, što će se od njih okvirno tražiti i kakva pitanja generalno mogu očekivati. Također, posebno je istaknuto kako se neka pitanja mogu smatrati potencijalno

osjetljivima budući da se odnose na obiteljske uvjete i odnose sa skrbnicima tijekom odrastanja te trenutne romantične odnose. Uz to, sudionicima je naznačeno kako je istraživanje u potpunosti anonimno, kako u bilo kojem trenutku mogu odustati od istraživanja te kako će se sakupljeni podaci analizirati isključivo na grupnoj razini i u znanstvene svrhe. Konačno, bilo je istaknuto kako pritiskom na tipku „dalje“ osoba potvrđuje da je starija od 18 godina te da pristaje na sudjelovanje u istraživanju.

Sudionici su predviđene upitnike ispunjavali sljedećim redoslijedom: sociodemografski upitnik, zatim Upitnik iskustva u bliskim odnosima – strukture odnosa (ECR-RS) (prvo za majku/ženskog skrbnika, zatim za oca/muškog skrbnika i potom za romantičnog partnera). Valja napomenuti kako je prije ispunjavanja svake varijante osoba odgovarala na selekcijsko pitanje – je li odrastala sa ženskim/muškim skrbnikom (prve dvije varijante), odnosno je li trenutno u romantičnom odnosu (treća varijanta). Ako je osoba na selekcijsko pitanje odgovorila negativno preusmjerena je na sljedeći skup pitanja, a ako je odgovorila pozitivno, prije samog ispunjavanja upitnika, od osobe se tražilo da navede godinu rođenja i razinu obrazovanja skrbnika (prve dvije varijante), odnosno vrijeme trajanja romantičnog odnosa (treća varijanta). Nakon ECR-RS-a, slijedili su: Upitnik vjerovanja o emocijama (EBQ), Skala vjerovanja o emocijama (BES), Skala opće samoefikasnosti (SOS). Na kraju se od sudionika tražilo da navedu nekoliko svojih jakih strana ili snaga koje su razvili uslijed dosadašnjih životnih iskustava s ciljem kompenziranja eventualnih neugodnih osjećaja koji su se mogli javiti tijekom istraživanja.

Provedbu istraživanja odobrilo je etičko povjerenstvo Filozofskog fakulteta u Osijeku.

Rezultati

Za obradu podataka korišten je program IBM SPSS Statistics 26. U nastavku su prikazani osnovni deskriptivni podaci (Tablica 1). Prije same obrade podataka, provjereno je odstupaju li distribucije korištenih varijabli značajno od normalne distribucije, u kojem slučaju ne bi bilo opravdano korištenje parametrijskih statističkih postupaka. Rezultati Kolmogorov – Smirnovljeva testa (K-S) ukazuju kako distribucije svih varijabli osim Neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija značajno odstupaju od normalne distribucije ($p < .01$). Kao dodatni indikator normalnosti distribucija korišteni su indeksi asimetričnosti (eng. *skewness*) i spljoštenosti (eng. *kurtosis*). Kline (2016) navodi kako se odstupanja od normalnosti mogu smatrati prihvatljivima ako indeksi asimetričnosti ne prelaze apsolutnu vrijednost od 3, a indeksi spljoštenosti apsolutnu

vrijednost od 10. Raspon indeksa asimetričnosti za korištene varijable u ovom radu kreće se između -.60 i 2.55, dok se raspon indeksa spljoštenosti kreće između -.91 i 6.55. Jedina je iznimka dimenzija Anksioznosti u odnosu s majkom čiji indeks asimetričnosti iznosi 3.23, a indeks spljoštenosti 11.60. Iz tog je razloga za tu varijablu provedena logaritamska transformacija s bazom 10, nakon koje indeks asimetričnosti iznosi 2.40, a indeks spljoštenosti 4.94. Na taj se način svi indeksi kreću u preporučenim intervalima, zbog čega je opravdana primjena parametrijskih statističkih postupaka.

U nastavku su prikazane interkorelacije svih varijabli uključenih u istraživanje (Tablica 2) (zbog praktičnosti i preglednosti uključene su samo one sociodemografske varijable koje su značajno povezane s istraživanim vjerovanjima o emocijama).

Tablica 1

Osnovni deskriptivni podaci (N=243)

	M	SD	Teorijski raspon	Opaženi raspon	Cronbach α
Privrženost majci					
Dimenzija Anksioznosti	1.34	.88	1 – 7	1 – 7	.86
Dimenzija Izbjegavanja	2.49	1.26	1 – 7	1 – 7	.86
Privrženost ocu					
Dimenzija Anksioznosti	1.58	1.17	1 – 7	1 – 7	.90
Dimenzija Izbjegavanja	3.35	1.67	1 – 7	1 – 7	.92
Vjerovanja o emocijama					
Kontrolabilnost	5.73	1.00	1 – 7	2.88 – 7	.84
Neprihvatljivost	3.25	1.06	1 – 7	1 – 7	.87
Samoefikasnost	3.84	.59	1 – 5	1.80 – 5	.87

Napomena: Kontrolabilnost = Vjerovanje o kontrolabilnosti emocija; Neprihvatljivost = Vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija

Tablica 2

Interkorelacije varijabli uključenih u regresijske analize (N=243)

Varijable	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1. Rod	-	-.03	.04	-.04	.09	-.05	.11	-.02	.05	-.17**	-.18**
2. Broj braće i/ili sestara		-	-.23**	-.09	.26**	.13*	.18**	.16*	-.06	.15*	-.05
3. Kvaliteta odnosa među skrbnicima			-	-.04	-.24**	-.31**	-.30**	-.52**	.03	-.14*	.02
4. Obrazovanje				-	-.22**	.06	-.09	.03	.16*	-.15*	.15*
Privrženost majci											
5. Dimenzija Anksioznosti					-	.43**	.43**	.24**	-.09	.24**	-.13*
6. Dimenzija Izbjegavanja						-	.07	.48**	-.05	.15*	-.15*
Privrženost ocu											
7. Dimenzija Anksioznosti							-	.50**	-.17*	.09	-.16*
8. Dimenzija Izbjegavanja								-	-.09	.16*	-.20**
Vjerovanja o emocijama											
9. Kontrolabilnost									-	-.35**	.12
10. Neprihvatljivost										-	.06
11. Samoefikasnost											-

Napomena: Kontrolabilnost = Vjerovanje o kontrolabilnosti emocija; Neprihvatljivost = Vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija; za varijablu Rod niža vrijednost označava muški rod, viša vrijednost ženski rod

$^{*}p < .05$; $^{**}p < .01$

Doprinos dimenzija privrženosti u objašnjavanju Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija te provjera medijacijskog učinka Samoefikasnosti između dimenzija privrženosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija

Za utvrđivanje doprinosa dimenzija privrženosti u objašnjavanju varijance Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija te utvrđivanje eventualnih medijacijskih efekata Samoefikasnosti između dimenzija privrženosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Prije samog postupka, provjereni su uvjeti za regresijsku analizu (linearnost reziduala, homogenost varijance, normalnost distribucije) koji su bili zadovoljeni. Prilikom provedbe regresijske analize, u 1. koraku, kao kontrolna varijabla, uneseno je Obrazovanje. U 2. koraku unesene su dimenzije privrženosti prema majci, u 3. koraku dimenzije privrženosti prema ocu te u 4. koraku Samoefikasnost (Tablica 3). Uz kontrolu Obrazovanja u 1. koraku, koje se pokazalo značajnim pozitivnim prediktorom, objašnjavajući 2% varijance, 2. korak (dimenzije privrženosti prema majci) i 4. korak (Samoefikasnost) korak nisu značajno doprinijeli objašnjavanju varijance kriterija, dok 3. korak jest, objašnjavajući dodatnih 3% varijance. Preciznije, dimenzija Anksioznosti prema ocu iz 3. koraka predstavlja značajan negativni prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija. Drugim riječima, pojedinci koji su niže na dimenziji Anksioznosti u odnosu s ocem, smatrat će kako ljudi u većoj mjeri imaju kontrolu nad svojim emocijama. Također, s porastom razine obrazovanja raste i uvjerenje kako ljudi imaju kontrolu nad vlastitim emocijama. Vrijednosti VIF-a (do 1.90) i Durbin-Watson testa (1.78) nalaze se u prihvatljivim intervalima (Myers, 1990; prema Field, 2009; Field, 2009) što implicira kako u modelu nema problema s mulikolinearnošću i zavisnošću reziduala. Budući da su dimenzije Izbjegavanja prema majci i ocu nepovezane s kriterijskom varijablom, a dimenzija Anksioznosti je značajan negativan prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija jedino u odnosu s ocem, predviđena je hipoteza (1a) djelomično potvrđena.

Nadalje, kao što je vidljivo iz Tablice 2, korelacije između Samoefikasnosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija nisu značajne, što znači da nisu zadovoljeni preduvjeti za medijacijski učinak. Također, dodatna potvrda o nepostojanju medijacijskog efekta između dimenzija privrženosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija proizlazi iz neznačajno promijenjenih β-pondera dimenzija privrženosti nakon unošenja Samoefikasnosti u 4. koraku regresijske analize (Tablica 3). Sukladno tome, hipoteza (1b) nije potvrđena.

Tablica 3

Hijerarhijska regresijska analiza za predviđanje Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (N=243)

Prediktori	1. korak	2. korak	3. korak	4. korak
	β	β	β	β
Obrazovanje	.14*	.14	.14*	.12
Privrženost majci				
Dimenzija Anksioznosti		-.02	.08	.07
Dimenzija Izbjegavanja		-.01	-.03	-.02
Privrženost ocu				
Dimenzija Anksioznosti			-.19*	-.18*
Dimenzija Izbjegavanja			.00	.00
Samoefikasnost				.10
ΔR^2	.02*	.00	.03*	.01
R^2	.02	.02	.05	.06
F	4.39*	.06	3.5*	2.24

*Napomena: *p < .05*

Doprinos dimenzija privrženosti u objašnjavanju Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija

S ciljem utvrđivanja doprinosa dimenzija privrženosti u objašnjavanju varijance Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Prije nastavka postupka, testirani su preduvjeti za provedbu regresijske analize (linearnost reziduala, homogenost varijance, normalnost distribucije) koji su bili zadovoljeni. U 1. koraku analize, kao kontrolne varijable, uneseni su Rod, Broj braće i/ili sestara, Kvaliteta odnosa među skrbnicima te Obrazovanje. U 2. koraku unesene su dimenzije privrženosti prema majci te u 3. koraku dimenzije privrženosti prema ocu. Nakon kontrole relevantnih sociodemografskih varijabli kojima je objašnjeno 7% varijance, 2. je korak značajno doprinio objašnjavanju varijance kriterija, objašnjavajući dodatnih 3% varijance, dok 3. korak nije bio značajan. U 2. se koraku Rod pokazao kao značajan negativan prediktor, a dimenzija Anksioznosti prema majci kao značajan pozitivan prediktor kriterija. Drugim riječima, muškarci i pojedinci koji pokazuju više rezultate na

dimenziji Anksioznosti u odnosu s majkom vjerojatnije će pokazivati izraženije Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanje emocija. Vrijednosti VIF-a (do 2.20) i Durbin-Watson testa (1.90) nalaze se u zadovoljavajućim intervalima na temelju čega se može zaključiti kako u modelu nisu prisutni problemi s mulikolinearnošću i zavisnošću reziduala. S obzirom da se dimenzije Izbjegavanja nisu pokazale značajnim pozitivnim prediktorima, a dimenzija Anksioznosti prema majci predstavlja značajan pozitivan prediktor, može se reći kako hipoteza (2) generalno nije potvrđena.

Tablica 4

Hijerarhijska regresijska analiza za predviđanje Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija

Prediktori	1. korak	2. korak	3. korak
	β	β	β
Rod	-.17*	-.19**	-.18**
Broj braće i/ili sestara	.04	.03	.03
Kvaliteta odnosa među skrbnicima	-.14*	-.08	-.05
Obrazovanje	-.15*	-.11	-.11
Privrženost majci			
Dimenzija Anksioznosti		.17*	.20*
Dimenzija Izbjegavanja		.04	-.02
Privrženost ocu			
Dimenzija Anksioznosti			-.07
Dimenzija Izbjegavanja			.12
ΔR^2	.07**	.03*	.00
R^2	.07	.10	.10
F	4.21**	3.61*	.76

Napomena: za varijablu Rod niža vrijednost označava muški rod, viša vrijednost ženski rod

$^{*}p < .05$: $^{**}p < .01$

Rasprava

Fokus ovog rada bio je na utvrđivanju odnosa između dimenzija privrženosti u djetinjstvu (prema skrbnicima) i vjerovanja o emocijama u odrasloj dobi. Preciznije, ispitivalo se predviđaju li dimenzije rane privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) vjerovanje o kontrolabilnosti emocija (i samoefikasnost kao eventualni medijator tog odnosa) te vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Na temelju teorijskih indikacija i prethodnih istraživanja bilo je pretpostavljeno kako dimenzije Izbjegavanja neće biti značajno povezane s Vjerovanjem o kontrolabilnosti emocija, dok će dimenzije Anksioznosti predstavljati negativne prediktore Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (hipoteza 1a), a medijator tih odnosa bit će mjera Samoefikasnosti (hipoteza 1b). Također, predviđeno je kako će dimenzije Izbjegavanja biti pozitivni prediktori Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija, dok dimenzije Anksioznosti neće biti značajno povezane s istim vjerovanjem (hipoteza 2).

Dimenzije Izbjegavanja nisu se pokazale značajnim prediktorima Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija, dok je Anksioznost predstavljala značajan negativan prediktor jedino u odnosu s ocem, čime je hipoteza 1a djelomično potvrđena. Takav nalaz, generalno je u skladu s teoretskim predviđanjima kako će pojedinci koji su niže na dimenziji anksioznosti (obično oni sigurno i odbacujuće privrženi), za koje je karakteristična pozitivnija slika o sebi i o vlastitim kapacitetima za suočavanje sa stresom, (Bartholomew i Horowitz, 1991; Mikulincer i Shaver, 2003; Mikulincer, 1995; Brennan i Morris, 1997; Bylsma i sur., 1997) pokazivati više rezultate na mjeri vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (Tamir i sur., 2007; DeCastella i sur., 2013). Također, ovakav je rezultat u skladu s nalazom Mansera i sur. (2012) koji upućuje na pozitivnu povezanost prijetnji o separaciji (tipične za anksiozno privržene osobe) i vjerovanju da su emocije preplavljujuće i nekontrolabilne.

Zanimljiv je nalaz što se dimenzija Anksioznosti pokazala značajnim prediktorom samo u odnosu s ocem, a ne i s majkom. U nastavku su razmotrena neka od mogućih objašnjenja, koja nisu nužno međusobno isključiva. Prvo, čini se plauzibilnim za pretpostaviti kako su se pojedinci, kada su majke, kao primarne figure privrženosti (za većinu uzorka), bile nedostupne ili neresponzivne na traženje pomoći i podrške, okretali ocu (kao potencijalno sekundarnoj figuri privrženosti). Na taj se način, inicijalna emocionalna uznemirenost zbog određene teškoće dodatno povećala, međutim, znajući da i dalje postoji sekundarni izvor podrške, moguće je, da je ta razina

uznemirenosti i dalje bila tolerantna. Međutim, situacije u kojima niti otac, kao sekundarna figura, nije bio dostupan ili je njegova reakcija bila neadekvatna, mogle su dovesti do dodatne akumulacije uznemirenosti koja je možda u jednom trenutku postala preplavljujuća. Na taj način, negativna iskustva relevantna za privrženost mogu se činiti znatno salijentnijima u odnosu s ocem, nego što je to možda za majku. Prilikom takve interpretacije valja imati na umu da su aritmetičke sredine za dimenziju Anksioznosti relativno niske za oba skrbnika. Moguće je, da bi na uzorku s izraženijim vrijednostima Anksioznosti korelacije bile nešto drugačije, te bi možda i Anksioznost prema majci bila značajan prediktor.

Nadalje, neki autori smatraju kako se razvoj privrženosti prema majci i ocu (u tipičnim nuklearnim obiteljima) odvija putem različitih mehanizama. Dok su tako za razvoj privrženosti prema majci primarno važna iskustva pružanja utjehe i podrške, za razvoj privrženosti prema ocu, dominanta su iskustva igre. Takvi oblici igre podrazumijevaju aktivirajuće, dinamične igre i aktivnosti s naglašenim izazovnim i eksplorativnim elementima (socijalnim i fizičkim), fizičke igre koje se naprema igrama s majkom mogu smatrati „rizičnijim“ ili kaotičnijim, npr. igre obaranja (eng. *rough and tumble*), bacanje djeteta u zrak, međusobno lovljenje itd. (Dumont i Paquette, 2013; Paquette, 2004; Kazura, 2000; Bretherton, 2010; Grossmann i sur., 2002). Prema teoriji aktivirajućeg odnosa (eng. *acitivation relationship theory*) za razvoj privrženosti prema ocu bitne su dvije dimenzije: dimenzija stimulacije koja podrazumijeva stimulativne aktivnosti i „otvaranje djeteta prema svijetu“ te dimenzija discipline koja uključuje postavljanje primjerenih granica za očuvanje djetetove sigurnosti (Dumont i Paquette, 2013; Paquette, 2004). Iz te perspektive, uloga oca tijekom odrastanja podrazumijeva pružanje stimulacije, izazova i prilika koje djetetu, u relativno sigurnom okruženju, omogućavaju razvoj njegovih emocionalnih i kognitivnih kapaciteta kroz suočavanje s nepoznatim i destabilizirajućim elementima okoline (Dumont i Paquette, 2013; Paquette, 2004; Kromelow i sur., 1990). Sukladno tome, moguće je da takva stimulirajuća i izazovna iskustva djeci pružaju relativno siguran kontekst unutar kojeg se susreću s različitim emocijama, različitih intenziteta tijekom kojih pak razvijaju osobne kapacitete za suočavanje s istima, kao i vjerovanja da se s njima uspješno mogu nositi. Prema tome, individualne razlike u kvantiteti i kvaliteti takvih stimulirajućih iskustava s ocem, potencijalno jednim djelom mogu biti reflektirane u dimenziji anksioznosti prema ocu. Sukladna su tome istraživanja prema kojima je očeva osjetljivost za igru (razina kooperacije s djetetom tijekom igre, uzimanje u obzir dječje perspektive, motiviranje djeteta, neintruzivnost, strpljenje, motiviranost za

igru itd.) uspješno predviđala dječje unutarnje radne modele svojih očeva u dobi od 10 i 16 godina (Grossmann i sur., 2002) ili gdje je frekvencija igre obaranja s ocem pozitivno predviđala razinu ponašanja asociranih sa sigurnom privrženošću (Newland i sur., 2008). Također, čini se da djeca koja su sigurno privržena svojim očevima u igri s njima pokazuju sofisticiranije oblike igre (Kazura, 2000). Stoga, moguće je da djeca očeva koji nisu pružali dovoljno stimulirajućih i angažirajućih aktivnosti i igara svojoj djeci ili pak oni koji su postavljali neadekvatne granice, nisu bili dovoljno osjetljivi na dječje znakove ili nisu pružali dovoljno podrške tijekom tih aktivnosti pokazuju više rezultate na dimenziji anksioznosti i niže rezultate na mjeri vjerovanja o kontrolabilnosti emocija. Na taj način, kvalitativno drugačija iskustva bitna za razvoj privrženosti s ocem potencijalno mogu objasniti zašto je Anksioznost samo u odnosu s ocem značajan prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija.

Treće je objašnjenje statističke prirode. Naime, varijable Anksioznosti prema majci i ocu pokazuju najviše indekse asimetričnosti (pozitivne). Budući da s pozitivnim povećanjem indeksa asimetričnosti dolazi do efekta slabljenja korelacija s drugim relativno normalno distribuiranim varijablama (Barret, 2001) moguće je kako su korelacije između dimenzija Anksioznosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija podcijenjene. Ako je to točno, postoji mogućnost kako bi Anksioznost prema majci mogla predstavljati značajan prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija, dok bi efekt za oca mogao, hipotetski, biti još izraženiji.

Za mjeru Samoefikasnosti nisu utvrđeni medijacijski efekti između dimenzija Anksioznosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija čime hipoteza 1b nije potvrđena. Takav nalaz nije u skladu s nekim od prethodnih istraživanja koja su utvrdila pozitivnu povezanost između samoefikasnosti vezane za regulaciju emocija i vjerovanja o kontrolabilnosti emocija (Tamir i sur., 2007). Stoga, moguće je da Samoefikasnost jednostavno nema medijacijski učinak između navedenih varijabli. Drugo je moguće objašnjenje da je odabrana mjera samoefikasnosti previše općenita, zbog čega je pod utjecajem znatno većeg broja faktora, a posljedica toga je da su detektirane korelacije s Vjerovanjem o kontrolabilnosti emocija niske i neznačajne. Postoji mogućnost da je nešto specifičniji oblik samoefikasnosti, primjerice, samoefikasnost za suočavanje sa stresnim situacijama ili regulaciju emocija, prikladnija mjera za ispitivanje odnosa s vjerovanjem o kontrolabilnosti emocija.

Dimenzije Izbjegavanja nisu se pokazale kao značajni prediktori Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija, dok je dimenzija Anksioznosti samo u odnosu s majkom predstavljala značajan pozitivan prediktor. Dimenzija Anksioznosti u odnosu s ocem bila je neznačajan prediktor. Takvim obrascem rezultata hipoteza 2 generalno nije potvrđena. Ovakvi nalazi nisu u skladu s idejom o defanzivnim mehanizmima izraženim kod izbjegavajuće privrženih pojedinaca (Mikulincer i Shaver, 2003). Preciznije, s idejom da pojedinci viši na dimenziji izbjegavanja neugodne emocije mogu doživljavati kao izvore prijetnje za sliku o sebi (npr. anksioznost ili strah mogu biti percipirani kao slabosti jer potencijalno impliciraju nesposobnost nošenja s određenim aspektima okoline) zbog čega će biti skloniji izjavljivati o izraženijim vjerovanjima o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Također, ovakvi rezultati nisu u skladu s nalazima kako su izbjegavajući pojedinci manje skloni emocionalnoj ekspresiji (Pascuzzo, 2015). Takvi rezultati potencijalno se mogu objasniti činjenicom da je u skali za procjenu vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija (BES) poprilično izražen socijalni element. Primjerice, čestice „*Ako pokažem znakove slabosti, drugi će me odbaciti*“ ili „*Da bih bio/bila prihvatljiv/a drugima, moram zadržati bilo kakve poteškoće ili negativne osjećaje za sebe*“ impliciraju kako je izražavanje emocija neprihvatljivo jer time riskiramo odbacivanje ili prihvaćanje od strane drugih. Moguće je da su pojedinci viši na dimenziji izbjegavanja manje zabrinuti potencijalnim socijalnim odbacivanjima i prihvaćanjem, a pogotovo u bliskim odnosima zbog čega se dimenzija izbjegavanja nije pokazala značajnim prediktorom. Ako je to točno, BES možda nije prikladna mjera vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija kada se kao prediktor koristi dimenzija izbjegavanja. U tom bi slučaju adekvatnija mjera bila ona koja nema uključene takve socijalne elemente.

Neočekivani je nalaz što je dimenzija anksioznosti značajan pozitivan prediktor Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Preciznije, dimenzija Anksioznosti u odnosu s majkom. Taj se rezultat može interpretirati time što su majke većini sudionika predstavljale primarnu figuru privrženosti. Iz tog je razloga zadržavanje bliskosti i naklonosti majke možda važnije za osjećaj sigurnosti. Sukladno tome, osobe kod kojih je, u odnosu s majkom, izraženiji strah od napuštanja i nedostatka brige (osobe više na dimenziji anksioznosti) bit će spremnije na ona ponašanja koja mogu održati ili povećati vjerojatnost dostupnosti majke (iz njihove perspektive). Sniženo izražavanje neugodnih emocija može biti jedno od takvih ponašanja. Takva je interpretacija u skladu s nalazima istraživanja prema kojima su pojedinci viši na dimenziji

anksioznosti (u romantičnim odnosima) skloniji većoj kontroli svojih emocija (Feeney, 1999), ali i vjerovanju da njihovi partneri žele da oni kontroliraju svoje emocije (ljutnje i tuge) (Feeney, 1995).

Važnost rada, ograničenja i prijedlozi za buduća istraživanja

Rezultati ovog istraživanja sugeriraju kako iskustva povezana s privrženošću potencijalno mogu biti relevantna u objašnjavanju različitih vjerovanja o emocijama. Preciznije, dimenzija Anksioznosti i iskustva povezana s njom, čini se kako imaju veću prediktivnu snagu od dimenzije Izbjegavanja u objašnjavanju Vjerovanja o kontrolabilnosti i Neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanje emocija. Također, nalazi ovog istraživanja, suprotno očekivanjima, upućuju na zaključak kako anksioznost prema različitim skrbnicima također može imati različite učinke za različita vjerovanja. Dok je tako Anksioznost prema ocu prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti, Anksioznost prema majci prediktor je Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Takvi nalazi obećavajući su korak prema potpunijem razumijevanju razvoja različitih vjerovanja o emocijama. Stoga, ovaj rad predstavlja značajan doprinos relativno skromnoj literaturi koja se bavi odnosom iskustva privrženosti (osobito onih u djetinjstvu) i vjerovanja o emocijama.

Jedno od ograničenja ovog istraživanja koje valja imati na umu prilikom generalizacije dobivenih rezultata je da je ono provedeno na većinski ženskom uzorku sudionika koji je dominantno odrastao u obiteljima s oba biološka roditelja te kojima je majka (većini) predstavljala primarnu figuru privrženosti. Sljedeće, jedan od glavnih nedostataka ovog istraživanja je korištenje retrospektivnih mjera za procjenu privrženosti koje iz očitog razloga oslanjanja na pamćenje sudionika potencijalno mogu biti problematične. Međutim, budući da se procjene nisu odnosile na dosjećanje specifičnih i konkretnih događaja, već na generalizirane procjene odnosa vrlo je moguće kako su eventualne pristranosti prihvatljivih razmjera. Štoviše, moguće je kako su određena negativna iskustva sa skrbnicima jednim djelom i potisnuta što može značiti kako su veličine dobivenih efekata i podcijenjene. U svakom slučaju, iako ovaj nedostatak treba imati na umu, na temelju navedenih argumenata i prethodno utvrđene prediktivne valjanosti instrumenta (Fraley i sur., 2011; Moreira i sur., 2015) opravdano je tvrditi kako dobivene procjene vjerojatno relativno točno reprezentiraju stvarne odnose sa skrbnicima.

S obzirom na to da je ovo istraživanje jedno od prvih koje se bavilo ispitivanjem odnosa između rane privrženosti i vjerovanja o emocijama, prije izvođenja čvrstih zaključaka, buduća bi istraživanja trebala replicirati utvrđene nalaze. Nadalje, prilikom takvih replikacijskih studija bilo bi poželjno, uz ECR – RS (korišten u ovom istraživanju), korištenje i nekih drugih mjera privrženosti (upitnici ili intervjui). Naime, kako Fraley i sur. (2011) navode, većina je postojećih upitnika privrženosti relativno dobra u detektiranju individualnih razlika u privrženosti na nesigurnijem djelu spektra, međutim, znatno teže identificiraju individualne razlike na sigurnom djelu spektra. Imajući u vidu kako je ovo istraživanje provedeno na uzorku iz normalne populacije gdje su sudionici izvještavali o relativno visokim razinama sigurnosti (vidljivo iz aritmetičkih sredina) za očekivati je kako je taj problem, u određenoj mjeri, zastupljen i u ovom istraživanju. Stoga bi upotreba intervjua ili pak alternativnih upitničkih mjera s nešto većim brojem čestica (npr. ECR – R) mogle predstavljati opcije koje bi bile nešto osjetljivije na individualne razlike na sigurnom djelu spektra što bi doprinijelo većem varijabilitetu te lakšoj detekciji eventualnih efekata. Također, buduća bi istraživanja trebala ispitati odnose između privrženosti i vjerovanja o emocijama na nekim kliničkim populacijama i time provjeriti na koji se način i u kojoj mjeri izraženija neoptimalna iskustva odrastanja (manifestirana u kvaliteti privrženosti) reflektiraju u različitim vjerovanjima o emocijama. Nadalje, valjalo bi ispitati predviđaju li različite mjere kvalitete, vrste i frekvencije igre s ocem vjerovanje o kontrolabilnosti emocija. Na taj bi se način testirala ideja da su za razvoj vjerovanja o kontrolabilnosti emocija važna stimulativna iskustva u odnosu s ocem. Sljedeće, poželjno bi bilo testirati medijacijski učinak neke specifičnije i relevantnije mjere samoefikasnosti (npr. samoefikasnost za suočavanje sa stresom ili samoefikasnost za regulaciju emocija) između dimenzije anksioznosti i vjerovanja o kontrolabilnosti emocija. Posljednje, ako iskustva povezana s privrženošću uistinu imaju neki formativan učinak na vjerovanja o emocijama, bilo bi korisno ispitati utječu li promjene u kvaliteti privrženosti prema partneru (u odrasloj dobi) na promjene u određenim vjerovanjima o emocijama. Ako da, takva bi spoznaja mogla poslužiti kao koristan alat u kliničkom radu s klijentima budući da, uz eventualne psihoterapeutske intervencije, pruža alternativni modalitet za modifikaciju postojećih vjerovanja o emocijama.

Zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos između dimenzija privrženosti (anksioznost i izbjegavanje) u djetinjstvu i vjerovanja o emocijama u odrasloj dobi (vjerovanje o kontrolabilnosti emocija i vjerovanje o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija). Utvrđeno je kako dimenzija Anksioznosti u odnosu s ocem predstavlja značajan negativan prediktor Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija, dok je dimenzija Anksioznosti u odnosu s majkom značajan pozitivan prediktor Vjerovanja o neprihvatljivosti doživljavanja i izražavanja emocija. Samoefikasnost nije se pokazala medijatorskom varijablom između dimenzija privrženosti i Vjerovanja o kontrolabilnosti emocija. Generalno, dobiveni obrazac rezultata sugerira kako dimenzija anksioznosti, u odnosu na dimenziju izbjegavanja, ima izraženiju ulogu u predviđanju i potencijalno u objašnjavanju razvoja istraživanih vjerovanja o emocijama. Također, dobiveni nalazi upućuju na zaključak kako kvaliteta privrženosti prema različitim skrbnicima u drugačijoj mjeri doprinosi predviđanju različitih vjerovanja o emocijama.

Literatura

Adams, S., Kuebli, J., Boyle, P. A. i Fivush, R. (1995). Gender differences in parent-child conversations about past emotions: A longitudinal investigation. *Sex roles*, *33*(5), 309-323. https://doi.org/10.1007/BF01954572

Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American psychologist*, *44*(4), 709-716. https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. i Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press.

Aznar, A. i Tenenbaum, H. R. (2013). Spanish parents' emotion talk and their children's understanding of emotion. *Frontiers in psychology*, *4*, 670. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00670

Barret, P. (2001, July). Skewness & Pearson Correlations: Attenuation of coefficient size as a function of skewed data. https://www.pbarrett.net/techpapers/skewness.pdf

Bartholomew, K. i Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, *61*(2), 226-244. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226

Bartsch, A., Vorderer, P., Mangold, R. i Viehoff, R. (2008). Appraisal of emotions in media use: Toward a process model of meta-emotion and emotion regulation. *Media Psychology*, *11*(1), 7-27. https://doi.org/10.1080/15213260701813447

Batmaz, S., Kaymak, S. U., Kocbiyik, S. i Turkcapar, M. H. (2014). Metacognitions and emotional schemas: A new cognitive perspective for the distinction between unipolar and bipolar depression. *Comprehensive psychiatry*, *55*(7), 1546-1555. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2014.05.016

Becerra, R., Preece, D. A. i Gross, J. J. (2020). Assessing beliefs about emotions: Development and validation of the Emotion Beliefs Questionnaire. *PloS one*, *15*(4), e0231395. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231395

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (Vol. 2). Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base*. Basic Books.

Brennan, K. A., Clark, C. L. i Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. U J. A. Simpson & W. S. Rholes (Ur.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.

Brennan, K. A. i Morris, K. A. (1997). Attachment styles, self-esteem, and patterns of seeking feedback from romantic partners. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *23*(1), 23-31. https://doi.org/10.1177/0146167297231003

Brenning, K. M. i Braet, C. (2013). The emotion regulation model of attachment: An emotion-specific approach. *Personal Relationships*, *20*(1), 107-123. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01399.x

Bretherton, I. (1993). From dialogue to internal working models: The co-construction of self in relationships. U C. A. Nelson (Ur.), *The Minnesota Symposia on Child Psychology, 26. Memory and affect in development* (pp. 237-263). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Bretherton, I. (2010). Fathers in attachment theory and research: A review. *Early Child Development and Care*, *180*(1-2), 9-23. https://doi.org/10.1080/03004430903414661

Bretherton, I. i Munholland, K.A. (2016). The Internal Working Model Construct in Light of Contemporary Neuroimaging Research. U J. Cassidy i P. R. Shaver (Ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (Vol. 3, pp. 63-88). The Guilford Press.

Butler, E. A., Lee, T. L. i Gross, J. J. (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific?. *Emotion*, *7*(1), 30. https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.1.30

Bylsma, W. H., Cozzarelli, C. i Sumer, N. (1997). Relation between adult attachment styles and global self-esteem. *Basic and applied social psychology*, *19*(1), 1-16. https://doi.org/10.1207/s15324834basp1901_1

Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year-olds. *Child development*, 59(1), 121-134. https://doi.org/10.2307/1130394

Cassidy, J. (2016). The Nature of the Child's Ties. U J. Cassidy i P.R. Shaver (Ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (Vol. 3., pp. 3-24). The Guilford Press.

Cervantes, C. A. i Callanan, M. A. (1998). Labels and explanations in mother–child emotion talk: Age and gender differentiation. *Developmental psychology*, *34*(1), 88. https://doi.org/10.1037/0012-1649.34.1.88

Chaplin, T. M., Cole, P. M. i Zahn-Waxler, C. (2005). Parental socialization of emotion expression: gender differences and relations to child adjustment. *Emotion*, *5*(1), 80. https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.1.80

Chisholm, J. S., Ellison, P. T., Evans, J., Lee, P. C., Lieberman, L. S., Pavlik, Z., Ryan, A. S., Salter, E. M., Stini, W. A. i Worthman, C. M. (1993). Death, hope, and sex: Life-history theory and the development of reproductive strategies [and comments and reply]. *Current anthropology*, *34*(1), 1-24. https://doi.org/10.1086/204131

Darrow, S. M. i Follette, W. C. (2014). A behavior analytic interpretation of alexithymia. *Journal of contextual behavioral science*, *3*(2), 98-108. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.03.002

David, D., Szentagotai, A., Eva, K. i Macavei, B. (2005). A synopsis of rational-emotive behavior therapy (REBT); fundamental and applied research. *Journal of rational-emotive and cognitive-behavior therapy*, *23*(3), 175-221. https://doi.org/10.1007/s10942-005-0011-0

De Castella, K., Goldin, P., Jazaieri, H., Ziv, M., Dweck, C. S. i Gross, J. J. (2013). Beliefs about emotion: Links to emotion regulation, well-being, and psychological distress. *Basic and applied social psychology*, *35*(6), 497-505. https://doi.org/10.1080/01973533.2013.840632

Denham, S. A., Cook, M. i Zoller, D. (1992). 'Baby looks very sad': Implications of conversations about feelings between mother and preschooler. *British Journal of Developmental Psychology*, *10*(3), 301-315. https://doi.org/10.1111/j.2044-835X.1992.tb00579.x

Denham, S. A., Mitchell-Copeland, J., Strandberg, K., Auerbach, S. i Blair, K. (1997). Parental contributions to preschoolers' emotional competence: Direct and indirect effects. *Motivation and emotion*, *21*(1), 65-86. https://doi.org/10.1023/A:1024426431247

Denham, S. A., Zoller, D. i Couchoud, E. A. (1994). Socialization of preschoolers' emotion understanding. *Developmental psychology*, *30*(6), 928. https://doi.org/10.1037/0012-1649.30.6.928

De Wolff, M. S. i Van Ijzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child development*, *68*(4), 571-591. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1997.tb04218.x

Dumont, C. i Paquette, D. (2013). What about the child's tie to the father? A new insight into fathering, father–child attachment, children's socio-emotional development and the activation relationship theory. *Early Child Development and Care*, *183*(3-4), 430-446. https://doi.org/10.1080/03004430.2012.711592

Dunsmore, J. C. i Halberstadt, A. G. (1997). How does family emotional expressiveness affect children's schemas? U K. C. Barrett (Ur.), *The communication of emotion: Current research from diverse perspectives* (pp. 45–68). Jossey-Bass.

Edwards, E. R. (2019). Assessment of Third Wave Therapy Assumptions about the Relation between Emotional Schemas and Psychoemotional Functioning. [Doctoral dissertation, City University of New York] CUNY Academic Works. https://academicworks.cuny.edu/gc_etds/3317/

Edwards, E. R., Micek, A., Mottarella, K. i Wupperman, P. (2017). Emotion ideology mediates effects of risk factors on alexithymia development. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *35*(3), 254-277. https://doi.org/10.1007/s10942-016-0254-y

Edwards, E. R. i Wupperman, P. (2019). Research on emotional schemas: A review of findings and challenges. *Clinical Psychologist*, *23*(1), 3-14. https://doi.org/10.1111/cp.12171

Eisenberg, N., Cumberland, A. i Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological inquiry*, *9*(4), 241-273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1

Eisenberg, N., Fabes, R. A., Carlo, G. i Karbon, M. (1992). Emotional responsivity to others: behavioral correlates and socialization antecedents. *New directions for child development*, (55), 57-73. https://doi.org/10.1002/cd.23219925506

Ellis, B. J., Figueredo, A. J., Brumbach, B. H. i Schlomer, G. L. (2009). Fundamental dimensions of environmental risk. *Human Nature*, *20*(2), 204-268. https://doi.org/10.1007%2Fs12110-009-9063-7

Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal relationships*, *2*(2), 143-159. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00082.x

Feeney, J. A. (1999). Adult attachment, emotional control, and marital satisfaction. *Personal Relationships*, *6*(2), 169-185. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1999.tb00185.x

Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. Sage Publications.

Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. *American psychologist*, *34*(10), 906. https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906

Ford, B. Q. i Gross, J. J. (2019). Why beliefs about emotion matter: An emotion-regulation perspective. *Current Directions in Psychological Science*, *28*(1), 74-81. https://doi.org/10.1177/0963721418806697

Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M. i Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships—Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological assessment*, *23*(3), 615. https://doi.org/10.1037/a0022898

Fraley, R. C., Hudson, N. W., Heffernan, M. E. i Segal, N. (2015). Are adult attachment styles categorical or dimensional? A taxometric analysis of general and relationship-specific attachment orientations. *Journal of personality and social psychology*, *109*(2), 354. https://doi.org/10.1037/pspp0000027

Fraley, R. C. i Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of general psychology*, *4*(2), 132-154. https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132

Fraley, R. C., i Shaver, P. R. (2016). Attachment, Loss, and Grief: Bowlby's Views, New Developments, and Current Controversies. U J. Cassidy i P. R. Shaver (Ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (Vol. 3, pp. 40-62). The Guilford Press.

Friedlmeier, W., Corapci, F. i Cole, P. M. (2011). Emotion socialization in cross-cultural perspective. *Social and personality psychology compass*, *5*(7), 410-427. https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00362.x

Garber, J., Braafladt, N. i Zeman, J. (1991). The regulation of sad affect: An information-processing perspective. U J. Garber i K.A. Dodge (Ur.), *The development of emotion regulation and dysregulation* (Vol. 1, pp. 208–240). Cambridge University Press.

Gottman, J. M., Katz, L. F. i Hooven, C. (1996). Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data. *Journal of Family Psychology*, *10*(3), 243. https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.243

Grossmann, K., Grossmann, K. E., Fremmer-Bombik, E., Kindler, H., Scheuerer-Englisch, H. i Zimmermann, A. P. (2002). The uniqueness of the child–father attachment relationship: Fathers' sensitive and challenging play as a pivotal variable in a 16-year longitudinal study. *Social development*, *11*(3), 301-337. https://doi.org/10.1111/1467-9507.00202

Gunzenhauser, C., Fäsche, A., Friedlmeier, W. i von Suchodoletz, A. (2014). Face it or hide it: Parental socialization of reappraisal and response suppression. *Frontiers in Psychology*, *4*, 992. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00992

Halberstadt, A. G., Dunsmore, J. C., Bryant Jr, A., Parker, A. E., Beale, K. S. i Thompson, J. A. (2013). Development and validation of the parents' beliefs about children's emotions questionnaire. *Psychological assessment*, *25*(4), 1195. https://doi.org/10.1037/a0033695

Halberstadt, A. G., Thompson, J. A., Parker, A. E. i Dunsmore, J. C. (2008). Parents' emotion-related beliefs and behaviours in relation to children's coping with the 11 September 2001 terrorist attacks. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, *17*(6), 557-580. https://doi.org/10.1002/icd.569

Hazan, C. i Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511

Hesse, E. (2016). The adult attachment interview: Protocol, method of analysis, and empirical studies: 1985-2015. U J. Cassidy i P. R. Shaver (Ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (Vol. 3, pp. 553-597). The Guilford Press.

Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological review*, *94*(3), 319-340. https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319

Isabella, R. A. (1993). Origins of attachment: Maternal interactive behavior across the first year. *Child development*, *64*(2), 605-621. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1993.tb02931.x

Isabella, R. A. i Belsky, J. (1991). Interactional synchrony and the origins of infant-mother attachment: A replication study. *Child development*, *62*(2), 373-384. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01538.x

Ivanov, L. i Penezić, Z. (1998.), Skala opće samoefikasnosti. U: K. Lacković Grgin, A. Proroković, V. Ćubela i Z. Penezić (Ur.), *Zbirka psihologijskih skala i upitnika*. Zadar: Filozofski fakultet u Zadru.

Jäger, C. i Bänninger-Huber, E. (2015). Looking into meta-emotions. *Synthese*, *192*(3), 787-811. https://doi.org/10.1007/s11229-014-0588-x

Jarnecke, A. M. i South, S. C. (2013). Attachment orientations as mediators in the intergenerational transmission of marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, *27*(4), 550. https://doi.org/10.1037/a0033340

Karnaze, M. M. i Levine, L. J. (2018). Data versus Spock: Lay theories about whether emotion helps or hinders. *Cognition and Emotion*, *32*(3), 549-565. https://doi.org/10.1080/02699931.2017.1326374

Karnaze, M. M. i Levine, L. J. (2020). Lay theories about whether emotion helps or hinders: Assessment and effects on emotional acceptance and recovery from distress. *Frontiers in psychology*, *11*, 183. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00183

Kazura, K. (2000). Fathers' qualitative and quantitative involvement: An investigation of attachment, play, and social interactions. *The Journal of Men's studies*, *9*(1), 41-57. https://doi.org/10.3149/jms.0901.41

Kline, R. B. (2016). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. The Guilford Press.

Krause, E. D., Mendelson, T. i Lynch, T. R. (2003). Childhood emotional invalidation and adult psychological distress: The mediating role of emotional inhibition. *Child abuse & neglect*, *27*(2), 199-213. https://doi.org/10.1016/S0145-2134(02)00536-7

Kromelow, S., Harding, C. i & Touris, M. (1990). The role of the father in the development of stranger sociability during the second year. *American Journal of Orthopsychiatry*, *60*(4), 521-530. https://doi.org/10.1037/h0079202

Leahy, R. L. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and behavioral practice*, *9*(3), 177-190. https://doi.org/10.1016/S1077-7229(02)80048-7

Leahy, R. L. (2015) *Emotional Schema Therapy*. The Guilford Press.

Madigan, S., Bakermans-Kranenburg, M. J., Van Ijzendoorn, M. H., Moran, G., Pederson, D. R. i Benoit, D. (2006). Unresolved states of mind, anomalous parental behavior, and disorganized attachment: A review and meta-analysis of a transmission gap. *Attachment & human development*, *8*(2), 89-111. https://doi.org/10.1080/14616730600774458

Magai, C., Consedine, N., Gillespie, M., O'Neal, C. i Vilker, R. (2004). The differential roles of early emotion socialization and adult attachment in adult emotional experience: Testing a mediator hypothesis. *Attachment & Human Development*, *6*(4), 389-417. https://doi.org/10.1080/1461673042000303118

Main, M. (1990). Cross-cultural studies of attachment organization: Recent studies, changing methodologies, and the concept of conditional strategies. *Human development*, *33*(1), 48-61. https://doi.org/10.1159/000276502

Main, M. (2009). Recent Studies in Attachment: Overview with Selected Implications for Clinical Work. U S. Goldberg, R. Muir, i J. Kerr (Ur.), *Attachment Theory: Social, Developmental and Clinical Perspectives* (Vol. 1, pp. 407-474). Routledge.

Manser, R., Cooper, M. i Trefusis, J. (2012). Beliefs about emotions as a metacognitive construct: Initial development of a self-report questionnaire measure and preliminary investigation in relation to emotion regulation. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *19*(3), 235-246. https://doi.org/10.1002/cpp.745

Mendonça, D. (2013). Emotions about emotions. *Emotion Review*, *5*(4), 390-396. https://doi.org/10.1177/1754073913484373

Meyer, S., Raikes, H. A., Virmani, E. A., Waters, S. i Thompson, R. A. (2014). Parent emotion representations and the socialization of emotion regulation in the family. *International Journal of Behavioral Development*, *38*(2), 164-173. https://doi.org/10.1177/0165025413519014

Miceli, M. i Castelfranchi, C. (2019). Meta-emotions and the complexity of human emotional experience. *New Ideas in Psychology*, *55*, 42-49. https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.05.001

Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of personality and social psychology*, *69*(6), 1203-1215. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.6.1203

Mikulincer, M., Dolev, T. i Shaver, P. R. (2004). Attachment-related strategies during thought suppression: Ironic rebounds and vulnerable self-representations. *Journal of personality and social psychology*, *87*(6), 940-956. https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.6.940

Mikulincer, M. i Florian, V. (1995). Appraisal of and coping with a real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *21*(4), 406-414. https://doi.org/10.1177/0146167295214011

Mikulincer, M. i Shaver, P. R. (2003). The Attachment Behavioral System in Adulthood: Activation, Psychodynamics, and Interpersonal Processes. U M. P. Zanna (Ur.), *Advances in experimental social psychology*, (Vol. 35, pp. 53–152). Elsevier Academic Press.

Mikulincer, M. i Shaver, P. R. (2016). Adult Attachment and Emotion Regulation. U J. Cassidy i P. R. Shaver (Ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (Vol. 3, pp. 507-533). The Guilford Press.

Moreira, H., Martins, T., Gouveia, M. J. i Canavarro, M. C. (2015). Assessing adult attachment across different contexts: Validation of the Portuguese version of the Experiences in Close Relationships–Relationship Structures Questionnaire. *Journal of personality assessment*, *97*(1), 22-30. https://doi.org/10.1080/00223891.2014.950377

Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S. i Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development*, *16*(2), 361-388. https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x

Newland, L. A., Coyl, D. D. i Freeman, H. (2008). Predicting preschoolers' attachment security from fathers' involvement, internal working models, and use of social support. *Early Child Development and Care*, *178*(7-8), 785-801. https://doi.org/10.1080/03004430802352186

Norman, E. i Furnes, B. (2016). The concept of "metaemotion": What is there to learn from research on metacognition?. *Emotion Review*, *8*(2), 187-193. https://doi.org/10.1177/1754073914552913

Paquette, D. (2004). Theorizing the father-child relationship: Mechanisms and developmental outcomes. *Human development*, *47*(4), 193-219. https://doi.org/10.1159/000078723

Pascuzzo, K., Cyr, C. i Moss, E. (2013). Longitudinal association between adolescent attachment, adult romantic attachment, and emotion regulation strategies. *Attachment & human development*, *15*(1), 83-103. https://doi.org/10.1080/14616734.2013.745713

Pascuzzo, K., Moss, E. i Cyr, C. (2015). Attachment and emotion regulation strategies in predicting adult psychopathology. *Sage Open*, *5*(3). https://doi.org/10.1177/2158244015604695

Perez Rivera, M. B. i Dunsmore, J. C. (2011). Mothers' acculturation and beliefs about emotions, mother–child emotion discourse, and children's emotion understanding in Latino families. *Early Education and Development*, *22*(2), 324-354. https://doi.org/10.1080/10409281003702000

Raikes, H. A. i Thompson, R. A. (2006). Family emotional climate, attachment security and young children's emotion knowledge in a high risk sample. *British Journal of Developmental Psychology*, *24*(1), 89-104. https://doi.org/10.1348/026151005X70427

Rimes, K. A. i Chalder, T. (2010). The Beliefs about Emotions Scale: validity, reliability and sensitivity to change. *Journal of psychosomatic research*, *68*(3), 285-292. https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.09.014

Sauer, S. E. i Baer, R. A. (2009). Relationships between thought suppression and symptoms of borderline personality disorder. *Journal of personality disorders*, *23*(1), 48-61. https://doi.org/10.1521/pedi.2009.23.1.48

Shaver, P. R. i Mikulincer, M. (2007) Adult attachment strategies and the regulation of emotion. U J. J. Gross, (Ur.), *Handbook of Emotion Regulation*. The Guilford Press.

Silk, J. S., Shaw, D. S., Skuban, E. M., Oland, A. A. i Kovacs, M. (2006). Emotion regulation strategies in offspring of childhood-onset depressed mothers. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *47*(1), 69-78. https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2005.01440.x

Simpson, J. A. i Belsky, J. (2016). Attachment Theory within a Modern Evolutionary Framework. U J. Cassidy i P. R. Shaver (Ur.), *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* (Vol. 3., pp. 91-116). The Guilford Press.

Sippel, L. M. i Marshall, A. D. (2013). Posttraumatic stress disorder and fear of emotions: The role of attentional control. *Journal of traumatic stress*, *26*(3), 397-400. https://doi.org/10.1002/jts.21806

Smigelsky, M. A., Bottomley, J. S., Relyea, G. i Neimeyer, R. A. (2019). Investigating risk for grief severity: Attachment to the deceased and relationship quality. *Death studies*. https://doi.org/10.1080/07481187.2018.1548539

Stapinski, L. A., Abbott, M. J. i Rapee, R. M. (2014). Development and validation of the affect intolerance scale to assess maladaptive beliefs and avoidance of emotion. Behaviour Change, 31(3), 205-221. https://doi.org/10.1017/bec.2014.13

Sydenham, M., Beardwood, J. i Rimes, K. A. (2017). Beliefs about emotions, depression, anxiety and fatigue: A mediational analysis. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, *45*(1), 73-78. https://doi.org/10.1017/S1352465816000199

Tamir, M., John, O. P., Srivastava, S. i Gross, J. J. (2007). Implicit theories of emotion: affective and social outcomes across a major life transition. *Journal of personality and social psychology*, *92*(4), 731. https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.4.731

Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, *3*(4), 269-307. https://doi.org/10.1007/BF01319934

Tran, L. i Rimes, K. A. (2017). Unhealthy perfectionism, negative beliefs about emotions, emotional suppression, and depression in students: A mediational analysis. *Personality and Individual Differences*, *110*, 144-147. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.042

Tull, M. T., Jakupcak, M., McFadden, M. E. i Roemer, L. (2007). The role of negative affect intensity and the fear of emotions in posttraumatic stress symptom severity among victims of childhood interpersonal violence. *The Journal of nervous and mental disease*, *195*(7), 580-587. https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e318093ed5f

Veilleux, J., Pollert, G., Skinner, K. D., Baker, D. E., Chamberlain, K. D. i Hill, M. A. (2019). Individual beliefs about emotion and perceptions of belief stability are associated with emotion dysregulation, interpersonal emotional attributes and psychological flexibility. PsyArXiv. https://doi.org/10.31234/osf.io/kaubg

Vetere, A. i Myers, L. B. (2002). Repressive coping style and adult romantic attachment style: Is there a relationship?. *Personality and individual differences*, *32*(5), 799-807. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00083-6

Wells, A. (1995). Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, *23*(3), 301-320. https://doi.org/10.1017/S1352465800015897