Odnos sukoba rodnih uloga i srama sa stavom o potražnji stručne psihološke pomoći kod muškaraca

Samac, Jelena

Master's thesis / Diplomski rad

2024

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:142:435292

Rights / Prava: In copyright / Zaštićeno autorskim pravom.

Download date / Datum preuzimanja: **2024-12-20**

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

Diplomski studij psihologije

Jelena Samac

ODNOS SUKOBA RODNIH ULOGA I SRAMA SA STAVOM O POTRAŽNJI STRUČNE PSIHOLOŠKE POMOĆI KOD MUŠKARACA

Diplomski rad

Mentorica: doc. dr. sc. Ivana Marčinko

Osijek, 2024.

Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet Osijek

Odsjek za psihologiju

Diplomski sveučilišni jednopredmetni studij psihologije

Jelena Samac

ODNOS SUKOBA RODNIH ULOGA I SRAMA SA STAVOM O POTRAŽNJI STRUČNE PSIHOLOŠKE POMOĆI KOD MUŠKARACA

Diplomski rad

Društvene znanosti, polje psihologija, grana klinička i zdravstvena psihologija

Mentorica: doc. dr. sc. Ivana Marčinko

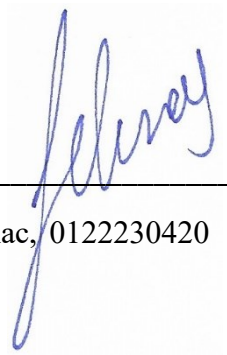
Osijek, 2024.

IZJAVA

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

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

U Osijeku, 24.07.2024.



Jelena Samac, 0122230420

Sadržaj

Uvod 1

1. Mentalno zdravlje kod muškaraca 1

1.1 Zapostavljanje mentalnog zdravlja muškaraca 1

1.2 Povijest istraživanja mentalnog zdravlja muškaraca 2

1.3 Razumijevanje i različite definicije tradicionalnih maskulinih normi 3

1.4 Sukob rodnih uloga kod muškaraca 4

2. Osjećaj srama kod muškaraca 5

3. Stavovi o traženju stručne psihološke pomoći 6

Cilj, problemi i hipoteze istraživanja 8

Problemi 8

Hipoteze 8

Metoda 9

Sudionici 9

Instrumenti 9

Postupak 11

Rezultati 11

Rasprava 17

Doprinosi, ograničenja i implikacije istraživanja 21

Zaključak 23

Literatura 24

Odnos sukoba rodnih uloga i srama sa stavom o potražnji stručne psihološke pomoći kod muškaraca

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos sukoba rodnih uloga i srama sa stavom o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. U ovom je istraživanju sudjelovalo sveukupno 267 sudionika muškog spola raspona dobi od 18 do 60 godina. Korišteni instrumenti u istraživanju bili su sljedeći upitnici: (1) Upitnik o sociodemografskim podacima, (2) Skraćena verzija skale sukoba rodnih uloga, (3) Skala diferencijalnih emocija, te (4) Inventar stava o traženju stručne psihološke pomoći. Rezultati hijerarhijske regresijske analize ukazuju na to kako viša razina sukoba rodnih uloga izravno doprinosi negativnijim stavovima o traženju stručne psihološke pomoći nakon kontrole sociodemografskih karakteristika. Rezultati medijacijske analize ukazuju kako sram ima djelomičan posredujući učinak u odnosu sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći, u smjeru da viša razina sukoba preko više razine srama djelomično doprinosi negativnijem stavu o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Rezultati moderatorske analize ukazuju kako veličina mjesta gdje su sudionici proveli većinu svoga života nema statistički značajan moderatorski učinak u odnosu sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći.

Ključne riječi: sukob rodnih uloga, maskuline norme, stavovi o traženju stručne psihološke pomoći, sram, mentalno zdravlje muškaraca

The relationship between gender-role conflict, feeling shame and attitude toward seeking professional help

The aim of this research was to examine the relationship between gender role conflict and feeling shame with the attitudes toward seeking mental health services among men. The research sample consisted of 267 male participants between 18 and 60 years old.The participants were asked to complete the following questionnaires: (1) Sociodemographic data questionnaire, (2) Gender Role Conflict Scale-Short Form – GRC-SF, (3) DES-IV, (4) Inventory of Attitudes Toward Seeking Mental Health Services – IASMHS. The results of the hierarchical analysis indicate that a higher level of gender role conflict significantly predicts more negative help-seeking attitudes. The following mediation analysis shows that shame has a partial mediating effect in the relationship between gender role conflict and help-seeking. Higher levels of shame results higher levels of gender role conflict and consequently more negative help-seeking attitudes in men. Lastly, moderation analysis indicates that the place where participants spent the most of lives does not have a moderating effect on the relationship between gender role conflicts and help-seeking attitudes.

Key words: gender role conflict, masculine norms, attitudes toward seeking mental health services, shame, men's mental health

Uvod

1. Mentalno zdravlje kod muškaraca

Mentalno je zdravlje danas neizostavna odrednica života, a ono predstavlja stanje dobrobiti koje omogućuje pojedincu da se uspješno nosi sa životnim stresorima, ispuni svoj vlastiti potencijal te doprinosi svojoj zajednici (WHO, 2022). Alarmantno jest da se oko milijardu ljudi od ukupne populacije suočava s nekim mentalnim poteškoćama (Collaborators, 2018). Jedna šestina građana Europske Unije se 2016. godine suočavala s mentalnim poteškoćama, dok u 2023. godini jedna polovina građana Europske Unije izjavljuje da su se osjećali anksiozno ili depresivno u proteklih 12 mjeseci (De Keersmaecker i Dejond, 2023). No, većina tih izjava o depresivnosti i anksioznosti zapravo dolazi od žena, dok muškarci dvostruko više izvješćuju probleme s alkoholom i drogama (Boyd i sur., 2015). Sukladno time, istraživanje koje se provodilo u 59 država ukazuje na to da žene izvješćuju o značajno lošijem zdravlje u usporedbi s muškarcima (Boerma i sur., 2016).

Spolne razlike prisutne su i u traženju stručne psihološke pomoći. Žene puno češće izjavljuju da idu kod psihologa ili psihoterapeuta kada se osjećaju anksiozno ili depresivno (Richards i Borglin, 2011). Međutim, ove razlike u statistici ne znače nužno da muškarci ne doživljavaju psihološku uznemirenost ili da se ne bore s lošim mentalnim zdravljem, već da je potrebno pomno razmatranje trenutnog dijagnosticiranja mentalnog zdravlja kod muškaraca (Boyd i sur., 2015).

1.1 Zapostavljanje mentalnog zdravlja muškaraca

Već desetljećima, rezultati su ukazivali na to kako muškarci pokazuju manje simptoma depresije negoli žene (Bland i sur., 1988, Wilhelm i sur., 2003). Pretpostavljalo se da žene imaju posebnu ranjivost na depresiju, te da muškarci, s druge strane, nisu depresivni (Astbury, 1999). Štoviše, smatralo se da muškarci: (1) nisu uopće emocionalni (Heesacker i sur., 1999), (2) imaju poteškoća u izražavanju emocija (Grossman i Wood, 1993), te (3) da su nesposobni izraziti svoje emocije (imaju alekstimiju) (Honkalampi i sur., 2000). Time se zapostavlja mentalno zdravlje muškaraca, što može biti izrazito opasno. Potencijalni razlozi koji doprinose manjem izvješćivanju muškaraca o njihovim problemima su: (1) neuspjelo izvještavanje

simptoma (Angst i Dobler-Mikola, 1984), (2) zaboravljanje simptoma (Wilhelm i Parker, 1994), te (3) sram pri priznavanju simptoma (Kessler i sur., 1981).

S druge strane, muškarci se više povezuju s ponašanjima koja uključuju preuzimanje rizika, agresivnost, nasilje usmjereno prema drugima i sebi, nezaštićeni seksualni odnosi, vožnja u alkoholiziranom stanju te zlouporaba alkohola (Brownhill i sur., 2005).

Još su, prije 25 godina, Cochran i Rabinowitz (1999), ukazali na probleme s terminologijom "ženskih" i "muških" problema. Štoviše, Brownhill i suradnici (2005) predlažu kako su ponašanja koja su učestalo pripisivana muškarcima, kao što su agresivnost, nasilje, zlouporaba alkohola i psihoaktivnih tvari i samoubojstvo, "depresivni ekvivalenti" ili pak *skrivena depresija* kod muškaraca. Drugim riječima, muškarci iskazuju drugačije simptome za iste interne poteškoće.

To mogu ilustrirati dva empirijska istraživanja koja su manipulirala s uputom Beckovog inventara depresije (Page i Bennesch, 1993). Prva uputa je glasila da se mjeri razina svakodnevnih poteškoća, a druga je uputa glasila da se mjeri razina depresije. Muškarci su imali više rezultate na Beckovom inventaru depresije kada su bili upućeni da se mjeri razina svakodnevnih poteškoća, dok su bili znatno manji rezultati kada su znali da se mjeri depresija. Zanimljivo je da su žene imale gotovo pa identične rezultate na Beckovom inventaru depresije neovisno o uputi. Ovu spolnu neujednačenost Addis (2008) objašnjava socijalizacijom restriktivnih maskulinih normi koje kreiraju razvojne i intrapsihičke kočnice kada muškarci nisu sposobni ostvariti životne ciljeve koje sa sobom donose standardi što je to biti muškarac.

1.2 Povijest istraživanja mentalnog zdravlja muškaraca

Istraživanja o tradicionalnim maskulinim normama pojavljuju se u akademskoj zajednici tek kasnih šezdesetih godina kada su autori poput Turnera, Jourarda te Goldberga operacionalizirali efekte socijalizacije na rodnu ulogu muškaraca (O'Neil, 2008). Od sedamdesetih pa nadalje znanstvenici Pleck, O'Neil i Eisler uvode termine kao što su napor rodnih uloga (eng. *gender role strain*; Pleck, 1981), sukob rodnih uloga (eng. *gender role conflict*; O'Neil i sur., 1986), te stres rodnih uloga (eng. *gender role stress*; Eisler 1995). Paradigma Josepha Plecka (1981) o naporu rodnih uloga, koja je koncipirana u njegovoj knjizi *Mit o maskulinosti,* postavila je temelj za sva buduća istraživanja o sukobu rodnih uloga. Osamdesetih godina ovi su pojmovi dobili značaj u široj akademskoj i psihijatrijskoj zajednici. Odsjek psihologije savjetovanja bio je jedan od prvih odsjeka APA-e (American Psychological Association) koji je prepoznao važnost mentalnog zdravlja muškaraca te izdao posebno izdanje

pod naslovom *Counseling Men* (Skovholt i sur., 1978). Tada se vrlo malo znalo o tome kako socijalizacija tradicionalnih maskulinih normi kod muškaraca pridonosi njihovom psihološkom razvoju (Addis, 2008). No, u protekla tri desetljeća, mentalno zdravlje muškaraca polako se destigmatizira u društvu, a i time psihologija muškaraca kao domena postaje sve istaknutija s naglaskom na kliničku implikaciju provedenih istraživanja (Mahalik i sur., 2003).

1.3 Razumijevanje i različite definicije tradicionalnih maskulinih normi

Kroz povijest, muškarci su viđeni kao biološki predodređeni za nasilje, agresivnost, emocionalnu suzdržanost te manjak komunikativnosti, u usporedbi sa ženama. Tradicionalne rodne uloge diktirale su brak u kojemu je muškarac "glava kuće", dok su žene ostajale kod kuće odgajajući djecu. Bilo je neprihvatljivo za jednog muškarca da se uključi u tzv. "ženske aktivnosti" (Pleck, 1981). Tek u kasnim sedamdesetima pokreti ženskih prava su potaknuli na razmišljanje o negativnim učincima maskuline ideologije (Jun, 2009).

O'Neil je sumirao Brannonove (1976, prema Jun, 2009) tradicionalne stavove i vjerovanja o maskulinosti. Prvo, muškarci, kao živa bića, su biološki superiorniji, dominantniji, cjenjeniji od žena te imaju veći potencijal od njih. Drugo, kako bi muškarac dokazao svoju muškost treba iskazati svoju moć, dominaciju, pobjeđivanje i kontrolu. Treće, bilo koji osjećaj ili ranjivost su sami po sebi za žene, stoga trebaju biti izbjegavani. Četvrto, bilo koja komunikacija koja naglašava osjećaje, intuiciju i/ili fizički kontakt je sama po sebi za žene, te se treba izbjeći pod svaku cijenu. Peto, imati seksualni odnos je jedan od primarnih načina kako muškarci dokazuju svoju maskulinost. Šesto, treba pod svaku cijenu izbjegavati iskazivanje intimnosti i ranjivosti s drugim muškarcima jer muškarac može biti iskorišten od drugog muškarca koji mu je suparnik. Isto tako, intimnost ne samo da su "ženska posla", već odražavaju homoseksualnost. Sedmo, rad i uspjeh na poslu su pokazatelji koliko jedan muškarac vrijedi. Osmo, muškarac je "glava u kući" i mora osiguravati financijsku stabilnost za svoju obitelj (O'Neil, 1981).

Sukladno tome, Kimmel (2005) nalaže kako stereotipi o tradicionalnim ulogama muškarca sadrže očekivanja o vodstvu, asertivnosti, dominaciji, snažnoj osobnosti, silovitosti, agresiji, preuzimanju rizika i glavne riječi, te nezavisnosti.

Jedan od rijetkih istraživača van zapadnjačkog svijeta, Gilmore (1990), analizira socijalizaciju muškaraca i maskuline norme koji se ne vežu uz kulturalna ograničenja. Gilmorove su pretpostavke sumirane kroz istraživanja od Mediterana do južnog Pacifika, Nove

Gvineje, istočne i južne Azije, Tahitija, sve do amazonskih prostranstava. On nalaže kako u većini od ovih proučavanih društava, biti muškarac zahtjeva tri zadatka: (1) oploditi žene, (2) zaštititi uzdržavane, i (3) materijalno opskrbiti djecu i žene. Kako bi muškarci mogli izvršiti ove zadatke, dječaci od rane dobi moraju očvrsnuti i biti disciplinirani kako bi jednog dana postali muškarci koji prolijevaju krv za dobrobit svoje zajednice, koji svojim radom i znojem uzdržavaju svoje obitelji (Gilmore,1990, prema Jun, 2009).

Levant (1996, prema Jun, 2009) sumira definicije tradicionalnog identiteta muškarca. Pravi muškarac je onaj koji izbjegava sve što je tzv. "za žene", opire se emocijama, doima se čvrst i agresivan, samopouzdan je, postiže status u društvu, boji se homoseksualaca. Daljnje Culbertson (1994, prema Jun, 2009) ukazuje kako se od tzv. "pravog muškarca" očekuje da je stvaratelj, zaštitnik i hranitelj.

Pleck (1995) objašnjava načine na koji ti kulturalni standardi negativno utječu na muškarce. Jaz između očekivanja i stvarnosti rezultiraju niskim samopoštovanjem te nekongruentnošću u identitetu muškarca jer se njegova djela ne poklapaju s njegovom unutarnjom slikom o tome što je idealni muškarac.

Prema O'Neilu (1981) muškarci su socijalizirani od rane dobi kako su moć i kontrola nužni za samopoštovanje i pozitivnu sliku o sebi, a natjecanje predstavlja jedini način kako doći do moći i kontrole. Ponašanja i karakteristike koje muškarci usvajaju su sljedeća: (1) težnja za izvrsnošću, (2) utjecaj i autoritet nad drugima, (3) regulacija i disciplina, (4) kontinuirano uspoređivanje s drugima kao mjera uspjeha, (4) superiornost nad ostalim muškarcima (O'Neil, 1981).

1.4 Sukob rodnih uloga kod muškaraca

Sukob rodnih uloga predstavlja psihološko stanje pojedinca u kojemu socijalizirane rodne uloge imaju negativne posljedice na pojedinca i/ili osobe iz njegove okoline (O'Neil i sur., 1995). Sukob rodnih uloga događa se kada ispunjavanje rigidnih, seksističkih i restriktivnih uloga dovodi do ograničenja, devaluacije te narušavanja ljudskog dostojanstva pojedinca i/ili osoba iz njegove okoline (O'Neil i sur., 1995, O'Neil, 2008).

Jedno od objašnjenja sukoba rodnih uloga jest da sukob rodnih uloga proizlazi iz socijalizacije patrijarhalnih društava. Maskulina ideologija predstavlja vjerovanje o važnosti muškarca koji se pridržava kulturno definiranih standarda kako se jedan muškarac treba ponašati (Pleck i Brannon, 1978). Maskulina ideologija uključuje pojedinčevo odobravanje i

internalizaciju kulturalnih vjerovanja o muževnosti i muškom spolu. Pleck i Brannon (1978) sugeriraju kako nekonformiranje tim standardima ima negativne posljedice na samopoštovanje muškaraca zbog negativne povratne informacije društva na kršenje maskuline ideologije.

Štoviše, sukob rodnih uloga događa se u situacijama kada muškarac: (1) doživljava tranziciju rodnih uloga ili poteškoće pri ispunjavanju razvojnog zadatka (O'Neil i Fishman, 1992), (2) odstupa od onoga što je pripisano maskulinom ideologijom i normama (Mahalik i sur., 2003), (3) doživljava diskrepancije između pravog ja i očekivanog maskulinog ja (Liu i sur., 2005), (4) osobno ne vrednuje, ograničava i obeščašćuje samog sebe svaki puta kada ne uspije "biti muškarac"(O'Neil i sur., 1995), (5) ograničen je i obeščašćen od drugih zbog toga što se ne ponaša i ne djeluje u skladu s maskulinim normama (O'Neil i sur., 1995).

O'Neil (2008) je meta-analizom objedinio 232 istraživanja od 1994. do 2008. koja su koristila njegovu teorijsku postavku i Skalu sukoba rodnih uloga temeljem čega su proizašla četiri obrasca sukoba rodnih uloga: (1) restriktivna emocionalnost, (2) uspjeh, moć i natjecanje, (3) restriktivno afektivno ponašanje među muškarcima te (4) sukob karijere i obiteljskih odnosa. Meta-analiza sugerira kako sukob rodnih uloga pozitivno korelira s depresijom, anksioznošću, ljutnjom, negativnim statovima o traženju stručne psihološke pomoći (O'Neil, 2008). Osim toga, sukob rodnih uloga povezan je s niskim samopoštovanjem kod muškaraca (Ross, 2004) te nemogućnošću postizanja intimnosti (Cournoyer i Mahalik, 1995, prema O'Neil, 2008).

2. Osjećaj srama kod muškaraca

Kada su muškarci socijalizirani nositi teret obitelji i društva, muškarčeve jedinstvene psihološke potrebe ostaju zanemarene, što im onemogućuje samo-aktualizaciju i brigu za vlastito mentalno zdravlje (Jourard, 1971). Neispunjavanje tradicionalnih normi idealnog muškarca dovodi do posramljivanja. Osjećaj srama se obično javlja kada pojedinac odstupa od društveno postavljenih pravila (Efthim i sur., 2001). Točnije, muškarci se osjećaju posramljenima kada se ne ponašaju u skladu s tradicionalnom slikom idealnog muškarca (Pleck, 1981). Kako bi suzbili sram koji se često asocira s ranjivošću, muškarci se previše konformiraju ponašanjima koji se smatraju tzv. "muškima" kako bi zadržali samopoštovanje.

McMahon i suradnici (2000) mjerili su povezanost Skale sukoba rodnih uloga s osjećajem srama. U njihovom istraživanju, svi obrasci sukoba rodnih uloga koreliraju sa

sramom, posebice skale *Restriktivna emocionalnost* te *Sukob karijere i obiteljskih odnosa*. Thomsonovo istraživanje (2005) ukazuje na posredujući učinak srama na odnos sukoba rodnih uloga i depresije.

Schenk i Everingham (2005) smatraju kako je sram najučestaliji neugodni afekt kod muškaraca. Oni objašnjavaju kako sram zapravo pokreće težnju za izvrsnošću, napredovanjem, natjecanjem i potrebom za kontrolom. Štoviše, sram služi kao snažni kulturalni mehanizam za održavanje poslušnosti prema tradicionalnim maskulinim normama. Prema njihovom modelu sram nastaje kada se pojedinac osjeća neadekvatnim za postizanje zadanog cilja ili ideala. Identitet muškaraca vrti se oko postizanja tradicionalnih maskulinih uloga kao što su biti fizički snažni, stoični, kompetentni i samostalni. Sve ove uloge zahtijevaju kontrolu nad svojom okolinom te mogući neuspjeh potencijalno vodi do srama (Ferguson i sur., 2000).

Krugman (1995) navodi kako sukob rodnih uloga kod muškarca uzrokuje sram kada muškarci ne dostižu očekivani životni stil i standard idealnog muškarca. Štoviše, kada je muškarac posramljen, on koristi razvojno neprimjerene obrambene mehanizme kao što su negiranje, projekcija, *splitting* i *acting out* radije negoli tolerira i prihvaća osjećaj srama. Krugman (1995) objašnjava da muškarci vjeruju kako je sram nepoželjna emocija koju muškarac ni pod koju cijenu ne smije doživjeti.

Ispitivanja upućuju na povezanost osjećaja srama i potražnje psihološke pomoći (Yousaf i sur., 2015). Pokazalo se kako je sram najjači prediktor odbijanja stručne psihološke pomoći (Doherty i Kartalova-O'Doherty, 2010, prema Yousaf i sur., 2015). Istraživanje Colesa i suradnika (2010, prema Yousaf i sur., 2015) daje sljedeće spoznaje: (1) muškarci osjećaju sram već u čekaonici bolnice, zbog manjka znanja o sustavu zdravstva, (2) muškarcima je teško priznati doktoru ili psihologu što ih zapravo muči.

3. Stavovi o traženju stručne psihološke pomoći

Tradicionalne uloge od muškaraca zahtijevaju snagu, objektivnost, uspjeh te emocionalnu staloženost (Jun, 2009). Ako muškarac pokaže bilo koju naznaku slabosti i ranjivosti, vjerojatno će se osjećati inferiornije od drugih muškaraca (Jourard, 1974). Muškarcu nije dopušteno pokazivanje unutarnjeg doživljaja svijeta. Potiskivanje i negiranje osjećaja srama, ranjivosti i ostalih emocija te nemogućnost razotkrivanja dovodi do značajne psihološke

uznemirenosti (Jourard, 1974). Jourard (1974), sumirajući istraživanja o samo-razotkrivanju, navodi kako muškarci općenito ne otkrivaju puno osobnih informacija, za razliku od žena. Prema meta-analizi Yousafa i suradnika (2015), muškarci rijetko traže stručnu psihološku pomoć. Popularni stereotipi su kako muškarci nikada ne pitaju za smjer onda kada se izgube, pa tako ne traže ni pomoć od stručnjaka. Također, muškarci izjavljuju kako im je teško emocionalno se otvoriti vlastitim prijateljima, a kamoli potražiti pomoć od psihoterapeuta (Padesky i Hammen, 1981, prema Galdas i sur., 2005).

Eisenberg i suradnici (2012) navode kako muškarci rjeđe posegnu za stručnom psihološkom pomoći nego žene. Osim toga, istraživanje Crabba i Hunsleya (2006) ukazuje na to da stariji muškarci rjeđe traže stručnu pomoć negoli mlađi muškarci.

Doktori opće medicine izvješćuju kako je znatno teže dijagnosticirati depresiju kod muškaraca negoli žena (Scholz i sur., 2016). Oni to objašnjavaju time što su muškarci nesposobni priopćiti simptome ili ih ne žele podijeliti sa stručnjakom (Lyons i Janca, 2009, Scholz i sur., 2016). S druge strane, uvjerenja o traženju psihološke pomoći kod muškaraca također igraju važnu ulogu u odlučivanju na stručnu pomoć. Stigma o traženju psihološke stručne pomoći povezana je sa: (1) stavovima o stručnoj psihološkoj pomoći (Vogel i sur, 2017), (2) slabijoj namjeri zapravo otići i potražiti stručnu psihološku pomoć (Brenner i sur., 2020), te (3) odustajanju nakon prvog susreta (Wade i sur., 2011, prema Lannin i Bible, 2022). Jedan od potencijalnih razloga zašto muškarci imaju stigme o traženju psihološke pomoći jest uvjerenje kako je stručna pomoć za "slabiće" (Vogel i sur., 2006). Addis i Mahalik (2003) nalažu kako potražanja bilo kakvog savjetovanja može biti prijetnja muškarčevom osjećaju maskulinosti. U skladu s ovom spoznajom, Pederson i Vogel (2007) dodaju kako muškarci internaliziraju stav da *muškarci ne trebaju nikakvu pomoć*. Štoviše, sve više istraživanja pronalazi povezanost između sukoba rodnih uloga sa stavovima o traženju stručne psihološke pomoći (Good i Wood, 1995; Robertson i Fitzgerald, 1992, prema Addis i Mahalik, 2003). Primjerice, Robertson i Fitzgerald (1992, Addis i Mahalik, 2003) pronalaze kako uspjeh, moć i natjecanje te restriktivna emocionalnost predviđaju negativnije stavove o traženju psihološke pomoći. Good i Wood (1995) objašnjavaju kako je sukob rodnih uloga povezan s razvijanjem depresivnih simptoma te negativnijim stavovima o stručnoj pomoći. Cusack i suradnici (2006) sugeriraju da muškarci koji doživljavaju sukob rodnih uloga najčešće skrivaju emocionalnu i psihološku uznemirenost zbog tradicionalnih maskulinih normi gdje posezanje za stručnom pomoći kontrira socijalno prihvaćenom kodeksu za muškarce (Davies i sur., 2000). O'Brien i suradnici (2005, prema Yousafu i sur., 2015) argumentiraju kako muškarci koji potiskuju emocije vjeruju se trebaju samostalno suočavati s problemima. Snažni konformizam

tradicionalnim maskulinim normama korelira s odbijanjem stručne psihološke pomoći i negativnijim stavovima prema traženju stručne psihološke pomoći (Levant i sur., 2011, prema Seidler i sur., 2016). Istovremeno, Herron i suradnici (2020) ukazuju kako muškarci iz ruralnih područja proživljavaju znatno višu razinu stresa i depresije te im je veća stopa samoubojstva.

Istraživanja ukazuju da muškarci značajno rjeđe posegnu za stručnom psihološkom pomoći negoli žene neovisno o dobi, nacionalnosti te etničkoj pripadnosti (Addis i Mahalik, 2003). Međutim, to ne znači da se muškarci ne bore s lošim mentalnim zdravljem. Štoviše, stope samoubojstva kod muškarca otprilike su tri puta veće nego kod žena iste dobne skupine (Oliffe i sur., 2011). U kolektivističkim državama, stopa suicida kod muškaraca zna biti četverostruko i peterostruko veća nego što je ona kod žena (Gough i Novikova, 2020). Ovakve brojke ukazuju na važnost otkrivanja doprinosa netraženju psihološke pomoći kod muškaraca. Dosad provedena empirijska istraživanja o mentalnom zdravlju muškaraca postavljaju razna pitanja ne samo akademskoj zajednici, već i psihoterapeutima; *Zašto muškarci imaju poteškoće potražiti pomoć?*, *Kako tradicionalne maskuline norme utječu na potražnju stručne psihološke pomoći? Je li osjećaj srama pokretač odbijanja stručne psihološke pomoći?*, *Kako psiholozi, psihoterapeuti i psihijatri mogu integrirati spoznaje o tradicionalnim maskulinim normama u svoju praksu?*

Cilj, problemi i hipoteze istraživanja

Cilj ovog istraživanja bio je istražiti odnos sukoba rodnih uloga i srama sa stavom o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca.

Problemi

Problem 1: Utvrditi postoji li izravan odnos između sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca nakon kontrole sociodemografskih varijabli.

Problem 2: Utvrditi postoji li neizravan odnos između sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca preko srama.

Problem 3: Utvrditi moderira li mjesto življenja (mjesto u kojem su proveli većinu života) odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca.

Hipoteze

Hipoteza 1: Postoji izravna povezanost sukoba rodnih uloga i potražnje stručne psihološke pomoći kod muškaraca nakon kontrole efekata sociodemografskih varijabli (dobi i veličine

mjesta življenja). Viša razina sukoba rodnih uloga izravno doprinosi negativnijem stavu o traženju stručne psihološke pomoći.

Hipoteza 2: Pretpostavlja se da će sram posredovati u odnosu sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca odnosno, viša razina sukoba rodnih uloga preko više razine srama doprinosi negativnijem stavu o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca.

Hipoteza 3: Pretpostavlja se da veličina mjesta življenja (mjesto u kojem su proveli većinu života) moderira odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca, u smjeru da će muškarci iz manjih mjesta imati jače izražen odnos više razine sukoba rodnih uloga i negativnog stava o traženju stručne psihološke pomoći.

Metoda

Sudionici

U ovom je istraživanju sudjelovalo sveukupno 267 sudionika. Svi su sudionici bili muškog spola. Raspon dobi sudionika je od 18 do 60 godina. Prosječna dob bila je M_{dob}= 26.58 godina, uz standardnu devijaciju SD_{dob}=6.58. Sveukupno je 22,5% sudionika provelo je većinu svoga života živeći u mjestu manjem od 5 000 stanovnika, 11,6% sudionika u mjestu od 5 001-10 000 stanovnika, 7,5 % sudionika u mjestu od 10 001-20 001 stanovnika, 10,1% sudionika u mjestu od 20 001-50 000 stanovnika, te najveći postotak sudionika (29,2 %) u mjestu više od 100 000 stanovnika.

Instrumenti

Upitnik o sociodemografskim podacima konstruiran je u svrhu ispitivanja dobi i veličine mjesta življenja (urbano/ruralno).

Skraćena verzija skale sukoba rodnih uloga (eng. *Gender Role Conflict Scale-Short Form* – GRC-SF; Wester i sur. 2012) mjeri reakcije muškaraca na nekonzistentna i nerealna očekivanja koja su vezana za rodne uloge muškarca. Skala se sastoji od četiri subskale: (1) Restriktivna emocionalnost (eng. *Restricted Emotionality* – RE), (2) Uspjeh, moć i natjecanje (eng. *Success, Power, and Competition* – SPC), (3) Restriktivno afektivno ponašanje među muškarcima (eng. *Restrictive Affectionate Behavior Between Men* – RABBM), (4) Sukob karijere i obiteljskih odnosa (eng. *Conflicts Between Work and Family Relations* – CBWFR).

Subskala RE sastoji se četiri čestice kao što je „*Teško mi je pričati (o svojim osjećajima) tijekom seksualnog odnosa*“. Subskala SPC sastoji se od četiri čestice kao što je „*Pobjeđivanje je mjera moje vrijednosti i osobne važnosti*“. Subskala RABBM sastoji se četiri čestice kao što je „*Teško mi je zagrliti drugog muškarca* “. Subskala CBWFR sastoji se od četiri čestice kao što je „*Teško mi je pronaći vrijeme za odmor*“. Na čestice sve četiri skale odgovara se na skali odgovara Likertovog tipa od šest stupnjeva gdje 1 znači *U potpunosti se ne slažem*, dok 6 znači *U potpunosti se slažem*. Ukupni rezultat upitnika formirao se kao suma odgovora na svim česticama. Viši rezultat ukazuje na višu razinu sukoba rodnih uloga kod muškarca. Za potrebe istraživanja upitnik je preveden dvostruko slijepim prevođenjem. Pouzdanost Skale sukoba rodnih uloga na ovom uzorku iznosi α=.83.

Skala diferencijalnih emocija (DES-IV; Izard, Libero, Putnam i Haynes, 1993) višedimenzionalni je instrument koji mjeri 12 emocija: (1) interes, (2) radost, (3) iznenađenje, (4) tugu, (5) ljutnju, (6) gađenje, (7) prijezir, (8) neprijateljstvo, (9) strah, (10) sram, (11) sramežljivost, (12) neprijateljstvo. Za potrebe ovog istraživanja, korištena je subskala Sram koja se sastoji od tri čestice (primjer čestice: „*Osjećam se kao da ljudi uvijek gledaju u mene kada nešto pođe po krivu*.”) Sudionici su odgovarali na skali odgovora od pet stupnjeva (od 1= nikad do 5= vrlo često). Ukupni rezultat skale formirao se kao suma odgovora na tri čestice. Viši rezultat na skali ukazuje na veći osjećaj srama. Pouzdanost subskale Sram na uzorku ovog istraživanja iznosi α=.84

Inventar stava o traženju stručne psihološke pomoći[1] (eng. *Inventory of Attitudes Toward Seeking Mental Health Services* – IASMHS; Mackenzie i sur., 2004) mjeri stupanj do kojeg je osoba otvorena prepoznavanju psiholoških problema i mogućnosti potražnje profesionalne pomoći. Skala je nastala kao adaptirana verzija Fischerove i Turnerove skale o traženju stručne psihološke pomoći (1970, prema Mackenzie i sur., 2004). Skala se sastoji od 24 čestice (primjer čestice: „*Postoje određeni problemi koji se ne trebaju spominjati van uže obitelji*“). Na čestice odgovara se na skali odgovara Likertovog tipa od četiri stupnja gdje 1 znači *U potpunosti se ne slažem*, dok 4 znači *U potpunosti se slažem*. Ukupni rezultat za skale formirao se kao suma odgovora na svim česticama. Viši rezultat ukazuje na višu razinu negativnijeg stava o traženju stručne psihološke pomoći. Za potrebe istraživanja upitnik je preveden dvostruko slijepim prevođenjem. Pouzdanost skale na ovom uzorku iznosi α=.88.

[1] Prijevod naziva upitnika s izvornog jezika na hrvatski jezik u nazivu diplomskoga rada je *stavovi o potražnji stručne psihološke pomoći*, dok je u ostatku rada korišten prijevod *stavovi o traženju stručne psihološke pomoći*.

Postupak

Istraživanje se provelo online nakon dobivene suglasnosti Etičkog povjerenstva Filozofskog fakulteta u Osijeku. Poveznica istraživanja dijelila se putem društvenih mreža (Facebook i Instagram) kako bi se prikupili sudionici. Odlaskom na poveznicu za online istraživanje, sudionici su se prvotno upoznali s uputom gdje su sudionici informirani o cilju i svrsi istraživanja te time da je njihovo sudjelovanje u potpunosti anonimno te dobrovoljno (u slučaju da se odluče sudjelovati). Osim toga, uputa je naglašavala kako sudionici mogu odustati u bilo kojem trenutku od istraživanja bez ikakvih posljedica. Ujedno je i navedeno je kako će se dobiveni podaci koristiti isključivo u istraživačke svrhe, te da će podaci biti grupno interpretirani. Nakon pročitane upute i prava sudionika, oni sudionici koji su se složili s navedenim, pristali su na sudjelovanje u istraživanju te započeli rješavanje upitnika. Redoslijed odgovaranja na upitnike bio je sljedeći: (1) Upitnik o sociodemografskim podacima, (2) Skala diferencijalnih emocija, (3) Inventar stava o traženju stručne psihološke pomoći, (4) Skraćena verzija skale rodnih sukoba. Ovaj redoslijed bio je važan kako bi se izbjeglo da stav o sukobu rodnih uloga utječe na odgovore skale srama ili skale o traženju stručne psihološke pomoći. Ispunjavanje upitnika trajalo je desetak minuta. Rezultati istraživanja obrađivani su u programu IBM SPSS Statistics verzije 26.0.

Rezultati

Prvotno je provjeren normalitet distribucija, te indeks asimetričnosti i indeks spljoštenosti pomoću Kolmogorov-Smirnovljevog testa. Navedena analiza ukazuje na kako Skala sukob rodnih uloga te Inventar stava o traženju stručne psihološke pomoći imaju normalnu distribuciju. No, skala Srama statistički značajno odstupa od normalne distribucije ($p<.05$). To nije rijedak slučaj u istraživanjima, te autori smatraju kako je ipak Kolmogorov-Smirnovljev test prestrogi kriterij za mjeru normaliteta distribucije, a mala odstupanja dolaze prilikom korištenja velikih uzoraka Field (2024). Stoga je sljedeći korak bio provjeriti indekse asimetričnosti i spljoštenosti za utvrđivanje odstupanja. Distribucije s ekstremnim odstupanjem trebaju imati koeficijent spljoštenosti u rangu od +/-10, te koeficijent asimetričnosti u rangu od +/-3 (Kline, 2005). Skala Srama je ispunila ovaj kriterij što je prikazano u Tablici 1. Time, opravdana je daljnja statistička analiza korelacije na prikupljenim podacima.

Tablica 1

Normalitet distribucija i deskriptivna statistika ispitivanih varijabli (N=267)

	N	*M*	*SD*	T_{min}-T_{max}	O_{min}	O_{max}	K-S	S	K
Sukob rodnih uloga	267	48.71	12.48	16-96	16	93	0.05	0.38	0.56
Sram	267	7.59	2.96	3-15	3	15	0.14**	0.55	-0.39
Stav o traženju stručne psihološke pomoći	267	51.67	12.064	24-96	27	94	0.05	0.39	0.138

Napomena. K-S – Kolmogorov-Smirnovljev test; S – indeks asimetričnosti, K – indeks spljoštenosti, O_{min} - opažani minimum, O_{max} - opaženi maksimum, T_{min} - teorijski minimum, T_{max} - teorijski maksimum, *$p < .05$; ** $p < .01$.

Sljedeće su utvrđeni deskriptivni podaci za korištene varijable (Tablica 1): (1) Skalu sukoba rodnih uloga, (2) Subskalu srama, (3) Inventar stava o traženju stručne psihološke pomoći. Vidljivo je kako sudionici procjenjuju osrednju razinu sukoba rodnih uloga, srama te blago negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći. Teorijski minimalni i maksimalni rezultati gotovo su postignuti na svim skalama što ukazuje na varijaciju u doživljavanju sukoba rodnih uloga, srama te stavova o traženju stručne psihološke pomoći. Drugim riječima, u uzorku su prisutni pojedinci koji ostvaraju izrazito visoke razine sukoba rodnih uloga, povišene razine osjećaja srama te vrlo negativne stavove o traženju stručne psihološke pomoći, drugi ostvaruju niske razine sukoba rodnih uloga, osjećaja srama te pozitivnije stavove o traženju psihološke pomoći.

Kako bi se provjerile jesu li povezanosti između mjerenih varijabli statistički značajne izračunati su koeficijenti korelacije koji su prikazani u Tablici 2.

Tablica 2

Rezultati korelacijske analize između ispitivanih varijabli (N=267)

Varijabla	1.	2.	3.	4.	5.
N	267	267	267	267	267
1. Dob	-	.10	-.10	-.20**	-.27**
2. Veličina mjesta življenja		-	-.10	-.14*	-.03
3. Sukob rodnih uloga			-	.41**	.51**
4. Sram				-	.32**
5. Stav o traženju stručne psihološke pomoći					-

Napomena. *p<.05; **p<.01

Koeficijenti korelacije interpretirani su na temelju preporučenih graničnih vrijednosti gdje vrijednosti +/-.1 predstavljaju malu, +/-.3 srednju, dok +/-.5 veliku veličinu učinka (Field, 2024). Ako se promatra povezanost sociodemografskih varijabli s ispitivanim varijablama, dob ima statistički značajnu korelaciju s osjećajem srama i stavom o traženju stručne psihološke pomoći. Stariji muškarci manje doživljavaju sram te imaju pozitivnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći. Nadalje, veličina mjesta življenja negativno je povezana s osjećajem srama. Muškarci koji su većinu svoga vremena proveli u manjem ili ruralnom mjestu više doživljavaju sram.

Sukob rodnih uloga je umjereno pozitivno povezan s osjećajem srama, dok je visoko pozitivno povezan sa stavom o traženju stručne psihološke pomoći. Muškarci koji imaju višu razinu sukoba rodnih uloga, bit će više posramljeni te će imati negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći. Sram je umjereno pozitivno povezan sa stavom o traženju stručne psihološke pomoći. Muškarci koji imaju višu razinu srama, imaju i negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći.

Kako bi se provjerila prva istraživačka hipoteza, provela se hijerarhijska regresijska analiza. Pri proučavanju interkorelacija utvrđeno je kako korelacija između veličine mjesta življenja sa sukobom rodnih uloga te stavovima o traženju stručne psihološke nije statistički značajna, dok je dob korelirala sa stavom o traženju stručne psihološke statistički te je stoga samo varijabla dobi uključena u analizu. Nakon toga, provjeren je i kriterij multikolinearnosti. Koeficijenti tolerancije između prediktora dobi i sukoba rodnih uloga veće su od .1, a faktori zasićenja varijance nisu veći od 10, čime je utvrđeno da među prediktorima korelacija nije previsoka (Field, 2024). Rezultati hijerarhijske regresijske analize moguće je vidjeti u Tablici 4.

Tablica 4

Rezultati hijerarhijske regresijske analize za ispitivanje doprinosa sukoba rodnih uloga objašnjenju stava o traženju stručne psihološke pomoći (N=267).

Kriterij: Stav o traženju psihološke pomoći					
Koraci	Prediktori	R^2	ΔR^2	β	F
I	Dob	.07	.07	-.27**	20.90**
II	Dob	.31	.24	-.22**	59.22**
	Sukob rodnih uloga			.49**	

Napomena. ** $p < .01$

Rezultati pokazuju kako je model u prvom koraku hijerarhijske analize statistički značajan te dob objašnjava 7.3% varijance kriterija. U drugom koraku uveden je i prediktor sukoba rodnih uloga. Drugi je model (dob i sukob rodnih uloga) također statistički značajan te objašnjava dodatnih 23.7% varijance kriterijske varijable stavova o traženju stručne psihološke pomoći. Promatrajući odnose između nezavisnih varijabli i kriterija može se vidjeti kako stariji sudionici imaju pozitivnije stavove prema traženju stručne psihološke pomoći, dok sukob rodnih uloga pridonosi negativnijim stavovima o traženju stručne psihološke pomoći. Obzirom da viša razina sukoba rodnih uloga doprinosi negativnijem stavu o traženju psihološke stručne pomoći prva istraživačka hipoteza u potpunosti je prihvaćena.

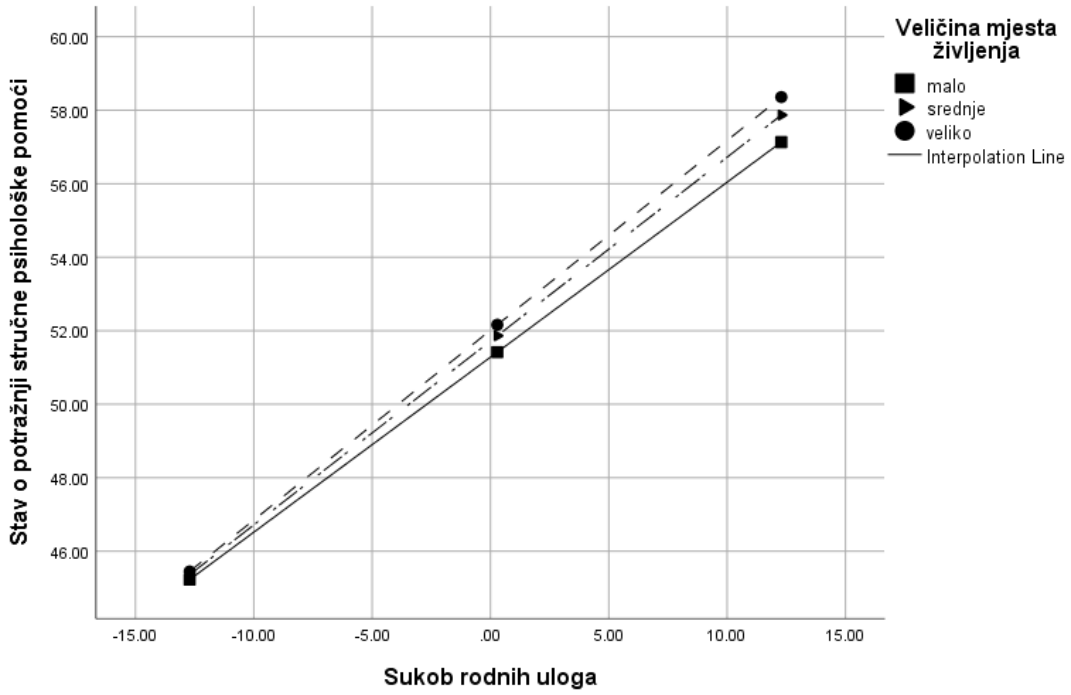
Kako bi se potvrdila ili opovrgnula druga hipoteza, prema kojoj se pretpostavlja da će sram kod muškaraca posredovati u odnosu sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći potrebno je provesti medijacijsku analizu. Za te potrebe korišten je SPSS-ov dodatak *Process Macro* verzije 4.2. (Hayes, 2017). Provjera medijacije provedena je uz interval pouzdanosti od 95%. Prilikom korištenja navedenog programa statistička značajnost posredujućeg učinka na kontroliranu varijablu očitava se ukoliko dvije *bootstrap* vrijednosti ne zahvaćaju nulu.

Rezultati *Process Macro* modela 4, prikazuju kako je učinak sukoba rodnih uloga na stavove značajan (B=.44, p<.01), kao i učinak srama na stavove (B=.54, p<.05). Neizravni učinak srama na odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći iznosi $e_{(a \times b)}$ =.0538 te je statistički značajan [.0039, .1095], a veličina učinka je mala (Preacher i Kelley, 2011). Također, potrebno je iščitati i izravni učinak prediktora na kontrolnu varijablu koji iznosi $e_{(c')}$ =.44 te je statistički značajan (p<.01). Drugim riječima, iako se nakon uvođenja medijatora prediktorski učinak smanjuje, on je i dalje značajan što upućuje djelomičnu medijaciju srama na odnos sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći. Muškarci koji imaju višu razinu sukoba rodnih uloga, preko više razine doživljenog srama, imat će negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći.

Kako bi se provjerila treća istraživačka hipoteza, potrebno je provesti moderatorsku analizu. Za ovu analizu korišten je SPSS-ov dodatak *Process Macro* verzije 4.2 opcija *Model 1* (Hayes, 2017). Provedena analiza ukazuje da model sukoba rodnih uloga, veličine mjesta življenja te interakcija sukoba rodnih uloga i veličine mjesta življenja objašnjava 26.28% varijance stava o traženju stručne psihološke pomoći (p<.01). Međutim, učinak moderatorske varijable nije značajan (β = .008, p>.05). Vizualna ilustracija rezultata nalazi se na Slici 1.

Slika 1

Moderatorski efekt veličine mjesta življenja na odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći (N=267).



Kao što se može vidjeti veličina mjesta življenja (mjesto u kojem su proveli većinu života) ne moderira odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Zaključno, treća istraživačka hipoteza nije potvrđena.

Rasprava

Cilj ovog istraživanja bio je istražiti odnos sukoba rodnih uloga i srama sa stavom o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Prvi problem bio je utvrditi postoji li izravan odnos između sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći nakon kontrole sociodemografskih karakteristika. Drugi problem bio je utvrditi postoji li neizravan odnos između sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca preko srama. Treći problem bio je utvrditi moderira li mješto življenja (mjesto u kojem su proveli većinu života) odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca.

Prva je hipoteza glasila da će postojati izravna povezanost sukoba rodnih uloga i potražnje stručne psihološke pomoći kod muškaraca nakon kontrole efekata sociodemografskih varijabli, odnosno dobi i veličine mjesta življenja. Drugim riječima, viša razina sukoba rodnih uloga izravno će doprinositi negativnijem stavu o traženju stručne psihološke pomoći. Statistička obrada podataka pokazala je da viša razina sukoba rodnih uloga izravno doprinosi negativnijem stavu o traženju stručne psiholološke pomoći. Stoga je prva hipoteza u potpunosti prihvaćena što je u skladu s dosadašnjim spoznajama.

Sukladno s provedenim istraživanjem, sukob rodnih uloga te konformizam tradicionalne maskulinosti predviđaju negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći te potencijalno odbijanje istog (Seidler i sur., 2016, Cole i Ingram, 2020). Sukob rodnih uloga uključuje emocionalnu restriktivnost koja je također jedna od snažnih prediktora namjere potražnje stručne psihološke pomoći (McDermott i sur., 2018), te muškarci koji suzbijaju svoje emocije percipiraju stručnu psihološku pomoć beskorisnom (Cusack i sur., 2016).

Važna spoznaja kako sukob rodnih uloga i rigidna maskulina ideologija o tome kako se muškarac treba ponašati i osjećati značajnu utječe na mentalno zdravlje muškaraca, pa i samu potražnju stručne psihološke pomoći. Dosadašnje spoznaje sugeriraju kako su muškarčeva uvjerenja o idealnom tradicionalnom muškarcu povezana sa strahom od stručne psihološke pomoći, nevoljkosti pri traženju pomoći, psihološkim obrambenim mehanizmima te lošom percepcijom terapeuta (O'Neil, 2008). Mnogim muškarcima, odlazak k terapeutu te priznavanje vlastitih problema i nedaća predstavlja na neki način gubitak moći što daljnje predstavlja opasnost vlastitoj slici maskulinog i snažnog muškarca. Istraživanje Rickwooda i suradnika (2005, prema Lynch i sur., 2016) sugerira kako muškarci osjećaju nelagodu, sramotu, strah od neprihvaćanja te sram pri traženju stručne psihološke pomoći. Štoviše, rana

socijalizacija dječaka o tzv. *macho* idealima negativno utječe na potražnju stručne psihološke pomoći (Rickwood i sur.., 2007, prema Lynch i sur., 2016).

Lynch i suradnici (2016) u svojim fokus grupama saznaju kako muškarci nevoljko traže pomoć zbog negativne reakcije njihove okoline te percepcije sebe kao slabog. Muškarci koji su sudjelovali u tom istraživanju izvješćuju kako ih je najviše strah dijagnoze koju mogu čuti od stručnjaka te se boje nepromjenjivosti toga "stanja" koje može zauvijek promijeniti njihov život. S druge strane, puno je njih izvjestilo kako ne zna prepoznati svoje emocionalno stanje. Tudiver i Talbot (1999), na temelju razgovora s liječnicima u svojim fokus grupama zaključili su kako muškarci odbijaju stručnu pomoć jer vjeruju da svoje probleme mogu i sami riješiti. Sukladno time, Bosson i Vandello (2011, prema Mahalik i Di Bianca, 2021) postavljaju model u kojemu odbijanje stručne psihološke pomoći zapravo potvrđuje status pravog muškarca jer to znači da je osoba dovoljno sposobna riješiti problem sama.

Addis i Mahalik (2003) smatraju da su muškarci pod utjecajem normativnih maskulinih ideala i normi. Maskuline norme su zapravo načini na koje većina muškaraca postupa. Kulture u kojima se njeguje slike da muškarac mora potiskivati svoje emocije te da je depresija "ženska bolest", muškarci percipiraju kako doživljavanje depresije kod muškaraca nije učestalo. Dumančić i Krolo (2016) također ilustriraju poslijeratnu situaciju na balkanskim područijima i izraženu prisutnost ideala muškarca koji je snažan, stoičan i samopouzdan. Norme prema kojima muškarci moraju biti snažni i nezavisni (Pleck i Brannon, 1978) sugeriraju kako muškarci ne smiju imati probleme. Primjerice, kada muškarci percipiraju popularne muške figure kao bogate, sretne, zdrave i samopouzdane, to njeguje percepciju da biti financijski zavisan, osjećati se depresivno ili fizički slabo nije normalno. Hrnjakova (2018) analiza suvremene hrvatske lingvistike također nalaže da je kod muškarca poželjan visok status i aktivno sudjelovanje u društvu.

Mahalik i Dagirmanjian (2019, prema Mahalik i Di Bianca, 2021) objašnjavaju kako socijalizacija ne potiče samo od kulturalnih normi, već i muških modela koji su prisutni u obiteljima kao što su očevi i djedovi. Ako očevi i djedovi nisu pokazivali emocije te su strogo odbijali pomoć od drugih, moguće je da dječaci još u ranoj dobi internaliziraju kako pokazivanje emocije u muškaraca nije učestalo te traženje pomoći nije opcija. Addis i Hoffman nadodaju (2017, prema Mahalik i Di Bianca, 2021) da socializacija muškaraca uključuje biti samopouzdan i kontrolirati svoje emocije što je samo po sebi kontrira prihvaćanje vlastite slabosti i traženju pomoći.

Druga je hipoteza glasila da će sram posredovati u odnosu sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Odnosno, viša razina sukoba rodnih uloga, preko više razine osjećaja srama, će doprinositi negativnijem stavu o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Rezultati ukazuju da sram ima djelomični posredujući učinak u odnosu sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca., Uzimajući u obzir dobivene rezultate treba imati na umu da postoje i drugi faktori koji posreduju u tom odnosu. Pollack (1992) objašnjava kako dječakovo odvajanje od majke te neprisutnost oca u odgoju mogu utjecati na sukob rodnih uloga. Također, privrženost prema roditeljima može posredovati u odnosu sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći. Izbjegavajući stil privrženosti povezan je s višom razinom sukoba rodnih uloga (Cachia, 2001). Muškarci koji imaju izbjegavajući stil privrženosti često su odgajani vjerovati kako je doživljavanje i pokazivanje emocija neprihvatljivo (Cachia, 2001). James (2005) dodaje odnos terapeut-klijent uključuje pokazivanje vlastite ranjivosti, a muškarci koji imaju izbjegavajući stil privrženosti će najvjerojatnije izbjegavati ostvarivanje terapeutskog odnosa koji je ključan za uspješnost samog procesa psihoterapije.

Utjecaj na neodlazak terapeutu uključuje strah i osjećaj srama (Cheong i sur., 2020, prema Mursa i Halcomb, 2022). Moguće objašnjenje tome jest što muškarci vjerojatno pristupaju osjećajima nježnosti i ranjivosti s velikim oprezom, uvelike zbog toga što maskuline norme zabranjuju taj spektar emocionalnosti (Kuebli i Fivush, 1992, prema Jakupcak i sur., 2005). Takav identitet dolazi s ekstremnim stoicizmom koji posljedično može uzrokovati visoku razinu srama (Jakupcak i sur., 2005) u odluci traženja psihološke pomoći.

Lewis (1992, prema Eftim i sur., 2001) sugerira kako muškarci doživljavaju sram pri neuspjehu izvršavanja nekog zadatka. Pleck (1995, prema Eftim i sur., 2001) također dodaje da sram muškarci osjećaju kada ne uspijevaju živjeti prema socijalno određenim smjernicama tradicionalnog maskulinog muškarca. Prema Morrisonovoj teoriji srama (2014), osjećaj srama se javlja nakon bilo kakvog neuspjeha. Sva ponašanja koja odstupaju od maskulinih normi, muškarci smatraju osobnim neuspjehom. Primjerice, ako muškarac koji se smatra "pravim muškarcem" prima manju plaću od žene, on doživljava osobni neuspjeh te se posljedično javlja osjećaj srama. Efthim i suradnici (2001) dodaju kako muškarci koji doživljavaju visoke razine srama zbog percepcije neuspjeha imaju jače obrambene mehanizme. Njihovo istraživanje pokazuje da studenti koji se osjećaju intelektualno inferiornijima, što predstavlja neuspjeh, doživljavaju više razine srama, a to može objasniti nevoljkost traženja psihološke pomoći. Konzistentno s Krugmanovim (1995) istraživanjem, negativniji stavovi o traženju stručne

psihološke pomoći te nevoljkost mogu biti obrambeni mehanizmi pomoću kojih se osoba nosi s osjećajem srama.

Jagdeo i suradnici (2009) sugeriraju kako je osjećaj srama prepreka traženju stručne psihološke pomoći. Rüsch i suradnici (2013) također pronalaze da je osjećaj srama nezavisni prediktor negativnijih stavova o stručnoj psihološkoj pomoći. Psihoanalitačar Segalla (1995) objašnjava kako hipermaskulinost potiskuje infantilne doživljaje srama koji su nastali zbog ovisnosti, ranjivosti te straha od napuštanja. Psihoanalitička objašnjenja se preklapaju s Morrisonovom teorijom (1989) prema kojoj sram nastaje kada postoji diskrepancija između ega i super ega. Kao što je vidljivo iz prethodnih istraživanja, važnost srama je prepoznata u akademskoj zajednici te ovo istraživanje objedinjuje dosadašnje spoznaje o sukobu rodnih uloga i stavovima o stručnoj psihološkoj pomoći. Kako je posredujući učinak srama djelomičan, važno je promotriti i učinke drugih medijatora (O'Neil, 2008).

Treća hipoteza glasila je da će veličina mjesta življenja (mjesto u kojem su proveli većinu života) moderirati odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca, u smjeru da će muškarci iz manjih mjesta imati jače izražen odnos više razine sukoba rodnih uloga i negativnog stava o traženju stručne psihološke pomoći. Nakon provedene analize treća hipoteza je odbačena. U proteklih deset godina akademska zajednica daje sve više značaja mentalnom zdravlju u ruralnim krajevima s pretpostavkom da se u ruralnim krajevima prakticira tradicionalan odgoj dječaka koji zahtjeva fizičku snagu i dominaciju nad ženama (Roy i sur., 2017, prema Ahmadu i sur., 2021). Jones i suradnici (2011) argumentiraju kako muškarci iz ruralnih mjesta doživljavaju mentalne poteškoće kao mrlju u pojedinčevu životu te manje vjerojatnije traže pomoć. No, zabrinjavajuća je statistika da je jedno od zanimanja koje ima najvišu stopu samoubojstva agrikultura (Garnham i Bryant, 2014, Roy i sur., 2014, prema Herron i sur., 2020). U skladu s ovim istraživanjima, pretpostavljalo se da će muškarci koji su odrasli u ruralnim dijelovima imati izraženije maskuline vrijednosti te negativniji stav pri traženju pomoći. No, to se nije dobilo ovim istraživanjem. Dva su potencijalna razloga koja bi mogla objasniti nedobivanje moderatorskog učinka veličine mjesta življenja na odnos sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći, a to su: (1) nezahvaćanje očekivane populacije i (2) utjecaj društvenih mreža.

Nezahvaćanje očekivane populacije potencijalno je utjecalo na odbacivanje treće hipoteze. Iako je velik broj sudionika proveo dio svog života u manjim mjestima, to ne znači da su ta mjesta ruralna i izolirana. Sociodemografski upitnici nisu obuhvatili koliko je mjesto

života sudionika povezano s nekom većom općinom ili gradom te koliko su sudionici izloženi utjecajima urbanizacije. Stoga se pretpostavlja da muškarci koji imaju visoko izražen sukob rodnih uloga, žive izolirano u manjim mjestima te odbijaju potražnju stručne psihološke pomoći nisu uopće obuhvaćeni u uzorku ovoga istraživanja.

Psihološke teorijske postavke uzimaju u obzir da ruralna područja imaju ograničene resurse, te se tu lako može izostaviti utjecaj društvenih mreža. Parks i suradnici (2021) navode kako društvene mreže poput Youtubea i Instagrama predstavljaju platforme, ne samo za zabavu, već i za socijalizaciju vrijednosti. Štoviše, svojim istraživanjem, Perez i suradnici (2018) argumentiraju kako adolescenti koriste YouTube kao alat za vizualiziranje vlastitog identiteta. Stoga, sadržaj društvenih mreža može utjecati na proces socijalizacije i ostvarivanja identiteta, što može potencijalno umanjiti učinak veličine mjesta življenja na sukob rodnih uloga te stavove o traženju psihološke pomoći.

Doprinosi, ograničenja i implikacije istraživanja

Većina dosadašnjih istraživanja proučava jednostavne odnose između ovih konstrukata, te istraživači poput Vogela i suradnika (2011), Levanta i suradnika (2013) te Mahalika i Di Biance (2021) na preporuke O'Neils (2008) uvode medijatorske i moderatorske učinke u proučavanju sukoba rodnih uloga. Dosadašnje spoznaje sugeriraju da samo-stigma djelomično posreduje odnos između toksičnih maskulinih normi i traženju stručne psihološke pomoći (Mahalik i Di Bianca, 2021) te ovo istraživanje uključuje i druge posredujuće učinke. Posebnost ovog istraživanja leži u istraživanju kompleksnijih odnosa doprinosa osjećaja srama te sociodemografskih čimbenika koji dosada nisu toliko istraživani. Spoznaja da sram igra posredujuću ulogu između sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći može služiti kao smjernica terapeutima na koji način približiti psihološke usluge svojim korisnicima. Wisch i suradnici (1995) svojim istraživanjem argumentiraju kako muškarci imaju negativnije stavove prema stručnoj psihološkoj pomoći kada se tijekom terapije pretjerano naglašavaju osjećaji koji prema sukobu rodnih uloga nisu prihvatljivi za jednog muškarca. Istraživanje Sloana i suradnika (2010, prema Mursa i Halcomb, 2022) pokazalo je da su neki od motivatora muškarcima za traženje stručne i zdravstvene pomoći održavanje fizičkog izgleda te zdravog seksualnog života. Ovakve spoznaje mogu usmjeriti pružatelje stručne pomoći kako promovirati traženje pomoći među muškarcima. Osjećaj srama najčešće dolazi s osobnim neuspjehom, a osjećaj neuspjeha može proizaći iz percepcije da su emocije

koje proživljavaju neuobičajene, stoga neprihvatljive (Addis i Mahalik, 2003). Muškarci će vjerojatnije doživjeti sram i ne potražiti pomoć ako percipiraju da to nije normalno za jednog muškarca. Normaliziranje mentalnog zdravlja pomoću kampanja, psiho-edukacije i radionica koje se usmjeravaju na mentalno zdravlje muškaraca daje priliku muškarcima da uvide kako i drugi muškarci imaju probleme.

S druge strane, postoje i ograničenja ovog istraživanja. Prvotno, sukob rodnih uloga, osjećaj srama te stavovi o traženju psihološke pomoći zahtijevaju određenu ranjivost te se očekuje potpuna iskrenost pri odgovaranju na čestice upitnika. Moguće je da su neki sudionici davali socijalno poželjne odgovore. Iako se sve više i više istraživanja bave konstruktima srama i krivnje, Lear i suradnici (2022) ukazuju na metodološke poteškoće pri ispitivanju osjećaja srama i krivnje. Prema Fergusonu i suradnicima (2000), sram predstavlja višedimenzionalni i kulturno uvjetovani fenomen što otežava preciznu operacionalizaciju konstrukta. Iako je u ovom istraživanju korišten vrlo poznat upitnik za ispitivanje diferencijalnih emocija, korištene su samo one čestice koje ispitivaju osjećaja srama što nije preporučeno za složene konstrukte kao što je osjećaj srama (DeVellis i Thorpe, 2021). Drugo, iz prikupljenih podataka nije moguće uvidjeti je li sudionici zaista dolaze iz izoliranih i ruralnih dijelova. Sociodemografski upitnik nije obuhvatio podatke kao što su socioekonomski status, razina obrazovanja te urbanizacija mjesta u kojem su sudionici proveli većinu života. Autor upitnika sukoba rodnih uloga, O'Neil (2008) ukazuje kako su to sve faktori koji utječu na izraženost sukoba rodnih uloga, te nedostatak tih podataka ograničava interpretaciju rezultata. Treći metodološki izazov jest neravnomjerna distribucija sudionika prema dobnim skupinama. U ovom istraživanju, većina je sudionika u rasponu dobi od 20 do 30 godina. Muškarci u dobnom rasponu od 30 do 60 godina su značajno manje zastupljeni što smanjuje generalizaciju rezultata na starije muškarce. To također utječe na statističku snagu pri usporedbi dobnih skupina, kao i na pristranost prema mlađoj populaciji jer dobiveni rezultati odražavaju samoprocjene i stavove muškaraca rane odrasle dobi. Četvrti metodološki izazov uključuje način prikupljanja sudionika. Poziv za online istraživanje objavljen je na društvenim mrežama, te poslan na email liste sveučilišnih studija i raznih hobi grupa. Postoji vjerojatnost da sudionici koji imaju visoko izražen sukob rodnih uloga te negativne stavove o traženju stručne psihološke pomoći nisu zahvaćeni u uzorku što dodatno otežava generalizaciju dobivenih rezultata.

Buduća bi istraživanja trebala nadomjestiti nedostatke ovog istraživanja. Prvotno, preporučuje se provedba fokus grupa prije samog istraživanja kako bi istraživači obuhvatili sve moguće medijacijske i moderatorske učinke u odnosu sukoba rodnih uloga i stavova o traženju

stručne psihološke pomoći poput privrženosti, odsutnosti oca i/ili majke u odgoju, socijalne podrške, te društvenih mreža. Drugo, sociodemografski upitnik treba obuhvatiti podatke socioekonomskog statusa, razine obrazovanja te stupnja ruralnosti mjesta življenja. Treće, preporučuje se ciljano prikupljanje sudionika iz svih dobnih skupina zbog postizanja ravnomjernije distribucije sudionika prema dobnim skupinama. Četvrto, preporučuje se obuhvatiti muškarce koji dolaze iz izoliranih ruralnih područja.

Zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je istražiti odnos sukoba rodnih uloga i osjećaja srama sa stavom o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Prva hipoteza koja je pretpostavljala da postoji izravna povezanost sukoba rodnih uloga i potražnje stručne psihološke pomoći kod muškaraca nakon kontrole efekata sociodemografskih varijabli je u potpunosti prihvaćena. To znači da viša razina sukoba rodnih uloga predviđa negativnije stavove o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca. Druga hipoteza koja je pretpostavljala se da će sram posredovati u odnosu sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca je djelomično potvrđena. Štoviše, sram utječe na odnos sukoba rodnih uloga te stavova o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca, no potrebno je ispitati i mogućnost uključenosti drugih medijatora poput stilova privrženosti (Cacia, 2001) te prisustva očeva u odgoju (Pollack, 1992). I zadnje, treća hipoteza koja je pretpostavljala da veličina mjesta življenja (mjesto u kojem su proveli većinu života) moderira odnos sukoba rodnih uloga i stava o traženju stručne psihološke pomoći kod muškaraca nije potvrđena. Moguća objašnjenja leže u pretpostavci da društvene mreže mogu pridonijeti socijalizaciji (Parks i sur., 2021). Zaključno, ovo istraživanje ukazuje na dinamiku odnosa sukoba rodnih uloga i stavova o traženju stručne psihološke pomoći te kako sram ima posredujuću ulogu.

Literatura

Addis, M. E. i Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist, 58*(1), 5–14. doi:10.1037/0003-066x.58.1.5

Ahmadu, M., Herron, R. V., Allan, J. A. i Waddell, C. M. (2021). Identifying places that foster mental health and well-being among rural men. *Health &Place, 71*, 102673. doi.org/10.1016/j.healthplace.2021.102673

Angst, J. i Dobler-Mikola, A. (1984). The definition of depression. *Journal of psychiatric research*, *18*(4), 401-406.

Astbury, J. (1999). *Gender and mental health*. Cambridge, MA: Harvard Center for Population and Development Studies.

Bland, R. C., Newman, S. C. i Orn, H. (1988). Period prevalence of psychiatric disorders in Edmonton. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *77*(338), 33-42.

Boerma, T., Hosseinpoor, A. R., Verdes, E., i Chatterji, S. (2016). A global assessment of the gender gap in self-reported health with survey data from 59 countries. *BMC Public Health, 16*(1), 1-9. doi:10.1186/s12889-016-3352-y

Boyd, A., Van de Velde, S., Vilagut, G., De Graaf, R., Florescu, S., Alonso, J. i EU-WMH Investigators. (2015). Gender differences in mental disorders and suicidality in Europe: results from a large cross-sectional population-based study. *Journal of affective disorders*, *173*, 245-254.

Brás, M., Cunha, A. M., Carmo, C. i Nunes, C. (2022). Inventory of attitudes toward seeking mental health services: Psychometric Properties Among Adolescents. *Social Sciences*, *11*(7), 284. doi.org/10.3390/socsci11070284

Brenner, R. E., Cornish, M. A., Heath, P. J., Lannin, D. G. i Losby, M. M. (2020). Seeking help despite the stigma: Experiential avoidance as a moderated mediator. *Journal of Counseling Psychology, 67*(1), 132–140. doi.org/10.1037/cou0000365

Brownhill, S., Wilhelm, K., Barclay, L. i Schmied, V. (2005). 'Big build': hidden depression in men. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, *39*(10), 921-931. doi.org/10.1080/j.1440-1614.2005.01665.x

Cachia, P. (2001). *The interplay of gender role conflict and adult attachment.* Unpublished master's thesis, University of Malta.

Cochran, S. V. i Rabinowitz, F. E. (1999). *Men and depression: Clinical and empirical perspectives*. Elsevier.

Cole, B. P. i Ingram, P. B. (2020). Where do I turn for help? Gender role conflict, self-stigma, and college men's help-seeking for depression. *Psychology of Men & Masculinities. 21*(3), 441–452. doi.org/10 .1037/men0000245

Collaborators, G. B. D. (2018). Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 354 diseases and injuries for 195 countries and territories, 1990-2017: a

systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Global Health Metrics, 392,* 1789-1858.

Cusack, J., Deane, J. P., Wilson, C. J. i Ciarrochi, J. (2006). Emotional expression, perceptions of therapy, and help-seeking intentions in men attending therapy services. *Psychology of Men & Masculinity, 7*(2), 69-82. doi.org/10.1037/1524-9220.7.2.69

Davies, J., McCrae, B. P., Frank, J., Dochnahl, A., Pickering, T., Harrison, B., Zakrzewski, M. i Wilson, K. (2000). Identifying male college students' perceived health needs, barriers to seeking help, and recommendations to help men adopt healthier lifestyles. *Journal of American College Health, 48*(6), 259-267. doi.org/10.1080/07448480009596267

De Keersmaecker S. i Dejond C. (2023). Large majority of Europeans consider mental health promotion as important as physical health promotion. *Eurobarmeter on mental health*. Brussels. https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_23_4782

DeVellis, R. F. i Thorpe, C. T. (2021). *Scale development: Theory and applications*. Sage publications.

Dumančić, M. i Krolo, K. (2016). Dehexing Postwar West Balkan Masculinities. *Men and Masculinities, 20*(2), 154–180. doi.org/10.1177/1097184x15625314

Efthim, P. W., Kenny, M. E. i Mahalik, J. R. (2001). Gender role stress in relation to shame, guilt, and externalization. *Journal of Counseling & Development*, *79*(4), 430-438. doi.org/10.1002/j.1556-6676.2001.tb01990.x

Eisenberg, D., Speer, N. i Hunt, J. B. (2012). Attitudes and beliefs about treatment among college students with untreated mental health problems. *Psychiatric Services, 63*(7), 711–713. https://doi.org/10.1176/appi.ps.201100250

Eisler, R. M. (1995). The relationship between masculine gender role stress and men's health risk: The validation of a construct.

Ferguson, T. J., Eyre, H. L. i Ashbaker, M. (2000). Unwanted identities: A key variable in shame–anger links and gender differences in shame. *Sex Roles*, *42*, 133-157. doi.org/10.1023/a:1007061505251

Field, A. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage publications limited.

Galdas, P. M., Cheater, F. i Marshall, P. (2005). Men and health help-seeking behaviour: literature review. *Journal of advanced nursing*, *49*(6), 616-623. doi.org/10.1111/j.1365-2648.2004.03331.x

Good, G. E. i Wood, P. K. (1995). Male gender role conflict, depression, and help seeking: Do college men face double jeopardy? *Journal of Counseling and Development, 74*(1), 70-75 doi.org/10.1002/j.1556-6676.1995.tb01825.x

Gough, B. i Novikova, I. (2020). *Mental health, men and culture: how do sociocultural constructions of masculinities relate to men's mental health help-seeking behaviour in the WHO European Region?*. WHO Regional Office for Europe.

Grossman, M. i Wood, W. (1993). Sex differences in intensity of emotional experience: a social role interpretation. *Journal of personality and social psychology*, *65*(5), 1010-1022. doi.org/10.1037//0022-3514.65.5.1010

Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford publications.

Heesacker, M., Wester, S. R., Vogel, D. L., Wentzel, J. T., Mejia-Millan, C. M. i Goodholm Jr, C. R. (1999). Gender-based emotional stereotyping. *Journal of Counseling Psychology*, *46*(4), 483-495. doi.org/10.1037//0022-0167.46.4.483

Herron, R. V., Ahmadu, M., Allan, J. A., Waddell, C. M. i Roger, K. (2020). "Talk about it:" changing masculinities and mental health in rural places?. *Social Science & Medicine*, *258*, 113099. doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113099

Honkalampi, K., Hintikka, J., Tanskanen, A., Lehtonen, J. i Viinamäki, H. (2000). Depression is strongly associated with alexithymia in the general population. *Journal of psychosomatic research*, *48*(1), 99-104. doi.org/10.1016/s0022-3999(99)00083-5

Hrnjak, A. (2018). Pogled na hrvatsku i rusku frazeologiju kroz prizmu roda. *Suvremena lingvistika*, *44*(86), 243-259. doi.org/10.22210/suvlin.2018.086.10

Husaini, B. A., Moore, S. T. i Cain, V. A. (1994). Psychiatric symptoms and help-seeing behavior among the elderly: An analysis of racial and gender differences. *Journal of Gerontological Social Work, 21*(3-4), 177– 193. doi.org/10.1300/j083v21n03_12

Izard, C. E., Libero, D. Z., Putnam, P. i Haynes, O. M. (1993). Differential Emotions Scale--IV [dataset]. In PsycTESTS Dataset. American Psychological Association (APA). https://doi.org/10.1037/t06000-000

Izard, C. E., Libero, D. Z., Putnam, P., i Haynes, O. M. (1993). Stability of emotion experiences and their relations to traits of personality. *Journal of personality and social psychology, 64*(5), 847-860. doi.org/10.1037/0022-3514.64.5.847

Jagdeo, A., Cox, B. J., Stein, M. B. i Sareen, J. (2009). Negative Attitudes toward Help Seeking for Mental Illness in 2 Population—Based Surveys from the United States and Canada. *The Canadian Journal of Psychiatry, 54*(11), 757–766. doi.org/10.1177/070674370905401106

Jakupcak, M., Tull, M. T. i Roemer, L. (2005). Masculinity, Shame, and Fear of Emotions as Predictors of Men's Expressions of Anger and Hostility. Psychology of Men & Masculinity, 6(4), 275–284. doi.org/10.1037/1524-9220.6.4.275

James, S. D. (2005). Gender role conflict, attachment style, interpersonal problems, and help-seeking in adult men.

Jones, A. R., Cook, T. M. i Wang, J. (2011). Rural–urban differences in stigma against depression and agreement with health professionals about treatment. *Journal of Affective Disorders, 134*(1–3), 145–150. doi.org/10.1016/j.jad.2011.05.013

Jourard, S. M. (1974). Some lethal aspects of the male role. *Men and masculinity*, 21-29.

Jun, D. C. (2009). *" Male gender role strain": a pastoral assessment* (Doctoral dissertation, Stellenbosch: University of Stellenbosch).

Kessler, R. C., Brown, R. L. i Broman, C. L. (1981). Sex differences in psychiatric help-seeking: Evidence from four large-scale surveys. *Journal of Health and Social Behavior, 22*(1)49-64. doi.org/10.2307/2136367

Kimmel, M. S. 2005. *Manhood in America: A cultural history.* New York: The Free Press.

Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Sage publications.

Krugman, S. (1995). Male development and the transformation of shame. U R. F. Levant i W. S. Pollack (Eds.), *The new psychology of men* (pp. 91-126). New York: Basic Books

Lannin, D. G. i Bible, J. (2022). Self-Stigma of Seeking Help: A Meta-Analysis. U D. L. Vogel i N. G. Wade (Eds.), *The Cambridge Handbook of Stigma and Mental Health* (pp. 111–142). chapter, Cambridge: Cambridge University Press. doi.org/10.1017/9781108920995.009

Lear, M. K., Lee, E. B., Smith, S. M. i Luoma, J. B. (2022). A systematic review of self-report measures of generalized shame. *Journal of Clinical Psychology, 78*(7), 1288–1330. Portico. https://doi.org/10.1002/jclp.23311

Levant, R. F., Stefanov, D. G., Rankin, T. J., Halter, M. J., Mellinger, C. i Williams, C. M. (2013). Moderated path analysis of the relationships between masculinity and men's attitudes toward seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology, 60*(3), 392–406. doi.org/10.1037/a0033014

Liu, W. M., Rochlen, A. B. i Mohr, J. (2005). Real and ideal gender role conflict: Exploring psychological distress among men. *Psychology of Men and Masculinity, 6(*2), 137-148. doi.org/10.1037/1524-9220.6.2.137

Lynch, L., Long, M. i Moorhead, A. (2016). Young Men, Help-Seeking, and Mental Health Services: Exploring Barriers and Solutions. *American Journal of Men's Health, 12*(1), 138–149. doi.org/10.1177/1557988315619469

Mackenzie, C. S., Gekoski, W. L. i Knox, V. J. (2006). Age, gender, and the underutilization of mental health services: The influence of help-seeking attitudes. *Aging and mental health*, *10*(6), 574-582. doi.org/10.1080/13607860600641200

Mackenzie, C. S., Knox, V. J., Gekoski, W. L. i Macaulay, H. L. (2004). An adaptation and extension of the attitudes toward seeking professional psychological help scale 1. *Journal of applied social psychology*, *34*(11), 2410-2433. doi.org/10.1111/j.1559-1816.2004.tb01984.x

Mahalik, J. R. i Di Bianca, M. (2021). Help-seeking for depression as a stigmatized threat to masculinity. *Professional Psychology: Research and Practice, 52*(2), 146–155. doi.org/10.1037/pro0000365

Mahalik, J. R., Locke, B. D., Ludlow, L. H., Diemer, M. A., Scott, R. P., Gottfried, M. i Freitas, G. (2003). Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory. *Psychology of Men and Masculinity, 4*(1), 3-25. doi.org/10.1037//1524-9220.4.1.3

McDermott, R. C., Smith, P. N., Borgogna, N., Booth, N., Granato, S. i Sevig, T. D. (2018). College students' conformity to masculine norms and help-seeking intentions for suicidal thoughts. Psychology of Men & Masculinity, 19, 340–351. doi.org/10.1037/men0000107

McMahon, T. J., Winkel, J. D. i Luthar, S. S. (2000). Gender role conflict, drug dependence, and fatherhood: A comparative analysis. *JM O'Neil & GE Good (Chairs), Gender role conflict in the year*.

Morrison, A. P. (2014). *Shame: The underside of narcissism*. Routledge.

Mursa, R., Patterson, C. i Halcomb, E. (2022). Men's help-seeking and engagement with general practice: An integrative review. *Journal of Advanced Nursing*, *78*(7), 1938-1953.

Nesson, E. T., and Robinson, J. J. (2019). On the measurement of health and its effect on the measurement of health inequality. *Economics & Human Biology*, 35, 207-221. doi.org/10.1016/j.ehb.2019.07.003

Novak, J. (2016). *Odnos samopoštovanja, srama i osobnih vrijednosti* (Diplomski rad). Osijek: Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet. Preuzeto s https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:126409

Oliffe, J. L., Han, C. S., Ogrodniczuk, J. S., Phillips, J. C. i Roy, P. (2011). Suicide from the perspectives of older men who experience depression: A gender analysis. *American Journal of Men's Health*, *5*(5), 444-454. doi.org/10.1177/1557988311408410

Oliffe, J., Gough, D. B. i Robertson, S. (2010). Men, Masculinities and Health: Critical Perspectives.

O'Neil, J. M. (2008). Summarizing 25 years of research on men's gender role conflict using the Gender Role Conflict Scale: New research paradigms and clinical implications. *The Counseling Psychologist*, *36*(3), 358-445. doi.org/10.1177/0011000008317057

O'Neil, J. M. i Fishman, D. (1992). Adult men's career transitions and gender role themes. *Adult career development: Concepts, issues, and practices*, *2*, 132-162.

O'Neil, J. M., Good, G. E. i Holmes, S. (1995). Fifteen years of theory and research on men's gender role conflict: New paradigms for empirical research. U *Parts of this chapter were presented at the 102nd Annual Convention of the American Psychological Association, Los Angeles, CA, Aug 1994.*. Basic Books/Hachette Book Group.

O'Neil, J.M. 1981. Male sex role conflicts, sexism, and masculinity: Psychological Implications for Men, Women, and the Counseling Psychologist. *The Counselling Psychologist, 9*(2), 61-80., doi.org/10.1177/001100008100900213

Page, S. i Bennesch, S. (1993). Gender and reporting differences in measures of depression. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, *25*(4), 579-589.

Parks, G., Russo, D. i Simon, J. (2021). New Media Masculinities: How YouTube Influencers Incubate Masculine Ideologies and Mentor Males Through Gender Role Conflict/Stress.

Pederson, E. L. i Vogel, D. L. (2007). Male gender role conflict and willingness to seek counseling: Testing a mediation model on college aged men. *Journal of Counseling Psychology, 54*(4), 373-384. doi.org/10.1037/0022-0167.54.4.373

Pérez-Torres, V., Pastor-Ruiz, Y. i Abarrou-Ben-Boubaker, S. (2018). YouTuber videos and the construction of adolescent identity. *Comunicar, 26*(55), 61–70. doi.org/10.3916/c55-2018-06

Pleck, J. (1981). The myth of masculinity. Cambridge, MA: MIT Press.

Pleck, J. H. i Brannon, R. (1978). Male roles and the male experience: Introduction. *Journal of Social Issues*, *34*(1), 1-4. doi.org/10.1111/j.1540-4560.1978.tb02536.x

Pollack, W. S. (1992). Should Men Treat Women? Dilemmas for the Male Psychotherapist: Psychoanalytic and Developmental Perspectives. *Ethics Behavior, 2*(1), 39–49. doi.org/10.1207/s15327019eb0201_3

Preacher, K. J. i Kelley, K. (2011). Effect size measures for mediation models: Quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychological Methods, 16*(2), 93–115. doi.org/10.1037/a0022658

Richards, D. A. i Borglin, G. (2011). Implementation of psychological therapies for anxiety and depression in routine practice: two year prospective cohort study. *Journal of affective disorders*, *133*(1-2), 51-60. doi.org/10.1016/j.jad.2011.03.024

Ross, S. (2004). Masculinity in crises: An investigation into patterns of gender role conflict between age groups. Neobjavljeni rad. University of London.

Rüsch, N., Müller, M., Ajdacic-Gross, V., Rodgers, S., Corrigan, P. W. i Rössler, W. (2013). Shame, perceived knowledge and satisfaction associated with mental health as predictors of attitude patterns towards help-seeking. Epidemiology and Psychiatric Sciences, 23(2), 177–187. doi.org/10.1017/s204579601300036x

Schenk, R. U. i Everingham, J. E. (1995). *Men healing shame: An anthology*. Springer Publishing Co.

Scholz, B., Crabb, S. i Wittert, G. A. (2016). "Males Don't Wanna Bring Anything Up To Their Doctor." Men's discourses of depression. *Qualitative Health Research, 27*(5), 727–737. doi.org/10.1177/1049732316640294

Segalla Jr, R. J. (1995). *Shame proneness and its relationship to gender role conflict/stress and male expectations of, and attitudes toward, professional psychological help*. University of Maryland, College Park.

Seidler, Z. E., Dawes, A. J., Rice, S. M., Oliffe, J. L. i Dhillon, H. M. (2016). *The role of masculinity in men's help-seeking for depression: A systematic review. Clinical Psychology Review, 49, 106–118.* doi.org/10.1016/j.cpr.2016.09.002

Skovholt, T., Gormally, J., Schauble, P. i Davis, R. (Eds.). (1978). Guest Editors' Introduction. *The Counseling Psychologist, 7*(4), 2–2. doi.org/10.1177/001100007800700401

Tudiver, F. i Talbot, Y. (1999). Why don't men seek help? Family physicians' perspectives on help-seeking behavior in men. *Journal of Family practice*, *48*, 47-52.

Vidales, C. A., Vogel, D. L. i Levant, R. F. (2023). The Self-Stigma of Seeking Help (SSOSH) Scale: Measurement Invariance Across Men from Different Backgrounds. Measurement and Evaluation in Counseling and Development, 57(1), 15–29. doi.org/10.1080/07481756.2022.2160356

Vogel, D. L., Heimerdinger-Edwards, S. R., Hammer, J. H. i Hubbard, A. (2011). "Boys don't cry": Examination of the links between endorsement of masculine norms, self-stigma, and help-

seeking attitudes for men from diverse backgrounds. *Journal of Counseling Psychology, 58*(3), 368–382. doi.org/10.1037/a0023688

Vogel, D. L., Strass, H. A., Heath, P. J., Al-Darmaki, F. R., Armstrong, P. I., Baptista, M. N., Brenner, R. E., Gonçalves, M., Lannin, D. G., Liao, H.-Y., Mackenzie, C. S., Mak, W. W. S., Rubin, M., Topkaya, N., Wade, N. G., Wang, Y.-F. i Zlati, A. (2017). Stigma of seeking psychological services: Examining college students across ten countries/regions. *The Counseling Psychologist, 45*(2), 170–192. doi.org/10.1177/0011000016671411

Vogel, D. L., Wade, N. G. i Haake, S. (2006). Measuring the self-stigma associated with seeking psychological help. *Journal of Counseling Psychology, 53*(3), 325–337. doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.325

Weinstein, S. V., Burdin, M. V. i Shabalin, E. Y. (2015). Inventory of attitudes toward seeking mental health services (Russian version): a pilot study of psychometric properties. Perm University Herald. Series «Philosophy. Psychology. *Sociology*, *3*(23), 81-96.

Wester, S. R., Vogel, D. L., O'Neil, J. M. i Danforth, L. (2012). Development and evaluation of the gender role conflict scale short form (GRCS-SF). *Psychology of Men & Masculinity*, *13*(2), 199-210. doi.org/10.1037/a0025550

Wilhelm, K. i Parker, G. (1994). Sex differences in lifetime depression rates: fact or artefact?. *Psychological Medicine*, *24*(1), 97-111. doi.org/10.1017/s0033291700026878

Wilhelm, K., Mitchell, P., Slade, T., Brownhill, S. i Andrews, G. (2003). Prevalence and correlates of DSM-IV major depression in an Australian national survey. *Journal of affective disorders*, *75*(2), 155-162. doi.org/10.1016/s0165-0327(02)00040-x

Wisch, A. F., Mahalik, J. R., Hayes, J. A. i Nutt, E. A. (1995). The impact of gender role conflict and counseling technique on psychological help seeking in men. *Sex Roles, 33*(1–2), 77–89. doi.org/10.1007/bf01547936

Yousaf, O., Grunfeld, E. A. i Hunter, M. S. (2015). A systematic review of the factors associated with delays in medical and psychological help-seeking among men. *Health Psychology Review*, *9*(2), 264-276. doi.org/10.1080/17437199.2013.840954