

# Povezanost lokusa kontrole i načina suočavanja sa stresom kod nezaposlenih osoba

---

**Gorjanac, Vanja**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2012**

*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:142:887742>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-03-28**



*Repository / Repozitorij:*

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



Sveučilište J. J. Strossmayera Osijek

Filozofski fakultet

Studij psihologije

**POVEZANOST LOKUSA KONTROLE I NAČINA  
SUOČAVANJA SA STRESOM KOD NEZAPOSLENIH OSOBA**

Diplomski rad

Vanja Gorjanac

Mentor: prof. dr. sc. Marina Ajduković

Sumentor: doc. dr. sc. Silvija Ručević

Osijek, 2012

## Sadržaj

Uvod .....	1
Stres i procjena stresa.....	2
Strategije suočavanja sa stresom .....	3
Lokus kontrole .....	4
Cilj, problemi i hipoteze .....	6
Metoda.....	7
Sudionici.....	7
Sociodemografska obilježja sudionika koji su pod pritiskom i bez pritiska zbog nezaposlenosti .....	8
Postupak .....	10
Instrumenti.....	10
Rezultati .....	13
Rasprava.....	17
Nedostaci i preporuke za buduća istraživanja .....	21
Zaključak .....	23
Literatura	

## **Povezanost lokusa kontrole i načina suočavanja sa stresom kod nezaposlenih osoba**

### **Sažetak**

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos između lokusa kontrole, načina suočavanja sa stresom, procjenjenom razinom stresa te određenih sociodemografskih značajki nezaposlenih osoba. Isto tako, željelo se ispitati postoje li razlike u lokusu kontrole i suočavanju sa stresom s obzirom na trajanje nezaposlenosti i spol. Istraživanje je provedeno na uzorku od 219 nezaposlenih osoba na području grada Osijeka koje su prijavljene na Zavodu za zapošljavanje. Hipoteze su djelomično potvrđene. Dobiveno je da se žene više usmjeravaju na emocije te su u većoj mjeri eksternalno orijentirane. Locus kontrole značajno je povezan s razinom stresa i skalama suočavanja s nezaposlenošću usmjerene na emocije. Isto tako, dobiven je statistički značajna negativna povezanost između razine obrazovanja i razine percipiranog stresa. Suprotno očekivanju, nije dobivena razlika u načinu suočavanja sa stresom i nezaposlenošću s obzirom na trajanje nezaposlenosti, ali potvrđen je efekt spola.

Ključne riječi: locus kontrole, stres, strategije suočavanja sa stresom, sociodemografske karakteristike, nezaposlene osobe

## **Relationship between locus of control and coping with stress among unemployed**

### **Summary**

The aim of this study was to examine the relationship between locus of control, coping with stress, the estimated levels of stress and certain sociodemographic characteristics of the unemployed. We also wanted to examine whether there are differences in locus of control and coping with stress based on the duration of unemployment, and gender. The study was conducted on a sample of 219 unemployed persons in urban areas of which are logged at the Department of Employment. Hypotheses were partially confirmed. The results show that women are more focused on emotions and are largely externally oriented. Locus of control is significantly associated with the level of stress and coping with unemployment scales focused on emotions. Similarly, we obtain a statistically significant negative correlation between the level of education and the level of perceived stress. Contrary to expectation, results did not show any difference in terms of coping with stress and unemployment based on the duration of unemployment, but it's been confirmed the effect of sex.

Keywords: locus of control, stress, coping with stress, sociodemographic characteristics, unemployed

## Uvod

Za većinu ljudi imati posao predstavlja jedan od glavnih prioriteta u životu. Od djetinjstva čovjek se priprema za rad, školuje se i prvu polovicu života radi na izgradnji svojih kvaliteta, vještina i sposobnosti koje će pridonijeti, osim razvitku same osobe, pronalasku što boljeg i zadovoljavajućeg posla. On se veže uz sve segmente čovjekova života. Postoji nekoliko važnih funkcija koje posao osigurava u čovjekovom životu. Osim što osigurava egzistencijalnu sigurnost i time pridonosi kvaliteti čovjekova življenja, istraživanja su pokazala da mnogi ljudi rade iako imaju osiguranu materijalnu sigurnost (Šverko, 1991). Prema tome, posao izravno utječe i na ostala područja života i stoga ima i socijalnu i društvenu funkciju. Odnosno, posao izravno pridonosi stvaranju socijalnih i društvenih interakcija, ostvarivanja osjećaja pripadnosti i svrhe, razvijanju identiteta, osjećaja samoefikasnosti, samopoštovanja i mnogih drugih društveno poželjnih osobina. Gubitak posla i nemogućnost zapošljavanja može, stoga, prouzročiti velike poteškoće u prilagodbi na drugačiji način života od očekivanog.

Prema Međunarodnoj organizaciji rada (*International Labour Organisation – ILO*), definicija nezaposlenosti obuhvaća dobne skupine određene za mjerenje ekonomski aktivnog stanovništva a koje su tijekom referentnog razdoblja (Mrnjavac, 1996):

- 1) bile bez posla,
- 2) bile u svakom trenutku na raspolaganju za posao te
- 3) tražile posao.

Prva istraživanja o utjecaju nezaposlenosti na čovjekovo psihološko funkcioniranje koja su se počela provoditi '30-tih godina prošlog stoljeća nakon Velike ekonomske krize (npr. Eisenberg i Lazarsfeld, 1938, prema Feather, 1990), kao i suvremenija istraživanja i pregledni radovi (npr. Tiggeman i Winefield, 1984) ukazuju na brojne negativne posljedice nezaposlenosti, a samo neke od njih su: smanjenje zadovoljstva životom, osjećaj bespomoćnosti, depresija, gubitak identiteta i samopouzdanja te narušeno psihičko i fizičko zdravlje.

Prema podacima Hrvatskog zavoda za zapošljavanje iz lipnja 2012. godine, registrirane su 323 722 nezaposlene osobe, od toga na području Osječko-baranjske županije 33 982, a na području grada Osijeka 9 037 nezaposlene osobe. S obzirom na to ne čudi da nezaposlenost zauzima veliku pozornost i izaziva zabrinutost građana ove zemlje. Na uzroke nezaposlenosti osim nepovoljnih ekonomskih prilika mogu utjecati i psihološke karakteristike nezaposlene osobe, npr. koliko je osoba motivirana za rad. Tako Tomić (2002) navodi neke od faktora koji mogu utjecati na vjerojatnost zapošljavanja kod mladih ljudi: psihološka orijentacija (visoko vrednovanje rada, percipirana potreba za zapošljavanjem, jasnoća ciljeva vezana uz pronalazak posla, očekivanja i stupanj osobne kontrole), pojam o sebi (samopoštovanje, samopercepcija koja

uključuje internalni lokus kontrole, samoefikasnost i osjećaj kompetentnosti), mentalno zdravlje (oni koji su za vrijeme školovanja bili manje zadovoljni životom, depresivniji, pod većim stresom i skloniji osamljivanju i dosadi ostali su duže nezaposleni nakon završetka školovanja). Navedene karakteristike stoga utječu na to koliko će osoba biti voljna aktivno tražiti posao, ići na dodatne edukacije, prijavljivati se na natječaje i dr.

Suprotno tome, Kerovec (2001) navodi nekoliko skupina teže zapošljivih osoba: dugotrajno nezaposlene osobe, mlade osobe bez radnog iskustva, muškarci stariji od 45 i žene starije od 40 godina, osobe niže obrazovne razine, nekvalificirani radnici, osobe lošijeg socioekonomskog statusa i osobe s umanjenom radnom sposobnošću. No, istraživanja koja su se fokusirala na trajanje nezaposlenosti daju nejednoznačne rezultate. Postoje dva modela koji objašnjavaju ponašanje i nošenje s nezaposlenošću s obzirom na trajanje nezaposlenosti. Prema teorijskom modelu traženja posla, smatra se da što je duže trajanje nezaposlenosti, veća je vjerojatnost pronalaska prihvatljivog posla. Osobe skupljaju veći broj informacija tražeći posao te tako postaju realniji u svojim zahtjevima u vezi uvjeta i minimalne plaće te, budući da duže vrijeme traže posao, imaju veći raspon ponuda. Suprotno tome, određeni modeli tvrde da osobe koje su duže nezaposlene imaju manju vjerojatnost zapošljavanja, što objašnjavaju time da se s vremenom gubi motivacija i prvotni optimizam, što pak dovodi do odustajanja od daljnjeg traženja posla (Vukelić, 2008).

Pregledom skupa istraživanja 30-ih godina prošlog stoljeća Eisenberg i Lazarsfeld, (1938; Feather, 1990) zaključili su da nezaposlenost ima utjecaj na emocionalnu stabilnost, čineći ljude emocionalno nestabilnima, dok je moral nakon gubitka posla niži, a reakcije na nezaposlenost mijenjaju se sukladno fazama kroz koje nezaposlena osoba prolazi, od šoka i pesimizma do fatalizma i odustajanja u slučaju dugotrajne nezaposlenosti. Gubitak i nemogućnost ostvarivanja dobrobiti koje posao nosi može dovesti do kroničnog stresa, a način nošenja s trenutnom situacijom, tj. način suočavanja s proizašlim stresom može, u velikoj mjeri, utjecati na daljnje aktivno traženje posla.

## **Stres i procjena stresa**

Stres kao termin u današnje se vrijeme često koristi i pod tim pojmom vežu se različite definicije. Uz svaku manju ili veću promjenu koja u nečijem životu iznenada nastupi ljudi često navode da su pod stresom te je riječ stres postala i jedna vrsta zamjene opisa bezbroj negativnih (nekada i pozitivnih) doživljaja koje osoba ima na neki događaj ili situaciju u kojoj se našla. Iako postoje brojne definicije stresa, danas se stres najčešće definira kao odnos između pojedinca i okoline koji osoba može procijeniti vrlo zahtjevnim ili kao odnos koji nadilazi njene mogućnosti

i ugrožava njenu dobrobit, a hoće li određeni odnos biti stresan ili ne ovisi o kognitivnoj procjeni osobe, tj. koliko osoba procjenjuje da je događaj za nju ugrožavajući (Folkman i Lazarus, 2004). Prema tome, kod nezaposlenih osoba stres može izazvati nemogućnost pronalaska posla, no unatoč tome, ako osoba procijeni da trenutna situacija nije prezahtjevna ili da nema veću važnost za osobu, npr. ako osobi nije bitno hoće li raditi, ne mora doći do stresa.

Procjena koja može dovesti do reakcije stresa prema Lazarusu (2004.; prema Folkman i Lazarus, 2004.) dijeli se na primarnu procjenu kada pojedinac procijeni događaj kao prijetnju osobnim ciljevima te sekundarnu procjenu kada pojedinac zaključi da ne posjeduje potrebne kapacitete/mehanizme koji bi mu pomogli u suočavanju sa zahtjevima prijetećeg događaja (Buss i Larsen, 2008). Folkman i Lazarus (2004) navode i mogućnost ponovne procjene koja se temelji na novim informacijama iz okoline i utječu na način da se pritisak na osobu može smanjiti ili povećati. Još jedna vrsta procjene koja se navodi je i obrambena procjena koja se može kategorizirati pod način kognitivnog suočavanja gdje osoba nastoji reinterpretirati prošli događaj na pozitivniji način. Procjena se prema tome može promatrati kao evaluativni proces koji intervenira između događaja i reakcije. Na procjenu hoće li događaj biti stresan ili ne, mogu utjecati osobine pojedinca poput atribucijskog stila, kognitivnog stila, optimizma/pesimizma, lokusa kontrole, motivacije za uspjeh, percipirane socijalne podrške.

### **Strategije suočavanja sa stresom**

Folkman i Lazarus (2004) suočavanje sa stresom definiraju kao „trajno promjenjivo kognitivno i bihevioralno nastojanje izlaženja na kraj sa specifičnim vanjskim i/ili unutarnjim zahtjevima, koji su procijenjeni kao opterećujući ili kao toliko teški da nadilaze resurse (mogućnosti) kojima osoba raspolaže“ (str. 145). Načini suočavanja sa stresom uglavnom se dijele u dvije glavne kategorije: (1) strategije suočavanja usmjerene na emocije (kada osoba procijeni da se ništa ne može učiniti kako bi se promijenili štetni, ugrožavajući okolni uvjeti) i (2) strategije suočavanja usmjerene na problem kada osoba procijeni da su uvjeti podložni promjeni (Folkman i Lazarus, 1980; prema Folkman i Lazarus, 2004). Strategije usmjerene na emocije uključuju veliku grupu kognitivnih procesa usmjerenih na umanjivanje emocionalne boli ili patnje i uključuju: izbjegavanje, minimaliziranje, udaljavanje, selektivnu pažnju, pozitivne usporedbe i pronalaženje pozitivnih vrijednosti u negativnim događajima te ponovnu procjenu. Suočavanje sa stresnom situacijom usmjereno na problem često uključuju nastojanja usmjerena na definiranje problema, pronalaženje alternativnih rješenja, odmjeravanje alternativa s obzirom na cijenu i korist, odabir jedne od alternativa i djelovanje. Kako će se osoba u većini slučajeva i različitim situacijama nositi sa stresom ovisi o resursima odnosno mogućnostima s kojima osoba

raspolaže. Postoje različiti čimbenici ličnosti i faktori izvan osobe koji mogu štititi osobu u ugrožavajućim životnim situacijama. Najrelevantniji faktori su: percipirana kontrola (lokus kontrole), žilavost (*hardy personality*), optimizam/pesimizam, osjećaj koherentnosti, procjena samoeфикаsnosti, samosvijest i socijalna podrška (Oláh, 2005; prema Genc., 2009).

Istraživanja pokazuju da se način suočavanja može mjenjati tijekom vremena, te se isto tako u isto vrijeme može koristiti više strategija. S obzirom na to, način suočavanja sa stresom kod nezaposlenih osoba može ovisiti o vremenu trajanja izvora stresa, odnosno o trajanju nezaposlenosti. Prema Goldsmithu i Veumu (1996) dugotrajna nezaposlenost tijekom vremena može utjecati na mjenjanje lokusa kontrole u sve ekternalniji, a kod žena može dovesti do osjećaja smanjene kompetentnosti i bespomoćnosti. McKee-Ryan i sur. (2005) u meta – analizi utvrdili su pet varijabli povezanih s dobrobiti tijekom razdoblja nezaposlenosti: 1) zaokupljenost poslom ili vrijednost posla, 2) resursi za suočavanje sa stresom (osobni, socijalni, financijski, sposobnost organizacije vremena), 3) kognitivna procjena, 4) strategije suočavanja sa stresom, 5) sociodemografske značajke (razina obrazovanja, zanimanje, spol, dob). Gubitak posla i nezaposlenost stoga, ovisno o načinu interakcije i odnosu među ovim varijablama, mogu dovesti do (ne)povoljnih ishoda poput aktivnog traženja posla, depresije, promjene životnog stila te brojnih drugih ishoda. Kulik (2001) u istraživanju provedenom među nezaposlenim osobama u Izraelu, navodi da su osobe nezaposlene 2 do 3 mjeseca imale veći intenzitet traženja posla, stresa te zaokupljenosti poslom u odnosu na osobe koje su duže vremena nezaposlene. Isto tako, navodi da su osobe srednje životne dobi više sati tjedno provodile u potrazi za poslom od ostalih dobnih skupina te su također navodile manje nedostataka nezaposlenosti od osoba mlađe životne dobi, dok su žene navodile zdravstveno pogoršanje kao rezultat nezaposlenosti te niži stupanj zaokupljenosti poslom.

### **Lokus kontrole**

Kako će se osoba u većini slučajeva i različitim situacijama nositi sa stresom ovisi o resursima odnosno mogućnostima s kojima osoba raspolaže, poput emocionalne stabilnosti, percipiranoj kontroli događaja, atribucijskom stilu i drugim čimbenicima prethodno navedenim u radu. Većina istraživanja i teorija o odnosu stresa i kontrole događaja temelji se na pretpostavci da osobe s vjerovanjem o mogućnosti kontrole okoline imaju manje procjene stresa. Osobna vjerovanja o mogućnosti kontrole događaja prvi je počeo istraživati J. Rotter (1966; prema Lange i Tiggemann, 1981) prilikom razvijanja svoje teorije o socijalnom učenju te je uveo pojam lokusa kontrole. Lokus kontrole može se definirati kao konstrukt koji opisuje percepciju odgovornosti za neke događaje koje se pojedincu u životu događaju (Buss i Laresen, 2008.).



Ljudi koji vjeruju da mogu kontrolirati ishode događaja u svom životu, da su one rezultat njihovog ponašanja ili trajnih karakteristika, koriste unutarnji ili internalni lokus kontrole, dok oni koji događaje u svojem životu percipiraju kao rezultat sreće, sudbine ili zasluga drugih ljudi, koriste vanjski ili eksternalni lokus kontrole. Eksternalno orijentirane osobe izvješćuju o većoj količini stresa od osoba s internalnim lokusom kontrole koje događaje vide kao kontrolabilne (Liang i Bogat, 1994; prema Genc, 2009). Hoće li osoba percipirati svijet kao sigurno mjesto podložno kontroli, odnosno pod utjecajem pojedinca ili kao nesigurno mjesto gdje je kontrola pod utjecajem sudbine ili sreće predmet je različitih istraživanja. David Levy, (1943, 1966; prema Folkman i Lazarus, 2004) proveo je istraživanja o prekomjernoj i nedovoljnoj majčinskoj zaštiti koja ukazuju da ranjivost i percepcija svijeta kao opasnog mjesta mogu nastati vrlo rano. Ranjivost i nedostatak samopouzdanja utječu na način kako će osoba pristupiti situacijama koje su izazovne i hoće li ih zbog toga procijeniti kao podložne promjeni i kontroli ili kao rezultat čimbenika na koje se ne može utjecati. Istraživanja su pokazala da osobe s internalnim lokusom kontrole u suočavanju sa stresom koriste strategije usmjerene na problem, dok osobe koje vjeruju da je ishod izvan njihove kontrole koriste u većoj mjeri strategije usmjerene na emocije i izbjegavanje (Lacković–Grgin, 2004; prema Genc, 2009).

#### O ovom istraživanju

S obzirom da je na našem području nezaposlenost jedan od većih problema te s obzirom na neistraženost ovih karakteristika na području Slavonije, postoji potreba za provjerom odnosa između načina strategija suočavanja sa stresom kod nezaposlenih osoba, procjenjene razine stresa te određenih sociodemografskih značajki nezaposlenih osoba te internalnog – eksternalnog lokusa kontrole. Isto tako, potrebno je utvrditi postoje li spolne razlike u načinu suočavanja sa stresom s obzirom na to koliko dugo je osoba nezaposlena.

## **Cilj, problemi i hipoteze istraživanja**

### **Cilj istraživanja**

Ispitati odnos između lokusa kontrole, načina suočavanja sa stresom, procijenjenom razinom stresa i sociodemografskim značajkama nezaposlenih osoba, te ispitati postoje li razlike u lokusu kontrole i suočavanju sa stresom s obzirom na trajanje nezaposlenosti (do 12 mjeseci- kratkoročno nezaposlene osobe, više od 12 mjeseci- dugoročno nezaposlene osobe) i spol.

### **Problem**

1. Ispitati odnos između lokusa kontrole, načina suočavanja sa stresom, percipirane razine stresa i određenih sociodemografskih značajki (spol, dob, razina obrazovanja) kod nezaposlenih osoba

2. Ispitati postoji li razlika u korištenju strategija suočavanja sa stresom kod nezaposlenih osoba te lokusa kontrole s obzirom na različito trajanje nezaposlenosti (do 12 mjeseci i više od 12 mjeseci) i spol

### **Hipoteze**

Postoji povezanost između lokusa kontrole, strategija suočavanja sa stresom, percipirane razine stresa i nekih sociodemografskih značajki (dob, spol, razinu obrazovanja) kod nezaposlenih osoba.

Pri tome će:

a) nezaposlene osobe s internalnim lokusom kontrole većoj mjeri koristiti na problem usmjerene strategije suočavanja sa stresom te će imati nižu razinu percipiranog stresa, dok će osobe s eksternalnim lokusom kontrole u većoj mjeri koristiti na emocije usmjerene strategije suočavanja sa stresom te će imati višu percipiranu razinu stresa

b) nezaposlene osobe rane odrasle dobi, muškog spola, višeg obrazovnog statusa će imati internalni lokus kontrole, u većoj mjeri će koristiti strategije suočavanja usmjerene na problem te će imati nižu razinu percipiranog stresa. Suprotno tome, osobe srednje i starije životne dobi, ženskog spola i nižeg obrazovanja će imati eksternalni lokus kontrole, u većoj mjeri će koristiti strategije suočavanja usmjerene na emocije te će imati višu razinu percipiranog stresa

Postoji razlika u korištenju strategija suočavanja sa stresom i lokusa kontrole kod osoba različitog trajanja nezaposlenosti i spola:

a) Osobe koje su nezaposlene manje od 12 mjeseci koristiti će strategije suočavanja sa stresom usmjerene na problem i u većoj mjeri će imati internalni lokus kontrole, za razliku od osoba koje su nezaposlene više od 12 mjeseci koje će u većoj mjeri koristiti suočavanje usmjereno na emocije i imati će eksternalni lokus kontrole.

b) Nezaposlene osobe ženskog spola će u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja sa stresom usmjerene na emocije i imati će eksternalni lokus kontrole za razliku od nezaposlenih osoba muškog spola koje će u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na problem i imati će internalni lokus kontrole.

## Metoda

### Sudionici

Istraživanje je provedeno među nezaposlenim osobama na području grada Osijeka koje su prijavljene na Zavodu za zapošljavanje i dolaze na redovnu mjesečnu prijavu, te nezaposlenim osobama pozvanima na sastanak sa savjetnikom. Ukupno je kontaktirano 494 osobe, pri čemu je njih 266 odbilo sudjelovati u istraživanju ( $\check{Z} = 149$ ,  $M = 117$ ) navodeći da većinom nemaju vremena, da im je previše pitanja za ispunjavati ili da nisu zainteresirani. Dakle, u istraživanju je sudjelovalo ukupno 228 nezaposlenih osoba, od toga je 9 ispitanika izuzeto iz obrade zbog ne ispunjavanja svih upitnika ili višestrukih odgovora na jedno pitanje. Dakle, u obradu rezultata je ukupno ušlo 219 ispitanika, od kojih su 132 (60,03%) osobe bile ženskog spola, a 87 (39,97%) osoba muškog spola. Raspon dobi kretao se od 18 do 60 godina ( $M = 30,45$ ,  $\sigma = 9,876$ ). U Tablici 1 prikazana su sociodemografska obilježja uzorka i nezaposlenih osoba prema podacima HZZ za grad Osijek u srpnju 2012. godine. Po spolu i dobi struktura uzorka približno odgovara strukturi nezaposlenih osoba u Osijeku. Po obrazovanju u uzorku prevladava veći broj osoba sa završenom stručnom školom od 4 godine i sa završenim fakultetom, magisterij, doktoratom dok je u populaciji više osoba završilo osnovnu školu i stručnu školu do 3 godine. S obzirom na trajanje nezaposlenosti postoje veća odstupanja, u uzorku prevladavaju osobe koje su manje od 12 mjeseci nezaposlene (58%), za razliku od populacije gdje je 46,8% kratkoročno nezaposlenih osoba.

Tablica 1. Struktura populacije i uzorka nezaposlenih osoba u Hrvatskoj s obzirom na sociodemografska obilježja.

		<i>Postotak nezaposlenih na području grada Osijeka 07/2012</i>	<b>Postotak nezaposlenih u uzorku</b>
Spol	M	44%	40%
	Ž	56%	60%
Dob	Do 24	18,60%	29,68%
	25-34	27,92%	43,84%
	35-44	18,19%	15,98%
	45-54	19,83%	5,94%
	55+	15,47%	4,56%
Obrazovanje	Bez škole i nepotpuna škola	4,65%	0,5%
	Osnovna škola	16,85%	3,20%
	Stručna škola (1-3 godine)	29,39%	21%
	Stručna škola (do 4 godine)	29,08%	41,10%
	Gimnazija	5,66%	4,60%
	Viša škola, prvi stupanj fakulteta	4,38%	7,31%
	Fakultet, magisterij, doktorat	9,99%	22,37%
	Trajanje nezaposlenosti	Kratkoročno nezaposleni ( <12 mjeseci)	46,8%
	Dugoročno nezaposleni (>12 mjeseci)	53,2%	42%

### **Sociodemografska obilježja sudionika koji su pod pritiskom i bez pritiska zbog nezaposlenosti**

Kako bi se provjerilo na koje osobe nezaposlenost predstavlja stresor, izračunat je intenzitet pritiska (P) za svakog sudionika. Rezultat je činila dobivena razlika između intenziteta aspiracija i očekivanja ( $P = A - O$ ). Sudionici koji su imali rezultat  $P > 0$  kategorizirani su kao sudionici koji su pod pritiskom zbog nezaposlenosti, dok su preostali sudionici ušli u kategoriju bez pritiska. Sociodemografska struktura uzorka s obzirom na ovu podjelu nalazi se u Tablici 2.

Tablica 2. Sociodemografska struktura uzorka s obzirom na doživljaj pritiska, tj. stresa zbog nezaposlenosti

		<i>Pod pritiskom</i> (N= 173)	<b>Bez pritiska</b> (N= 46)	
Spol	M	37,57%	47,83%	
	Ž	62,43%	52,17%	
Dob	Do 24	27,17%	39,13%	
	25-34	43,35%	45,65%	
	35-44	17,92%	8,7%	
	45-54	6,94%	2,17%	
	55+	4,62%	4,35%	
Obrazovanje	Bez škole i nepotpuna škola	-	2,2%	
	Osnovna škola	3,5%	2,2%	
	Stručna škola (1-3 godine)	20,2%	23,9%	
	Stručna škola (do 4 godine)	43,4%	32,6%	
	Gimnazija	5,2%	2,2%	
	Viša škola, prvi stupanj fakulteta	6,9%	8,7%	
	Fakultet	18,5%	26,1%	
	Magisterij, doktorat	2,3%	2,2%	
	Trajanje nezaposlenosti	Kratkoročno nezaposleni (<12 mjeseci)	57,2%	60,9%
		Dugoročno nezaposleni (>12 mjeseci)	42,8%	39,1%

Prema sociodemografskim obilježjima može se uočiti da uzorak pod pritiskom ima približno sličnu strukturu kao i osobe koje nisu pod pritiskom. Glavna razlika predstavlja podjela po obrazovanju, pri čemu u skupinu ispitanika pod pritiskom nije ušao niti jedan ispitanik koji nema završenu osnovnu školu, dok je 2,2% ispitanika koji nemaju osjećaj pritiska zbog nezaposlenosti bez osnovne škole ili ima nepotpuno osnovnu školu.

## Postupak

Istraživanje je provedeno u prostorijama Zavoda za zapošljavanje u Osijeku tijekom druge polovice lipnja i prve polovice mjeseca srpnja 2012 godine. Tijekom redovne mjesečne prijave i/ili grupnih sastanaka nezaposlene osobe su slučajnim odabirom bile zamoljene od strane ispitivača za sudjelovanje u istraživanju na način da se nakon grupnog sastanka ili nakon redovne mjesečne prijave svakoj drugoj osobi pristupilo i zamolilo za sudjelovanje u istraživanju. Ispitanicima je objašnjena svrha istraživanja, uputa za svaki upitnik, te da je sudjelovanje anonimno i dobrovoljno. Također je bilo naglašeno da će se prikupljeni podaci koristiti isključivo u istraživačke svrhe te da ni na koji način individualni podaci neće biti dostupni savjetniku.

## Instrumenti

*Sociodemografskim upitnikom* prikupili su se podaci o spolu, godini rođenja, razini obrazovanja, zanimanju, bračnom statusu, broju članova u kućanstvu, trajanju nezaposlenosti s obzirom na to radi li se o gubitku posla ili traženju prvog zaposlenja, koliko je dugo osoba bila zaposlena ako je radila, te procjeni materijalnog statusa.

Kako bi se moglo utvrditi koje osobe doživljavaju stres zbog nezaposlenosti koristile su se dvije skale: *Skala aspiracije* i *Skala očekivanja* konstruirane u okviru istraživanja „Anomija pojedinih socijalnih grupa suvremenog hrvatskog društva“. *Skala aspiracije* sastoji se od 7 čestica (npr. „*U životu i nije važno imati stalno radno mjesto*“) i na svaku tvrdnju ispitanik mora odgovoriti na skali od 1 do 5 stupnjeva koliko je točna (1= potpuno netočno, 5= potpuno točno). Više vrijednost takvog rezultata označuje višu vrijednost aspiracije. *Skala očekivanja* sastoji se od 5 čestica (npr. „*Čvrsto sam uvjeren da ću uskoro pronaći prikladan posao*“). Njome se pokušava izmjeriti kakva su očekivanja nezaposlenih vezana za dobivanje stalnog radnog mjesta. Također, svaku tvrdnju ispitanik procjenjuje na skali od 1 do 5 stupnjeva (1= potpuno netočno, 5= potpuno točno). Viša vrijednost rezultata označava veća očekivanja. Intenzitet pritiska određuje se kao razlika između intenziteta aspiracije i očekivanja ( $P=A-O$ ), te se može kretati od -4 do 4, a pri tome negativan rezultat i 0 označuju izostanak pritiska, a pozitivan rezultat postojanje pritiska zbog nezaposlenosti i ti rezultati će biti uzeti u daljnju obradu.

Kako bi se provjerila razina stresa koristila se *Ljestvica percipiranog stresa* (Perceived Stress Scale – PSS, Cohen i sur., 1983) koja je prevedena za potrebe ovog istraživanja. Sastoji se od 10 čestica (npr. „*Koliko često ste tijekom proteklih mjesec dana bili uzrujani zbog nečega što se dogodilo neočekivano?*„) na kojima se procjenjuje čestina javljanja određenih misli ili

osjećaja tijekom posljednjih mjesec dana. Ispitanik odgovara o učestalosti na skali od 0 do 4 (0= nikada, 4= vrlo često). Ukupni rezultat čini zbroj svih danih odgovora na upitniku, pri tome veći rezultat ukazuje da je razina stresa veća. Koeficijent unutarnje pouzdanosti u ovom istraživanju je zadovoljavajući i iznosi  $\alpha = ,88$ .

*Skalom internalnog naprama eksternalnog mjesta kontrole- RI-E* (Rotter, 1966; prema Lange i Tiggemann, 1981) ispituje se percipirani lokus kontrole, a sastoji se od 29 čestica prisilnog izbora dviju alternativa (a i b). Ukupni rezultat se formira zbrajanjem bodova, a rezultat se može kretati u rasponu od 0 do 23. Pri tome, veći broj bodova ukazuje na veći stupanj eksternalnosti. Knezović (1981; prema Zarevski i sur. 2002) je izvršio prijevod i adaptaciju RI-E skale na hrvatski jezik, te je dobivena unutarnja pouzdanost  $\alpha = ,74$ . Novija istraživanja pokazuju zadovoljavajuću unutarnju pouzdanost  $\alpha = ,80$  (Zarevski i sur., 2002). Unutarnja pouzdanost dobivena u ovom istraživanju iznosi  $\alpha = ,70$ .

*Upitnik stilova suočavanja sa stresnim situacijama-* (Hudek-Knežević & Kardum 1993.; prema Hudek-Knežević i sur., 1999) je adaptirana i prevedena verzija upitnika Coping Orientation to Problem s Experienced – COPE, autora Carver i sur. (1989), koji je razvijen za potrebe procjene širokog spektra načina suočavanja sa stresom. Skala se sastoji od 71 čestice i 17 subskala. Za potrebe ovog istraživanja koristilo se ukupno 6 subskala, kojima je pouzadnost *pozitivna reinterpretacija i rast ličnosti*  $\alpha = ,59$ , *aktivno suočavanje*  $\alpha = ,73$ , *planiranje*  $\alpha = ,84$ , *traženje socijalne podrške zbog emocionalnih razloga*  $\alpha = ,84$ , *traženje socijalne podrške zbog instrumentalnih razloga*  $\alpha = ,85$  te *ventiliranje emocija/fokusiranje na emocije*  $\alpha = ,87$ ; pouzdanost faktora suočavanja usmjerenog na emocije je vrlo zadovoljavajuća i iznosi  $\alpha = ,92$ , dok je za faktor suočavanja usmjerenog na problem  $\alpha = ,87$  (Hudek-Knežević i Kardum, 1999). U ovom istraživanju dobivene pouzdanosti pojedinih subskala kao i oba navedena faktora su zadovoljavajuće i iznose: *pozitivna reinterpretacija i rast ličnosti*  $\alpha = ,65$ , *aktivno suočavanje*  $\alpha = ,64$ , *planiranje*  $\alpha = ,78$ , *traženje socijalne podrške zbog emocionalnih razloga*  $\alpha = ,87$ , *traženje socijalne podrške zbog instrumentalnih razloga*  $\alpha = ,81$ , a *ventiliranje emocija/fokusiranje na emocije*  $\alpha = ,79$ . Cronbach alpha za faktor suočavanja usmjerenog na emocije iznosi ,84, kao i za faktor suočavanja usmjerenog na problem ( $\alpha = ,84$ ). Zadatak ispitanika bio je odgovoriti koliko se često ponaša u skladu sa navedenom tvrdnjom na skali od 0 do 4 (0 = nikada se tako ne ponašam, 4 = uvijek se tako ponašam). Ukupni rezultat na upitniku se nije koristio, već zbroj subskala za određeni faktor. Pri tome, veći rezultat upućuje na češće korištenje određenog načina suočavanja.

*Skala strategija suočavanja sa stresom.* Za potrebe ovog istraživanja koristila se adaptirana verzija skale koja je orginalno razvijena za potrebe istraživanja: „Anomija pojedinih

socijalnih grupa suvremenog hrvatskog društva“ (Vukelić, 2003; prema Davidović, 2003). Davidović (2003) je faktorskom analizom utvrdila postojanje pet subskala s ukupno 20 čestica: 1) izražavanje emocija ( $\alpha = ,79$ ), 2.) planiranje i izvođenje akcija ( $\alpha = ,72$ ), 3.) pasivno usmjeravanje na emocije (pasivizacija) ( $\alpha = ,71$ ), 4.) mirenje sa sudbinom ( $\alpha = ,69$ ) i 5.) reinterpretacija ( $\alpha = ,66$ ). U ovom istraživanju unutarnja pouzdanost za navedenih pet subskala je zadovoljavajuća i iznosi: izražavanje emocija  $\alpha = ,81$ , planiranje i izvođenje akcija  $\alpha = ,78$ , pasivno usmjeravanje na emocije  $\alpha = ,73$ , mirenje sa sudbinom  $\alpha = ,77$ , te za reinterpretaciju  $\alpha = ,82$ . Zadatak ispitanika je da svaku tvrdnju procjeni u kojoj se mjeri njome koristi na skali od 1 do 4 (1 = nikada, 2 = rijetko, 3 = ponekad, 4 = često), a viši rezultat ukazuje na češće korištenje određene strategije.



## Rezultati

Prije provjera samih hipoteza provjerena je normalnost distribucija Kolmogorov-Smirnovljevim testom normaliteta s obzirom na spol te deskriptivna statistika za ispitivane varijable čiji se rezultati nalaze u Tablici 3.

Tablica 3. Kolmogorov – Smirnovljev test normaliteta i deskriptivna statistika za ispitivane varijable

	<i>Spol</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>maks</i>	<i>D</i>	<i>p</i>
Lokus kontrole	M	87	12,66	3,956	3,00	20,00		
	Ž	132	14,30	3,708	5,00	22,00		
	Ukupno	219	13,64	3,884	3,00	22,00	,071	,009**
Razina stresa	M	87	19,40	7,899	2,00	37,00		
	Ž	132	23,53	6,876	4,00	39,00		
	Ukupno	219	21,89	7,559	2,00	39,00	,066	,022*
Suočavanje sa stresom usmjereno na problem	M	87	8,22	1,689	4,50	12,00		
	Ž	132	8,57	1,879	3,50	12,00		
	Ukupno	219	8,43	1,810	3,50	12,00	,079	,001**
Suočavanje sa stresom usjereno na emocije	M	87	6,35	2,456	,00	10,92		
	Ž	132	7,51	2,642	1,17	12,00		
	Ukupno	219	7,05	2,627	,00	12,00	,082	,002**
Izražavanje emocija	M	87	2,57	,647	1,00	4,00		
	Ž	132	3,03	,704	1,00	4,00		
	Ukupno	219	2,85	,716	1,00	4,00	,112	,000**
Planiranje i izvođenje akcija	M	87	3,27	,689	1,00	4,00		
	Ž	132	3,43	,554	1,00	4,00		
	Ukupno	219	3,37	,614	1,00	4,00	,158	,000**
Pasivno usmjeravanje na emocije	M	87	2,91	,668	1,00	4,00		
	Ž	132	3,19	,672	1,00	4,00		
	Ukupno	219	3,08	,683	1,00	4,00	,126	,000**
Mirenje sa sudbinom	M	87	2,28	,810	1,00	4,00		
	Ž	132	2,24	,756	1,00	4,00		
	Ukupno	219	2,26	,776	1,00	4,00	,090	,000**
Reinterpretacija	M	87	2,75	,822	1,00	4,00		
	Ž	132	2,87	,743	1,00	4,00		
	Ukupno	219	2,83	,776	1,00	4,00	,132	,000**

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

Kolmogorov-Smirnovljevim (K-S) testom normaliteta distribucije utvrđeno je da varijable značajno odstupaju od normalne distribucije. Provjerom asimetričnosti prema stupnju zakrivljenosti (Skewness) utvrđeno je da su sve varijable asimetrične osim varijable ukupne mjere na subskali *Mirenje sa sudbinom* koja je pozitivno asimetrične. Kako bi se smanjila asimetričnost provedena je kvadratna transformacija rezultata za sve varijable korištene u istraživanju osim za pozitivno simetričnu varijablu, gdje je provedena logaritamska transformacija rezultata. S obzirom na dobivene rezultate u daljnjoj obradi koristili su se primjereni postupci.

### Povezanost lokusa kontrole, strategija suočavanja sa stresom i percipirane razine stresa

Kako bi se provjerila prva postavljena hipoteza prema kojoj se očekuje da će nezaposlene osobe s internalnim lokusom kontrole u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na problem te će imati nižu razinu percipiranog stresa, a da će osobe s eksternalnim lokusom kontrole u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na emocije te će imati višu percipiranu razinu stresa, izračunat je Pearsonov koeficijent korelacije, dok je za dihotomnu varijablu spola izračunat point-biserijalni koeficijent. Dobiveni rezultati su prikazani u Tablici 4.

Tablica 4. Povezanost lokusa kontrole s mjerama razine stresa, suočavanjem i subskalama upitnika suočavanje s nezaposlenošću s obzirom na doživljaj pritiska

		<i>N</i>	Lokus kontrole
Razina stresa	Bez pritiska	46	,16
	S pritiskom	173	,38**
Suočavanje usmjereno na emocije	Bez pritiska	46	,16
	S pritiskom	173	,02
Suočavanje usmjereno na problem	Bez pritiska	46	-,17
	S pritiskom	173	-,14
Izražavanje emocija	Bez pritiska	46	,11
	S pritiskom	173	-,01
Planiranje i izvođenje akcije	Bez pritiska	46	-,01
	S pritiskom	173	-,02
Pasivno usmjeravanje na emocije	Bez pritiska	46	,07
	S pritiskom	173	,31**
Mirenje sa sudbinom	Bez pritiska	46	,17
	S pritiskom	173	,05
Reinterpretacija	Bez pritiska	46	-,13
	S pritiskom	173	-,18*

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

Iz prikazanih rezultata može se vidjeti da se obrasci povezanosti kod onih s pritiskom i bez pritiska razlikuju. Provjerom odnosa na ukupnom broju sudionika koji su pod stresom zbog nezaposlenosti ( $N= 173$ ) dobiveno je da postoji statistički značajna pozitivna povezanost između lokusa kontrole i percipirane razine stresa te lokusa kontrole i subskale *Pasivno usmjeravanje na emocije* upitnika *Suočavanja sa nezaposlenošću*. Isto tako, na istom uzorku dobivena je

statistički značajna negativna i niska povezanost između subskale *Reinterpretacije* (Upitnik Suočavanje sa nezaposlenošću) i lokusa kontrole.

### **Povezanost sociodemografskih varijabli, lokusa kontrole i percipirane razine stresa**

Isto tako, očekuje se da će nezaposlene osobe rane odrasle dobi, muškog spola, višeg obrazovnog statusa imati internalni lokus kontrole, u većoj mjeri će koristiti strategije suočavanja usmjerene na problem te će imati nižu razinu percipiranog stresa. Suprotno tome, osobe srednje i starije životne dobi, ženskog spola i nižeg obrazovanja te će imati eksternalni lokus kontrole, i u većoj mjeri će koristiti strategije suočavanja usmjerene na emocije te će imati višu razinu percipiranog stresa.

Tablica 5. Povezanost sociodemografskih značajki nezaposlenih osoba sa mjerama lokusa kontrole, suočavanje sa stresom i suočavanja sa nezaposlenošću s obzirom na pritisak

		<i>N</i>	<i>Dob</i>	<i>Spol</i>	Obrazovanje
Lokus kontrole	Bez pritiska	46	,21	-,22	-,06
	S pritiskom	173	,05	-,18*	-,09
Suočavanje usmjereno na problem	Bez pritiska	46	-,19	-,14	-,00
	S pritiskom	173	,02	-,11	,17*
Suočavanje usmjereno na emocije	Bez pritiska	46	,08	-,23	-,16
	S pritiskom	173	-,14	-,23**	,10
Izražavanje emocije	Bez pritiska	46	-,16	-,25	-,06
	S pritiskom	173	-,02	-,33**	,14
Planiranje i izvođenje akcija	Bez pritiska	46	-,11	-,01	,22
	S pritiskom	173	,09	-,14	,05
Pasivno usmjeravanje na emocije	Bez pritiska	46	,01	-,05	,05
	S pritiskom	173	,20**	-,23**	-,02
Mirenje sa sudbinom	Bez pritiska	46	,04	-,05	-,03
	S pritiskom	173	,05	,04	-,13
Reinterpretacija	Bez pritiska	46	-,07	-,23	,42**
	S pritiskom	173	,12	-,04	,11
Razina stresa	Bez pritiska	46	,23	-,36*	-,40**
	S pritiskom	173	,10	-,20**	-,08

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

S obzirom na sociodemografska obilježja iz Tablice 5, vidljiva je statistički značajna negativna povezanost spola kod osoba pod pritiskom s lokusom kontrole, suočavanjem usmjerenim na emocije, subskalom *Izražavanje emocija*, subskalom *Pasivno usmjeravanje na emocije* te sa razinom percipiranog stresa. Također, je dobivena statistički značajna negativna povezanost razine stresa i spola kod osoba koje nisu pod stresom. Statistički značajna pozitivna povezanost dobivena je između dobi i subskale *Pasivnog usmjeravanja na emocije* za sudionike pod pritiskom. S obzirom na obrazovanje, dobivena je statistički značajna pozitivna povezanost obrazovanja i suočavanja usmjernog na problem kod nezaposlenih osoba pod pritiskom. Statistički značajna pozitivna povezanost dobivena je i između obrazovanja i subskale *Reinterpretacija kod* osoba koje ne doživljavaju pritisak.. Također je za osobe koje su bez pritiska dobivena negativna povezanost koja je statistički značajna između obrazovanja i razine stresa.

### **Razlike u korištenju strategija suočavanja sa stresom i lokusa kontrole kod osoba različitog trajanja nezaposlenosti i spola**

Kako bi se ispitalo postoji li razlika u korištenju strategija suočavanja sa stresom i lokusa kontrole kod osoba različitog trajanja nezaposlenosti i spola, gdje se očekuje da će osobe koje su kratkotrajno nezaposlene koristiti strategije suočavanja sa stresom usmjerene na problem i u većoj mjeri će imati internalni lokus kontrole, za razliku od osoba koje su dugotrajno nezaposlene i koje će u većoj mjeri koristiti suočavanje usmjereno na emocije i imati će eksternalni lokus kontrole. Isto tako, pretpostavilo se da će nezaposlene osobe ženskog spola u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja sa stresom usmjerene na emocije i imati će eksternalni lokus kontrole za razliku od nezaposlenih osoba muškog spola koje će u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na problem i imati će internalni lokus kontrole. Kako bi se provjerile navedena očekivanja provedena je multivarijantna analiza varijance.

Tablica 6. Rezultati multivarijantne analize varijance

<i>Izvor varijabiliteta</i>	<i>Wilks-ov A</i>	<i>F</i>	<i>ss</i>	<i>p</i>	<i>η<sup>2</sup></i>
Trajanje nezaposlenosti	,934	1,822	8	,074	,07
Spol	,845	4,770	8	,000**	,16
Spol X trajanje nezaposlenosti	,969	,844	8	,565	,03

\*\*  $p < .01$

Iz Tablice 6 vidljivo je da je ne postoji statistički značajna razlika s obzirom na trajanje nezaposlenosti u korištenju strategija suočavanja sa stresom i lokusu kontrole niti interakcija između spola i trajanja nezaposlenosti. Potvrđeno je da postoji statistički značajna razlika u korištenju strategija suočavanja sa stresom i lokusu kontrole s obzirom na spol. Veličina učinka za glavni efekt spola iznosi .16. Prema Bachmann i sur. (2005; prema Kolesarić, 2006) veličina učinka kod analize varijance koja se kreće od ,01 do ,06 može se smatrati malom, od ,06 do ,14 umjerenom, a veće od ,14 velikom.

## Rasprava

Svrha ovog istraživanja bila je ispitati odnos između lokusa kontrole, načina suočavanja sa stresom, procjenjenom razinom stresa i sociodemografskim značajkama nezaposlenih osoba poput spola, dobi i obrazovanja. Isto tako, htjelo se ispitati postoje li razlike u lokusu kontrole i suočavanju sa stresom s obzirom na trajanje nezaposlenosti i spol.

Rezultati istraživanja djelomično potvrđuju očekivanja. Odnos lokusa kontrole, razine stresa i sociodemografskih značajki provjeren je kod nezaposlenih osoba ovisno o tome jesu li pod pritiskom zbog nezaposlenosti. Pritisak je dobiven kao razlika između aspiracije tj. mjere važnosti zaposlenja i očekivanja odnosno percipirane vjerojatnosti dobivanja posla. Ovakva podjela činila se razumnom s obzirom da na sve ispitanike nezaposlenost ne mora nužno djelovati kao izvor stresa pa samim time u pitanje dolazi mogućnost zaključivanja o karakteristikama koje su povezane sa suočavanjem s nezaposlenošću i stresom.

Provjerom povezanosti lokusa kontrole, strategije suočavanja sa stresom i percipiranom razinom stresa kod osoba koje doživljavaju pritisak zbog nezaposlenosti utvrđena je značajna povezanost lokusa kontrole s razinom stresa te lokusa kontrole i rezultata na subskali *Pasivnog usmjeravanja na emocije*. Može se stoga zaključiti da je lokus kontrole eksternalniji kod osoba koje percipiraju veću razinu stresa te kod osoba koje koriste *Pasivno usmjeravanje na emocije* kao način suočavanja s nezaposlenošću, što je u skladu s očekivanjem. Isto tako, dobivena je niska i negativna statistički značajna povezanost *Reinterpretacije* i lokusa kontrole, što bi značilo da osobe koje u manjoj mjeri koriste *Reinterpretaciju* kao način suočavanja s nezaposlenošću imaju eksternalniji lokus kontrole. Reinterpretacija kao način suočavanja sa stresom u većini istraživanja svrstava se kao strategija suočavanja usmjerena na emocije (npr. Carver i sur., 1989).

Suprotno očekivanju, ostale strategije suočavanja usmjerene na emocije nisu povezane s eksternalnim lokusom kontrole, kao niti strategije suočavanja usmjerene na problem s internalnim lokusom. Dobiveni rezultati mogu biti posljedica korištenih skala za provjeru suočavanja s nezaposlenošću. Naime, pošto su oba upitnika (COPE i Upitnik suočavanja s

nezaposlenošću) nestandardizirana i prilagođena za ovo polje istraživanja, odnosno koristile su se samo određene subskale postoji mogućnost da je sam odabir skala utjecao na rezultate istraživanja stoga su potrebne daljnje provjere na drugim standardiziranim mjerama za provjeru suočavanja sa stresom kod nezaposlenih osoba. Prethodna istraživanja (npr. Carver, Scheier i Weintraub, 1989) navode da što je neki događaj važniji pojedincu veće je fokusiranje na emocije, a za odabir strategije suočavanja važna je percepcija mogućnosti utjecanja na situaciju. Ako pojedinac smatra situaciju kao podložnu promjeni biti će skloniji aktivnom suočavanju i planiranju. U ovom istraživanju korištene su samo određene skale COPE upitnika koje ispituju strategije suočavanja usmjerene na emocije i strategije suočavanje usmjerene na problem. U narednim istraživanjima bilo bi korisno provjeriti odnos lokusa kontrole i načina suočavanja usmjerenog na izbjegavanje pošto su dosadašnja istraživanja pokazala da je eksternalni lokus kontrole koji se odnosi na „moćne druge“ valjan prediktor korištenja strategije poput prihvaćanja, rezignacije ili odustajanja, dok je općenito eksternalni lokus kontrole značajan prediktor zlorabe alkohola ( npr. Gadzella, 1994; Spector, 1986; prema Gianakos, 2002). Suočavanje usmjereno na izbjegavanje uključuje strategije poput humora, potiskivanja, religije/vjere, prihvaćanje, zlorabu alkohola, a s obzirom na rezultate prije navedenih istraživanja (Carver, Scheier i Weintraub, 1989 i Giankos, 2002) može se očekivati pozitivna povezanost između eksternalnosti i suočavanja usmjerenog na izbjegavanje.

Provjerom povezanosti sociodemografskih karakteristika nezaposlenih osoba utvrđeno je da se osobe što su starije više koriste *Pasivnim usmjeravanjem na emocije*. Istraživanja o povezanosti dobi sa strategijama suočavanja (npr. Gutmann, 1974; prema Lazarus i Folkman, 2004) pokazuju da kako ljudi stare tako se mijenjaju načini suočavanja od aktivnog ovladavanja situacijom prema sve pasivnijim načinima, što potvrđuju dobiveni rezultati i u ovom istraživanju. Druga pak istraživanja ovog odnosa, (npr. Vaillant, 1977; prema Folkman i Lazarus, 2004 i Pfeiffer 1977; prema Lazarus i Folkman, 2004) navode da suočavanje u funkciji dobi postaje sve učinkovitije i realističnije, tj. ljudi se više počinju oslanjati na zrelije mehanizme suočavanja poput altruizma i humora, a sve manje koriste projekcije ili pretvaranja. S obzirom da je samo na jednoj od pet korištenih skala koje se mogu kategorizirati pod suočavanje usmjereno na emocije, dobivena statistički značajna povezanost te s obzirom na nejednoznačna prethodna istraživanja ove povezanosti potrebno je u narednim istraživanjima obuhvatiti standardizirane mjere suočavanja zbog prethodno navedenih nedostataka mjera korištenih u ovom istraživanju.

S obzirom na spol, utvrđena je negativna statistički značajna povezanost s lokusom kontrole kod osoba pod pritiskom, što ukazuje da žene imaju eksternalniji lokus kontrole, što je

također u skladu s očekivanjem i rezultatima drugih istraživanja (npr. DeBrabander i Bone, 1989; Minnigerode 1976; prema Kuther, 1998)

Isto tako, rezultati su pokazali da postoji statistički značajna negativna povezanost između spola i suočavanja sa stresom usmjerenim na emocije kod osoba koje su pod pritiskom. Također dobivena su i statistički značajne negativne povezanosti spola i skale *Izražavanje emocija*, skale *Pasivno usmjeravanje na emocije*. Sukladno navedenim rezultatima proizlazi da žene u većoj mjeri koriste strategije suočavanja usmjerene na emocije, što je također u skladu s prethodnim istraživanjima. Tako Pearlin i Schooler (1978, prema Malen i Stroh, 1998) navode da žene uglavnom koriste pasivne strategije suočavanja sa stresom kod gubitka posla kojima se dodatno pogoršava stres, za razliku od muškaraca koji se usmjeravaju na aktivnosti koje inhibiraju stresne posljedice. Isto tako, Leana i Feldman (1991; prema Malen i Stroh, 1998) u svom istraživanju navode da je jedina statistički značajna razlika bila u strategiji suočavanja sa stresom i to na način da su se muškarci više fokusirali na tražnje rješenja problema koje će eliminirati izvor stresa dok su se žene više fokusirale na traženje socijalne podrške u svrhu ublažavanja simptoma stresa.

Razina stresa statistički značajno negativno korelira sa varijablom spola i kod osoba koje ne doživljavaju pritisak zbog nezaposlenosti i kod osoba koje doživljavaju isti. Razlog tome može biti mjerni instrument koji se usmjerava na općenito doživljaje stresa u proteklih mjesec dana i ne veže se nužno uz nezaposlenost. Žene percipiraju veću razinu stresa od muškaraca, što je u skladu s očekivanjem. Dobiveni rezultati mogu se objasniti time da se u razdoblju nezaposlenosti muškarci više usmjeravaju na hobije, dok se žene posvećuju vlastitom razvoju uz nesmanjene obveze u obitelji, te im je stoga potrebna podrška (Walsh i Jackson, 1995; prema Knezović i Macura, 2002), a samim time izvori stresa oko drugih obaveza su konstantno prisutni.

Nadalje, ispitan je odnos obrazovanja s razinom stresa, lokusom kontrole i načinima suočavanja sa stresom i nezaposlenošću. Rezultati su pokazali da postoji niska ali statistički značajna povezanost obrazovanja sa strategijom suočavanja usmjerenom na problem što ukazuje da nezaposlene osobe s većim stupnjem obrazovanja koriste i više na problem usmjerene strategije pri suočavanju sa stresom, što je u skladu s očekivanjem.

Istraživanja koja su proveli Gatewood, Gowan i Riordan (1999; prema Antunović, 2002) pokazuju da su obrazovanje i financijska sredstva povezana sa strategijama traženja posla i izvanposlovnih aktivnosti, te da obrazovanje utječe na procjenu reverzibilnosti (vjerojatnost ponovnog zapošljavanja), što objašnjavaju time da nezaposlene osobe kada se prijavljuju za posao uzimaju u obzir činjenicu da prilikom zapošljavanja radnika poslodavci u obzir uzimaju najviše obrazovanje.

Između obrazovanja i lokusa kontrole nije pronađena statistički značajna povezanost, što se može objasniti istraživanjima koja navode da je lokus kontrole kako da je definirao Rotter relativno stabilna karakteristika (Lange i Tiggemann, 1981). No, nova socijalna učenja mogu s vremenom utjecati na očekivanje osobe na uzroke i ishode određenih ponašanja a ujedno i na lokus kontrole u određenim specifičnim situacijama (Davidović, 2003).

Statistički značajna povezanost dobivena je između razine obrazovanja i strategije suočavanja *Reinterpretacije*. Reinterpretiranje situacije i događaja zahtjeva određene kognitivne napore stoga ne čudi da nezaposlene osobe koje su višeg obrazovanja češće koriste ovu strategiju. No, s obzirom da je povezanost ova dva konstrukta nedovoljno istražena svakako bi bilo poželjno provjeriti odnose i na drugim mjernim instrumentima koja su standardizirana i samim time imaju opravdaniju mogućnost generalizacije dobivenih rezultata.

Negativna statistički značajna povezanost dobivena je između obrazovanja i razine stresa što ukazuje da osobe višeg obrazovanja imaju nižu percepciju stresa, što je također u skladu s očekivanjem. Iako nema dovoljno istraživanja o povezanosti ova dva konstrukta, razumno se nameće zaključak da osobe višeg obrazovanja imaju razvijenije vještine rješavanja problema što izravno može utjecati i na suočavanje sa stresom i s nezaposlenošću na način da se koriste strategije koje su efikasnije u ovladavanju situacije.

Razlika u korištenju strategija suočavanja sa stresom s obzirom na trajanje nezaposlenosti nije potvrđena. Razlog tome može biti nedovoljno osjetljiva kategorizacija razdoblja. Stoga je preporuka za buduća istraživanja bolja kategorizacija trajanja nezaposlenosti na npr. osobe koje su 6 mjeseci nezaposlene, koje su od 6 do 12 mjeseci, od 12 do 18 mjeseci, od 18 do 24, više od 24 mjeseca. Istraživanja su pokazala da psihološko zdravlje može biti narušeno tijekom prvih nekoliko tjedana do tri mjeseca nakon gubitka posla a nakon tog razdoblja stanje ostaje isto ili se čak popravlja (Fryer i Payne, 1986; prema Matko, 2002) što također može biti jedan od uzroka dobivenih rezultata.

Razlika u lokusu kontrole i korištenju određene strategije suočavanja pokazala se statistički značajna s obzirom na spol. Dakle, efekt spola pokazao se statističkim značajnim što potvrđuje pretpostavku da će žene u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja sa stresom usmjerene na emocije i imati eksternalni lokus kontrole za razliku od nezaposlenih muškaraca koji će u većoj mjeri koristiti strategije suočavanja usmjerene na problem i imati internalni lokus kontrole. Uz vjerojatnost izračunata je i veličina učinka. Može se vidjeti da je učinak za efekt trajanja nezaposlenosti mali, dok se za efekt spola veličina učinka može se smatrati velikom. Prethodna istraživanja suočavanja sa stresom potvrdila su također ove spolne razlike. Smari, Arason, Hafsteinsson i Ingimarsson (1997; prema Knezović i Macura, 2002) provjeravali su



povezanost rezultata na COPE upitniku s anksioznošću i depresijom te navode da su kod žena povećana anksioznost i depresija povezane sa strategijama suočavanja usmjerenim na emocije i izbjegavanje, dok se ponovno procjenjivanje povezuje sa smanjenom anksioznošću i depresijom. Isto tako, Leana i Feldman (1991; prema Knezović i Macura, 2002) navode da se muškarci češće koriste aktivnim suočavanjem (traženje posla, preseljenje), dok je kod žena suočavanje usmjereno na emocije. S obzirom na ove nalaze u nastavku slijede nedostaci i preporuke za buduća istraživanja.

### **Nedostaci, doprinos i preporuke za buduća istraživanja**

Ovo istraživanje provedeno je na nezaposlenim osobama u Osijeku. Osijek kao grad koji je bio drastično pogođen posljedicama rata i ima niži standard od većih gradova u Republici Hrvatskoj nudi specifičan uzorak nezaposlene populaciji te je stoga upitna generalizacija dobivenih rezultata.

Osim toga, provedeno istraživanje ima još nekoliko nedostataka. Mjerni instrument *Upitnik suočavanja sa nezaposlenošću* korišten je i prilagođen prema istraživanju koje provedeno na nezaposlenim osobama na području Šibenika i Zagreba (Davidović, 2003) te svakako zahtjeva dodatne provjere pouzdanosti na većem broju sudionika. Isto tako, Upitnik percipirane razine stresa preveden je u svrhe ovog istraživanja i odnosi se na općenite stresne situacije. U budućim istraživanjima ovog područja bilo bi potrebno koristiti specifičnije instrumente koji će pouzdanije ispitati razinu stresa koju nezaposlenost može prouzročiti.

Jedan od nedostataka istraživanja je prethodno već naveden, a to je kategorizacija trajanja nezaposlenosti koja je u ovom istraživanju uključivala kratkoročno i dugoročno nezaposlene, što je dosta uska i ograničena podjela pa je tako osoba koja je godinu i mjesec dana nezaposlena u istoj kategoriji kao i osoba koja je više od 5 godina nezaposlena pa se samim time smanjuje mogućnost zaključivanja, pogotovo ako je veći broj nezaposlenih osoba koji su obuhvaćeni istraživanjem nezaposleno u prosjeku godinu do dvije. S obzirom na istraživanja koja su prethodno navedena uz podjelu nezaposlenih osoba s obzirom na trajanje nezaposlenosti i dobivene rezultate (Fryer i Payne, 1986; prema Matko, 2002) u slijedećim istraživanjima potrebno je napraviti osjetljiviju kategorizaciju trajanja nezaposlenosti, čime bi se učinkovitije ispitala faze suočavanja jer kako je već prethodno navedeno osobe koje su tek nekoliko tjedana do tri mjeseca nezaposlene pokazuju više negativnih posljedica na psihološko zdravlje nego preostale skupine nezaposlenih.

Isto tako, potrebno je uključiti više regija na području Hrvatske kako bi se dobila bolja mogućnost zaključivanja o karakteristikama koje su povezane sa načinima suočavanja sa

nezaposlenošću, kao i osobinama koje mogu utjecati na aktivno traženje posla i kreiranja programa za poticanje zapošljavanja.

Daljnja istraživanja na području nezaposlenosti svakako bi trebala uključiti i druge čimbenike koji mogu utjecati na nošenje s nezaposlenošću, poput socijalne podrške i osobina ličnosti. Osvješčivanje društva da postoje određeni obrasci i načini suočavanja s nezaposlenošću i određeni načini percepcije mogućnosti utjecanja na situaciju u kojoj se nezaposlene osobe nalaze važno kako bi se programi aktivnog zapošljavanja što bolje osmislili i prilagodili određenim potrebama samih skupina. Kao što je do sada već navedeno žene imaju tendenciju korištenja strategija usmjerenih na emocije te su sklonije pasivnom suočavanju i samim time imaju rizik od stvaranja naučene bespomoćnosti i depresije. Imajući to na umu korisno je uključiti u programe aktivnog zapošljavanja edukacije namijenjene ženama u cilju poticanja i ohrabriranja na poduzimanje konkretnih koraka u traženju posla i utjecanja na percepciju kontrole nad situacijom.

## Zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati na koji način se nezaposlene osobe suočavaju s nezaposlenošću, kako percipiraju stres i postoji li razlika u suočavanju sa stresom te na koji način percipiraju kontrolu nad događajima s obzirom na određene sociodemografske varijable. Rezultati djelomično potvrđuju obje postavljene hipoteze. Lokus kontrole eksternalniji je kod osoba koje percipiraju veću razinu stresa te kod osoba koje koriste *Pasivno usmjeravanje na emocije* kao način suočavanja s nezaposlenošću. Isto tako, osobe sa eksternalnijim lokusom kontrole manje koriste *Reinterpretaciju* kao način suočavanja sa stresom. Suprotno očekivanju, ostale strategije suočavanja usmjerene na emocije nisu povezane s eksternalnim lokusom kontrole, kao ni strategije suočavanja usmjerene na problem s internalnim lokusom. Provjerom povezanosti sociodemografskih karakteristika nezaposlenih osoba utvrđeno je da se osobe što su starije više koriste *Pasivnim usmjeravanjem na emocije*. Utvrđeno je također da žene imaju eksternalniji lokus kontrole, što je također u skladu s očekivanjem i rezultatima drugih istraživanja te da se koriste u većoj mjeri strategijama *Izražavanja emocija* i *Pasivnim usmjeravanjem na emocije*. Isto tako, utvrđeno je da žene percipiraju veću razinu stresa. S obzirom na obrazovanje, utvrđena je značajna povezanost sa strategijom suočavanja usmjerenom na problem, kao i pozitivna povezanost sa strategijom suočavanja *Reinterpretacija* te negativna povezanost s razinom stresa. Druga hipoteza također je djelomično potvrđena. Dobiveni rezultati pokazali su da ne postoji razlika u lokusu kontrole kao niti u strategijama suočavanja s nezaposlenošću s obzirom na trajanje nezaposlenosti. No, dobivena je statistički značajan efekt spola u načinu suočavanja sa stresom i percipiranju kontrole nad događajima.

## Literatura:

- Antunović, N. (2002). Model suočavanja s gubitkom posla i empirijska provjera iznesenih pretpostavki. U: Galešić, M., Maslić-Seršić, D., Šverko, B. Psihološki aspekti nezaposlenosti: zbornik radova XII. Ljetne škole studenata i nastavnika Odsjeka za psihologije Filozofskog fakulteta u Zagrebu Silba. <http://mjesec.ffzg.hr/nezaposlenost/>
- Buss, D. M., Larsen, R. J. (2008). Psihologija ličnosti. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283
- Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. 24, 386 – 396
- Davidović, N. (2003). *Provjera mogućnosti predikcije bihevioralnih namjera nezaposlenih osoba pomoću načina suočavanja sa stresom i eksternalnog lokusa kontrole*. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Feather, N. T. (1990). *The Psychological Impact of Unemployment*. New York: Springer-Verlag
- Folkman, S., Lazarus, R. S. (2004). Stres, procjena i suočavanje. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Genc, A. (2009). Resursi za suočavanje sa stresom. *Godišnjak Filozofskog fakulteta u Novom Sadu*, XXXIV-2, 41-51
- Gianakos, I. (2002). Predictors of coping with work stress: the influences of seks, gender role, social desirability, and locus of control. *Sex Roles*. 45(5/6), 149 - 158
- Goldsmith, A. H., Veum, J. R. (1996). The psychological impact of unemployment and joblessness. *Journal of Socio-Economics*, 25 (3), 335- 358
- Hrvatski zavod za zapošljavanje- HZZ (2012) - Nezaposlenost po županijama i mjesecima. <http://www.hzz.hr/default.aspx?id=7567>
- Hudek – Knežević, J., Kardum, I., Vukmirović, Ž. (1999). The structure of coping styles: a comparative study of Croatian sample. *European Journal of Personality*. 13, 149 -161
- Knezović, T., Macura, S. (2002). Glavne strategije suočavanja s nezaposlenošću, antecedenti i ishodi. U: Galešić, M., Maslić-Seršić, D., Šverko, B. Psihološki aspekti nezaposlenosti: zbornik radova XII. Ljetne škole studenata i nastavnika Odsjeka za psihologije Filozofskog fakulteta u Zagrebu Silba. <http://mjesec.ffzg.hr/nezaposlenost/>
- Kerovec, N. (2001). Poteškoće u zapošljavanju osoba starije dobi. *Revija za socijalnu politiku*, 8(3-4), 259 - 266.
- Kolesarić, V. (2006). Analiza varijance u psihologijskim istraživanjima. Osijek: Filozofski

fakultet u Osijeku

- Kulik, L. (2001). Impact of length of unemployment and age on jobless men and woman: a comparative analysis. *Journal of Employment Counseling*. 38 (1), 15-27
- Kuther, T.L. (1998). Sex and sex-role differences in locus of control. *Psychological Reports*. 82, 188-190
- Lange, R.V., Tiggenmann, M. (1981). Dimensionality and reliability of the Rotter I-E Locus of Control Scale. *Journal of Personality Assessment*. 45 (4), 398-
- Malen, E. A., Stroh, L. K. (1998). The influence of gender on job loss coping behavior among unemployed managers. *Journal of Employment Counseling*. 35 (1), 26 –39
- Matko, V. (2002). Psihološke posljedice nezaposlenosti i posredujući faktori. U: Galešić, M., Maslić-Seršić, D., Šverko, B. Psihološki aspekti nezaposlenosti: zbornik radova XII. Ljetne škole studenata i nastavnika Odsjeka za psihologije Filozofskog fakulteta u Zagrebu Silba. <http://mjesecc.ffzg.hr/nezaposlenost/>
- Mrnjavac, Ž. (1996). Mjerenje nezaposlenosti. Split: Ekonomski fakultet.
- McKee-Ryan, F. M., Kinicki, A. J., Song, Z., Wanberg, C. R. (2005). Psychological and physical well-being during unemployment: a meta-analytic study. *Journal of Applied Psychology*. 90(1), 53-76
- Petz, B. (ur.) (2005). Psihologijski rječnik. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Šverko, B. (1991). Značenje rada u životu pojedinca: radne vrijednosti, važnost rada i alijenacija. U: *Uvod u psihologiju* (15-56). Zagreb: Prosvjeta
- Tiggenmann, M., Winefield, A. H. (1984). The effects of unemployment on the mood, self-esteem, locus of control, and depressive affect of school-leavers
- Tomić, P. (2002). Uzroci nezaposlenosti na individualnoj razini. U: Galešić, M., Maslić-Seršić, D., Šverko, B. Psihološki aspekti nezaposlenosti: zbornik radova XII. Ljetne škole studenata i nastavnika Odsjeka za psihologije Filozofskog fakulteta u Zagrebu Silba. <http://mjesecc.ffzg.hr/nezaposlenost/>
- Vojnić Hajduk, I. (2005). Povezanost dimenzija roditeljskog ponašanja, sociodemografskih varijabli i lokusa kontrole adolescenata. Neobjavljeni diplomski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Vukelić, A. (2008). Percepcija savjetnika hrvatskog zavoda za zapošljavanje o čimbenicima zapošljavanja nezaposlenih. *Informatologija*, 41-1, 23-32.
- Zarevski, P., Marušić, A., Vranić, A. (2002). Proaktivnost i lokus kontrole u menadžera. *Društvena istraživanja*, 11 (4-5), 659- 680