

# RODITELJSKA SAMOPROCJENA STRESA I KVALITETE RODITELJSTVA

---

**Arbunić, Marinela**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2022**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences, University of Split / Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:172:908742>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-24**

*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of humanities and social sciences](#)



UNIVERSITY OF SPLIT



**SVEUČILIŠTE U SPLITU**  
**FILOZOFSKI FAKULTET**

**DIPLOMSKI RAD**

**RODITELJSKA SAMOPROCJENA STRESA I**  
**KVALITETE RODITELJSTVA**

**MARINELA ARBUNIĆ**

**SPLIT, 2022.**

Odsjek za pedagogiju

Diplomski studij Pedagogija

Obiteljska pedagogija

# **RODITELJSKA SAMOPROCJENA STRESA I KVALITETE RODITELJSTVA**

**Studentica:**

Marinela Arbunić

**Mentorica:**

prof. dr. sc. Maja Ljubetić

**Komentor:**

dr. sc. Toni Maglica,  
poslijedoktorand

Split, rujan 2022.

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

**IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI**

kojom ja MARINELA ARBUNIC, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja magistra/magistrice ANGLISTIKE I PEDAGOGIJE, izjavljujem da je ovaj diplomski rad rezultat isključivo mogega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio diplomskoga rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga diplomskoga rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split, 20. 9. 2022.

Potpis

*Marinela Arbunic*

**OBRAZAC I.P.**

**IZJAVA O POHRANI ZAVRŠNOG / DIPLOMSKOG RADA U DIGITALNI  
REPOZITORIJ FILOZOFSKOG FAKULTETA U SPLITU**

STUDENT/ICA	MARINELA ARBUNIC
NASLOV RADA	RODITELJSKA SAMOPROCJENA STRESA I KVALITETE RODITELJSTVA
VRSTA RADA	DIPLOMSKI RAD
ZNANSTVENO PODRUČJE	DRUŠTVENE ZNANOSTI
ZNANSTVENO POLJE	PEDAGOGIJA
MENTOR/ICA (ime, prezime, zvanje)	MAJA LJUBETIĆ, PROF. DR. SC.
KOMENTOR/ICA (ime, prezime, zvanje)	TONI MABLICA, DR. SC., POSLIJEKANDIDANT
ČLANOVI POVJERENSTVA (ime, prezime, zvanje)	1. MORANA KOLUDROVIĆ, IZV. PROF. DR. SC. 2. KATIJA KALEBIĆ JAKUPČEVIĆ, DOC. DR. SC. 3.

Ovom izjavom potvrđujem da sam autor/ica predanog završnog (diplomskog rada) (zaokružiti odgovarajuće) i da sadržaj njegove elektroničke inačice u potpunosti odgovara sadržaju obranjenog i nakon obrane uređenog rada. Slažem se da taj rad, koji će biti trajno pohranjen u Digitalnom repozitoriju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Splitu i javno dostupnom repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o znanstvenoj djelatnosti i visokom obrazovanju, NN br. 123/03, 198/03, 105/04, 174/04, 02/07, 45/09, 63/11, 94/13, 139/13, 101/14, 60/15, 131/17), bude (zaokružiti odgovarajuće):

- a.) u otvorenom pristupu
- b.) rad dostupan studentima i djelatnicima Filozofskog fakulteta u Splitu
- c.) rad dostupan široj javnosti, ali nakon proteka 6/12/24 mjeseci (zaokružiti odgovarajući broj mjeseci)

U slučaju potrebe dodatnog ograničavanja pristupa Vašem ocjenskom radu, podnosi se obrazloženi zahtjev nadležnom tijelu u ustanovi.

SPLIT, 20.9.2022.  
mjesto, datum

Marinela Arbunic  
potpis studenta/ice

## SAŽETAK

Sa sigurnošću se može reći da je stres neodvojivi dio suvremenog života, no činjenica da je ovaj konstrukt postao uobičajenom pojavom ne umanjuje važnost istraživanja njegovih efekata na različite segmente ljudskog života, kao ni njegovu ozbiljnost, stoga ga ne treba trivijalizirati (Deater-Deckard, 1998). Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi na koji način percipirani stres roditelja, kao i specifični izvori stresa, objašnjavaju kvalitetu roditeljstva. Budući da je kvaliteta roditeljstva jako širok pojam, u ovom se istraživanju ona definirala kao kvaliteta subjektivnog doživljaja roditeljstva promatrana kroz roditeljsku samoefikasnost i roditeljsko zadovoljstvo. Provedeno je istraživanje u kojem je sudjelovalo 345 roditelja djece u dobi od 0 do 10 godina, a korišteni su Upitnik općih podataka, Skala depresivnosti, anksioznosti i stresa (DASS-21), Upitnik izvora i intenziteta roditeljskog stresa i Upitnik roditeljskog doživljaja kompetencije. Rezultati su pokazali da roditelji generalno doživljavaju blagi stres. Najintenzivnijim izvorima stresa roditelji su procijenili ograničenja roditeljske uloge, odnos sa supružnikom i vezanost za dijete, a najmanje intenzivnim pokazala su se neispunjena očekivanja. Rezultati također sugeriraju da su roditeljsko zadovoljstvo i roditeljska efikasnost umjereno negativno povezani. Svi su izvori roditeljskog stresa, osim zdravlja, umjereno negativno povezani s roditeljskim zadovoljstvom. Ukupan rezultat roditeljskog stresa umjereno je negativno povezan s roditeljskim zadovoljstvom, a viša dob roditelja povezana je s višim roditeljskim zadovoljstvom. Rezultati upućuju i na to da su svi izvori roditeljskog stresa, osim zdravlja i nekompetencije, nisko pozitivno povezani s roditeljskom efikasnosti. Istraživanjem se pokazalo i da niže razine stresa i discipliniranja te više razine komuniciranja s djetetom doprinose višim razinama roditeljskog zadovoljstva, a višim razinama roditeljske efikasnosti doprinose više razine discipliniranja i niže razine komunikacije s djetetom.

**Ključne riječi:** roditeljski stres, kvaliteta roditeljstva, roditeljska efikasnost, roditeljsko zadovoljstvo, subjektivni doživljaj roditeljstva

## **SUMMARY**

It is safe to say that stress is an integral part of contemporary life, but the fact that this construct has become commonplace does not diminish the relevance of studying its effects on different segments of human life, nor its severity, which is why it should not be trivialized (Deater-Deckard, 1998). The aim of this research was to identify how perceived parental stress, as well as specific stress sources, explain parental quality. Since parental quality is a very broad term, in this research it was defined as the quality of subjective parental experience and it was observed through parental self-efficacy and satisfaction. The research was carried out on 345 parents of the children from 0 to 10 years of age, while the following instruments were used: The General Data Questionnaire, The Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), Questionnaire for Measuring Stressors and Intensity of Parental Stress and The Parenting Sense of Competence Scale. The results showed that the parents generally experience mild stress. The most intensive stress sources were the limits of parental role, the relationships with spouses and attachment to the child, while the least intensive stress source was associated with the unfulfilled expectations. The results also indicate a slight negative association between parental satisfaction and efficacy. All of the parental stress sources, except for health, are moderately negatively associated with parental satisfaction, while the higher parental age is associated with higher parental satisfaction. The results also suggest that there is a weak positive correlation between all sources of parental stress, except for health and incompetence, and parental efficacy. This research also showed that lower levels of stress and discipline and higher levels of communication with a child contribute to higher levels of parental satisfaction, while higher levels of discipline and lower levels of communication with a child contribute to higher levels of parental efficacy.

**Keywords:** parental stress, parental quality, parental efficacy, parental satisfaction, subjective experience of parenthood

# SADRŽAJ

1. UVOD .....	1
2. RODITELJSTVO .....	2
2.1. Roditeljstvo kao subjektivni doživljaj .....	3
2.1.1. Roditeljska samoeфикаsnost .....	3
2.1.2. Roditeljsko zadovoljstvo .....	4
2.2. Teorije roditeljstva .....	5
2.3. Kvalitetno roditeljstvo .....	7
3. STRES .....	9
3.1. Izvori stresa .....	9
3.2. Roditeljski stres i sagorijevanje .....	12
3.2.1. Korelati roditeljskog stresa .....	14
4. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA .....	16
5. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA .....	17
5.1. Uzorak .....	17
5.2. Instrument i postupak istraživanja .....	17
6. REZULTATI .....	19
7. RASPRAVA .....	28
7.1. Intenzitet i izvori percipiranog stresa roditelja .....	28
7.2. Doprinos roditeljskog stresa i varijabli mentalnog zdravlja u objašnjenju roditeljskog zadovoljstva .....	29
7.3. Doprinos roditeljskog stresa i varijabli mentalnog zdravlja u objašnjenju roditeljske samoeфикаsnosti .....	31
8. OGRANIČENJA I DOPRINOS ISTRAŽIVANJA .....	33
9. ZAKLJUČAK .....	34
LITERATURA .....	35
PRILOZI .....	40
Prilog 1 .....	40



## 1. UVOD

Obiteljska je sredina djetetu najprirodnija i najbliža. Dijete u njoj provodi najveći dio vremena, a članovi obitelji su njegovi prvi odgojitelji. Nedvojbeno je da se u obitelji ostvaruju mnoge zadaće koje joj pridaju veliku ljudsku i pedagošku odgovornost (Petani, 2007). Naime, u tom, prvom okruženju rađa se novi čovjek i započinje proces njegovog razvitka i oblikovanja. Stječu se prve radosti, doživljaji i iskustva, a može se zaključiti da sve to značajno pridonosi daljnjem razvoju i sveukupnoj dobrobiti djeteta. Upravo zbog toga je od velike važnosti omogućiti djetetu što kvalitetnije roditeljstvo.

Kada se govori o istraživanju čimbenika koji utječu na kvalitetu roditeljstva, važno mjesto zauzimaju ispitivanja roditeljskog stresa, tj. onih uznemirujućih osjećaja koji su povezani sa zahtjevima roditeljske uloge, a različiti su od stresa u drugim područjima života (Creasey i Reese, 1996, prema Profaca i Arambašić, 2004). Općenito govoreći, stres je postao sveprisutni i neodvojivi dio suvremene svakidašnjice, a kako ističe autorica Ljubetić (2007), određena količina stresa je neizbježna, no stalna izloženost stresu većih razmjera nepovoljno djeluje na funkcioniranje obitelji, a samim time utječe i na kvalitetu roditeljstva, odnosa roditelj-dijete i posljedično na djetetov razvojni put.

Kako bi se bolje razumjela ova tematika, nužno je postaviti teorijski okvir kojim će se objasniti pojmovi kvalitetnog roditeljstva s jedne strane i stresa s druge strane, kao i poveznice između ta dva pojma. Nakon toga slijedi empirijski dio u kojem je predstavljeno kvantitativno istraživanje, a rezultati istraživanja su raspravljani na samom kraju rada.

## 2. RODITELJSTVO

*„Roditeljstvo je važna, ali i zahtjevna životna uloga čiji je ishod unaprijed neizvjestan.“*

Ljubetić, 2007, 45

Roditeljstvo je, uz obitelj, nedvojbeno u središtu društvenog interesa otkako je čovječanstva. Ono je predmet proučavanja različitih znanstvenih disciplina, zbog čega ne čudi činjenica da je promatrano iz niza različitih perspektiva i da postoji mnoštvo njegovih definicija. Zbog iznimne složenosti i dinamičnosti obiteljskih interakcija, odnos između roditelja i djeteta nije lako opisati ni izmjeriti (Keresteš, 2001, prema Keresteš, Brković, Kuterovac Jagodić i Greblo, 2012). Činjenicu da roditeljstvo obgrljuje toliko široki spektar pojava vezanih za podizanje i njegu djece zgodno ističu autori Čudina Obradović i Obradović (2006) izjavom da mu pri uporabi često ne možemo prepoznati pravo značenje ni smisao.

Prema autorici Ljubetić (2007), roditeljstvo se može shvatiti kao odnos, uloga i proces. Ono se opisuje kao niz aktivnosti i vještina odraslih koji skrbe o podizanju i njezi djece (Arendell, 1997; prema Ljubetić, 2007). Profaca (2002) ističe da se u odnosu između roditelja i djeteta legitimira asimetrično zajedništvo pa jedna strana ima osjećaj da daje bez zahtjeva za primanjem zauzvrat. Prema autorici Darling (1999), roditeljstvo uključuje mnogo različitih, specifičnih ponašanja koja pojedinačno, zajedno ili u interakciji utječu na dijete. Prilikom definiranja pojma roditeljstvo, autori Čudina-Obradović i Obradović (2006) navode kako je ono tijesno vezano uz sljedeće pojmove: roditeljska briga i skrb, roditeljski odgojni stil, roditeljski postupci, aktivnosti i ponašanje te, konačno, subjektivni doživljaj roditeljstva. Kao prvo, roditeljstvom se smatra i rađanje djece, njihovo zaštićivanje i briga za njihovo održanje, život i razvoj, te vođenje i pomaganje njihova razvoja, što se definira kao roditeljska briga i skrb. Autori spominju da roditeljstvo predstavlja i roditeljske postupke, aktivnosti i ponašanja, odnosno namjerne postupke i aktivnosti koje roditelj poduzima i provodi kako bi osigurao sve te ciljeve. Uz roditeljstvo se nadalje vezuju i tipične emocionalne prilike unutar kojih se ostvaruju odnosi između djeteta i roditelja, tj. roditeljski odgojni stil. Također, roditeljstvo uključuje odlučivanje za djecu, preuzimanje i prihvaćanje roditeljske uloge i redefiniranje vlastitih ciljeva, vrijednosti, kao i doživljaja vlastite vrijednosti zbog emocionalnog i materijalnog ulaganja napora, zbog nagrade u emocionalnoj povezanosti i doživljaju djetetova uspjeha i razvoja. Navedeno se prema istim autorima najšire može imenovati subjektivnim doživljajem roditeljstva.

Uvidom u pedagošku literaturu vidljivo je da prilikom objašnjavanja roditeljstva dominiraju definicije usmjerene na roditeljska ponašanja, aktivnosti i roditeljske stilove. No uzme li se poimanje roditeljstva autora Čudina-Obradović i Obradović (2006) kao orijentir, roditeljstvo se može promatrati i kao subjektivan doživljaj. Kako bi se kvalitetnije promotrla njegova važnost, te za potrebe ovog rada, u nastavku će se usmjeriti posebna pozornost na roditeljstvo kao doživljaj pojedinca.

## **2.1. Roditeljstvo kao subjektivni doživljaj**

Prisutnost djeteta u obitelji mijenja ponašanje i aktivnosti roditelja te izaziva snažne osjećaje, kako ugodne, tako i neugodne. Ono mijenja mišljenje, osjećanje i ponašanje roditelja, mijenja njihovu vlastitu sliku o sebi, kao i sliku koju o njima ima okolina (Čudina-Obradović i Obradović, 2003).

U okviru ove teme bitno je istaknuti i pojam roditeljstva u smislu subjektivnog doživljaja pojedinca. On je važna odrednica roditeljskog ponašanja i odnosa roditelj-dijete (Keresteš, Brković i Kuterovac Jagodić, 2011), a označava i značajnu promjenu u cjelokupnom identitetu pojedinca te ima važnu ulogu u određivanju „klime djetetova razvoja“ i snažan utjecaj na razvojne rezultate (Bornstein i sur., 1998, prema Čudina-Obradović i Obradović, 2003). Autori Sabatelli i Waldron (1995) navode da subjektivni doživljaj roditeljstva uključuje tri dimenzije: zadovoljstvo roditeljstvom, stres i zahtjevnost roditeljske uloge te osjećaj roditeljske kompetencije. Slično tome, autorica Reić Ercegovac (2011) pod tim pojmom podrazumijeva roditeljsku samoeфикаsnost, odnosno subjektivnu roditeljsku procjenu vlastite uspješnosti u ispunjavanju društveno zadanih normi roditeljstva, te zadovoljstvo vlastitom ulogom roditeljstva.

### **2.1.1. Roditeljska samoeфикаsnost**

Coleman i Karraker (2000) pod pojmom roditeljske samoeфикаsnosti podrazumijevaju roditeljeve procjene vlastite kompetentnosti u roditeljskoj ulozi. Međutim, u literaturi se spomenuti pojam sadržajno isprepliće s osjećajem roditeljske kompetencije, no kompetentnost i samoeфикаsnost u smislu roditeljske samoprocjene sadržajno se odnose na isto, a različita terminologija znak je mnoštva različitih istraživačkih pristupa u sferi roditeljstva. Tako, primjerice, autorica Reić Ercegovac (2011) navodi da se osjećaj roditeljske kompetencije

odnosi na mogućnost iskorištavanja vlastitih i poticaja iz svog okruženja te postizanje dobrih rezultata u roditeljskoj ulozi (Reić Ercegovac, 2011). Prema autorima Čudina-Obradović i Obradović (2003), definira se ili kao osjećaj teškoće u odgajanju djeteta u njegovim različitim razvojnim razdobljima, ili kao samoprocjena znanja, vještine, samoeфикаsnosti i samopoštovanja, ili pak kao osjećaj roditelja da ima nadzor nad procesom djetetova odgoja. Johnston i Mash (1989) samoeфикаsnost u roditeljskoj ulozi definiraju kao razinu do koje se pojedinac osjeća kompetentnim za obavljanje roditeljske uloge (Sevigny i Loutzenhiser, 2010, prema Reić Ercegovac, 2011).

Predmet brojnih istraživanja je utjecaj pozitivnog doživljaja roditeljstva na razvojne ishode djeteta. Coleman i Karraker (1997, prema Reić Ercegovac, 2011) su, primjerice, utvrdili da je visoka roditeljska samoeфикаsnost značajan prediktor pozitivnih roditeljskih vještina, kao i medijator efekata djetetovog temperamenta, majčine depresivnosti, socijalne podrške i siromaštva na kvalitetu roditeljstva. Shodno tome, bitno je istaknuti karakteristike kompetentnih roditelja. Naime, kompetentnim roditeljem se smatra onaj roditelj koji sebe doživljava kao osobu koja ima kontrolu nad svojim roditeljstvom i odnosom s djetetom te se dobro osjeća kao roditelj (Milanović, Stričević, Maleš i Sekulić-Majurec, 2000, prema Ljubetić, 2007). Roditelji koji sebe percipiraju kompetentnima osjećaju se spremnima i odgovornima za roditeljsku ulogu i obavljanje roditeljskih dužnosti, ali i uživaju u roditeljstvu, pa su spremni osigurati poticajno okruženje za razvoj djeteta (Lacković-Grgin, 1994). Suprotno tome, roditelj koji se ne osjeća kompetentnim nije spreman preuzeti složenu ulogu roditeljstva, a svojim ponašanjem doprinosi obiteljskom ozračju koje može potaknuti nastanak poremećaja u ponašanju kod djeteta (Bašić i sur., 2002; Keresteš i sur., 2011; Ljubetić, 2007; Pandžić, Vrselja i Merkaš, 2017). Roditelji koji se ne procjenjuju samoeфикаsnima često nisu u mogućnosti iskoristiti vlastita znanja o roditeljstvu, iskazuju visoku emocionalnu pobuđenost te lako odustaju (Grusec i sur., 1994, prema Reić Ercegovac, 2011).

### **2.1.2. Roditeljsko zadovoljstvo**

Kao što je ranije istaknuto, i roditeljsko zadovoljstvo se ubraja među afektivne komponente doživljaja roditeljstva. Sabatelli i Waldron (1995) navode da ono obuhvaća zadovoljstvo odnosom roditelj-dijete, zadovoljstvo samim sobom kao roditeljem, zadovoljstvo ponašanjem djeteta te zadovoljstvo potporom bračnog partnera u roditeljskoj ulozi.

Što se tiče istraživanja na temu roditeljskog zadovoljstva, brojne su studije pokazale utjecaj ovog konstrukta na kvalitetu interakcije roditelj-dijete, a posljedično i na djetetov razvojni put. Primjerice, roditeljsko zadovoljstvo majki je u pozitivnoj korelaciji s kvalitetnim interakcijama na relaciji majka-dijete te s razvojem sigurne privrženosti (Isabella, 1994, prema Reić Ercegovac, 2011). S druge strane, često je isticano kako niži stupanj zadovoljstva roditeljstvom može biti značajan prediktor zlostavljanja i zanemarivanja djece (Bradshaw i Donohue, 2014; Carpenter i Donohue, 2006).

Kako bi se sagledala šira slika samog roditeljstva te kako bi se dobio uvid u utjecaje na subjektivni doživljaj roditeljstva, u idućem potpoglavlju roditeljstvo će se sagledati kroz prizmu najpoznatijih teorija roditeljstva.

## **2.2. Teorije roditeljstva**

Suvremene teorije roditeljstva obitelj promatraju kao sustav te na sveobuhvatan način objašnjavaju složenost fenomena roditeljstva, time i doživljaja roditeljstva, a posebno u dijelu utjecaja na razvoj djeteta (Maglica, 2017). Danas se najrelevantnijima drže ekološki, procesni i integrativni model roditeljstva.

Kada se govori o proučavanju roditeljstva, osobito je važno istaknuti ekološki model Uriea Bronfennbrennera (1977), koji se ubraja među najutjecajnije pristupe u istraživanju ove teme. Suština ovog modela jest promatranje pojedinca u njegovom okruženju, što znači da se roditeljstvo promatra kao sklop međuovisnih odnosa djeteta, roditelja i šireg socijalnog okruženja. Za obitelj se može reći da je ona najmanja, najosjetljivija, a time i najranjivija društvena zajednica koja se nalazi u međuovisnosti sa širim društvenim kontekstom u kojem egzistira (Bronfenbrenner, 1979, prema Mandarić Vukušić, 2016). U svojoj teoriji autor navodi nekoliko okolinskih razina, a one su: mikrosustav, mezosustav, egzosustav i makrosustav. Utjecaj unutar i između sustava je dvosmjernan. Prvu razinu čini neposredno okruženje (npr. škola, dom, radno mjesto) u kojem se pojedinac razvija te aktivno sudjeluje u svojoj ulozi (kćer, roditelj, učitelj, zaposlenik). Nadalje, mezosustav je skup raznih mikrosustava, uključuje veze i procese koji se događaju između okolina, a obuhvaćaju određeni trenutak u životu pojedinca. Egzosustav je, autor nastavlja, produžetak mezosustava, a pritom obuhvaća druge neformalne i formalne socijalne strukture koje utječu na neposrednu okolinu osobe i time indirektno na njezin razvoj. Posljednji sustav je makrosustav, a sve što se odvija u prethodnim razinama je pod utjecajem kulture, vjerovanja, povijesnog trenutka i državne politike.

U procesnom modelu determinanti roditeljskog ponašanja, kojeg je razvio Belsky (1984), postoje utjecaji na roditeljstvo koji obuhvaćaju individualna obilježja roditelja i djeteta, te obilježja obiteljskog konteksta i posljedice roditeljstva koje se primarno odnose na razvoj djeteta. Maglica (2017) iznosi da je ovaj procesni model proizašao iz nekoliko pretpostavki autora. Kao prvo, razvojni put pojedinca oblikuje njegovu ličnost, ali i psihološku dobrobit, što posljedično utječe na roditeljsko funkcioniranje. Nadalje, Belsky (1984, prema Maglica, 2017) pretpostavlja da temperament, kao ni bilo koja druga značajka djeteta, pojedinačno ne oblikuje roditeljstvo, već podudaranje obilježja roditelja i djeteta određuje kvalitetu njihovog odnosa. Finalno, bračni odnosi, zaposlenje i socijalna mreža također spadaju među čimbenike povezane s roditeljstvom i roditeljskom kompetencijom. Socijalna mreža također ima posredan utjecaj na roditeljstvo, budući da može poticati samopoštovanje i samopouzdanje roditelja, a posljedično se odražava i na kvalitetu roditeljstva.

Integrativni model roditeljstva, njegovih odrednica i posljedica (Martin i Colbert, 1997) u suštini je kombinacija ekološkog (Bronfenbrenner, 1977) i procesnog modela determinanti roditeljskog ponašanja. Drugim riječima, prema ovom modelu roditeljstva moguće je razlikovati brojne utjecaje na roditeljstvo koji uključuju i značajke djeteta (spol, dob, temperament, sposobnosti i dr.) i roditelja (spol, dob, osobine ličnosti i dr.), kao i širi obiteljski i društveni kontekst. Pritom možemo razlikovati utjecaje na roditeljstvo (društvene značajke roditelja, obilježja obiteljskog konteksta i značajke djeteta), te rezultate roditeljstva koji se odnose na razvoj djeteta u različitim aspektima (Belsky, 1984). Ono što također treba napomenuti jest da su skupine varijabli u ovom modelu uzajamno povratno povezane. Drugim riječima, roditeljstvo i njegove komponente utječu na razvoj djeteta i roditelja, ali i njihov razvoj povratno utječe na doživljaj i kvalitetu roditeljstva.

Uzimajući sve navedeno u obzir, postavlja se pitanje koja su obilježja kvalitetnog roditeljstva, što je tema idućeg potpoglavlja, budući da se obilježja roditeljskog ponašanja i kvaliteta odnosa između roditelja i djeteta ističu kao ključne odrednice psihosocijalnog razvoja djece (Čudina-Obradović i Obradović, 2006; Ljubetić, 2007; Vulić-Prtorić, 2002).

### 2.3. Kvalitetno roditeljstvo

*„Zamisao o savršenom roditeljstvu posve je besmislena. Najbolji roditelji koje dijete može imati jesu oni koji ispravljaju svoje pogreške kada ih uoče.“*

Jesper Juul, 1996

Podržavajuća iskustva čine podlogu za razvoj zdrave i zrele ličnosti, a jedan od ključnih faktora koji utječu na dječji psihosocijalni razvoj jest obiteljsko funkcioniranje. Taj pojam označava sposobnost obitelji da uspješno zadovolji tjelesne, emocionalne i duhovne potrebe svakoga pojedinog člana obitelji (Karpowitz, 2001, prema Ljubetić, 2007). Dakle, obiteljska sredina koja pruža djetetu najveću tjelesnu sigurnost i zdravlje, a uz to mu daje vještine, znanje i navike koje mu osiguravaju zdravlje i u odrasloj dobi naziva se funkcionalnom. Prema autorici Ljubetić (2007), to je obitelj u kojoj su granice jasno određene i prikladne, a u kojoj se potreba za privatnošću poštuje. Komunikacija u tim obiteljima je djelotvorna uz slobodno izražavanje emocija. Vrlo je vjerojatno da nema obitelji koja posjeduje sve ove dimenzije, ali funkcionalnija je ona obitelj koja ima većinu sljedećih karakteristika: uspostavljen i podržan zakonit autoritet, uspostavljen i podržan stabilan sustav pravila, podjelu odgojnog ponašanja, djelotvorno i stabilno podizanje djece i vještinu održavanja braka te postavljene ciljeve i dovoljno fleksibilnosti (Becvar i Becvar, 1996, prema Ljubetić, 2007). Autorica Pećnik (2021) navodi kako je roditeljstvo koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji ono koje osigurava brigu i njegu, strukturu i vodstvo, uvažavanje kao individue i koje omogućava osnaživanje.

Kvalitetno roditeljstvo je predmet istraživanja i autora Čudina-Obradović i Obradović (2006), koji su ga opisali kroz etape djetinjstva. Prema njima, u prve dvije godine života dobro roditeljstvo je usmjereno na zdrav društveno-emocionalni razvoj djeteta koji se ostvaruje uspostavljanjem privrženosti, pažljivom, toplom, poticajnom, reaktivnom i neograničavajućom brigom za dijete. Djetetu je, pritom, potrebno pokazivati sve oblike prihvaćanja, ljubavi i topline, a izbjegavati svaki oblik ponašanja koji bi pokazivao hladnoću, agresiju ili indiferentnost (Rohner, 2004, prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Uz to, u spomenutom se periodu briga posvećuje i kognitivno-motivacijskom razvoju, što se postiže organiziranjem fizičke okoline poticajne za učenje. Ta će okolina djetetu potaknuti znatiželju, istraživanje, otkrivanje rezultata vlastite aktivnosti, sastavljanje, rastavljanje i stvaranje novoga, otkrivanje pomoću svih osjetilnih organa, otkrivanje prostora i promjena kretanja i položaja (Martin i Colbert, 1997, prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006). U predškolskom razdoblju, autori nastavljaju, dobrim se roditeljstvom smatra ono koje djeluje poticajno na

razvitak djetetovih socijalnih vještina, a to su izražavanje prijateljstva i suradnje, snalažljivost u okolini te motivacija za postizanjem rezultata. Navedeni se razvojni rezultati postižu uz veliki stupanj potpore, ali i nadzora. I u tom je razdoblju od osobite važnosti pokazivati sve znakove prihvaćanja, ljubavi i topline, a treba izbjegavati agresiju, grubost i neprijateljstvo. U kognitivnom razvoju roditelji moraju djetetu omogućiti čim više iskustava, širenje kako fizičke tako i društvene sredine i moraju mu objasniti, imenovati i poticati ga da opisuje doživljeno (Čudina-Obradović i Obradović, 2006). Nadalje, tijekom osnovnoškolskog razdoblja, roditeljska nastojanja usmjerena su prema postizanju unutarnje kontrole djeteta, odnosno samoregulacije, prosocijalne orijentacije, uspostavljanju prijateljstva i suradnje s vršnjacima, razvitku pozitivne slike o sebi te jačanju samopouzdanja i osjećaja vlastite kompetencije.

Također, za kvalitetno roditeljstvo i pozitivne razvojne ishode djeteta od osobite je važnosti mentalno zdravlje roditelja. Primjerice, Belsky i Isabella (1986) utvrdili da je dobrobit majke značajan prediktor majčine uključenosti u roditeljstvo i poticanje djeteta u najranijoj dobi. Mnoga su istraživanja pokazala da roditeljska depresivnost izuzetno negativno utječe na zdravo prakticiranje roditeljstva. Općenito govoreći, oni roditelji koji imaju izraženu depresivnost pokazuju manje emocija i prihvaćanja prema djetetu te koriste neadekvatne roditeljske stilove (Epkins i Harper, 2016; Kendler, Sham i MacLean, 1997), a njihova djeca su u povećanom riziku za razvijanje slabije socijalne, emocionalne, neurokognitivne i bihevioralne prilagodbe (Callender, Olson, Choe i Sameroff, 2012). Druga često istraživana odrednica narušenog mentalnog zdravlja koja ima nepovoljan utjecaj na roditeljske interakcije s djecom jest anksioznost. Pokazalo se da oni roditelji koji posjeduju anksiozne simptome pokazuju niže rezultate na ljestvici roditeljske topline (Epkins i Harper, 2016; Whaley, Pinto i Sigman, 1999). Također, autori Hirshfeld, Biederman, Brody, Faraone i Rosenbaum (1997) ističu kako spomenuti roditelji u odnosu s djetetom pokazuju znatno više kritike nego oni bez simptoma anksioznosti.

Kada se govori o uspješnom roditeljstvu, Bašić i suradnici (2002) navode kako uspješni roditelji koriste djelotvorne strategije suočavanja sa stresom roditeljstva pronalazeći vrijeme i energiju za kvalitetno bavljenje djecom, pred njih postavljaju razumna očekivanja, pružaju im potporu i razumijevanje, komuniciraju otvoreno i prijateljski, a stres vide kao privremeni izazov koji je moguće rješavati. O stresu, a posebno o njegovom utjecaju na roditeljstvo i dijete, će biti riječi u nastavku.



### **3. STRES**

U kontekstu istraživanja individualnih i društvenih utjecaja na roditeljstvo važno mjesto zauzimaju ispitivanja roditeljskog stresa, budući da je stres neodvojivi dio suvremenog života, a samim time i suvremenog roditeljstva. Roditeljstvo je okarakterizirano svakodnevnim izazovima i zahtjevima koji uključuju dijete. Pritom je, kako ističe autorica Ljubetić (2007), stanovita količina stresa neizbježna, no stalna izloženost stresu većih razmjera ugrožava roditeljsko dobro funkcioniranje.

Sami pojam stresa nije moguće jednoznačno odrediti zbog postojanja mnoštva različitih gledišta s kojih se isti proučava. Autori Hudek-Knežević i Kardum (2006) ističu kako se, u najširem smislu, stresni podražaj može definirati kao bilo koji podražaj koji prekida uobičajenu aktivnost organizma, odnosno kao bilo koji izazov ili prijetnja njegovim normalnim procesima i funkcijama (Hudek-Knežević i Kardum, 2006). U spomenutoj se definiciji stres gleda iz fiziološke perspektive, koja je dominirala u prvim istraživanjima stresa. Autori nastavljaju da se tek 1940-ih godina događa odmak od isključivo fiziološkog poimanja stresa, kada se po prvi puta javlja pojam psihičkog stresa. Prema njima, stres je moguće konceptualizirati na tri načina: prvi pristup promatra stres kao podražaj, drugi ga pristup promatra kao reakciju organizma, a treći, psihološki pristup, konceptualizira stres kao interakciju pojedinca i okoline. Psihološki stres autori Lazarus i Folkman (2004) definiraju kao interakciju između pojedinca i okoline koju pojedinac doživljava kao izrazito iscrpljujuću, odnosno u kojoj se osjeća nesigurno i ugroženo. Slično tome, Crnic i Low (2002) pod stresom podrazumijevaju emocionalni i ponašajni odgovor pojedinca na neugodan događaj.

#### **3.1. Izvori stresa**

Izvori stresa, koji se nazivaju stresorima, u literaturi su dosta šaroliko kategorizirani. Međutim, ona kategorizacija koja se nerijetko upotrebljava odnosi se na različite izvore stresa koji pridonose nastajanju psihološkog stresa. Primjerice, autori Hudek-Knežević i Kardum (2006) kategoriziraju stres u četiri osnovne skupine. Prvo, autori izdvajaju stres uzrokovan velikim životnim promjenama ili događajima, poput rođenja člana obitelji, gubitka posla, rastave braka, preseljenja i slično. Tu se naglašava da je stupanj stresnosti određenih situacija moguće definirati količinom promjene koju te situacije zahtijevaju od osobe, bez obzira na njihov smjer. Drugim riječima, i promjene koje doživljavamo vrlo pozitivnima mogu izazvati stresne reakcije

jer je promjena sama po sebi izvor stresa. U drugu skupinu izvora stresa, prema istim autorima, spadaju kronični stresni događaji koji traju dugo vremena ili se često ponavljaju tijekom dužeg razdoblja. To su, primjerice, dugotrajne bolesti, obiteljski problemi, financijske poteškoće, nezadovoljavajući posao i tome slično. Istraživanja pokazuju da su dugotrajni ili kronični stresni događaji više povezani s disfunkcijama organizma od kratkotrajnih velikih životnih promjena (Lazarus i Folkman, 2004). U treću skupinu izvora stresa Hudek-Knežević i Kardum (2006) svrstavaju velike krizne situacije i traume, u koje spadaju prirodne i tehnološke katastrofe, ratne traume te osobne traume. Ono što je zajedničko ovim situacijama jest vrlo visok stupanj prijetnje psihičkom i/ili fizičkom integritetu. Konačno, izvori stresa nerijetko su i svakodnevne situacije koje čine mali, neugodni doživljaji poput razočaranja ljudskim postupcima, gužve u prijevozu, buke, a koji se još nazivaju svakodnevnim problemima. Spomenuti autori naglašavaju da takvi problemi, naizgled mali i beznačajni, mogu imati itekako snažniji utjecaj na pojedinca od velikih životnih problema, zbog čega ih ne valja podcjenjivati.

Slično spomenutoj podjeli, autori Elliot i Eisdorfer (1982) stresore dijele u četiri skupine. To su prvenstveno trenutni, odnosno vremenski definirani stresori, kao što je primjerice adrenalinski sport, čekanje na usmeno odgovaranje ispita ili susret s opasnom životinjom. Zatim, autori spominju postojanje više stresora ili situacija koje imaju duži vremenski period pojavljivanja zbog nekog prvotnog događaja, kao što je prekid s partnerom, smrt člana obitelji ili otkaz. Postoje i kronični rascjepkani stresori do kojih može doći jednom u danu, tjednu ili mjesecu, kao na primjer posjet zubaru, te kronični stresori koji traju duži vremenski period, ali ne moraju biti posljedica jednog točno određenog događaja, poput invalidnosti, stresa na poslu ili nesuglasica u obitelji.

U stručnoj literaturi se u novije vrijeme pojavljuju i podjele stresa koje razlikuju pozitivan, podnošljiv i toksičan stres (Branco i Linhares, 2018; Franke, 2014). Pod pojmom „pozitivan stres“ autori podrazumijevaju svakodnevne situacije koje mogu uzrokovati privremeno povećanje razine stresa kojeg je moguće savladati uz manji napor. Nadalje, podnošljiv stres, koji se naziva i tolerabilnim, iziskuje od pojedinca pojačan napor za svladavanje i prilagodbu. Ovaj stres odnosi se na iskustva koja su potencijalno traumatična te uzrokuju značajnu razinu stresa, koja traju dulje i zahtijevaju ulaganje više napora u oporavak. Pod podnošljivim stresom tijelo odgovara na nešto intenzivniji način, a biokemijski odgovori mogu negativno utjecati na strukturu mozga (Franke, 2014). Termin „toksičan stres“ odnosi se na dugotrajnu izloženost toksičnim i traumatskim događajima, što rezultira ozbiljnim i dugotrajnim stresnim odgovorom tijela koje nije u mogućnosti potpunog oporavka (Branco i Linhares, 2018; Franke, 2014).

Primjerice, tu spada ekstremno siromaštvo, koje je povezano sa stalnim obiteljskim kaosom, zlostavljanjem, zanemarivanjem, majčinom depresijom i neprestanom izloženošću nasilju u zajednici ili u obitelji. Ono što je karakteristično za toksični stres jest nepostojanje pozitivnih, odnosno podržavajućih obrazaca ponašanja s odraslima. Bez njih dijete se nalazi u stalnoj izloženosti stresu, u nemogućnosti prevladavanja stresa, čime bi se fiziološki odgovor na prijetnju vratio u početno stanje.

Prilikom proučavanja izvora stresa i njihova utjecaja na pojedinca treba imati na umu da, bez obzira na to što određene situacije kod većeg broja ljudi izazivaju stres, svaki pojedinac određeni stresor doživljava na sebi svojstven način i na njega drugačije reagira. Situaciju koju osoba doživljava kao izrazito stresnu druga osoba može vidjeti daleko manje stresnom. Što se reakcija na stres tiče, u identičnim uvjetima osobe mogu reagirati eksplozivno, a druge povlačenjem; ljutnjom, a druge plaćem; antisocijalnim ponašanjem, a druge negativnim ponašanjem usmjerenim prema sebi. Naime, ta osjetljivost na okolinske čimbenike ovisi o pojedinčevoj kognitivnoj procjeni te situacije.

Autori Lazarus i Folkman (2004) kognitivnu procjenu definiraju kao proces sistematizacije određene situacije koja ima određeno značenje za dobrobit pojedinca. Oni također definiraju tri vrste kognitivnih procjena: primarnu, sekundarnu i ponovljenu kognitivnu procjenu. Primarna je, naime, procjena ona koja prosuđuje je li neki događaj sporedan, te utječe li pozitivno ili stresno na osobu. Takve stresne procjene dolaze u tri oblika: šteta, odnosno gubitak, prijetnja i izazov. Prva navedena se temelji na šteti koju je pojedinac već prošao, druga se odnosi na očekivanu štetu, a treća se odnosi na procese koji su fokusirani na unapređenje i dobitak u budućnosti. Sekundarna kognitivna procjena, autori nastavljaju, odnosi se na procjenu tijeka razvoja određenog događaja. Dakle, pojedinac procjenjuje koja sve konstruktivna rješenja u pojedinom kontekstu postoje, kako ih realizirati te koje posljedice sa sobom određena strategija donosi. Finalno, ponovna se procjena oslanja na izmijenjenu procjenu izgrađenu na informacijama iz određenih okolišnih uvjeta ili pak pojedinca. Uz kognitivnu procjenu često se vezuje i pojam ranjivosti, odnosno vulnerabilnosti. Prema Lazarusu i Folkman (2004), pojam vulnerabilnosti je često povezan s resursima suočavanja, pri čemu je ranjivija osoba ona koja ima manje resursa za suočavanje.

### 3.2. Roditeljski stres i sagorijevanje

Iako se roditeljstvo često dovodi u vezu s ugodnim asocijacijama, suvremeno je roditeljstvo uvelike opterećeno stresom, budući da ubrzani način života, financijski problemi, nesigurna egzistencija, zdravstveni i slični problemi dodatno ugrožavaju roditeljsku stabilnost (Ljubetić, 2007). Autori Crnic i Greenberg (1990) ističu da, iako se može činiti da svakodnevni događaji s kojima se susreću roditelji u roditeljskoj ulozi nisu sami po sebi izrazito stresni, njihov kumulativni učinak tijekom vremena može predstavljati značajan izvor stresa te tako negativno utjecati na roditeljsko, obiteljsko i dječje funkcioniranje. Činjenica da je stres uobičajen za roditeljsku ulogu ne umanjuje njegovu ozbiljnost, stoga ga ne treba trivijalizirati (Deater-Deckard, 1998).

Roditeljski se stres obično opisuje kao negativan, uznemirujući osjećaj prema sebi i djetetu, a takvu uznemirenost i neugodu roditelj direktno pripisuje zahtjevima roditeljstva koji se pred njega postavljaju (Deater-Deckard, 1998). Sabatelli i Waldron (1995) ističu kako se pod pojmom stresa roditeljske uloge podrazumijevaju vanjski pritisci na pojedinca u smislu ostvarivanja roditeljske uloge u skladu s očekivanjima i normama okoline te nemogućnosti ispunjavanja zahtjeva roditeljske uloge u skladu s osobnim očekivanjima i normama. Zahtjevi proizlaze iz djetetove neadaptabilnosti, neprihvatljivosti ponašanja, negativnog raspoloženja, rastresenosti i hiperaktivnosti (Čudina-Obradović i Obradović, 2003). U roditeljski stres pripada roditeljeva depresija, tjeskobna vezanost za dijete, vanjska ograničenja (ekonomska, vremenska), osjećaj roditeljske nekompetencije, usamljenost, loši odnosi s bračnim partnerom te ugroženo fizičko zdravlje (Čudina-Obradović i Obradović, 2003).

Prema Bašić i sur. (2002), postoji nekoliko izvora stresa u obitelji: osobni stres, bračni stres, stres izazvan roditeljskom ulogom te nedostatna potpora okoline. Naime, osobni stres roditelje može učiniti anksioznima i depresivnima, bračni stres je uzrokovan odnosom između bračnih partnera, stres izazvan roditeljskom ulogom vezuje se uz procijenjenu zahtjevnost djeteta. Finalno, autori spominju i nedostatnu potporu okoline u kojoj roditelji nemaju podršku i potporu od strane svoje obitelji i prijatelja. Slično tome, prema Abidinu (1995), koji je konstruirao *Indeks roditeljskog stresa*, roditeljski stres može proizaći iz tri izvora: karakteristika djeteta, karakteristika roditelja te općeg ozračja i događaja koji nemaju izravne veze s roditeljstvom, ali su stresogeni za roditelja. Temeljeno na spomenutom mjernom instrumentu, Profaca i Arambašić (2004) su konstruirale *Upitnik izvora i intenziteta roditeljskog stresa* na hrvatskom uzorku, a u njemu su se usmjerile na procjenu važnosti i značenje određenog izvora stresa

umjesto na njihovu pojavnost. Dobiveno je 13 subskala koje se mogu svesti na tri šire skupine izvora roditeljskog stresa: karakteristike djeteta (zahtjevnost, neadaptiranost i zdravlje djeteta), interakciju roditelja s djetetom (neispunjena očekivanja, vezanost, discipliniranje i komunikacija s djetetom) te karakteristike roditelja i njegovu socijalnu mrežu (nekompetencija, nedostatak podrške, ograničenja roditeljske uloge, odnosi sa supružnikom, materijalna situacija, zahtjevi roditeljskih uloga).

Autor Deater-Deckard (1988) ističe da je za dobro roditeljstvo i za dobrobit djeteta ključna neometana i glatka prilagodba na roditeljsku ulogu, ali i niska razina stresa doživljena u roditeljskoj ulozi kroz životni vijek pojedinca. Međutim, ono što se ističe bitnim za optimalan razvoj djeteta jest i izbor strategija suočavanja sa stresom roditeljstva. Naime, roditelji koji nemaju efikasne strategije suočavanja sa stresom imaju poremećeno roditeljstvo, što predstavlja rizičan čimbenik za pojavu problema u djetetovu ponašanju. Postoji stalna, kružna povezanost tih triju elemenata: roditeljski stres, poremećeno roditeljstvo i problemi ponašanja djeteta (Ljubetić, 2007).

U nedostatku efikasnih strategija suočavanja s izvorima roditeljskog stresa, roditelji su u povećanom riziku za pojavu takozvanog roditeljskog sagorijevanja (engl. *burnout*) (Roskam, Brianda i Mikolajczak, 2018). Sagorijevanje je jedan od najčešće istraživanih aspekata stresom uzorkovane psihološke iscrpljenosti. Ono podrazumijeva iscrpljenost u psihičkom, emocionalnom i kognitivnom smislu, a nastaje zbog dugotrajne izloženosti stresu, u interakciji sa situacijskim i osobnim čimbenicima (Melamed, Kushnir i Shirom, 1992). Samokritičnost, agresivnost, frustracija, nervoza i tjeskoba također se navode kao indikatori sindroma sagorijevanja (Maslach i Schaufeli, 1993, prema Koludrović, Jukić i Reić Ercegovac, 2009). Istraživanja navode da, kako bi se učinkovito spriječilo sagorijevanje, veliku važnost imaju interpersonalni i intrapersonalni čimbenici, a ne samo utjecaj stresnih situacija na pojedinca (Kokkinos, 2007, prema Koludrović i sur., 2009).

Roskam i suradnici (2018) navode kako je sagorijevanje u roditeljskom smislu okarakterizirano četirima glavnim dimenzijama. Prva je dimenzija preplavljajući osjećaj iscrpljenosti u roditeljskoj ulozi. Roditelji, naime, izjavljuju da se osjećaju umorno, bez energije te kao da se ne mogu nositi sa svojom roditeljskom ulogom. Druga dimenziju čini kontrast sa samim sobom, odnosno diskrepancija između toga kakvi su sada i kakvi su nekoć bili kao roditelji. Nadalje, prema istim autorima, treću dimenziju čini osjećaj smanjenog roditeljskog postignuća. Drugim riječima, ovu dimenziju obilježava sumnja u vlastite roditeljske sposobnosti, pri kojoj se roditelji osjećaju kao da ne mogu ispuniti zahtjeve svoje roditeljske uloge. Finalnu, četvrtu

dimenziju čini emocionalno udaljšavanje od djece koja za posljedicu ima postupno opadanje pažnje i uključenosti u odgoj, kao i smanjeno ulaganje u odnos s djecom.

### **3.2.1. Korelati roditeljskog stresa**

Iako postoje neki aspekti roditeljstva koje većina roditelja doživljava stresnim, upravo individualne razlike u procjeni zahtjeva roditeljstva, odnosno stresora, od izuzetne su važnosti za razumijevanje roditeljskog stresa. Prema autoru Deater-Deckard (1998), način na koji će roditelji reagirati na određene događaje, te hoće li ih uopće percipirati kao stresne, ovisi o više faktora poput osobina ličnosti, bračne kvalitete, socijalne podrške te roditeljskih uvjerenja. Autor istuče da je roditeljstvo stresnije kada roditelji imaju manje znanja i kompetencija o zahtjevima roditeljstva te manje emocionalne i instrumentalne podrške.

Kada je riječ o istraživanjima roditeljskog stresa, može se sa sigurnošću reći da je često ispitivana povezanost roditeljskog stresa i raznih karakteristika roditelja. Istraživači u ovom području su se u prvom redu bavili razlikama u intenzitetu doživljaja roditeljskog stresa s obzirom na spol roditelja. Naime, temeljeno na istraživanjima čiji rezultati pokazuju veću uključenost majki u brigu o djetetu u usporedbi s uključenošću očeva, može se očekivati da je ženski spol u većoj mjeri opterećen roditeljskom ulogom, što posljedično može rezultirati intenzivnijim doživljajem roditeljskog stresa. Primjerice, Pećnik (2013) navodi da majke doživljavaju intenzivniji stres roditeljske uloge, a to pripisuje tradicionalnom roditeljstvu, u kojem je majka uključenija u brigu o djeci, te češćem provođenju disciplinskih postupaka kažnjavanja. Osim spola, istraživanja roditeljskog stresa pokazala su da je i dob roditelja značajan prediktor stresa, pri čemu starije majke izvještavaju o višim razinama roditeljskog stresa (Macias, Clifford, Saylor i Kreh, 2001). Što se tiče socioekonomskog statusa, dosadašnja su istraživanja pokazala da niski prihodi i financijski problemi predstavljaju značajan rizičan faktor za nastanak roditeljskog stresa zbog manje dostupnosti raznih resursa (Deater-Deckard, 1998; Lee, Anderson, Horowitz i August, 2009; Mikolajczak, Avalosse i Roskam, 2018).

Također, nerijetko se karakteristike djeteta smatraju izvorima roditeljskog stresa. Primerice, u istraživanju kojeg su proveli Sabih i Sajid (2008), spol i dob djeteta su se pokazali značajnim prediktorima roditeljskog stresa. Naime, roditelji djece s poremećajima iz spektra autizma razlikovali su se u intenzitetu percipiranog stresa na način da su veći intenzitet stresa iskazivali roditelji mlađe djece, te oni roditelji (osobito majke) djece ženskog spola. S druge strane, dob i spol djeteta kao varijable povezane roditeljskim stresom nisu se pokazale značajnima u

istraživanju Milić Babić (2012). Što se tiče broja djece u obitelji, stres roditeljske uloge je intenzivniji kod onih roditelja koji imaju više od jednog djeteta (Pećnik, 2013).

Conger i Elder (1994, prema Čudina-Obradović i Obradović, 2006) su u modelu obiteljskog stresa istaknuli kako stres djeluje na procese i odnose unutar obitelji i kako ti nepovoljni procesi posljedično djeluju na razvoj djece. Prema spomenutom modelu, stres uzrokuje razdražljivost koja negativno utječe na bračni odnos. Narušena kvaliteta bračnog odnosa za posljedicu ima smanjenu roditeljsku dostupnost za dijete, čime se kvaliteta roditeljstva drastično smanjuje. Nalazi istraživanja sugeriraju kako su roditelji koji izvještavaju o višim razinama stresa autoritarniji, grublji i negativniji u svom roditeljstvu i manje uključeni u odgoj djeteta (McBride i Mills, 1994, prema Deater-Deckard, 1998).

Respektirajući rezultate dosadašnjih istraživanja, može se zaključiti da se ističe važnost budućeg istraživanja fenomena roditeljskog stresa, a s ciljem poboljšanja kvalitete roditeljstva i sprječavanja posljedičnih negativnih ishoda kako za dijete, tako i za roditelje.

#### 4. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Cilj istraživanja bio je utvrditi na koji način percipirani stres roditelja, kao i specifični izvori stresa, objašnjavaju kvalitetu roditeljstva.

U skladu s ciljem istraživanja, postavljeni su sljedeći istraživački problemi i hipoteze:

**P1: Ispitati intenzitet i izvore percipiranog stresa roditelja.**

H1: Roditelji doživljavaju blagu do srednju razinu stresa i u najvećoj mjeri iskazuju discipliniranje i komunikacija s djetetom kao izvore stresa.

**P2: Ispitati pojedinačni doprinos roditeljskog stresa i varijabli mentalnog zdravlja u objašnjenju dviju dimenzija kvalitete roditeljstva.**

H2: Očekuje se kako će višim razinama **roditeljskog zadovoljstva** doprinositi ženski spol te niže razine anksioznosti, depresivnosti i stresa.

H3: Očekuje se kako će višim razinama **roditeljske efikasnosti** doprinositi ženski spol te niže razine anksioznosti, depresivnosti i stresa.



## 5. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

### 5.1. Uzorak

U istraživanju je sudjelovalo 345 roditelja djece u dobi od 0 do 10 godina. Od ukupnog broja ispitanika, 327 je majki (94,8%), a 18 očeva (5,2%). Najniža dob ispitanih roditelja je 21, a najviša 52 godine ( $M=33,76$   $SD=6,62$ ). Uzorak je sačinjavao 182 roditelja djece ženskog spola (52,8%) te 163 roditelja djece muškog spola (47,2%), a prosječna dob njihove djece je 4,68 godina ( $SD=2,90$ ). 154 ispitanika roditelji su jednog djeteta (44,6%), njih 114 imaju po dvoje djece (33%), a 77 je roditelja koji imaju troje ili više djece (22,3%). Od ukupnog broja ispitanika 273 su stalno zaposlena (73,3%), nezaposlenih je 63 (18,3%), a povremeno zaposlenih 29 (8,4%). Što se tiče mjesta prebivališta, 133 ispitanika roditelja žive u urbanoj sredini (38,6%), 123 u manjem gradu/mjestu (35,7%), a njih 89 u ruralnoj sredini (25,8%). Procijenjeni materijalni status 11 roditelja je značajno bolji od ostalih (3,2%), materijalni status 100 roditelja je bolji od ostalih (29%), njih 220 procjenjuje svoj materijalni status jednakim ostalima (63,8%), a 14 roditelja smatra da je njihov materijalni status lošiji od ostalih (4,1%).

### 5.2. Instrument i postupak istraživanja

Ispitanici su podvrgnuti *online* upitniku (Prilog 1), konstruiranom u *Google Obrascima*, u vremenskom periodu od početka srpnja do sredine kolovoza 2022. Pristupanje upitniku bilo je na dobrovoljnoj osnovi i u potpunosti anonimno.

U prvom, općem dijelu upitnika od ispitanika su se tražile informacije sociodemografske prirode, i to: spol, dob, spol djeteta, dob djeteta, broj djece u obitelji, radni status, mjesto prebivališta i materijalni status obitelji. Također, roditelji su trebali procijeniti i osobno zadovoljstvo mjesečnim primanjima obitelji.

Kako bi se ispitala razina stresa kod roditelja, drugi dio upitnika bazirao se na *Skali depresivnosti, anksioznosti i stresa DASS-21* (Lovibond i Lovibond, 1995), jednoj od najpoznatijih mjera za ispitivanje spomenutih emocionalnih stanja. Skala je sačinjena od 21 tvrdnje, po 7 za svako od 3 emocionalna stanja, a što je viši rezultat na pojedinoj subskali, to je viša razina prisutnosti ispitivanog emocionalnog stanja kod ispitanika. Ispitanici su trebali označiti na skali Likertovog tipa od 0 do 3 koliko su često doživljavali stanja opisana u

tvrdnjama, pri čemu je 0 značila „uopće se ne odnosi na mene“, a 3 „u potpunosti se odnosi na mene“.

U trećem dijelu upitnika korišten je *Upitnik izvora i intenziteta roditeljskog stresa* (Profaca i Arambašić, 2004) koji je spomenut u prethodnom poglavlju. Podsjetimo, taj se upitnik sastoji od 13 subskala koje se mogu grupirati u tri glavne kategorije izvora stresa: karakteristike djeteta, interakcija roditelja s djetetom te karakteristike roditelja i njegova socijalna mreža. Ispitanici su trebali na skali od 0 do 3 odabrati broj koji najbolje opisuje koliko je navedena situacija za njih uznemirujuća, teška, tj. stresna. Pritom je 0 značila „situacija mi nije teška, uznemirujuća, stresna“, a 3 „situacija je za mene jako uznemirujuća, teška, stresna.“

Četvrti dio upitnika, koji je ujedno i posljednji, temelji se na *Upitniku roditeljskog doživljaja kompetencije* (*The Parenting Sense of Competence*, Gibaud-Wallston i Wandersmann, 1978, prema Johnston i Mash, 1989). Sastoji se od 17 tvrdnji koje ispituju dvije dimenzije: roditeljsko zadovoljstvo i roditeljsku samoefikasnost. Dakle, na skali od 1 do 6 ispitanici su trebali procijeniti svoje slaganje s navedenim tvrdnjama, pri čemu je 1 „uopće se ne slažem“, a 6 „u potpunosti se slažem.“ Ovim se dijelom upitnika nastojala ispitati procijenjena kvaliteta roditeljstva promatrana kroz dimenzije zadovoljstva roditeljstvom i roditeljske samoefikasnosti.

## 6. REZULTATI

Kako bi se odgovorilo na prvi istraživački problem izračunati su deskriptivni parametri za različite izvore roditeljskog stresa. *Tablica 1* prikazuje deskriptivne parametre promatranih varijabli na cijelome uzorku sudionika.

*Tablica 1. Deskriptivni parametri promatranih varijabli na cijelome uzorku sudionika (N=345)*

	Varijabla	Cronbach <i>Alpha</i> koeficijent	<i>M</i>	<i>SD</i>	Raspon	Teorijski raspon	Asimetričnost (S.P.)	Kurtičnost (S.P.)
Sociodemografska obilježja	Dob roditelja	/	33.76	6.62	21-52	/	-0.446 (0.131)	2.381 (0.262)
	Dob djeteta	/	4.68	2.90	0-10	/	0.302 (0.131)	-1.107 (0.262)
	Zadovoljstvo primanjima	/	1.84	0.86	0-3	0-3	-0.414 (0.131)	-0.399 (0.262)
Kvaliteta roditeljstva	Roditeljsko zadovoljstvo	.76	3.87	0.69	2.22-6	1-6	-0.207 (0.131)	-0.212 (0.262)
	Roditeljska efikasnost	.63	3.63	0.68	1-5.25	1-6	-0.406 (0.131)	0.384 (0.262)
Varijable mentalnog zdravlja	Stres	.89	19.80	10.84	0-42	0-42	0.176 (0.131)	-0.898 (0.262)
	Anksioznost	.86	10.18	10.02	0-42	0-42	0.924 (0.131)	-0.044 (0.262)
	Depresivnost	.90	11.44	10.88	0-42	0-42	1.068 (0.131)	0.266 (0.262)
Izvori roditeljskog stresa	Zahtjevnost djeteta	.71	5.77	3.30	0-15	0-15	0.310 (0.131)	-0.484 (0.262)
	Neadaptiranost	.64	4.68	3.10	0-14	0-15	0.612 (0.131)	-0.103 (0.262)
	Zdravlje	.81	3.98	3.92	0-15	0-15	1.002 (0.131)	0.063 (0.262)
	Neispunjena očekivanja	.77	3.73	3.11	0-15	0-15	0.806 (0.131)	0.145 (0.262)

	Varijabla	<i>Cronbach Alpha koeficijent</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	Raspon	Teorijski raspon	Asimetričnost (S.P.)	Kurtičnost (S.P.)
Izvori roditeljskog stresa	Vežanost za dijete	.76	6.90	3.70	0-15	15.00	0.160 (0.131)	-0.742 (0.262)
	Discipliniranje djeteta	.70	5.51	3.30	0-15	0-15	0.363 (0.131)	-0.470 (0.262)
	Komunikacija s djetetom	.77	5.86	3.50	0-14	0-15	0.193 (0.131)	-0.763 (0.262)
	Nekompetencija	.81	4.41	3.60	0-15	0-15	0.758 (0.131)	-0.057 (0.262)
	Nedostatak podrške	.77	5.92	3.89	0-15	0-15	0.431 (0.131)	-0.830 (0.262)
	Ograničenja roditeljske uloge	.80	7.26	4.40	0-15	0-15	0.175 (0.131)	-0.964 (0.262)
	Odnos sa supružnikom	.89	7.00	4.60	0-15	0-15	0.200 (0.131)	-1.073 (0.262)
	Materijalna situacija	.89	5.12	3.73	0-15	0-15	0.558 (0.131)	-0.563 (0.262)
	Zahtjevi drugih uloga	.87	5.20	4.18	0-15	0-15	0.462 (0.131)	-0.843 (0.262)
	Roditeljski stres ukupno	.96	71.32	35.65	1-164	0-195	0.286 (0.131)	-0.551 (0.262)

Legenda: S.P. – standardna pogreška

Iz *Tablice 1* je vidljivo kako distribucije većine promatranih varijabli teže nižim vrijednostima, no veličine koeficijenta asimetričnosti (manji od +/-3) i kurtičnosti (manji od +/-10) dozvoljavaju provođenje parametrijskih statističkih postupaka (Kline, 2005).

Rasponi vrijednosti pet promatranih varijabli odstupaju od teorijskih vrijednosti. Preciznije, najniže vrijednosti *roditeljskog zadovoljstva* više su od teorijski najnižih vrijednosti, dok su najviše vrijednosti roditeljske efikasnosti niže od najviših teorijskih vrijednosti. Također, najviše vrijednosti dvaju izvora roditeljskog stresa – *neadaptiranost* i *komunikacija s djetetom* niže su od teorijski najnižih vrijednosti, a najviši ukupan rezultat roditeljskog stresa niži je od teorijski najvišeg rezultata.

Promatrajući vrijednosti različitih izvora roditeljskog stresa, vidljivo je kako sudionici najintenzivnijim izvorima stresa procjenjuju *ograničenja roditeljske uloge, odnos sa supružnikom i vezanost za dijete*. Najmanje intenzivni izvori roditeljskog stresa su *neispunjena očekivanja, zdravlje i nekompetencija*.

Kako bi se odgovorilo na drugi istraživački problem, provedene su dvije hijerarhijske regresijske analize za kriterijske varijable roditeljska zadovoljstvo i roditeljska efikasnost. Prije provođenja hijerarhijskih regresijskih analiza izračunati su koeficijenti korelacija između promatranih varijabli. *Tablica 2* prikazuje matricu korelacija promatranih varijabli.

Tablica 2. Matrica korelacija promatranih varijabli

Varijabla	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.	
1. Roditeljsko zadovoljstvo	1																							
2. Roditeljska efikasnost	-.61**	1																						
3. Stres	-.56**	.21**	1																					
4. Anksioznost	-.46**	.19**	.73**	1																				
5. Depresivnost	-.52**	.17**	.79**	.75**	1																			
6. Zahtjevnost djeteta	-.47**	.25**	.43**	.37**	.37**	1																		
7. Neadaptiranost	-.43**	.23**	.39**	.33**	.33**	.73**	1																	
8. Zdravlje	-.22**	.10	.22**	.20**	.17**	.45**	.57**	1																
9. Neispunjena očekivanja	-.44**	.20**	.38**	.39**	.41**	.60**	.67**	.55**	1															
10. Vežanost za dijete	-.31**	.19**	.28**	.32**	.25**	.38**	.35**	.16**	.29**	1														
11. Discipliniranje djeteta	-.48**	.22**	.39**	.34**	.35**	.64**	.68**	.53**	.60**	.28**	1													
12. Komunikacija s djetetom	-.41**	.15**	.43**	.35**	.37**	.64**	.67**	.53**	.58**	.24**	.83**	1												

Varijabla	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.
13. Nekompetencija	-.46**	.10	.47**	.44**	.46**	.62**	.68**	.59**	.70**	.25**	.68**	.73**	1										
14. Nedostatak podrške	-.45**	.22**	.46**	.42**	.45**	.51**	.61**	.47**	.59**	.28**	.58**	.59**	.66**	1									
15. Ograničenja roditeljske uloge	-.53**	.29**	.56**	.45**	.53**	.58**	.51**	.26**	.46**	.28**	.47**	.47**	.49**	.62**	1								
16. Odnos supružnika	-.49**	.27**	.55**	.42**	.49**	.54**	.51**	.30**	.44**	.30**	.46**	.51**	.51**	.59**	.78**	1							
17. Materijalna situacija	-.39**	.18**	.38**	.39**	.44**	.52**	.64**	.38**	.51**	.39**	.41**	.44**	.51**	.54**	.54**	.50**	1						
18. Zahtjevi drugih uloga	-.34**	.22**	.34**	.30**	.33**	.46**	.58**	.56**	.56**	.24**	.51**	.54**	.65**	.50**	.41**	.45**	.56**	1					
19. Roditeljski stres ukupno	-.57**	.28**	.55**	.49**	.52**	.79**	.84**	.65**	.77**	.46**	.78**	.80**	.83**	.79**	.73**	.74**	.72**	.73**	1				
20. Spol roditelja	-.02	.03	-.10	-.10	-.11*	.06	.12*	.09	.03	-.00	.05	.07	.10	-.07	.01	.03	.02	.07	.06	1			
21. Dob roditelja	.18**	-.12*	-.18**	-.14**	-.09	-.10	-.08	-.07	-.02	-.26**	-.02	-.02	-.10	-.09	-.06	-.07	-.14*	.01	-.11	.02	1		
22. Spol djeteta	-.08	.08	-.00	.01	-.02	-.01	.03	-.02	.05	.05	.01	-.03	.02	.02	.01	.00	-.07	-.01	.01	-.01	-.06	1	
23. Dob djeteta	.09	-.06	-.08	-.00	.01	-.07	-.00	-.03	.12*	-.13*	.13*	.06	-.02	.02	-.05	-.08	.02	.12*	.01	-.07	.44**	-.09	1
24. Zadovoljstvo primanjima	.07	.02	-.13*	-.11*	-.22**	-.02	-.03	-.03	-.07	-.05	-.02	-.02	-.08	-.04	-.16**	-.11*	-.38**	-.10	-.12	.07	.06	.08	-.04

Legenda: \* -  $p < .05$ ; \*\* -  $p < .01$

*Roditeljsko zadovoljstvo* i roditeljska efikasnost umjereno su negativno povezani. Stres, anksioznost i depresivnost umjereno su negativno povezani s roditeljskim zadovoljstvom. Svi izvori roditeljskog stresa, osim zdravlja, umjereno su negativno povezani s roditeljskim zadovoljstvom, dok je zdravlje nisko negativno povezano s roditeljskim zadovoljstvom. Ukupan rezultat roditeljskog stresa umjereno je negativno povezan s roditeljskim zadovoljstvom, a viša dob roditelja povezana je s višim roditeljskim zadovoljstvom. Stres, anksioznost i depresivnost nisko su pozitivno povezani s roditeljskom efikasnosti. Svi izvori roditeljskog stresa osim zdravlja i nekompetencije nisko su pozitivno povezani s roditeljskom efikasnosti, dok zdravlje i nekompetencija nisu značajno povezani s roditeljskom efikasnosti. Ukupan rezultat na skali roditeljskog stresa nisko je pozitivno povezan s roditeljskom efikasnosti, a dob roditelja nisko je negativno povezana s roditeljskom efikasnosti.

U sve hijerarhijske regresijske analize, nakon kontrole sociodemografskih varijabli, unesene su varijable koje su na bivarijatnoj razini povezane s kriterijskim varijablama.

*Tablica 3* prikazuje rezultate hijerarhijske regresijske analize za kriterijsku varijablu roditeljsko zadovoljstvo.



Tablica 3. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterijsku varijablu roditeljsko zadovoljstvo (N=345)

	Varijabla	1. korak	2. korak	3. korak
Sociodemografska obilježja	Spol roditelja	-.032	-.085	-.046
	Dob roditelja	.169**	.088	.074
	Spol djeteta	-.069	-.072	-.050
	Dob djeteta	.006	.007	.058
	Zadovoljstvo primanjima	.074	-.017	-.030
Varijable mentalnog zdravlja	Stres		-.344**	-.222**
	Anksioznost		-.047	-.001
	Depresivnost		-.217**	-.111
Izvori roditeljskog stresa	Zahtjevnost djeteta			-.067
	Neadaptiranost			.052
	Zdravlje			.109
	Neispunjena očekivanja			-.120
	Vežanost za dijete			-.035
	Discipliniranje			-.328**
	Komunikacija s djetetom			.170*
	Nekompetencija			-.039
	Nedostatak podrške			-.007
	Ograničenja roditeljske uloge			-.118
	Odnos sa supružnikom			-.059
	Materijalna situacija			-.049
	Zahtjevi drugih uloga			-.010
	R <sup>2</sup>	.042*	.349**	.473**
	ΔR <sup>2</sup>		.306**	.124**

Legenda: \* - p<.05; \*\* - p<.01

U prvome koraku unesene su sociodemografske varijable koje objašnjavaju 4.2% varijance roditeljskog zadovoljstva pri čemu je pozitivan prediktor roditeljskog zadovoljstva viša dob roditelja. U drugome koraku unesen je skup varijabli mentalnog zdravlja pri čemu je postotak objašnjene varijance porastao za 30.6%, a višim razinama roditeljskog zadovoljstva doprinose niže razine *stresa* i *anksioznosti*. Unošenjem skupa varijabli roditeljskog stresa postotak objašnjene varijance roditeljskog zadovoljstva porastao je za 12.4% pri čemu niže razine *stresa*

i discipliniranja te više razine komuniciranja s djetetom doprinose višim razinama roditeljskog zadovoljstva.

Tablica 4. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterijsku varijablu roditeljska efikasnost (N=345)

	Varijabla	1. korak	2. korak	3. korak
Sociodemografska obilježja	Spol roditelja	.036	.055	.022
	Dob roditelja	-.124*	-.089	-.086
	Spol djeteta	.074	.074	.054
	Dob djeteta	.005	.004	-.011
	Zadovoljstvo primanjima	.021	.045	.047
Varijable mentalnog zdravlja	Stres		.144	.029
	Anksioznost		.079	.055
	Depresivnost		.000	-.054
Izvori roditeljskog stresa	Zahtjevnost djeteta			.062
	Neadaptiranost			.013
	Neispunjena očekivanja			.013
	Vežanost za dijete			.054
	Discipliniranje			.207*
	Komunikacija s djetetom			-.260*
	Nedostatak podrške			-.003
	Ograničenja roditeljske uloge			.136
	Odnos sa supružnikom			.100
	Materijalna situacija			-.054
	Zahtjevi drugih uloga			.123
		R <sup>2</sup>	.023	.064*
	ΔR <sup>2</sup>		.042**	.082**

Legenda: \* - p<.05; \*\* - p<.01

U prvome koraku unesene su sociodemografske varijable koje značajno ne objašnjavaju varijancu *roditeljske efikasnosti*. Uvođenjem skupa varijabli mentalnog zdravlja objašnjeno je 6.4% varijance *roditeljske efikasnosti*, no nijedna od varijabli značajno ne doprinosi objašnjenju roditeljske efikasnosti. Uvođenjem skupa varijabli roditeljskog stresa, dodatno je objašnjeno 8.2% varijance *roditeljske efikasnosti*, a višim razinama *roditeljske efikasnosti* doprinose više razine *discipliniranja* i niže razine *komunikacije s djetetom*.

## 7. RASPRAVA

Sa sigurnošću se može reći da je roditeljstvo jedna od najvećih, ali i najzahtjevnijih životnih uloga koju pojedinac na sebe može preuzeti. Dok se pojam roditeljstva većinom vezuje uz ugodne emocije, svakodnevne situacije s kojima se roditelji susreću prilikom skrbi o djeci mogu biti itekako stresne te izazivati i one neugodne emocije, za koje se drži da mogu negativno utjecati na odnos roditelj-dijete, kao i na djetetov razvojni put. Upravo u tome leži relevantnost istraživanja stresnih situacija na kvalitetu roditeljstva. Podsjetimo, kako bi se proširile spoznaje o utjecajima stresa na kvalitetu roditeljstva, cilj ovog rada bio je utvrditi na koji način percipirani stres roditelja, kao i specifični izvori stresa, objašnjavaju kvalitetu roditeljstva. U nastavku su raspravljani dobiveni rezultati te su povezani s postojećim znanjima i rezultatima empirijskih istraživanja u ovom području.

### 7.1. Intenzitet i izvori percipiranog stresa roditelja

Prvi problem istraživanja odnosio se na ispitivanje intenziteta i izvora roditeljskog stresa. Rezultati istraživanja Proface i Arambašić (2004), koje su ujedno i autorice korištenog upitnika, upućuju na to da roditelji, općenito govoreći, doživljavaju blagu do umjerenu razinu stresa. Prema njima, najintenzivniji izvori roditeljskog stresa su *discipliniranje djeteta, komunikacija s djetetom i zahtjevi drugih uloga*, a subskala najmanjeg intenziteta roditeljskog stresa *neispunjena očekivanja*. U ovom je istraživanju najviši ukupan rezultat roditeljskog stresa niži od teorijski najvišeg rezultata, što upućuje na zaključak da ispitani roditelji doživljavaju ponešto blaži intenzitet generalnog stresa. Taj nalaz je i dalje u skladu sa spomenutim istraživanjem, ali i sa postavljenom hipotezom ovog istraživanja. Međutim, uzmu li se rezultati ovog istraživanja u obzir, vidljivo je kako ispitanici najintenzivnijim izvorima stresa procjenjuju *ograničenja roditeljske uloge, odnos sa supružnikom i vezanost za dijete*, a najmanje intenzivnim izvorom stresa, kao i kod Proface i Arambašić (2004), pokazala su se *neispunjena očekivanja*. Navedeno upućuje na zaključak da je **hipoteza H1 djelomično potvrđena**.

Nalaz da su roditelji izvijestili o *ograničenjima roditeljske uloge* kao najintenzivnijem izvoru roditeljskog stresa može se objasniti činjenicom da je čak gotovo tri četvrtine (73,3%) ispitanih roditelja stalno zaposleno. Suvremeni ubrzani način života nedvojbeno je dodatno otežan brojem životnih uloga koje pojedinac obavlja u jednom danu te se logičnim čini da osobe koje su zaposlene, a ujedno i roditelji, doživljavaju visoki intenzitet stresa i imaju manje vremena za

život van roditeljstva i radnog mjesta. No, sve je to dodatno otežano ako pojedinac doživljava i stres na radnom mjestu, koji može imati snažnog utjecaja na funkcioniranje pojedinca (Juras, Knežević, Golubić, Milošević i Mustajbegović, 2009). Radni kontekst se pokazao i važnom determinantom roditeljskog ponašanja (Belsky, 1984), a istraživanje autorica Sočo i Keresteš (2010) je pokazalo da je najznačajniji prediktor roditeljskog ponašanja upravo subjektivni doživljaj ometanja radne uloge roditeljskom. Preciznije, pokazalo se da je taj doživljaj povezan s negativnim roditeljstvom.

## **7.2. Doprinos roditeljskog stresa i varijabli mentalnog zdravlja u objašnjenju roditeljskog zadovoljstva**

Drugi postavljeni istraživački problem bio je ispitati pojedinačni doprinos roditeljskog stresa i varijabli mentalnog zdravlja u objašnjenju dviju dimenzija kvalitete roditeljstva. Rezultati dosadašnjih istraživanja upućuju na to da se roditelji koji sebe percipiraju kompetentnima, odnosno efikasnim, osjećaju spremnima i odgovornima za roditeljsku ulogu, ali i uživaju u roditeljstvu (Lacković-Grgin, 1994). Dakle, u njima je utvrđena pozitivna korelacija između roditeljskog zadovoljstva i efikasnosti. Međutim, rezultati kvalitete roditeljstva općenito odstupaju od teorijskih vrijednosti (Profaca i Arambašić, 2004) i to na način da su ispitanici iskazali nešto više *roditeljsko zadovoljstvo*, a nižu *roditeljsku samoefikasnost*. Zanimljiv je i iznenađujuć rezultat da su te dvije varijable kvalitete roditeljstva umjereno negativno povezane. Drugim riječima, što se roditelji procjenjuju kompetentnijima u roditeljstvu, to su manje zadovoljni u svojoj ulozi roditelja i obrnuto.

Općenito govoreći, postavlja se pitanje idu li kompetentnost i *zadovoljstvo* ruku pod ruku. Milanović i sur. (2000, 121, prema Ljubetić, 2007) navode kako je kompetentan roditelj „višestruko senzibiliziran, informiran i educiran“ te onaj koji se dobro osjeća u ulozi roditelja. S druge strane, neka poimanja roditeljske kompetencije ne uključuju varijablu roditeljskog zadovoljstva. Primjerice, Hrvatski enciklopedijski rječnik (2002, prema Ljubetić, 2007) pod pojmom kompetencije smatra samo priznatu stručnost, odnosno sposobnost kojom pojedinac raspolaže. Ne postoji jedinstveno obrazloženje ovog nalaza, no moguće je da kompetentnost u roditeljstvu iziskuje mnogo truda i nastojanja, zbog čega neki kompetentni roditelji izvještavaju o niskom stupnju roditeljskog zadovoljstva. Drugo pojašnjenje ovakvog nalaza odnosi se na nedostatak samoprocjene kao metode prikupljanja podataka. Naime, upitna je objektivnost

podataka, moguća pojava tendencije davanja socijalno poželjnih odgovora te dosjećanja kao metode uvida u vlastite doživljaje i ponašanja (Brajša-Žganec, 2002).

Sljedeći nalaz u skladu s drugim istraživačkim problemom jest da su anksioznost i depresivnost umjereno negativno povezani s *roditeljskim zadovoljstvom*. Međutim, varijabla stresa se pokazala statistički daleko značajnijom u objašnjavanju stupnja roditeljskog zadovoljstva od anksioznosti i depresivnosti. Naime, iako postoji tek mali broj istraživanja stresa i roditeljskog zadovoljstva, kada se govori o te dvije varijable može se povući paralela s istraživanjem Moh i Magiati (2012) prema kojem se više razine zadovoljstva roditeljstvom povezuju s manjim intenzitetom stresa. Slično, Geikina i Martinsone (2015, prema Osmančević Katkić, Lang Morović i Kovačić, 2017) ističu kako se roditeljska kompetencija, a time i zadovoljstvo roditeljstvom kao njen neodvojiv dio, povezuju sa stresom. Nadalje, što se tiče poveznice između kvalitete roditeljstva i depresivnosti i anksioznosti, istraživanja su, kako je u teorijskom dijelu spomenuto, pokazala da se spomenute varijable mentalnog zdravlja ogledaju u negativnom utjecaju na odnos roditelj-dijete. Pronađeno je da roditelji koji imaju izraženu depresivnost pokazuju manje emocija i prihvaćanja prema djetetu te koriste neadekvatne roditeljske stilove (Epkins i Harper, 2016; Hirshfeld i sur., 1997; Kendler i sur., 1997; Whaley, Pinto i Sigman, 1999). Iako ne postoji mnogo istraživanja povezanosti varijabli depresivnosti i anksioznosti s roditeljskim zadovoljstvom, logičnim se čini zaključiti da negativno roditeljstvo izazvano narušenim mentalnim zdravljem narušava i stupanj zadovoljstva roditeljskom ulogom, što se i pokazalo djelomično točnim u ovom istraživanju.

Nadalje, u teorijskom dijelu je spomenuto da se može očekivati da je ženski spol u većoj mjeri opterećen roditeljskom ulogom, što posljedično može rezultirati intenzivnijim doživljajem roditeljskog stresa (Pećnik, 2013). Međutim, u ovom istraživanju nije pronađena statistički značajna razlika između spola roditelja i percepcije intenziteta roditeljskog stresa. Taj nalaz upućuje na odmak od tradicionalne uloge majke, za koju je karakteristična veća briga za djecu u usporedbi s očevima, zbog čega se pretpostavlja da su doživljavale intenzivniji stres roditeljske uloge. Spomenuti rezultat otvara vrata „novom očinstvu“ (Ljubetić, 2007) za koje je karakteristično veće uključivanje u skrb i brigu o djetetu nego li je to slučaj u tradicionalnoj ulozi oca. Osim spola, istraživanja roditeljskog stresa pokazala su da je i dob roditelja značajan prediktor stresa, pri čemu starije majke izvještavaju o višim razinama roditeljskog stresa (Macias i sur., 2001), što se može povezati i s nižim razinama zadovoljstva roditeljstvom. Suprotno tome, ovim je istraživanjem utvrđeno da je viša dob roditelja korelat višeg *zadovoljstva roditeljstvom*. Promatrano na životnoj razini, razumnim se čini da će mlađe majke,

posebno s mlađom djecom, osjećati veće opterećenje roditeljskom ulogom te biti manje zadovoljne vlastitim roditeljstvom.

Također, u ovom se istraživanju pokazalo da niže razine discipliniranja i više razine komuniciranja s djetetom doprinose višim razinama *roditeljskog zadovoljstva*. To ne iznenađuje, budući da se razumnim čini da će zadovoljniji biti oni roditelji koji pokazuju znakove kvalitetnog roditeljstva, a niže discipliniranje i više komunikacije s djetetom to i jesu. Naime, Bašić i sur. (2002) navode kako uspješni roditelji komuniciraju otvoreno i prijateljski, a takvo komuniciranje umjesto pukog provođenja discipline nad djetetom zasigurno je znak pozitivnog roditeljstva.

Uzevši navedeno u prethodnim paragrafima u obzir, može se zaključiti da je **hipoteza H2 djelomično potvrđena**. Suprotno pretpostavci da će višim razinama roditeljskog zadovoljstva doprinositi ženski spol te niže razine anksioznosti, depresivnosti i stresa, od navedenih se samo stres pokazao statistički značajnim prediktorom roditeljskog zadovoljstva.

### **7.3. Doprinos roditeljskog stresa i varijabli mentalnog zdravlja u objašnjenju roditeljske samoefikasnosti**

Nadalje, iznenađujuć je rezultat ovog istraživanja koji dovodi u vezu nisku pozitivnu povezanost varijable stresa s *roditeljskom samoefikasnosti*. Drugim riječima, istraživanje je pokazalo da roditelji koji percipiraju intenzitet stresa višim, procjenjuju svoje roditeljstvo efikasnijim. Odgovor na pitanje što je uzrok takvoj povezanosti nije jednoznačan, no ponudit će se nekoliko mogućih objašnjenja. Prvenstveno, ono što može objasniti ovakav nalaz jest prisutnost socijalno poželjnog odgovaranja. Roditelji su, zbog uvjerenja o tome koji bi odgovor bilo poželjno odabrati, možda imali tendenciju odabrati više brojeve u tvrdnjama koje su se odnosile na samoprocijenjenu roditeljsku efikasnost, iako se s tim tvrdnjama nisu slagali. S druge strane, mooguće je i da zaista postoji povezanost između stresa i procijenjene roditeljske samoefikasnosti na način da roditelji upravo zbog nastojanja da budu efikasni u roditeljstvu doživljavaju više razine stresa.

Iako se pokazalo da dob roditelja ima utjecaja na zadovoljstvo roditeljstvom, ona nije značajna u objašnjavanju varijance *roditeljske efikasnosti*, kao ni ostale sociodemografske varijable korištene u istraživanju, uključujući i spol roditelja koji se smatrao prediktivnim u postavljanju istraživačkog problema. Iako majke imaju tendenciju sudjelovati u istraživanjima o roditeljstvu

više nego očevi, rezultati dosadašnjih istraživanja nisu dali jednoznačan odgovor na pitanje o utjecaju spola na procijenjenu roditeljsku kompetentnost. Primjerice, Gibaud-Wallston i Wandersmann (1978, prema Johnston i Mash, 1989) su u svom istraživanju došli do nalaza da se majke u odnosu na očeve procjenjuju kompetentnijima za obnašanje roditeljske uloge, dok u drugim istraživanjima nije pronađena poveznica između spola i subjektivne roditeljske kompetentnosti (Rogers i Matthews, 2004, prema Reić Ercegovac, 2011). I ovaj je nalaz moguće povezati s povećanom uključenosti očeva u odgoj djece, odnosno odmakom od tradicionalnog roditeljstva u kojem je majka na sebe preuzimala glavninu poslova i odgovornosti vezanih za odgoj i skrb o djeci.

Zanimljiv je i nalaz koji govori da postoji statistički značajna povezanost između *roditeljske efikasnosti* i discipliniranja te komuniciranja s djetetom, na način da višim razinama procijenjene roditeljske efikasnosti doprinose više razine discipliniranja i niže razine komunikacije s djetetom. Navedeni se rezultat ne može jednoznačno protumačiti, no neke od mogućih interpretacija će se iznijeti u nastavku. Moguće je da su roditelji koji se procjenjuju efikasnim u ovom slučaju kruti i strogi po pitanju roditeljstva te da ne propituju kvalitetu svojeg roditeljstva. Naime, pristup socijalnih kognicija sugerira da su ponašanja ljudi pod utjecajem percepcija i socijalnih kognicija (Holden, 2010, prema Reić Ercegovac, 2011), pa se čini logičnim da roditeljeva uvjerenja i socijalne kognicije imaju utjecaja na roditeljska ponašanja i aktivnosti. Isti autor navodi i pojam metaroditeljstvo, koje se odnosi na razmišljanje o roditeljstvu, predviđanje, ruminaciju, refleksiju i rješavanje problema. Percepcija roditelja o tome koliko je kompetentan i efikasan u svojoj roditeljskoj ulozi, te zadovoljstvo kojeg doživljava kao roditelj također su kategorije socijalnih kognicija relevantne za roditeljska ponašanja i postupke koji izravno utječu na razvoj djeteta (Reić Ercegovac, 2011). Osim toga, moguće objašnjenje ovakvog rezultata leži i u metodološkim poteškoćama upitnika, budući da je pouzdanost te subscale nešto niža, no i dalje se smatra prikladnom za istraživačke svrhe. Također, i u ovom je slučaju potrebno uzeti u obzir socijalno poželjno odgovaranje, sklonost tome da na pitanja koja se tiču kvalitete roditeljstva subjektivno odgovara višim vrijednostima.

Suprotno predviđanju da će višim razinama roditeljske efikasnosti doprinosti ženski spol te niže razine anksioznosti, depresivnosti i stresa, rezultati istraživanja ne upućuju na to, stoga se zaključno može reći da je **hipoteza H3 odbačena**. Drugim riječima, pokazalo se da je stres u pozitivnoj korelaciji s roditeljskom efikasnosti.



## 8. OGRANIČENJA I DOPRINOS ISTRAŽIVANJA

Pri interpretaciji dobivenih nalaza potrebno je napraviti i osvrt na ograničenja samog istraživanja. U ovom slučaju, primarno ograničenje, koje je već spominjano, odnosi se na samoprocjenu kao metodu prikupljanja podataka. Najčešće zamjerke korištenju samoprocjene odnose se na visoki stupanj subjektivnosti podataka, davanje socijalno poželjnih odgovora, kao i upitna sposobnost dosjećanja i uvida u vlastite doživljaje i ponašanja (Brajša-Žganec, 2002). Iz tog je razloga većinu rezultata potrebno uzeti s rezervom. Međutim, iako ima negativnih strana, samoprocjena se često koristi jer se smatra da može dati uvid u obiteljske procese iznutra. Nadalje, drugo ograničenje odnosi se na uzorak ispitanika koji uključuje tek 5,2% roditelja muškog spola. Iako je to bilo očekivano, budući da majke imaju tendenciju češće ispunjavati upitnike vezane za roditeljstvo, postavlja se pitanje generalizacije donesenih zaključaka koji se odnose na varijablu spola. Iduće se ograničenje tiče korištenja *Upitnika izvora i intenziteta roditeljskog stresa* (Profaca i Arambašić, 2004) na uzorku roditelja djece od 0 do 10 godina, usprkos činjenici da je originalno namijenjen roditeljima djece predškolske dobi.

S druge strane, ovo je istraživanje, unatoč nekim ograničenjima, pružilo uvid u poveznicu stresa i njegovog utjecaja na roditeljstvo, što je izrazito značajno budući da ne postoji veliki broj istraživanja ove teme. Uvriježeno je mišljenje da su anksioznost i depresivnost značajniji prediktori niže kvalitete roditeljstva od stresa, a ovo je istraživanje ukazalo na važnost skretanja pažnje na stres u smislu utjecaja na roditeljstvo. Nadalje, doprinos ovog istraživanja ogleda se i u neočekivanim rezultatima koji se ne mogu jednoznačno objasniti, zbog čega se ističe važnost daljnjeg istraživanja stresa i njegovog utjecaja na roditeljstvo i na djetetov razvojni put.

## 9. ZAKLJUČAK

Uzimajući sve navedeno u obzir, može se reći da je stres kao posljedica suvremenog načina života neodvojiv i od obiteljskog funkcioniranja. Pregledom literature ustanovljeno je da su izvori stresa nerijetko i svakodnevne situacije koje čine mali, neugodni doživljaji koji, naizgled mali i beznačajni, mogu imati itekako snažniji utjecaj na pojedinca od velikih životnih problema, zbog čega ih ne valja podcjenjivati. Može se zaključiti kako se suvremene obitelji sve više susreću s brojnim izazovima koji za posljedicu mogu izazvati stresni odgovor, a on na ovaj ili onaj način ima utjecaja na kvalitetu roditeljstva.

S druge strane, u ovom se radu problematizirala i kvaliteta roditeljstva proučavana kao subjektivni doživljaj roditelja. U tom se kontekstu spomenuti doživljaj definirao kroz varijable roditeljske efikasnosti i zadovoljstva. Kako bi se dodatno ispitala poveznica između svakodnevnog stresa koji može biti toksičan za razvoj pojedinca, a i djeteta, i kako bi se potaknulo roditelje na refleksiju o vlastitoj kvaliteti roditeljstva, u provedenom istraživanju nastojalo se odgovoriti na pitanje kako percipirani stres roditelja i izvori stresa objašnjavaju kvalitetu roditeljstva. Istraživanje je pokazalo neke iznenađujuće rezultate: roditeljska efikasnost i zadovoljstvo negativno su povezani, a efikasnost i stres su u pozitivnom odnosu. Na takve rezultate nije moguće dati jednoznačno objašnjenje, no upravo u tim rezultatima leži relevantnost ovog istraživanja. Naime, respektirajući navedeno, može se zaključiti da je ovo istraživanje pokazalo novi smjer budućim istraživanjima u ovom polju.

## LITERATURA

- Abidin, R. R. (1990). Introduction to the special issue: The stresses of parenting. *Journal of Clinical Child Psychology, 19*(4), 298–301.
- Abidin, R. R. (1995). Parenting Stress Index. Odessa: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Bašić, J., Ferić, M. i Kranželić, V. (2002). Roditeljski stres. U: Zrno, *Časopis za obitelj, vrtić, školu, 15*(50-51), 22-23.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development, 55*(1), 83–96.
- Belsky, J. i Isabella, R. (1986). Maternal, infant, and social–contextual determinants of attachment security. U: J. Belsky i R. Isabella (Ur.). *Clinical implications of attachment*, 41–94. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Bradshaw, K. M. i Donohue, B. (2014). Parental Satisfaction and Child Maltreatment. U: Michalos, A. C. (Ur.) *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research*. Springer, Dordrecht.
- Brajša-Žganec, A. (2002). Roditeljske metaemocije i socijalno-emocionalni razvoj djece, doktorska disertacija. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet.
- Branco, M. i Linhares, M. (2018). The toxic stress and its impact on development in the Shonkoff's Ecobiodevelopmental Theoretical approach. *Estudos de Psicologia (Campinas), 35*, 89-98.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American psychologist, 32*(7), 513-531.
- Callender, K. A., Olson, S. L., Choe, D. E. i Sameroff, A. J. (2012). The effects of parental depressive symptoms, appraisals, and physical punishment on later child externalizing behavior. *Journal of Abnormal Child Psychology, 40*(3), 471-483.
- Carpenter, A. i Donohue, B. (2006). Parental satisfaction in child abuse and neglect: A review of standardized measures. *Aggression and Violent Behavior, 11*, 577-586.
- Coleman, P. K. i Karraker, K. H. (2000). Parenting self-efficacy among mothers of school-age children: Conceptualization, measurement, and correlates. *Family Relations, 49*, 13-24.

- Crnic, K. A. i Greenberg, M. T. (1990). Minor parenting stresses with young children. *Child Development, 61*, 1628–1637.
- Crnic, K.A. i Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. U: M. Bornstein (Ur.), *Handbook of parenting, 5*, 243-268. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2003). Potpora roditeljstvu: izazovi i mogućnosti. *Revija za socijalnu politiku, 10(1)*, 45-68.
- Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). Psihologija braka i obitelji. Zagreb: Golden marketing - Tehnička knjiga.
- Darling, N. (1999). Parenting style and its correlates. Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois, Illinois.
- Deater-Deckard, K. (1998). Parenting stress and child adjustment: Some old hypotheses and new questions. *Clinical Psychology: Science and Practice, 5(3)*, 314–332.
- Elliot, G. R. i Eisdorfer, C. (1982). Stress and human health. New York: Springer.
- Epkins, C. C. i Harper, S. L. (2016). Mothers' and Fathers' Parental Warmth, Hostility/Rejection/Neglect, and Behavioral Control: Specific and Unique Relations with Parents' Depression Versus Anxiety Symptoms. *Parenting, 16(2)*, 125-145.
- Franke, H. (2014). Toxic Stress: Effects, Prevention and Treatment. *Children, 1*, 390-402.
- Hirshfeld, D. R., Biederman, J., Brody, L., Faraone, S. V. i Rosenbaum, J. F. (1997). Expressed emotion toward children with behavioral inhibition: Associations with maternal anxiety disorder. *Journal of the American Academy of Child i Adolescent Psychiatry, 36(7)*, 910-917.
- Hudek-Knežević, J. i Kardum, I. (2006). Stres i tjelesno zdravlje. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Johnston, C. i Mash, E. J. (1989). A Measure of Parenting Satisfaction and Efficacy. *Journal of Clinical Child Psychology, 18(2)*, 167-175.
- Juras, K., Knežević, B., Golubić, R. Milošević, M. i Mustajbegović, J. (2009). Stres na radu: mjere prepoznavanja, rješenja i prevencija. *Sigurnost, 51(2)*, 121-126.
- Juul, J., (1996). Vaše kompetentno dijete. Zagreb: Educa.

- Kendler, K. S., Sham, P. C. i MacLean, C. J. (1997). The determinants of parenting: an epidemiological, multi-informant, retrospective study. *Psychological Medicine*, 27, 549-563.
- Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac Jagodić, G. (2011). Doživljaj kompetentnosti u roditeljskoj ulozi i sukobi između roditelja i adolescenata. *Suvremena psihologija*, 14(1), 17-34.
- Keresteš, G., Brković, I., Kuterovac Jagodić, G. i Greblo, Z. (2012). Razvoj i validacija Upitnika roditeljskog ponašanja. *Suvremena psihologija*, 15(1), 23-41.
- Kline, R. B. (2005). Principles and practice of structural equation modeling. 2nd edition. New York: Guilford Press.
- Koludrović, M., Jukić, T. i Reić Ercegovac, I. (2009). Sagorijevanje na poslu kod učitelja razredne i predmetne nastave te srednjoškolskih nastavnika. *Život i škola: časopis za teoriju i praksu odgoja i obrazovanja*, 22, 235-249.
- Lacković-Grgin, K. (2011). Doživljaj i praksa roditeljstva u različitim životnim razdobljima. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 20(4 (114)), 1063- 1083.
- Lazarus, R. S. i Folkman S. (2004). Stres, procjena i suočavanje. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Lee, C.-Y. S., Anderson, J. R., Horowitz, J. L., i August, G. J. (2009). Family Income and Parenting: The Role of Parental Depression and Social Support. *Family Relations*, 58(4), 417–430.
- Lovibond, S. H. i Lovibond, P. F. (1995). Manual for the Depression Anxiety and Stress Scales. Sydney: Psychology Foundation.
- Maglica, T. (2017). Obilježja roditeljstva i odnos roditelja prema kockanju kao prediktori kockanja muške djece, doktorska disertacija. Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Zagreb.
- Mandarić Vukušić, A. (2016). Roditeljska kompetencija i (ne)pedagoška zanimanja, doktorska disertacija. Filozofski fakultet, Zagreb.
- Martin C. A. i Colbert, K.K. (1997). Parenting- a life span perspective. The McGraw-Hill Companies Inc.
- Melamed, S., Kushnir, T. i Shirom, A. (1992). Burnout and risk factors for cardiovascular diseases. *Behavioral medicine*, 18(2), 53-60.

- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., i Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect*, 80, 134–145.
- Milić Babić, M. (2012). Neke odrednice roditeljskog stresa u obiteljima djece s teškoćama u razvoju. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 48(2), 66-75.
- Moh, T. A. i Magiati, I. (2012). Factors associated with parental stress and satisfaction during the process of diagnosis of children with Autism Spectrum Disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 6(1), 293-303.
- Osmančević Katkić, L., Lang Morović, M. i Kovačić, E. (2017). Roditeljski stres i doživljaj roditeljske kompetentnosti kod majki djece sa i bez teškoća u razvoju. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 53 (Supplement), 0-0.
- Pandžić, M., Vrselja, I. i Merkaš, M. (2017). Roditeljska samoeфикаsnost i rizično i antisocijalno ponašanje adolescenata: posredujuća uloga roditeljskog kažnjavanja i školske uključenosti. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 53 (Supplement), 0-0.
- Pećnik, N. (2013). Kako roditelji i zajednice brinu o djeci najmlađe dobi u Hrvatskoj. Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pećnik, N. (2021). Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima i djeci u zahtjevnim okolnostima. Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Petani, R. (2007). Odgojni postupci roditelja i međusobne razlike. *Školski vjesnik*, 56(4), 487-503.
- Profaca, B. (2002). Roditeljski stres i neke karakteristike emocionalnog i socijalnog razvoja djeteta predškolske dobi, magistarski rad. Zagreb: Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju.
- Profaca, B. i Arambašić, L. (2004). Uпитnik izvora i intenziteta roditeljskog stresa. *Suvremena psihologija*, 7(2), 243-260.
- Rajter, M. (2013). Obiteljski stresori i obilježja obitelji kao prediktori roditeljskog nasilja nad djecom, doktorska disertacija. Pravni fakultet, Zagreb.
- Reić Ercegovac, I. (2011). Neki prediktori doživljaja roditeljstva majki i očeva djece dojenačke dobi. *Napredak*, 152(2), 267-288.

- Roskam, I., Brianda, M. E. i Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The parental burnout assessment. *Frontiers in Psychology, 9*, 1–12.
- Sabatelli, R. M. i Waldron, R. J. (1995). Measurement issues in the assessment of the experiences of parenthood. *Journal of Marriage and the Family, 57*, 969-980.
- Sabih, F. i Sajid, W. B. (2008). There is Significant Stress among Parents Having Children with Autism. *Rawal Medical Journal, 33*(2), 214-216.
- Sočo, M. i Keresteš, G. (2011). Roditeljsko ponašanje zaposlenih roditelja: povezanost s objektivnim obilježjima posla i subjektivnim doživljajem odnosa roditeljske i radne uloge. *Društvena istraživanja, 20*(3(113)), 647-669.
- Vulić-Prtorić, A. (2002). Obiteljske interakcije i psihopatološki simptomi u djece i adolescenata. *Suvremena psihologija, 5*(1), 31-51.
- Whaley, S. E., Pinto, A. i Sigman, M. (1999). Characterizing interactions between anxious mothers and their children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 67*(6), 826-836.

## PRILOZI

### Prilog 1

Poštovani,

pred vama je upitnik kojemu je cilj utvrditi kako stres utječe na roditeljstvo, a namijenjen je roditeljima koja imaju djecu u dobi od 0 do 10 godina (ako imate više djece, usmjerite se na dijete koje je u navedenoj dobi). Istraživanje se provodi u svrhu izrade diplomskog rada pod mentorstvom prof.dr.sc. Maje Ljubetić i dr. sc. Tonija Maglice na Odsjeku za pedagogiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Splitu.

Sudjelovanje u ovom istraživanju je u potpunosti anonimno i dobrovoljno, svi dobiveni rezultati analizirat će se isključivo na grupnoj razini i koristit će se u znanstvene svrhe. Pritiskom na tipku "Dalje" dajete svoju suglasnost za sudjelovanje u istraživanju i potvrđujete da ste svjesni kako je Vaše sudjelovanje posve dobrovoljno.

U slučaju bilo kakvih pitanja u vezi istraživanja, možete mi se obratiti na e-mail adresu: [marbunic@ffst.hr](mailto:marbunic@ffst.hr). Ispunjavanje upitnika traje od 7-10 minuta. Unaprijed zahvaljujem na odazivu i suradnji!

Marinela Arbunić



**Molim Vas da odaberete ili upišete samo jedan odgovor na sva postavljena pitanja:**

1. Vaš spol                    - muški                    - ženski
2. Vaša dob (molim, upišite) \_\_\_\_\_
3. Spol djeteta koje je u dobi od 0 do 10 godina                    - muški                    - ženski
4. Dob djeteta koje je u dobi od 0 do 10 godina (molim, upišite) \_\_\_\_\_
5. Broj djece u obitelji                    - jedno                    - dvoje                    - troje i više
6. Radni status                    - stalno zaposlen/a                    - povremeno zaposlen/a                    - nezaposlen/a
7. Mjesto prebivališta                    - urbana sredina (grad)                    - manji grad/mjesto                    - ruralna sredina (selo)
8. Kakav je materijalni status Vaše obitelji?
  - materijalni status nam je značajno bolji od ostalih
  - materijalni status nam je bolji od ostalih
  - materijalni status nam je jednak ostalima
  - materijalni status nam je lošiji od ostalih
  - materijalni status nam je značajno lošiji od ostalih

**Molim Vas da na skali od 0-3 izrazite Vaše slaganje s tvrdnjom, pri čemu brojevi znače sljedeće:**

0 – **Uopće** se ne slažem.

1 – **Donekle** se slažem.

2 – **U značajnoj mjeri** se slažem.

3 – **U potpunosti** se slažem.

9. Zadovoljan/na sam mjesečnim primanjima obitelji.                    0                    1                    2                    3

**Molim Vas da pročitate sljedeće tvrdnje i na skali od 0 do 3 odaberete broj koji najbolje opisuje kako ste se osjećali u posljednjih tjedan dana. Brojevi znače sljedeće:**

0 – **Uopće** se ne odnosi na mene.

1 – **Donekle** se odnosi na mene.

2 – **U značajnoj mjeri** se odnosi na mene.

3 – **U potpunosti** se odnosi na mene.

		0	1	2	3
1.	Bilo mi je teško smiriti se.				
2.	Osjećao/la sam da su mi usta bila suha.				
3.	Uopće nisam mogao/la osjetiti neku pozitivnu emociju.				
4.	Imao/la sam teškoće s disanjem (npr. ubrzano disanje, gubitak daha bez tjelesnog napora).				
5.	Bilo mi je teško pokrenuti se da nešto napravim.				
6.	U nekim situacijama sam pretjerano reagirao/la.				
7.	Osjećao/la sam drhtanje (npr. u rukama).				
8.	Osjećao/la sam se jako nervozno.				
9.	Zabrinjavale su me situacije u kojima bih mogao/la paničariti i osramotiti se.				
10.	Osjećao/la sam se kao da se nemam čemu radovati.				
11.	Primjetio/la sam da se vrlo lako uznemirim.				
12.	Bilo mi je teško opustiti se.				
13.	Osjećao/la sam se sjetno i potišteno.				
14.	Nisam podnosio/la da me išta ometa u onome što sam radio/la.				
15.	Osjećao/la sam da sam blizu panike.				
16.	Nisam se mogao/la za ništa iskreno zainteresirati.				
17.	Osjećao/la sam se da kao osoba ne vrijedim puno				
18.	Bio/la sam poprilično osjetljiv/a.				
19.	Osjećao/la sam lupanje srca iako nije bilo fizičkog napora (npr. ubrzani rad srca, osjećaj preskakanja otkucaja).				
20.	Osjećao/la sam se uplašeno bez opravdanog razloga.				
21.	Osjećao/la sam da život nema smisla.				

**Molim Vas da pročitate sljedeće tvrdnje i na skali od 0 do 3 odaberete broj koji najbolje opisuje koliko je navedena situacija za vas uznemirujuća, teška, tj. stresna. Brojevi znače sljedeće:**

0 - Situacija mi **nije teška**, uznemirujuća, stresna.

1 - Situacija je za mene **malo** uznemirujuća, teška, stresna.

2 - Situacija je za mene **umjereno** uznemirujuća, teška, stresna.

3 - Situacija je za mene **jako** uznemirujuća, teška, stresna.

**Ako se situacija na Vas ne odnosi, također odaberite 0 jer Vam to onda nije uznemirujuće.**

		0	1	2	3
1.	Moje dijete burno reagira kad nije po njegovom.				
2.	Moje dijete često plače bez razloga.				
3.	Dijete ne jede dovoljno.				
4.	Nije uporno kad u igri naiđe na prepreku, koliko ja mislim da bi trebalo.				
5.	Ne mogu se lako odvojiti od djeteta kad idem na posao.				
6.	Kad djetetu kažem da nešto učini, ono me ne posluša.				
7.	Moje dijete ne obraća pažnju na ono što mu govorim.				
8.	Ne znam u kojoj dobi treba postaviti neki zahtjev pred dijete, kada što tražiti od njega.				
9.	Glavnina poslova oko odgoja djeteta je na meni.				
10.	Ponekad poželim biti sama/sam, ali to nije moguće.				
11.	Otkad imamo dijete suprug/supruga i ja manje izlazimo sami (bez djeteta).				
12.	Nedostatak novaca onemogućuje mi da odgajam dijete onako kako bih željela/želio.				
13.	Zbog drugih obaveza, malo sam s djetetom.				
14.	Kad moje dijete nešto želi, to mora odmah dobiti.				
15.	Moje dijete je često u sukobu s drugom djecom.				
16.	Moje dijete je često bolesno.				
17.	Dijete ne pokazuje onoliko interesa za igru i aktivnosti koliko bih ja željela/želio.				

		0	1	2	3
18.	Moje dijete mi nedostaje kad nismo skupa.				
19.	Ponekad udarim dijete.				
20.	Dijete me namjerno ne sluša.				
21.	Ne odgajam svoje dijete kako bih htjela /htio.				
22.	Ukućani se upliću u moj odnos s djetetom.				
23.	Nemam slobodnog vremena za sebe.				
24.	Otkad imamo dijete, suprug/supruga i ja se često porječamo.				
25.	Ne mogu udovoljiti svim djetetovim željama, jer za to nemam materijalnih mogućnosti.				
26.	Nisam dovoljno s djetetom, jer mi dan nije dovoljno dug za sve obaveze.				
27.	Moje dijete traži stalnu pažnju.				
28.	Dijete odbija razgovarati sa mnom.				
29.	Moje dijete se ozljeđuje u igri.				
30.	Moje dijete nije onoliko samostalno, koliko ja mislim da može biti.				
31.	Moje dijete prebrzo odrasta.				
32.	Dijete i ja se prepiremo oko onoga što želim da učini.				
33.	Vičem na dijete.				
34.	Nemam strpljenja razvijati djetetovu samostalnost.				
35.	Suprug/supruga ne sudjeluje u odgoju našeg djeteta.				
36.	Nemam vremena za druženje s prijateljima.				
37.	Suprug/supruga i ja smo malo sami, otkad imamo dijete.				
38.	Nemam dovoljno novaca.				
39.	Radim puno i nemam vremena za dijete.				
40.	Moje dijete je stalno u pokretu.				
41.	Dijete je jako vezano za mene.				
42.	Dijete je sklono prehladama.				
43.	Kad nešto radi, dijete to ne radi onoliko brzo, kako mislim da bi moglo.				
44.	Vezana/vezan sam uz dijete.				
45.	Popustljiva/popustljiv sam prema djetetu.				

		0	1	2	3
46.	Moje dijete često govori "neću".				
47.	Ne znam u odgoju postaviti djetetu granice.				
48.	Ne slažem se sa suprugom oko odgoja djeteta.				
49.	Rijetko izlazim ili putujem.				
50.	Otkad imamo dijete, manje razgovaram sa suprugom.				
51.	Odgoj djeteta zahtijeva puno novaca.				
52.	Nemam vremena za kvalitetnu igru s djetetom.				
53.	Moje dijete se teško koncentrira na ono što radi.				
54.	Moje dijete teško zaspi.				
55.	Dijete je bilo često u bolnici.				
56.	Dijete uči više od drugih nego od mene.				
57.	Kad nismo zajedno, stalno mislim što dijete sada radi.				
58.	Kad mu nešto kažem, dijete mi se stalno suprotstavlja.				
59.	Ne znam reći "ne" svom djetetu.				
60.	Nemam dovoljno znanja i vještina za odgoj djeteta.				
61.	Nemam nikog da mi pomogne u odgoju djeteta.				
62.	Osjećam se kao da sam samo roditelj i ništa drugo.				
63.	Otkad imamo dijete, suprug/supruga i ja manje radimo ono što volimo.				
64.	Ne mogu kupiti djetetu sve što bih htjela/htio.				
65.	Često vičem na dijete zbog problema na poslu.				

**Molim Vas da na skali od 1 do 6 označite u kolikoj mjeri se slažete sa svakom pojedinom tvrdnjom.**

Brojke imaju sljedeća značenja:

1 - Uopće **se ne** slažem.

4 - Uglavnom se slažem.

2 – Ne slažem **se**.

5 - Slažem se.

3 - Uglavnom **se ne** slažem.

6 - U potpunosti se slažem.

		1	2	3	4	5	6
1.	Iako roditeljstvo može biti predivno iskustvo, osjećam se frustrirano sada kada je moje dijete u ovoj dobi.						
2.	Liježem i budim se s istim osjećajem kako nisam mnogo postigao/la.						
3.	Ne znam zašto, ali ponekad se osjećam izmanipulirano, a trebao/la bih imati kontrolu nad situacijom.						
4.	Moj/a otac/majka bio/la je bolje pripremljen/a da bude dobar/ra otac/majka, nego što sam to ja.						
5.	Teško je biti roditelj jer nisi uvijek siguran postupaš li dobro ili ne.						
6.	Ponekad mi se čini da ništa ne stignem napraviti.						
7.	Moji afiniteti i interesi su u drugom području, ne u roditeljstvu.						
8.	Kada bi očinstvo/majčinstvo bilo zanimljivije, bio/la bih više motiviran/a biti bolji roditelj.						
9.	Roditeljstvo me čini napetim/om i nervoznim/om.						
10.	Ako roditelj zna kako njegovo ponašanje utječe na dijete, kao što ja znam, lako je riješiti sve poteškoće s djecom.						
11.	Drugi roditelji bi od mene mogli naučiti sve što treba da budu dobri roditelji.						
12.	Roditeljstvo nije teško jer svaki problem se lako rješava.						
13.	Ispunio/la sam vlastita očekivanja u pogledu brige za svoje dijete.						
14.	Ja najbolje znam što muči moje dijete.						
15.	S obzirom na to koliko dugo sam roditelj, u potpunosti sam upoznat/a s tom ulogom.						
16.	Iskreno vjerujem da imam sve vještine potrebne da budem						

		1	2	3	4	5	6
	dobra majka/otac svojem djetetu.						
17.	Biti dobar roditelj samo po sebi je nagrada.						