

# Povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći

---

**Spaić, Glorija**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2023**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Education and Rehabilitation Sciences / Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:158:301915>

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

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-12-02**



*Repository / Repozitorij:*

[Faculty of Education and Rehabilitation Sciences - Digital Repository](#)



Sveučilište u Zagrebu  
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

## Diplomski rad

Povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći

Studentica: Glorija Spaić

Zagreb, rujan 2023.

Sveučilište u Zagrebu  
Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet

## Diplomski rad

Povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći

Studentica: Glorija Spaić

Mentorica: prof. dr. sc. Marija Lebedina Manzoni

Komentorica: Sonja Biglbauer, mag. psych.

Zagreb, rujan 2023.

## **Izjava o autorstvu rada**

**Potvrđujem da sam osobno napisala rad (Povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći) i da sam njegova autorica.**

**Svi dijelovi rada, nalazi ili ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima jasno su označeni kao takvi te su adekvatno navedeni u popisu literature.**

**Ime i prezime: Glorija Spaić**

**Zagreb, 14. rujna 2023.**

Povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći

Studentica: Glorija Spaić

Mentorica: prof. dr. sc. Marija Lebedina Manzoni

Komentorica: Sonja Biglbauer, mag. psych.

Program/modul: Socijalna pedagogija/Djeca i mladi

### **Sažetak rada**

Cilj ovog rada je ispitati povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći kod mladih odraslih ljudi u dobi od 18 do 35 godina. Istraživanjem se nastoji utvrditi postoji li razlika između osoba koje postižu različite rezultate na Velikih pet osobina ličnosti u odnosu na traženje stručne psihološke pomoći i otvorenosti prema traženju iste. Nadalje, ispituje se i povezanost roda, dobi, obrazovanja roditelja, važnosti vjere te percepcije dostupnosti stručne psihološke pomoći i traženja pomoći te otvorenosti prema traženju. Podaci su prikupljeni putem online upitnika tijekom travnja 2023. godine. Obuhvaćen je prigodan uzorak od 583 sudionika, od kojih 483 ženskih, 96 muških i 4 koji se nisu željeli izjasniti po pitanju roda. Online upitnik se sastojao od pitanja vezanih uz sociodemografske podatke, hrvatskog prijevoda Goldbergova upitnika *50-Item Lexical Big-Five Factor Markers for Self-Report* (IPIP 50S; Mlačić i Goldberg, 2007) te pitanja vezanih uz traženje stručne psihološke pomoći. Rezultati su pokazali kako su dob, važnost vjere, percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći te savjesnost i emocionalna stabilnost povezani s traženjem stručne psihološke pomoći. Sudionici koji su stariji, koji su izvijestili o manjoj važnosti vjere, koji su stručnu psihološku pomoć percipirali dostupnijom te koji su postigli niže rezultate na savjesnosti i emocionalnoj stabilnosti bili su skloniji tražiti stručnu psihološku pomoć. Kod otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći rezultati su bili nešto drugačiji. Pokazalo se kako su rod, dob, ekstraverzija, ugodnost i intelekt značajno povezani s otvorenošću prema traženju stručne psihološke pomoći. Sudionici koji su ženskog roda, koji su stariji, koji su postigli više rezultate na ekstraverziji, ugodnosti i intelektu su bili otvoreniji prema traženju stručne psihološke pomoći.

Ključne riječi: osobine ličnosti, stručna psihološka pomoć, mladi odrasli ljudi

Association between personality traits and seeking professional psychological help

Student: Glorija Spaić

Mentor: Marija Lebedina Manzoni, PhD

Co-mentor: Sonja Biglbauer, mag. psych.

Program/module: Social pedagogy/ Children and young adults

### Summary

The aim of this study was to examine the association between Big Five personality traits and seeking professional psychological help in young adults aged 18 to 35. Furthermore, we wanted to examine the association between gender, age, parents' education, the importance of religion, and the perception of the availability of professional psychological help and seeking help, as well as openness to seeking help. The data was collected through an online questionnaire during April 2023. A convenient sample of 583 participants was included, of which 483 were female, 96 were male and 4 did not want to declare their gender. The online questionnaire consisted of questions related to sociodemographic data, the Croatian translation of Goldberg's questionnaire 50-Item Lexical Big-Five Factor Markers for Self-Report (IPIP 50S; Mlačić i Goldberg, 2007) and questions related to seeking professional psychological help. The results showed that age, the importance of religion, the perception of the availability of professional psychological help, conscientiousness and emotional stability were significantly associated with seeking professional psychological help. Participants who are older, who reported less importance of religion, who perceived professional psychological help as available, and who scored lower on conscientiousness and emotional stability were more likely to seek professional psychological help. Regarding openness to seeking professional psychological help, the results were somewhat different. It has been shown that gender, age, extraversion, agreeableness and intellect are significantly associated with openness to seeking professional psychological help. Participants who are female, who are older, who scored higher on extraversion, agreeableness and intellect were more open to seeking professional psychological help.

Keywords: personality traits, professional psychological help, young adults

# Sadržaj

1. UVOD .....	1
1.1. Ličnost.....	1
1.2. Definiranje ličnosti.....	2
1.3. Psihoanalitička teorija ličnosti .....	3
1.4. Bihevioristička teorija ličnosti .....	5
1.5. Eysenckova teorija ličnosti .....	6
1.6. Petofaktorski model ličnosti.....	7
1.7. Ispitivanje ličnosti.....	8
1.8. Traženje stručne psihološke pomoći .....	9
1.9. Dosadašnja istraživanja.....	11
2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA.....	14
3. METODOLOGIJA .....	15
3.1. Sudionici .....	15
3.2. Postupak.....	15
3.3. Mjerni instrumenti .....	16
3.4. Statistička analiza.....	17
4. REZULTATI.....	18
5. RASPRAVA .....	20
5.1. Ograničenja i preporuke za buduća istraživanja .....	23
6. ZAKLJUČAK.....	25
7. LITERATURA .....	26
8. DODACI.....	28
8.1. Dodatak A .....	28

# 1. UVOD

## 1.1. Ličnost

Po čemu se ljudi razlikuju i zašto? Je li većina ljudi svjesna svog ponašanja ili to ponašanje u većoj mjeri oblikuju nesvjesni motivi? Jesu li neki ljudi prirodno dobri, a neki prirodno loši? Ili možda svi ljudi imaju potencijal za dobro i zlo? Oblikuju li ljude više urođeni ili stečeni faktori? Mogu li ljudi stvarno odabrati svoje ponašanje ili je ta sloboda ipak ograničena? Takva i slična pitanja okupirala su umove različitih mislioca kroz čitavu povijest čovječanstva (Feist, 2006).

Još iz antičkih izvora možemo uočiti preokupaciju mnogih učenih ljudi tim i sličnim pitanjima; vrlo često tražeći biološku osnovu kao odgovor na kompleksna pitanja različitih ponašanja ljudi. U tom kontekstu važno je spomenuti grčke i rimske škole kao temelj razvoja misli o ličnosti, primarno razvojem medicine iz koje su proizašle prve teorije. Najistaknutija osoba tog vremena je svakako grčki antički liječnik Hipokrat (o. 460. pr. Kr. – 370. pr. Kr.) koji se vrlo često naziva i „ocem medicine“. Hipokratovi doprinosi u medicini su višestruki pa tako i u području psihijatrije i psihologije (Glavnik, 2003). Tvrdio je, između ostalog, kako tipovi ljudske osobnosti ovise o četiri glavne tekućine u tijelu. Te tekućine su: sluz, žuta žuč, crna žuč i krv. Podijelio je tako ljude na melankolike, kolerike, flegmatike i sangvinike. Melankolik je nedruštven, krut i pesimističan, kolerik je agresivan, nagao i pesimističan, flegmatik je miran, moralan i optimističan, a sangvinik vedar, veseo i optimističan (Glavnik, 2003). Osoba je zdrava kada su joj navedene tekućine u ravnoteži, a bolesna ako se ta ravnoteža poremeti (Fulgosi, 1990).

Krajem 19. stoljeća dolazi do napretka u raznim poljima pa tako i na području psihologije u kojem dolazi do pomaka od promišljanja na razini intuicije prema znanstvenom pristupu. Razvijaju se suvremene metode istraživanja te sinteza teorijskog i empirijskog rada koji nude sofisticiranije odgovore na postavljena pitanja. Znanstvenim pristupom ljudskom ponašanju nastoji se uočiti, opisati i predvidjeti ponašanje na sistematičan način (Feist, 2006). Rani teoretičari ličnosti u koje ubrajamo Sigmunda Freuda, Alfreda Adlera i Carl Junga prvenstveno su se oslanjali na svoje kliničke opservacije kao podlogu za kasnije teorije, dok su kasniji teoretičari ličnosti poput Carla R. Rogersa, Hans Jürgen Eysencka, Paul Costae i Roberta



McCrae više koristili empirijske studije, testirali hipoteze te nadograđivali modele ljudskog ponašanja. Ti pristupi, međutim, nisu međusobno isključivi ili kontradiktorni; u okviru razvoja znanosti nužna je isprepletenost dobrog uočavanja, zainteresiranosti i kretivosti kao i rigoroznih znanstvenih metoda (Feist, 2006). Važno je naglasiti kako su i raniji i kasniji teoretičari ličnosti koristili oba pristupa u određenoj mjeri, ali ovisno o njihovim okolnostima, obrazovanju i u konačnici ličnosti prevladavao je jedan od navedenih pristupa.

## 1.2. Definiranje ličnosti

Nezaobilazan korak u istraživanju koje se bavi ličnošću jest definiranje samog pojma ličnosti što sasvim sigurno nije jednostavan zadatak, uzevši u obzir sveobuhvatnost pojma i svih njegovih aspekata. Riječ ličnost ili osobnost dolazi od latinske riječi persona. U starogrčkim predstavama, glumci su nosili maske koje su nazivali personama. Glumac u predstavi bi prikazivao određeni konzistentni obrazac ponašanja koji je vezan uz pojedinu masku. S vremenom se značenje riječi persona proširilo na samu osobu odnosno glumca (Fulgosi, 1990). Kada govorimo o ličnosti u svjetlu današnjeg vremena, jasno je da ne mislimo samo na nečiju ulogu, masku ili čak samo ponašanje. Ličnost predstavlja ono što doista jesmo; cjelokupnost osobe.

U kontekstu definiranja ličnosti – ne postoji jednostavna i jednoznačna definicija. Ipak, jedna od najkorištenijih definicija ličnost opisuje kao skup organiziranih, razmjerno trajnih psiholoških osobina i mehanizama unutar pojedinca koji utječu na njegove interakcije s okolinom i prilagodbu na okolinu (Larsen i Buss, 2008). Fulgosi (1990) ličnost definira kao jedan od temeljnih pojmova psihologije koji se odnosi na neponovljiv, relativno čvrsto integriran, stabilan i kompleksan psihički sklop osobina, koji određuje karakteristično i dosljedno ponašanje individue. U te karakteristike spadaju intelektualne sposobnosti, sustav vrijednosti, motivi, emocije, ciljevi i namjere te način ponašanja. Ličnost je dinamična struktura koju čini sustav međusobno povezanih crta sposobnosti, temperamenta, karaktera, motiva, vrijednosti, stavova i dr. Općenito označava organizaciju individualnih karakteristika čovjeka ili živog bića na temelju koje se svaki pojedinac razlikuje od svih ostalih. Ako sagledamo ključne značajke ličnosti koje se navode u većini definicija, to su: 1) predstavlja sveobuhvatnu cjelinu, 2) integrira osobine pojedinca u relativno stabilnu i jedinstvenu organizaciju, 3) determinira njegovu

aktivnost u promjenjivoj okolini, 4) oblikuje se i mijenja pod utjecajem aktivnosti (Lebedina Manzoni, 2007).

Procjena vlastite ličnosti kao i ličnosti drugih, međutim, nije tema koja se pojavljuje isključivo unutar akademskog diskursa, već predstavlja područje interesa šireg pučanstva, vrlo često u neobaveznim, svakodnevnim interakcijama. Činjenica da se radi o suvremenski aktualnoj i sveprisutnoj temi govori o tome kolika je važnost ovog znanstvenog konstrukta. S obzirom na kompleksnost svakog pojedinca i različitih čimbenika koji utječu na ličnost razvile su se razne teorije koje nastoje objasniti ovaj fenomen.

### 1.3. Psihoanalitička teorija ličnosti

Jedna od najpoznatijih teorija ličnosti je svakako psihoanalitička teorija ličnosti čiji je utemeljitelj austrijski liječnik Sigmund Freud. Freud se smatra osnivačem moderne psihologije ličnosti (Fulgosi, 1997). Njegovo poimanje ljudske prirode najviše je proizlazilo iz njegovog kliničkog iskustva, analize vlastitih snova te čitanja tadašnje znanstvene literature. Tijekom svog dugogodišnjeg znanstvenog rada, Freud je više puta revidirao vlastite koncepte ličnosti (Feist, 2006). Njegov najveći doprinos je u konceptualizaciji nesvjesnog, predsvjesnog i svjesnog kao razinama svjesnosti. Nesvjesno predstavlja porive, želje, motivacije, instinkte koji su van dosega pojedinčeve svjesnosti, odnosno, pojedinac ne zna da ih ima. Međutim, nesvjesno ima snažan i izravan utjecaj na njegovo izražavanje, ponašanje i osjećaje (Feist, 2006). Freud je smatrao kako se nesvjesno može opservirati samo posredno; analizirajući snove, omaške u govoru, i zaboravljanje specifičnih stvari i događaja. Nesvjesno nerijetko prodire u svjesno, ali samo onda kada je zamaskirano ili dovoljno preoblikovano, odnosno cenzurirano. Freud je vjerovao kako su u nesvjesnom uglavnom sadržana rana traumatska iskustva iz djetinjstva, ali dijelom i naslijeđena iskustva ranih predaka koja su se prenosila generacijama. Predsvjesno predstavlja dio kojeg pojedinac nije svjestan, ali ga može postati svjestan uz manje ili više napora. Sadržaj predsvjesnog dijela dolazi iz dva različita izvora; svjesna i nesvjesna percepcija. Dio informacija koji dolazi iz svjesnog jednostavno prelazi u predsvjesno zbog količine informacija koja se ne može dugoročno zadržati u svjesnom te ne predstavljaju ugrozu za pojedinca. Onaj dio informacija koje su prešle iz nesvjesnog u predsvjesno vrlo često preuzimaju drugačiji, cenzurirani oblik u odnosu na onaj prvotni. Freud je smatrao kako pojedinac nikad neće postati

svjestan nekih sadržaja jer bi to uzrokovalo takvu razinu anksioznosti koju bi pojedinac teško podnio. Svjesni je dio koji je u psihoanalizi najmanje predmetom proučavanja. Može se definirati kao jedini dio svijesti koji je pojedincu direktno dostupan, odnosno kao mentalni elementi u svijesti koji su pojedincu dostupni u bilo kojem datom trenutku (Feist, 2006).

Prva dva desetljeća svog rada Freud se oslanjao na topografiju ličnosti koja se sastoji od navedene tri razine svijesti, međutim 1920-ih izlaže model koji se sastoji od tri strukture ličnosti: id, ego i superego. Takav model nije bio dijelom ranije topografije ličnosti, međutim te tri strukture su bile od velike važnosti za objašnjenje funkcija i svrhe dijelova svijesti. Navedene strukture nemaju prostornu dimenziju, već predstavljaju hipotetske konstrukte. Id predstavlja najprimitivniji dio, a nalazi se u nesvjesnom dijelu. Nastoji smanjiti psihičku napetost tako da zadovolji bazične potrebe, želje i instinkte. Ključna uloga ida jest traženje zadovoljstva i ugone pa možemo reći da funkcionira po principu ugone. Id nije u izravnom kontaktu sa stvarnošću pa je nelogičan te može istovremeno imati kontradiktorne želje. Nema moralnih inhibicija, ne razlikuje dobro od lošeg te u suštini nije nemoralan nego operira van koncepata morala. Pojednostavljeno, id je primitivan, kaotičan, nelogičan, nedostupan svjesnom dijelu ličnosti, nepromjenjiv, neorganiziran te izvor energije koju crpi iz bazičnih instinkata (Feist, 2006).

Ego predstavlja jedinu strukturu ličnosti, od navedene tri, koja je u izravnom kontaktu sa stvarnošću. Proizlazi iz ida u vrlo ranom razvoju pojedinca te čini jedinu strukturu koja komunicira s vanjskim svijetom. Za razliku od ida koji funkcionira po principu ugone, ego funkcionira po principu realnosti. S obzirom na to da je ego u izravnom kontaktu sa svijetom oko sebe, možemo reći da ima izvršnu funkciju te ulogu donositelja odluka. Ego se prostire na sve tri razine svijesti – svjesno, pre-svjesno i nesvjesno pa može donijeti odluku na bilo kojoj od tri razine. U procesu donošenja odluke ego mora uzeti u obzir nekompatibilne te jednako nerealistične zahtjeve ida i superega. Osim toga, mora uzeti u obzir i zahtjeve koji mu se nameću izvana u kontaktu sa svijetom. Ego u takvoj vrlo nepovoljnoj situaciji, pritisnut s tri strane istovremeno, nastojeći zadovoljiti svaku stranu dolazi u stanje anksioznosti. Kako bi se očuvao i smanjio razinu anksioznosti koristi mehanizme obrane: racionalizacija, supstitucija, sublimacija, projekcija, reaktivna formacija, represija, identifikacija (Feist, 2006).

Treća struktura ličnosti jest superego. Superego predstavlja moralne i idealističke aspekte ličnosti, odnosno funkcionira prema moralnim i idealističkim principima. Proizlazi iz ega, ali za

razliku od ega nije u izravnom kontaktu sa svijetom zbog čega je superego nerealističan u svojim zahtjevima za perfekcijom (Freud, 1923; prema Feist, 2006). Unutar superega Freud razlikuje dvije podstrukture: savjest i ego-ideal. Distinkcija između ove dvije podstrukture nije u potpunosti razjašnjena, ali ključnu razliku možemo predstaviti na sljedeći način: savjest se razvija učenjem iz kazne, a ego-ideal učenjem iz nagrađivanja. Svaka osoba od najranijeg razvoja pa nadalje uči o svijetu unutar svog najužeg kruga. Svaki put kada za neko ponašanje biva kažnjena tada zaključuje kako se radi o nepoželjnom ponašanju te razvija savjest čiji je cilj odvratanje od nepoželjnog ponašanja i unutarnje kritiziranje nakon manifestiranja nepoželjnog ponašanja. Ego-ideal je kao “druga strana iste kovanice”, upućuje osobu “što raditi”, umjesto “što ne raditi” jer osoba uči iz toga koje je njeno ponašanje dovelo do nagrađivanja. Superego nastoji inhibirati agresivne i seksualne impulse putem represije, ali na način da naredi egu da ih kontrolira jer superego sam nema tu moć (Feist, 2006). Presnažna savjest čije zahtjeve ego ne može ispuniti može dovesti do osjećaja krivnje, a presnažan ego-ideal do osjećaja inferiornosti. Superego nije opterećen srećom ega, već beskompromisno nastoji postići savršenstvo.

Freud ističe kako ove strukture ličnosti nisu precizno odvojene jedna od druge, a osim toga njihov razvoj uvelike ovisi o datoj osobi i njenim okolnostima. Važno je naglasiti kako psihoanalitičku teoriju nije moguće testirati pa stoga ni falsificirati što je čini više spekulacijom, a ne znanost. Ipak, predstavlja iznimno važnu povijesnu, ali i za danas relevantnu teoriju jer je postavila temelje za daljnju psihoanalizu i ponudila praktične koncepte kojima se danas sporazumijevamo i lakše opisujemo fenomene u ljudskom ponašanju.

## 1.4. Bihevioristička teorija ličnosti

Biheviorizam je jedan od najutjecajnijih pravaca u suvremenoj psihologiji. Jedan od najvažnijih predstavnika je američki psiholog Frederic Skinner. Bihevioristi smatraju kako je zadatak psihologije utvrditi zakonitosti prema kojima okolina utječe na ponašanje pojedinca. Ne zanima ih unutarnji svijet pojedinca koji nije direktno mjerljiv niti dostupan za opažanje (Lebedina Manzoni, 2007). U podlozi Skinnerove biheviorističke teorije leže dva ključna principa koja su i danas općeprihvaćena kod većine zagovornika ovog pristupa. Prvi princip govori o tome kako svakom ljudskom ponašanju prethodi događaj i uzrok iz okoline. Ponašanje se mora proučavati kao posljedica i objašnjavati uzrocima. Ovaj princip pretpostavlja

determinizam, odnosno nepostojanje čovjekove slobodne volje (Fulgosi,1981; prema Lebedina Manzoni, 2007). Drugi princip govori o tome kako zadatak psihologije nije opisivanje već tumačenje ponašanja. Na temelju razumijevanja ponašanja možemo predviđati buduće akcije pojedinca što omogućava kontrolu ponašanja. Determinizam, kako ga shvaćaju bihevioristi, uvjetovan je okolinskim faktorima. Temeljni načini učenja, prema shvaćanju Skinnera, jesu respodentno i operantno ponašanje. Respodentno ponašanje se odnosi na sve bezuvjetne reflekske, odnosno sve pojedinačne postupke koji se javljaju kao odgovor na određene poznate podražaje. Operantno uvjetovanje odnosi se na ponašanje koje postiže željeni cilj (Lebedina Manzoni, 2007). Pretpostavlja se da nakon ponašanja slijedi posljedica, a pojedinac reagira po principu traženja nagrade i izbjegavanja kazne. Ponavljanje nagrađivanja povećava vjerojatnost ponovnog pojavljivanja poželjnog ponašanja, a ponavljanje kazne smanjuje vjerojatnost ponovnog nepoželjnog ponašanja pojedinca (Feist, 2006).

## 1.5. Eysenckova teorija ličnosti

Hans Eysenck bio je njemačko-engleski psiholog i jedan od zagovornika teze o tzv. dimenzionalnoj osnovi ličnosti (Lebedina Manzoni, 2007). Kritizirao je mnoge suvremene psihološke teorije zbog preopterećenosti raznim kompleksnim koncepcijama i pretpostavkama koje nemaju znanstveno utemeljenje. Smatrao je kako se ličnost treba proučavati onakvom kakva ona jest. Njegov pristup počiva na tri temelja: faktorskoj analizi, eksperimentalnim istraživanjima i usmjerenju prema klasičnom uvjetovanju, tj. biheviorizmu (Lebedina Manzoni, 2007). Eysenckov pristup se odnosi na razumijevanje generalne razine ponašanja, odnosno tipova ličnosti. Prve temeljne dimenzije ličnosti imenovao je kao ekstraverzija – introverzija i neuroticizam – emocionalna stabilnost (Feist, 2006). Te dvije dimenzije bile su temelj njegove teorije do 1952. godine kad je zaključio kako postoji još jedna dimenzija ličnosti, a to je psihoticizam – superego snaga (Lebedina Manzoni, 2007).

Prema Eysencku, na ličnost utječu i genetski i okolinski faktori koji su u međudjelovanju. Smatrao je kako genetski materijal predstavlja potencijal za neko ponašanje, a manifestacija ponašanja će ovisiti o okolinskim uvjetima, odnosno socijalizaciji (Lebedina Manzoni, 2007). Eysenck je zaslužan i za kreiranje niza upitnika ličnosti za procjenu bazičnih dimenzija ličnosti. Osnovna zamjerka Eysenckovom modelu je to što nastoji objasniti ličnost sa samo 3 dimenzije.

Kao odgovor na ograničenja Eysenckovog modela razvija se veliki strukturalni model – petofaktorski model ličnosti (Lebedina Manzoni, 2007).

## 1.6. Petofaktorski model ličnosti

Petofaktorski model predstavlja najznačajniji model ličnosti posljednja tri desetljeća. Velikih pet osobina ličnosti je predložena taksonomija za osobine ličnosti dobivena analizom pridjeva koji opisuju ličnost (Lebedina Manzoni, 2007). To u prijevodu znači da postoje čestice koje vrlo visoko međusobno koreliraju u rezultatima nekog pojedinca. Tako, na primjer, netko tko je opisan kao savjestan će vjerojatnije istovremeno biti opisan i kao „uvijek spreman“, a ne kao osoba koja „pravi nered“ (Goldberg, 1999). Nazivi i opisi pojedinih osobina ličnosti u manjoj se mjeri razlikuju, ali najšire prihvaćena formulacija je ona od Coste i McCraea (2005; prema Lebedina Manzoni, 2007). Teorija prepoznaje pet osobina ličnosti, a to su: ekstraverzija, neuroticizam, ugodnost, savjesnost i intelekt ili otvorenost prema iskustvu.

Osobina ličnosti ekstraverzija predstavlja interpersonalnu osobinu koju karakterizira socijabilnost, toplina, asertivnost, ali i aktivnost i traženje uzbuđenja (Lebedina Manzoni, 2007). Osobe koje su ekstravertirane brže se prilagođavaju novoj sredini, druželjubive su i susretljive (Freyd, 1924). Neuroticizam se odnosi na trajnu osobinu koju karakterizira emocionalna nestabilnost i manjak prilagodbe. Predstavlja sklonost neugodnim emocijama poput ljutnje, tuge, straha i tjeskobe. Ta sklonost se manifestira u interpersonalnim odnosima pa često donosi poteškoće u funkcioniranju s drugima te kontroli impulsa, slabijoj toleranciji na stres i frustraciju (Lebedina Manzoni, 2007). Ugodnost se smatra interpersonalnom dimenzijom koju karakterizira altruizam i prosocijalno ponašanje (Lebedina Manzoni, 2007). Ugodne osobe su obazrive, prilagodljive i dobronamjerne, više usmjerene na očuvanje odnosa nego zadobivanje vlastitog cilja (Diener i Lucas, 2019).

Savjesnost je osobina ličnosti uz koju se vezuju pojmovi poput samoinicijativnosti, marljivosti, discipliniranosti, pedantnosti, dosljednosti, poštivanja pravila (Diener i Lucas, 2019). Radi se o osobini koja istovremeno ima proaktivne aspekte, ali i inhibitorne aspekte (Lebedina Manzoni, 2007). Intelekt ili otvorenost prema iskustvu vezuje se uz intelektualne i umjetničke afinitete. Takve osobe su znatiželjne, nezavisne u prosudbama, otvorene prema iskustvu, emocijama i idejama (Lebedina Manzoni, 2007).

Petofaktorski model ličnosti jest sveobuhvatan model koji prepoznaje različite utjecaje na formiranje ličnosti. Pretpostavlja biološke utjecaje koje čine genetski, neuroanatomski i fiziološki utjecaji. U okviru vanjskih utjecaja prepoznaje široku kulturu u kojoj pojedinac živi, utjecaj grupa kojima pripada te situacijske okolnosti u kojima se nalazi. Predloženi model pet osobina ličnosti do danas se pokazao korisnim teorijskim okvirom za znanstveni, ali i praktični rad s ljudima.

## 1.7. Ispitivanje ličnosti

Svaka osoba se razlikuje po svojoj ličnosti, a kako bismo stekli uvid u te razlike ličnost ispitujemo na različite načine. Razlikujemo upitnike ličnosti, opservaciju ponašanja, situacijske testove i projektivne tehnike (Rot, 1988). Upitnici ličnosti najčešći su način mjerenja ličnosti, a koriste se u kliničkoj psihologiji, savjetodavnoj praksi, profesionalnoj orijentaciji itd. Osobe odgovaraju na niz pitanja koja se odnose na različite aspekte ličnosti kao što su preferencije, stavovi, emocionalne reakcije i ponašanje. Neki od popularnih upitnika su: Upitnik za mjerenje Petofaktorskog modela ličnosti (*50-Item Lexical Big-Five Factor Markers for Self-Report*; Goldberg, 1999), Minnesota multifazični inventar ličnosti (Minnesota Multiphasic Personality Inventory; Hathaway i McKinley, 1943), NEO Inventar ličnosti (NEO Personality Inventory; Costa i McCrae, 1983) i Myers-Briggs test osobnosti (Myers-Briggs Type Indicator; Briggs i Briggs Myers, 1962). Opservacija ponašanja uključuje opservaciju ponašanja osobe u određenim situacijama. To može obuhvatiti praćenje reakcija, interakciju s drugima i manifestaciju osobina ličnosti u stvarnom vremenu. Projektivne tehnike predstavljaju nejasan i nedovršeni materijal preko kojeg se nastoji saznati nesvjesne motive, želje i strahove. Rorschachov test mrlja, test tematske apercepcije i test nedovršenih rečenica koriste se u kliničkoj praksi i kod ispitivanja djece gdje se traži od osobe da tumači slike ili priče. Situacijski testovi koriste se u procjeni ličnosti na osnovu ponašanja u test situaciji (Rot, 1988).

Analizu ličnosti možemo podijeliti u tri velike kategorije: 1. razina ljudske prirode (jednako svim ljudima), 2. razina individualnih i grupnih razlika (dijele određene grupe ljudi) i 3. razina individualne jedinstvenosti (različito za svaku osobu) (Larsen i Buss, 2008). Prva razina odnosi se na traženje univerzalnosti ljudske prirode, nečega što je prisutno kod svih ljudi ili gotovo svih ljudi. U tu kategoriju možemo svrstati npr. potrebu za ljubavlju i pripadanjem.

Razina individualnih i grupnih razlika odnosi se na dimenzije individualnih razlika i načina na koje su neki ljudi slični drugima. Tako neke ljude možemo opisati kao ekstrovertirane, druge osobama visokog samopoštovanja, neki su izrazito skloni traženju uzbuđenja itd. Unutar ove kategorije stručnjaci mogu analizirati i neke razlike unutar grupe ili razlike među grupama. Grupe se mogu formirati na temelju jednog zajedničkog obilježja poput kulture, spola, socioekonomskog statusa, dobi i sl. Treća razina ili razina individualne jedinstvenosti bazira se na konceptu kako svaki pojedinac ima neke značajke koje su svojstvene samo njemu (Larsen i Buss, 2008). U ovom radu najveći naglasak će biti na analizi druge razine, odnosno razini individualnih i grupnih razlika s ciljem generaliziranja zaključaka vezanih uz istraživane grupe.

## 1.8. Traženje stručne psihološke pomoći

Drugi ključan konstrukt o kojem će biti riječ u ovom radu jest stručna psihološka pomoć, točnije traženje i/ili otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći. Traženje stručne psihološke pomoći od strane pojedinaca odnosi se na njihovu spremnost da aktivno zatraže profesionalnu podršku i/ili tretman za nošenje s teškoćama u području mentalnog zdravlja. To može uključivati dijagnostiku, savjetovanje, psihoterapiju, farmakoterapiju ili druge oblike intervencija koje imaju za cilj poboljšanje kvalitete života i mentalnog zdravlja. Kad govorimo o traženju stručne psihološke pomoći, neminovno govorimo i o mentalnom zdravlju. Svjetska zdravstvena organizacija (2001) definirala je mentalno zdravlje kao stanje dobrobiti u kojem pojedinac ostvaruje svoje potencijale, može se nositi s normalnim životnim stresom, može raditi produktivno i plodno te je sposoban pridonositi zajednici. Iz toga možemo zaključiti kako mentalno zdravlje nije samo pitanje koje se tiče datog pojedinca, već predstavlja važnost na društvenoj i socioekonomskoj razini. Mentalno zdravlje dio je sveukupnog zdravlja, a prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije (1948) zdravlje predstavlja kompletno fizičko, mentalno i socijalno blagostanje, a ne samo odsustvo bolesti i nemoći.

Zdravlje i mentalno zdravlje predstavljaju složene pojmove koji sadrže različite aspekte koji su spomenuti u definicijama, ali zastupljenost svih aspekata istovremeno je vrlo rijetka. Možemo reći kako se ne radi o kategoričkim terminima, već kontinuumu na kojem se pojedinci mogu rangirati. Navedene definicije naglašavaju kako zdravlje ne podrazumijeva samo odsustvo bolesti što je pozitivan pomak u odnosu na ranije definicije zdravlja. Uz sva postojeća



ograničenja, navedene definicije nude nam polaznu točku za daljnje razumijevanje tema u okviru mentalnog zdravlja.

U zadnjih nekoliko godina, traženje stručne psihološke pomoći sve je manje tabu tema. Možemo primijetiti sve veći naglasak na destigmatizaciji psihičkih problema i traženju pomoći za iste. Teško je donijeti jasan zaključak koji su sve utjecaji doprinijeli i doprinose destigmatizaciji teme mentalnog zdravlja i stručne psihološke pomoći, međutim, tema mentalnog zdravlja doživjela je svojevrsni „boom“ za vrijeme COVID-19 pandemije, a u Hrvatskoj još i više uslijed potresa u Zagrebu i Petrinji 2020. godine. Psihologinje raznih generacija, znanstvenice, nastavnice i vanjske suradnice Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu u suradnji sa Zdravstvenim veleučilištem Zagreb provele su projekt pod nazivom „Kako smo? Život u Hrvatskoj u doba korone“ (Jokić Begić i sur. 2020). Cilj istraživanja bio je ispitati promjene u načinu života, u bliskim odnosima i u radu tijekom pandemije COVID-19, načine na koje su građani doživjeli te promjene, stupanj uznemirenosti različitim izvorima stresa u novonastaloj situaciji te posljedice doživljenog stresa po psihičko zdravlje. Podaci su se prikupljali tijekom svibnja 2020. godine. Uzorak je sačinjavalo više od 3500 osoba u dobi od 18 do 95 godina te 780 učenika od prvog razreda osnovne do četvrtog razreda srednje škole. Podaci su pokazali da je gotovo polovica sudionika imala izražene razine depresivnosti i/ili anksioznosti i/ili stresa. Blagu i umjerenu razinu depresivnosti imalo je njih 29%, a gotovo svaka peta osoba se tijekom ovog razdoblja nosila s jakom ili izrazito jakom depresivnošću. Umjerena i blago izražena tjeskoba bila je također prisutna kod svake pete osobe, a 18% ih je iskazivalo izrazito visoke razine tjeskobe. Što se tiče stresa; 20% osoba imalo je umjerene i blage stresne reakcije, a nešto manje ih je bilo pod jakim i izrazito jakim stresom. Podaci su pokazali kako je psihičko zdravlje bilo više narušeno kod žena, kod onih koji su više poštovali mjere izolacije, a posebno kod onih koji su doživjeli više stresnih događaja te ih doživjeli više uznemirujućima. Isto tako, samci i oni koji nisu živjeli s partnerom u doba izolacije, osobe u lošijim ekonomskim uvjetima te s više doživljenog stresa i većom razinom depresivnosti procijenili su svoju kvalitetu života nižom (Jokić Begić i sur. 2020).

Antičević (2021) pretraživanjem bibliografskih baza podataka (WoS, Scopus, Medline) iznosi ključne nalaze raznih publikacija s temama vezanim uz COVID-19 i mentalno zdravlje. Rezultati pronađenih istraživanja pokazuju da strah od zaraze sebe i svojih bližnjih, posljedice

mjera socijalne distanciranosti i ekonomske posljedice pandemije mogu imati jak učinak na mentalno zdravlje svih ljudi. Mutić (2021) je istraživala povezanost potresa i mentalnog zdravlja učenika škole za medicinske sestre. Rezultati istraživanja pokazali su kako je kod 15% sudionika oštećen vlastiti dom za vrijeme potresa; 16,38% sudionika imalo je uznemirujuće misli vezane uz potres te je 21,55% sudionika izvijestilo da je skoro uvijek na pojačanom oprezu nakon proživljenog potresa, dok je 37,94% sudionika izvijestilo da ponekad ima problem s koncentracijom.

Osim zdravstvene krize i krize uzrokovane stresom i posljedicama potresa, slijedila je i ekonomska kriza koja je također utjecala na ljude u vidu stresa, zabrinutosti, financijskih poteškoća i problema mentalnog zdravlja (Giorgi i sur., 2020). Sve to predstavlja stresore koji univerzalno pobuđuju stresnu reakciju kod većine ljudi pa je samim time potreba za pomoći bila veća i izraženija u tom periodu. Mogli smo primijetiti angažman raznih organizacija i stručnjaka iz područja mentalnog zdravlja koji su ulagali trud kako bi javnosti pružili informacije vezane uz područje mentalnog zdravlja, savjete nošenja sa stresnim situacijama te kontakte na koje se ljudi u potrebi mogu javiti.

## 1.9. Dosadašnja istraživanja

Sličnim temama bavili su se različiti strani autori, ali i neki domaći. Većina postojećih sličnih istraživanja bavi se prediktorima pozitivnih stavova prema stručnoj psihološkoj pomoći ili otvorenosti prema traženju iste.

Stanić (2023) objavljuje rad u kojem je istraživala osobine ličnosti i strategije suočavanja sa stresom. Kako bi utvrdila ove povezanosti provela je online anketni upitnik na uzorku od 157 sudionika. Rezultati su potvrdili kako su osobine ličnosti povezane s tim kako osobe prepoznaju stres i posljedično koriste različite strategije suočavanja sa stresom. Ispitanici koji postižu visoke rezultate na osobinama ličnosti ugodnosti i otvorenosti više koriste strategiju suočavanja sa stresom usmjerenu na problem. Istovremeno, ispitanici koji postižu visoke rezultate na osobinama ličnosti ugodnosti, otvorenosti i neuroticizma više koriste strategiju suočavanja sa stresom usmjerenu na emocije. Oni ispitanici koji postižu niže rezultate na osobinama ličnosti ekstraverzije i savjesnosti te više rezultate na osobini ličnosti neuroticizam češće koriste strategiju suočavanja sa stresom usmjerenu na izbjegavanje. Rezultati istraživanja su potvrdili da

postoji veza između sociodemografskih obilježja sudionika i strategija suočavanja sa stresom. Značajnima su se pokazali spol, struka, broj djece sudionika, dok značajna povezanost nije pokazana s dobi, razinom obrazovanja, stažem, hijerarhijskom razinom i bračnim statusom sudionika.

Bratko i Sabol (2006) uspoređuju dva teorijska modela s ciljem razumijevanja zadovoljstva životom. Model Coste i McCraea (1991; prema Bratko i Sabol, 2006) naglašava ekstraverziju, neuroticizam, ugodnost i savjesnost kao prediktore zadovoljstva životom. S druge strane, teorija samoodređenja navodi važnost zadovoljavanja psiholoških potreba svakodnevnim i dugoročnim ostvarivanjem iskustava autonomije, kompetencije i osjećaja povezanosti (Ryan i Deci, 2000; prema Bratko i Sabol, 2006). Nalazi ovog istraživanja djelomično potvrđuju dotadašnja istraživanja. Pokazalo se kako su ekstraverzija, neuroticizam i savjesnost značajni prediktori zadovoljstva životom. Ekstraverzija i savjesnost su statistički značajno povezani u pozitivnom smjeru, dok je neuroticizam povezan u negativnom. Pozitivan prediktor zadovoljstva je, također, zadovoljenje osnovnih psiholoških potreba. Usporedbom dvaju modela, autori dolaze do zaključka kako zadovoljenje psiholoških potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću predstavljaju snažniji prediktor zadovoljstva životom od osobina ličnosti.

Atik i Yalçın (2011) su ispitivali povezanost osobina ličnosti, spola, prethodnih iskustava u savjetovanju ili terapiji te znanja o psihološkim uslugama koje se pružaju na kampusu i stavova prema traženju pomoći i preference izvora te pomoći. Sudionici u istraživanju su bili turski dodiplomski studenti (N = 524). Hijerarhijska linearna regresija pokazala je da su žene, one koje su znale o psihološkim uslugama koje se pružaju na kampusu, te one koje su bile ekstravertirane, ugodne i otvorene, imale pozitivnije stavove o traženju pomoći.

Cekici (2019) je istraživala povezanost između pet velikih osobina ličnosti (otvorenost, savjesnost, ekstraverzija, ugodnost, neuroticizam) i stavova prema traženju stručne psihološke pomoći kod studenata. Drugi cilj istraživanja bio je ispitati kognitivnu fleksibilnost kao potencijalni moderator ovih veza. Kognitivna fleksibilnost odnosi se na sposobnost da lako i brzo razumijemo perspektive i pristupe (Canas et al., 2006; prema Ferah, 2019). Uzorak je činilo 189 studenata, od kojih 140 studentica i 49 studenata koji su studirali na Istanbul Medipol Sveučilištu i bili polaznici savjetodavnog programa. Korišteni su sljedeći instrumenti: The Big Five Inventory, Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale and Cognitive

Flexibility Scale. Rezultati su pokazali kako kognitivna fleksibilnost ima medijatorsku ulogu između pet velikih osobina ličnosti i sklonosti traženju stručne psihološke pomoći, odnosno, potvrđen je predloženi model.

Pugh (2000) je istraživala povezanost između osobina ličnosti i stavova prema traženju pomoći među studentima. Sudjelovao je 281 sudionik. Rezultati su pokazali kako nema spolnih ili etničkih razlika vezano uz stavove prema traženju stručne psihološke pomoći ili strahove od traženja iste. Oni sudionici koji su razmišljali o tome da potraže stručnu psihološku pomoć izvijestili su kako doživljavaju višu razinu stresa i imaju pozitivnije stavove prema traženju stručne psihološke pomoći u odnosu na one sudionike koji nisu razmišljali o tome da potraže stručnu psihološku pomoć. Generalno, sudionici koji su imali pozitivno prijašnje iskustvo terapije imali su i pozitivnije stavove prema traženju stručne psihološke pomoći u odnosu na one koji nisu imali to iskustvo uopće ili su imali negativno terapijsko iskustvo. Pozitivna korelacija pokazala se između pozitivnih stavova o traženju stručne psihološke pomoći i osobina: kompleksnost, tolerancija i interpersonalna afektivnost. Istovremeno, izražena anksioznost, uzak opseg interesa, inovativnost, socijalna uključenost i razvijene socijalne vještine pokazale su se povezane sa strahom od traženja stručne psihološke pomoći.

Vogel i suradnici (2007) su proučavali povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći, uzimajući u obzir faktor samostigmatizacije. Autori su ispitivali posredničke učinke samostigmatizacije povezane s traženjem stručnog savjetovanja i stavove prema traženju stručnog savjetovanja na vezu između percipirane javne stigme i spremnosti da se traži savjetovanje zbog psiholoških i interpersonalnih problema. Rezultati istraživanja sa 676 sudionika (studentata) pokazalo je da je veza između percipirane javne stigme i spremnosti da traže stručno savjetovanje u potpunosti posredovana samostigmatizacijom i osobnim stavovima o savjetovanju. Percepcija javne stigme pridonijela je iskustvu samostigme, što je bilo povezano sa stavovima o traženju stručne psihološke pomoći i naposljetku sa spremnošću na traženje stručne psihološke pomoći.

Kad je u pitanju važnost vjere u kontekstu otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći, literatura nije konzistentna. Andrews, Stefurak i Mehta (2011) objavili su rad u kojem su uspoređivali stavove prema traženju stručne psihološke pomoći među studentima koji su predstavljali tri glavne vjerske manjine među arapskim zajednicama u Izraelu: kršćani, Druzi i

muslimani. Rezultati internacionalnog istraživanja na 195 sudionika ukazuju na značajne razlike u stavovima prema traženju stručne psihološke pomoći. U usporedbi s Druzima i muslimanskim kolegama, kršćanski sudionici bili su više otvoreni u međuljudskim odnosima, smatrali su da su usluge mentalnog zdravlja manje stigmatizirajuće i bilo je manje vjerojatno da će koristiti tradicionalne sustave liječenja.

Abe-Kim, Gong i Takeuchi (2004) objavili su rad za epidemiološko istraživanje filipinsko-američke zajednice (FACES). Sudjelovalo je 2285 sudionika, a proveden je strukturirani intervju s pitanjima vezanim uz traženje pomoći za emocionalni stres. Povezanost vjerske pripadnosti, religioznosti i duhovnosti i traženja pomoći od vjerskog svećenstva i stručnjaka za mentalno zdravlje procijenjena je nakon kontrole potreba (npr. negativnih životnih događaja i somatskih simptoma), demografskih (npr. dobi, spol, bračni status, obrazovanje, županija prebivališta, generacijski status i osiguranje) i kulturoloških varijabli. Stope traženja pomoći od vjerskog svećenstva u odnosu na stručnjake za mentalno zdravlje bile su usporedive (2,5% naspram 2,9%). Visoka religioznost bila je povezana s većim traženjem pomoći od vjerskog svećenstva, ali ne i s manjim traženjem pomoći od stručnjaka za mentalno zdravlje, dok je visoka duhovnost bila povezana s manjim traženjem pomoći za mentalno zdravlje.

## 2. CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE ISTRAŽIVANJA

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati povezanost osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći te otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći.

Problem 1: Ispitati povezanost dobi, roda, obrazovanja roditelja, važnosti vjere, percepcije dostupnosti stručne psihološke pomoći te pet osobina ličnosti (ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost, intelekt) i traženja stručne psihološke pomoći.

Hipoteza 1: Sudionici koji su stariji, ženskog roda, kojima roditelji imaju visoko obrazovanje, kojima je vjera manje važna, koji percipiraju stručnu psihološku pomoć dostupnom te koji postižu više rezultate na ekstraverziji, ugodnosti, savjesnosti, emocionalnoj stabilnosti i intelektu bit će skloniji tražiti stručnu psihološku pomoć.

Problem 2: Ispitati povezanost dobi, roda, obrazovanja roditelja, važnosti vjere, percepcije dostupnosti stručne psihološke pomoći te pet osobina ličnosti (ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost, intelekt) i otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći.

Hipoteza 2: Sudionici koji su stariji, ženskog roda, kojima roditelji imaju visoko obrazovanje, kojima je vjera manje važna, koji percipiraju stručnu psihološku pomoć dostupnom te koji postižu više rezultate na ekstraverziji, ugodnosti, savjesnosti, emocionalnoj stabilnosti i intelektu bit će skloniji izvijestiti o otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći.

### 3. METODOLOGIJA

#### 3.1. Sudionici

U ovom istraživanju sudjelovalo je 583 sudionika, od kojih 483 ženskih, 96 muških i 4 koji se nisu željeli izjasniti po pitanju roda. Dob sudionika varirala je između 18 i 35 godina ( $M = 24,43$ ,  $SD = 4,33$ ). Sudionici su bili različitih obrazovnih i socioekonomskih statusa. Njih 62,4% je bilo u statusu studenta, 5% sudionika nije studiralo, 29% je završilo fakultet, a 3,6% sudionika je studiralo, ali nije završilo fakultet. Njih 11,5% je procijenilo svoj socioekonomski status iznadprosječnim, 82,3% prosječnim, a 6,2% ispodprosječnim. Kad je u pitanju najviši stupanj obrazovanja roditelja sudionika, 30,4% ih se izjasnilo kako im roditelji imaju visoku stručnu spremu, 22,8% sudionika je imalo roditelje s višom stručnom spremom, 43,4% roditelje sa srednjom stručnom spremom, a 3,4% ih se izjasnilo kako im roditelji imaju nižu stručnu spremu. Sudionici su se razlikovali i po značajkama mjesta prebivališta pa ih je tako 40% bilo iz većeg grada, 36,5% iz manjeg grada, a 23,5% je navelo selo kao mjesto prebivališta. Sudionici su procjenjivali i koliko im je važna vjera, njih 22,8% je izrazilo kako im je vjera izrazito važna, 24% ih je dalo odgovor kako im je vjera uglavnom važna, 18% je navelo kako im vjera nije niti važna niti nevažna, 11,3% se izjasnilo kako im je uglavnom nevažna, a 23,8% izrazilo nevažna.

#### 3.2. Postupak

Istraživanje je provedeno tijekom travnja 2023. godine primjenom online upitnika konstruiranog pomoću web platforme LimeSurvey. Upitnik je distribuiran u nekoliko grupa

(pretežito studentskih) na društvenoj mreži Facebook, kao i među obitelji, prijateljima i poznanicima putem Whatsapp i Instagram aplikacije. U istraživanju su mogli sudjelovati mladi odrasli, odnosno sudionici u rasponu od 18 do 35 godina, neovisno o spolu. Na samom početku upitnika nalazio se informirani pristanak (kratko predstavljanje istraživača i cilja istraživanja te je naglašena anonimnost i dobrovoljnost sudjelovanja u ovom istraživanju). Kako bi pristupili daljnjem ispunjavanju upitnika, sudionici su morali potvrditi da su pročitali sve navedene informacije, da su punoljetni te da pristaju sudjelovati u istraživanju. Navedeno je predviđeno vrijeme rješavanja upitnika koje je bilo oko 5 minuta, a nagrade za sudjelovanje nisu bile predviđene. Ovo istraživanje odobrilo je Etičko povjerenstvo Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.

### 3.3. Mjerni instrumenti

Na samom početku upitnika nalazio se informirani pristanak (kratko predstavljanje istraživača i cilja istraživanja te je naglašena anonimnost i dobrovoljnost sudjelovanja u ovom istraživanju). Kako bi pristupili daljnjem ispunjavanju upitnika, sudionici su morali potvrditi da su pročitali sve navedene informacije, da su punoljetni te da pristaju sudjelovati u istraživanju. Navedeno je predviđeno vrijeme rješavanja upitnika koje je bilo oko 5 minuta. Prvi dio upitnika odnosio se na sociodemografske podatke pa je tako obuhvaćao pitanja o rodu, dobi, statusu obrazovanja sudionika i njihovih roditelja, značajkama njihovog mjesta prebivališta, njihovom socioekonomskom statusu i procjeni važnosti vjere.

Hrvatski prijevod Goldbergova upitnika *50-Item Lexical Big-Five Factor Markers for Self-Report* (IPIP 50S; Mlačić i Goldberg, 2007) korišten je kako bi se mjerile osobine ličnosti. Upitnik mjeri Velikih pet osobina ličnosti: ekstraverziju, ugodnost, emocionalnu stabilnost, savjesnost i intelekt. Mlačić (2007) je proveo analizu upitnika osobina ličnosti IPIP Big-Five faktorski markeri u Hrvatskoj. Proveo je jednu od prvih internacionalnih analiza IPIP-a u kojoj su korištene dvije verzije razvijenog upitnika iz International Personality Item Pool-a (Goldberg, 1999; prema Mlačić 2007). Analizirao je hrvatsku verziju od 100 čestica i verziju od 50 čestica IPIP Big-Five-a koristeći samoprocjene sudionika i procjene bliskih osoba sudionika. Primarni cilj bio je provjeriti pet-faktorsku strukturu IPIP Big-Five faktorskih markera u hrvatskom jeziku, kako u samoprocjenama tako i u procjenama bliskih osoba sudionika te usporediti

dobivene faktorske strukture. Dodatni cilj bio je istražiti odnose između hrvatskih mjera IPIP-a i hrvatskog prijevoda Goldbergovih (1999) bipolarnih markera faktora Big-Five. Istraživanje je provedeno na uzorku sveučilišnih studenata u Zagrebu (N=519). U odvojenim analizama samoprocjena i procjena bliskih osoba, verzije od 100 i 50 čestica pokazale su jasne ortogonalne strukture pet faktora koje su bile gotovo identične američkoj strukturi. Ti su čimbenici bili snažno povezani na bazi jedan na jedan s onima izvedenima iz hrvatskog prijevoda Goldbergovih (1999) bipolarnih ljestvica ocjenjivanja. Ova studija pruža značajnu potporu generalizaciji strukture IPIP-a od pet faktora i u hrvatskom kontekstu. Upitnik IPIP javno je dostupan i namijenjen korištenju istraživačima koji imaju potpunu slobodu koristiti IPIP na bilo koji način koji odgovara njihovim svrhama (autor upitnika navodi kako istraživač ima slobodu skratiti, proširiti, promijeniti redosljed pitanja u upitniku ako je to svrhovito za njegovo istraživanje). Također, dopušteno je sudionicima dati upute koje istraživač smatra primjerenima za najbolje razumijevanje zadatka (Goldberg, 1999). Upitnik IPIP sastoji se od 50 čestica; svaka čestica predstavlja tvrdnju koja predstavlja neko uobičajeno ponašanje ljudi. Sudionici su procjenjivali koliko pojedina čestica vjerno opisuje njih u datom trenutku. Svoj odgovor davali su na ljestvici od 1 do 5, a brojevi su označavali sljedeće odgovore: 1 – uopće se ne slažem, 2 – uglavnom se ne slažem, 3 – niti se slažem niti se ne slažem, 4 – uglavnom se slažem, 5 – u potpunosti se slažem (Goldberg, 1999).

Kako bi se ispitalo traženje i otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći za potrebe ovog istraživanja konstruirano je osam pitanja. Prva tri pitanja odnosila su se na traženje i otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći: „Jeste li ikada potražili stručnu psihološku pomoć“, „Smatrate li da ste ikada imali razloga potražiti stručnu psihološku pomoć?“ te „Koliko biste bili otvoreni tražiti stručnu psihološku pomoć kada biste se suočili s problemima mentalnog zdravlja od 1 – izrazito neotvoren/a do 7 – izrazito otvoren/a. Sudionike se dalje pitalo za preferirani oblik stručne psihološke pomoći (anonimno, razgovor sa stručnjakom online, razgovor sa stručnjakom uživo, psihoedukativni materijali). Zatim se ispitalo percipirano stanje na našim prostorima vezano uz dostupnost i kvalitetu stručne psihološke pomoći. Pitanja su glasila: „Koliko dostupnom procjenjujete stručnu psihološku pomoć u Hrvatskoj?“ od 1 - izrazito nedostupna do 7 - izrazito dostupna i „Koliko kvalitetnom procjenjujete stručnu psihološku pomoć u Hrvatskoj?“ od 1 – izrazito nekvalitetna do 7 – izrazito kvalitetna. Sudionici su pitani i o tome imaju li blisku osobu u svom životu čiji posao uključuje pružanje stručne psihološke pomoći.

### 3.4. Statistička analiza



Za statističku analizu dobivenih podataka korištene su linearna i logistička regresijska analiza. Radi se o statističkim tehnikama za procjenu odnosa između varijabli. Glavni fokus univarijatne regresije je analiza odnosa između jedne zavisne varijable i jedne nezavisne varijable i formuliranje jednadžbe odnosa između zavisne ( $y$ ) i nezavisne varijable ( $x$ ). Regresijski model koji pretpostavlja linearan odnos jedne zavisne varijable i više nezavisnih varijabli zove se multivarijatna linearna regresija (Uyanık i Güler, 2013). Cilj je analize utvrditi odnose među varijablama i značajnost tih odnosa te funkciju koja omogućuje procjenu buduće vrijednosti istraživane varijable, odnosno zavisne varijable (Uyanık i Güler, 2013). Kod logističke regresijske analize zavisna varijabla je dihotomna, odnosno, svojstvo je prisutno ili nije prisutno (1 = prisutno, 0 = nije prisutno). Rezultat kod logističke regresijske analize je vrijednost između 0 i 1 i interpretira se kao vjerojatnost (Sperandei, 2014).

Logistička regresijska analiza kao zavisnu varijablu imala je traženje stručne psihološke pomoći (kategorijalna varijabla), a linearna regresijska analiza kao zavisnu varijablu imala je otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći (kontinuirana varijabla). Nezavisne varijable u obje analize bile su: rod (kategorijalna varijabla), dob (kontinuirana varijabla), najviši stupanj obrazovanja roditelja (kontinuirana varijabla), važnost vjere (kontinuirana varijabla), percipirana dostupnost stručne psihološke pomoći (kontinuirana varijabla) te osobine ličnosti - ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost, intelekt (kontinuirane varijable). Podaci su obrađeni u SPSS programu.

## 4. REZULTATI

Deskriptivni podaci vezani za naše dvije zavisne varijable pokazali su kako se 37,2% sudionika izjasnilo da je tražilo stručnu psihološku pomoć, a po pitanju otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći rezultati sugeriraju da su naši sudionici u prosjeku otvoreni prema traženju pomoći ( $M=5,41$ ,  $SD=1,62$ ).

Što se tiče percepcije dostupnosti, 65,93% sudionika stručnu psihološku pomoć smatra dostupnom u Hrvatskoj, dok 34,07% pomoć smatra nedostupnom. Što se tiče preferiranog oblika stručne psihološke pomoći, 8,71% se izjasnilo za anonimni oblik, 9,31% za psihoedukativne materijale (stručna literatura), samo 3,56% za razgovor sa stručnjakom online i 78,42% za razgovor sa stručnjakom uživo. Njih 25,64% ima blisku osobu u svom životu čiji posao

uključuje pružanje stručne psihološke pomoći. Kad je u pitanju procjena kvalitete stručne psihološke pomoći u Hrvatskoj; sudionici je ne smatraju ni kvalitetnom ni nekvalitetnom ( $M=4,33$ ,  $SD=1,14$ ).

Multivarijatna logistička regresijska analiza (Tablica 1) pokazala je kako su dob, važnost vjere, percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći u Hrvatskoj te osobine ličnosti savjesnost i emocionalna stabilnost značajno povezani s traženjem stručne psihološke pomoći. Sudionici koji su stariji, koji su izvijestili o manjoj važnosti vjere, koji su stručnu psihološku pomoć percipirali dostupnijom te koji su postigli niže rezultate na savjesnosti i emocionalnoj stabilnosti bili su skloniji tražiti stručnu psihološku pomoć.

Tablica 1. *Logistička regresijska analiza nezavisnih varijabli s traženjem stručne psihološke pomoći kao zavisnom varijablom (N = 506)*

	<i>OR</i>	<i>95% IP</i>
Rod	0,786	0,452 – 1,367
Dob	1,075**	1,027 – 1,124
Obrazovanje roditelja	1,003	0,807 – 1,246
Važnost vjere	0,864*	0,757 – 0,986
Dostupnost pomoći	1,229**	1,064 – 1,419
Ekstraverzija	1,005	0,974 – 1,037
Ugodnost	1,038	0,994 – 1,085
Savjesnost	0,963*	0,932 – 0,994
Emocionalna stabilnost	0,964*	0,935 – 0,994
Intelekt	1,039	0,997 – 1,082

\*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$ , \*\*\*  $p < 0.001$

Multivarijatna regresijska analiza (Tablica 2) pokazala je kako su rod, dob, osobine ličnosti ekstraverzija, ugodnost i intelekt značajno povezani s otvorenošću prema traženju stručne psihološke pomoći. Sudionici koji su ženskog roda, koji su stariji, koji su postigli više rezultate na ekstraverziji, ugodnosti i intelektu su bili otvoreniji prema traženju stručne psihološke pomoći.

Tablica 2. *Linearna regresijska analiza nezavisnih varijabli s otvorenošću prema traženju stručne psihološke pomoći kao zavisnom varijablom (N = 507)*

	$\beta$	$p$
Rod	-0,177	0,000
Dob	0,149	0,000
Obrazovanje roditelja	0,032	0,447
Važnost vjere	-0,079	0,059
Dostupnost pomoći	0,076	0,068
Ekstraverzija	0,152	0,001
Ugodnost	0,206	0,000
Savjesnost	0,000	0,995
Emocionalna stabilnost	0,035	0,438
Intelekt	0,087	0,046

## 5. RASPRAVA

Osobine ličnosti imaju izrazito bitnu ulogu u životu pojedinca jer utječu na percepciju sebe i svijeta oko sebe. Ovim istraživanjem htjeli smo ispitati jesu li osobine ličnosti povezane s traženjem stručne psihološke pomoći i otvorenošću prema traženju iste. Osim osobina ličnosti, željeli smo ispitati i povezanost roda, dobi, obrazovanja roditelja, važnosti vjere te procjene dostupnosti stručne psihološke pomoći i traženja stručne psihološke pomoći te otvorenosti prema traženju iste.

Naša prva hipoteza bila je da će sudionici koji su stariji, ženskog roda, kojima roditelji imaju visoko obrazovanje, kojima je vjera manje važna, koji percipiraju stručnu psihološku pomoć dostupnom te koji postižu više rezultate na ekstraverziji, ugodnosti, savjesnosti, emocionalnoj stabilnosti i intelektu biti skloniji tražiti stručnu psihološku pomoć. Rezultati našeg

istraživanja pokazali su kako su dob, važnost vjere, percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći te osobine ličnosti savjesnost i emocionalna stabilnost značajno povezani s traženjem stručne psihološke pomoći. Naša hipoteza je djelomično potvrđena; rezultati daju zaključiti kako su starija dob, manja važnost vjere, percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći te manja savjesnost i emocionalna stabilnost značajno povezani s traženjem stručne psihološke pomoći.

Dob nam se pokazala statistički značajnom što je u skladu s našom hipotezom. Razlog takvom rezultatu može biti to što su stariji sudionici ovog istraživanja već prošli razvojno očekivane stresore poput osamostaljenja, studiranja, traženja posla, prekida veze i druge stresore, što je moglo utjecati na njihovu odluku da potraže stručnu psihološku pomoć. Što se tiče roda, naša hipoteza nije potvrđena te nalazi nisu u skladu s dosadašnjim nalazima istraživanja (Atik i Yalçin, 2011, Stanić, 2023). Razlog tome može biti i naš uzorak gdje muški sudionici čine samo 16,47% pa je moguće da bi rezultati bili drugačiji da su u uzorku oba roda bila ravnomjerno zastupljena. Najviši stupanj obrazovanja roditelja nije činio razliku u traženju stručne psihološke pomoći. Pretpostavlja se da se dio može objasniti razvojem tehnologije i dostupnosti informacija pa stupanj obrazovanja roditelja može imati manji efekt na traženje stručne psihološke pomoći nego što je to možda ranije bio slučaj. Percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći u Hrvatskoj pokazala se značajno povezanom s traženjem stručne psihološke pomoći, što je u skladu i s našom hipotezom. S obzirom da se radi o sudionicima koji su već tražili stručnu psihološku pomoć, ti isti sudionici su se morali informirati o izvorima pomoći i tu pomoć onda percipiraju dostupnom.

Domaća i strana istraživanja koja su spomenuta u ovom radu uglavnom ispituju stavove i otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći što je relevantnije za našu drugu hipotezu. Ipak, možemo reći kako neki nalazi tih istraživanja mogu upućivati na zaključke koji se tiču našeg prvog problema.

Tako Stanić (2023) navodi kako sudionici koji postižu niže rezultate na osobinama ličnosti ekstraverzije i savjesnosti te više rezultate na osobini ličnosti neuroticizam češće koriste strategiju suočavanja sa stresom usmjerenu na izbjegavanje. Možemo zaključiti kako će onda iste osobe vjerojatno imati slabije vještine rješavanja problema i doživljavati više neugodnih emocija. Bratko i Sabol (2006) u svojim nalazima navode kako su viša ekstraverzija, niži neuroticizam i viša savjesnost značajni prediktori zadovoljstva životom.

Neuroticizam je povezan s doživljavanjem više neugodnih emocija i doživljava poput ljutnje, tuge, anksioznosti, brige te osjetljivosti u interpersonalnim odnosima (Diener i Lucas, 2019). Uslijed neugodnih doživljava takve osobe vjerojatno radije traže stručnu psihološku pomoć kako bi ublažile svoje simptome.

Što se tiče ekstraverzije; naši rezultati nisu pokazali statističku značajnost što je suprotno dosadašnjim nalazima Atik i Yalçin (2011) i Stanić (2023). Osobina ličnosti intelekt nam se, također, nije pokazala statistički značajnom što je u suprotnosti s rezultatima Atik i Yalçin (2011).

Naša druga hipoteza bila je da će sudionici koji su stariji, ženskog roda, kojima roditelji imaju visoko obrazovanje, kojima je vjera manje važna, koji percipiraju stručnu psihološku pomoć dostupnom te koji postižu više rezultate na ekstraverziji, ugodnosti, savjesnosti, emocionalnoj stabilnosti i intelektu biti skloniji izvijestiti o otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći. Rezultati su pokazali kako su rod, dob te osobine ličnosti ekstraverzija, ugodnost i intelekt značajno povezani s otvorenošću prema traženju stručne psihološke pomoći. Hipoteza je, dakle, djelomično potvrđena.

Naša hipoteza pokazala se točnom u vezi roda; ženske sudionice bile su otvorenije prema traženju stručne psihološke pomoći što je u skladu s dosadašnjim istraživanjima (Atik i Yalçin, 2011, Stanić, 2023). Dob nam se također pokazala statistički značajnom, ali u pozitivnom smjeru što znači da su stariji sudionici bili otvoreniji prema traženju stručne psihološke pomoći. Razlog tomu može biti informiranost i životno iskustvo koje je manje kod mlađih sudionika. Osim toga, jednako kao kod interpretacije rezultata vezanih za traženje stručne psihološke pomoći, važan je naglasak na malom rasponu godina sudionika. Obrazovanje roditelja se ni ovdje nije pokazalo statistički značajnim. Jedno od mogućih objašnjenja je to što su nam razvojem i širokom uporabom tehnologije informacije puno dostupnije. Iz tog razloga postoji mogućnost da obrazovanje roditelja ima manji utjecaj na djecu nego što je to nekad ranije bio slučaj. Percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći se nije pokazala značajnom. Postoji mogućnost da bi odgovori bili drugačiji da smo sudionike pitali koliko su otvoreni prema traženju stručne psihološke pomoći u Hrvatskoj. Pitanje o otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći u našem upitniku ostavlja prostor za apstraktno promišljanje o otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći bez konkretizacije kad i gdje bi ta pomoć bila zatražena.

Ekstraverzija nam se pokazala statistički značajnom što je u skladu s dosadašnjom literaturom (Stanić, 2023). Introverti imaju popratnu tendenciju povlačenja iz društvenih kontakata u kontrastu s ekstravertima koji imaju popratnu tendenciju ostvarivanja društvenih kontakata (Freyd, 1924). Pretpostavlja se da su iz tog razloga ekstraverti otvoreniji prema traženju stručne psihološke pomoći i kontakta sa stručnom osobom. Ugodnost se u ranijim istraživanjima pokazala značajno povezanom (Stanić, 2023) što je u skladu s našim nalazima. Radi se o osobini ličnosti koja čini osobu susretljivom; takve osobe su sklone tome da se slažu s drugima. Više su usmjerene na odnos nego na ostvarivanje vlastitog izbora, cilja ili zadatka (Diener i Lucas, 2019). Osobe koje postižu više rezultate na ovoj osobini ličnosti lakše će ostvariti odnos sa stručnjakom, a vjerojatno će ga zato i lakše potražiti. Intelekt nam se pokazao značajnim što je u skladu s dosadašnjima nalazima (Atik i Yalçin, 2011). Intelekt se vezuje uz otvorenost prema novim idejama, vrijednostima, emocijama, ponašanjima i umjetnosti. Takve osobe su znatiželjne i otvorenije prema novim iskustvima pa su tako otvorenije i prema iskustvu traženja stručne psihološke pomoći.

## 5.1. Ograničenja i preporuke za buduća istraživanja

Ovo istraživanje ima nekoliko ograničenja. Uzorak je bio relativno malen u odnosu na ciljanu populaciju, a u istraživanju je sudjelovalo značajno više ženskih sudionica (82,8%). Radi se o prigodnom uzorku, sudjelovali su oni sudionici koji imaju pristup računalu (ili mobilnom telefonu na kojem je moguće ispuniti upitnik), koji imaju pristup grupama u kojima se upitnik dijelio ili koji su unutar socijalnog kruga istraživača. Uzorak je po nekim sociodemografskim podacima bio heterogen, ali kad je u pitanju socioekonomski status njih je 82,3% procijenilo svoj status prosječnim.

Što se tiče sadržaja online upitnika; hrvatski prijevod Goldbergova upitnika *50-Item Lexical Big-Five Factor Markers for Self-Report* (IPIP 50S; Mlačić i Goldberg, 2007), ali detaljnijim istraživanjem literaure pronađeno je ranije spomenuto istraživanje u kojem je Cekici (2019) koristila skalu stavova prema traženju stručne psihološke pomoći (Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help Scale, Fischer & Turner, 1970). Radi se o instrumentu koji sastoji se od 29 čestica namijenjenih procjeni stavova prema traženju stručne pomoći za probleme mentalnog zdravlja. Ključna 4 faktora ove skale su: 1) prepoznavanje osobne potrebe

za psihološkom pomoći (8 čestica); 2) tolerancija na stigmatu povezana s psihološkom pomoći (5 čestica); 3) međuljudska otvorenost prema vlastitim problemima (7 čestica); i 4) povjerenje u stručnjake za mentalno zdravlje (9 čestica) (Fischer & Turner, 1970). S obzirom na karakteristike navedenog instrumenta, pretpostavlja se da bi bio prikladniji za naše istraživanje od korištenog IPIP-a. Osim navedenog, sadržaj upitnika bi bio kvalitetniji da smo zavisne varijable ispitali s više čestica, a ne samo s jednom. Takav upitnik bi pridonio pouzdanosti, međutim, to bi produžilo vrijeme ispunjavanja upitnika pa bi možda više sudionika odustalo od ispunjavanja.

Osim toga, formulacija iskaza u upitniku ima efekt na odgovore sudionika, ovisno o tome je li u pozitivnom ili negativnom obliku. Kognitivni procesi za interpretaciju pozitivnih iskaza nisu isti kao oni za interpretaciju negativnih iskaza (Marsh, 1986; prema Mandić, 2021). Ako ispitanici dva polarno suprotna iskaza shvaćaju u potpunosti suprotnima, njihovi iznosi korelacija trebali bi se približiti iznosu  $-1$ , međutim, to u praksi nije nužno tako pa ne znamo koliki efekt je formulacija iskaza imala u našem istraživanju (Mandić i Klasnić, 2021). Sljedeće ograničenje koje se odnosi na bilo koji oblik upitnika koji uključuje čitanje pitanja jest nemarno odgovaranje. Radi se o efektu metode gdje sudionici nisu pozorni čitajući sadržaj pitanja te samim time ne mogu dati informirani odgovor na to pitanje (Meade i Craig, 2012; prema Mandić, 2021). Jednako kao kod prethodno navedenog efekta, ne znamo u kojoj mjeri je nemarno odgovaranje utjecalo na rezultate našeg istraživanja. Vjerojatno je da su sudionici pozitivno selektirana skupina u ukupnoj populaciji u vidu motivacije za rješavanjem upitnika i interesa za temu, ali ne postoji način za provjeravanjem istog. Dio sudionika je u procesu rješavanja upitnika odustao pa znamo da je postojao pad motivacije kod dijela sudionika istraživanja. Razlog tome može biti duljina upitnika, zamor, osjetljiva tema koja iziskuje dozu izlaganja, različiti ometajući faktori.

Kad govorimo o rasporedu pitanja u upitniku znamo da postoji utjecaj na odgovore sudionika. Iako se tijekom kreiranja upitnika nastojalo umanjiti taj efekt, ne možemo znati je li to utjecalo na naše sudionike. Kod pitanja vezanih uz traženje stručne psihološke pomoći i otvorenosti prema traženju iste se pretpostavlja prisutnost tog efekta. Prvo pitanje je vezano uz otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći, sljedeće je vezano uz traženje stručne psihološke pomoći, a treće pitanje glasi: "Smatrate li da ste ikada imali razloga potražiti stručnu psihološku pomoć?". Očekuje se da će sudionici koji su na prvo pitanje odgovorili potvrdno, a na

drugo ne, biti skloniji odgovoriti na treće pitanje ponovno sa “ne” radi dosljednosti u vlastitim odgovorima.

Upitnik je bio distribuiran online putem pa nije bilo moguće kontrolirati tko će sve pristupiti rješavanju upitnika što je generalni nedostatak online načina prikupljanja podataka. Podaci su prikupljeni metodom samoprocjene što znači da implicitno pretpostavljamo kako su sudionici iskreni, reflektivni i objektivni u vlastitoj procjeni. Provedeno istraživanje nam nudi podatke o povezanosti između nezavisnih i zavisnih varijabli, međutim, moramo oprezno pristupiti zaključivanju na temelju dobivenih rezultata. Kada bismo htjeli testirati dobivene podatke, mogli bismo ponoviti istraživanje nekom od metoda koje se provode uživo s uzorkom koji odgovara našem po sociodemografskim podacima.

## 6. ZAKLJUČAK

Ovo istraživanje bavilo se ispitivanjem povezanosti osobina ličnosti i traženja stručne psihološke pomoći kao i otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći. Naše hipoteze su samo djelomično potvrđene. Dobiveni rezultati pokazali su kako su za traženje stručne psihološke pomoći značajni prediktori dob, važnost vjere, percepcija dostupnosti stručne psihološke pomoći te osobine ličnosti savjesnost i emocionalna stabilnost. Sudionici koji su bili stariji, koji su postigli niže rezultate kod važnosti vjere, koji su percipirali stručnu psihološku pomoć dostupnijom te koji su postigli niže rezultate na savjesnosti i emocionalnoj stabilnosti bili su skloniji tražiti stručnu psihološku pomoć. Kad je u pitanju otvorenost prema traženju stručne psihološke pomoći, značajnim prediktorima pokazali su se rod, dob te osobine ličnosti ekstraverzija, ugodnost i intelekt. Sudionici koji su bili ženskog roda, koji su bili stariji i koji su postigli više rezultate na osobinama ličnosti ekstraverzije, ugodnosti i intelekta bili su otvoreniji prema traženju stručne psihološke pomoći.

Razumijevanje veza koje se proučavaju u okviru ove teme važno je za bolje razumijevanje i brigu za svakog čovjeka. Ipak, važno je istaknuti kako se radi o kompleksnim odnosima koji su u međudjelovanju s raznim drugim čimbenicima poput socijalne podrške, osobnih iskustava, vjerovanja, vrijednosti itd. Istraživanjem čimbenika koji utječu na traženje stručne psihološke pomoći i otvorenosti prema traženju stručne psihološke pomoći otvaraju se vrata novim vrijednim znanstvenim i praktičnim spoznajama. Ta znanja mogu poslužiti kreiranju



smjernica za prilagođavanje terapijskih intervencija i unaprijeđenja pristupa pojedincima koji imaju različite osobine ličnosti i potrebe za psihološkom podrškom.

## 7. LITERATURA

Antičević, V. (2021) Učinci pandemija na mentalno zdravlje. Društvena istraživanja, 30 (2), 423-443. <https://doi.org/10.5559/di.30.2.12>

Atik, G., i Yalçın, Y., (2011) Help-Seeking Attitudes of University Students: The Role of Personality Traits and Demographic Factors. South African Journal of Psychology. 2011;41(3):328-338. doi:10.1177/008124631104100307

Bratko, D. i Sabol, J. (2006). OSOBINE LIČNOSTI I OSNOVNE PSIHOLOŠKE POTREBE KAO PREDIKTORI ZADOVOLJSTVA ŽIVOTOM: REZULTATI ON-LINE ISTRAŽIVANJA. Društvena istraživanja, 15 (4-5 (84-85)), 693-711. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/10873>

Costa, P. X., i McCrae, R. R. (1985). Neo personality inventory. PsycTESTS Dataset. <https://doi.org/10.1037/t07564-000>

Diener, E., i Lucas, R. E. (2019). Personality traits. General psychology: Required reading, 278.

Feist, J. i Feist, G.J. (2006) Theories of Personality. 6th Edition, McGraw Hill, New York.

Freyd, M. (1924) Introverts and Extroverts. Psychological Review, 31(1), 74–87. <https://doi.org/10.1037/h0075875>

Fulgosi, A. (1990) *Psihologija Ličnosti: Teorije i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.

Gerrig, R.J. et al. (2012) Psychology and life. Harlow, England: Pearson.

Giorgi G., Lecca L., Alessio F., Finstad G., Bondanini G., Lulli L., et al. (2020) COVID-19-related mental health effects in the workplace: A narrative review. Vol. 17,49 International Journal of Environmental Research and Public Health p. 1–22.

Glavnik, Z. (2003) *Poimanje ljudske osobnosti prema Hipokratu*, diplomski rad, Katolički bogoslovni fakultet, Zagreb.

- Goldberg, L. R. (1992). The development of markers for the Big-Five factor structure. *Psychological Assessment, 4*, 26-42
- Goldstein, I., Povijest V: Kasno Rimsko Carstvo i rani srednji vijek, UTET – Jutarnji list: Zagreb, 2007
- Jokić Begić, Hromatko, I., Jurin, T., Kamenov, Ž., Keresteš, G., Kuterovac Jagodić, G., Lauri Korajlija, A., Maslić Seršić D., Mehulić, J., Mikac, U., Tadinac, M., Tomas, J. Sangster Jokić, C. (2020) Kako smo? Život u Hrvatskoj u doba korone, Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu
- Larsen, R.J. i Buss, D.M. (2008) *Personality psychology: Domains of knowledge about human nature*. New York: McGraw-Hill Higher Education.
- Lebedina Manzoni, M. (2007) *Psihološke osnove poremećaja u ponašanju*. Naklada Slap.
- Ferah, Ç. (2019). 'The relationships between the big five personality traits and attitudes towards seeking professional psychological help in mental health counselor candidates: Mediating effect of cognitive flexibility', *Educational Research and Reviews, 14*(14), pp. 501–511. doi:10.5897/err2019.3706.
- Fischer, E. H., & Turner, J. I. (1970). Orientations to Seeking Professional Help: Development and Research Utility of an Attitude Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35*, 79-90. <https://doi.org/10.1037/h0029636>
- Bojanić, L., Gorski, I., i Razum, J. (2016). 'Zašto studenti ne traže pomoć? Barijere u traženju stručne pomoći kod studenata s psihičkim smetnjama', *Socijalna psihijatrija, 44*(4), str. 330-342. Preuzeto s: <https://hrcak.srce.hr/174631> (Datum pristupa: 30.05.2023.)
- Mandić, L. (2021). Efekti metode - analiza odabranih karakteristika grupe fenomena koji utječu na rezultate anketnih istraživanja (thesis). Zagreb.
- Mandić, N. (1999). Ličnost i psihopatologija. *Medicinski vjesnik, 31* ((1-4)), 127-130. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/191979>
- Menard, S. W. (2010). *Logistic Regression: From Introductory to Advanced Concepts and Applications*. India: SAGE Publications.
- Mlačić B. i Goldberg L. R. (2007) An Analysis of a Cross-Cultural Personality Inventory: The IPIP Big-Five Factor Markers in Croatia, *Journal of Personality Assessment, 88*:2, 168-177, DOI: 10.1080/00223890701267993

Mutić, A., Tomić, A., i Štivić, I. (2021). Utjecaj Potresa na Mentalno Zdravlje učenika škole za medicinske Sestre Vinogradska. *Nastavnička Revija*, 2(2), 74–105.

<https://doi.org/10.52444/nr.2.2.4>

Pugh, J. S. (2000). *Help seeking and personality among college students*.

Rot, N. (1988). *Psihologija Ličnosti*. Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.

Stanić, I. (2023). Povezanost osobina ličnosti i strategija suočavanja sa stresom (Završni specijalistički). Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Ekonomski fakultet. Preuzeto s

<https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:148:591077>

Sperandei, S. (2014). Understanding logistic regression analysis. *Biochemia Medica*, 24 (1), 12-18. <https://doi.org/10.11613/BM.2014.003>

Uyanık, G. K., i Güler, N. (2013). A study on multiple linear regression analysis. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 106, 234–240. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.027>

Vogel, D. L., Wade, N. G., i Hackler, A. H. (2007). Perceived public stigma and the willingness to seek counseling: The mediating roles of self-stigma and attitudes toward counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 40–50.

World Health Organization. (1948). Constitution of the World Health Organization.

[http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_en.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf)

World Health Organization. (2004). Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice: Summary report.

## 8. DODACI

### 8.1. Dodatak A

Tablica 3. *Hrvatski prijevod Goldbergova upitnika 50-Item Lexical Big-Five Factor Markers for Self-Report (IPIP 50S; Mlačić i Goldberg, 2007)*

Posve netočno	Uglavno m netočno	Ni točno ni netočno	Uglavno m točno	Posv e točno	[English Version]
------------------	-------------------------	------------------------------	--------------------	--------------------	-------------------

1.	Unosim živost u neku zabavu.	1	2	3	4	5	Am the life of the party.
2.	Ne brinem se puno za druge ljude.	1	2	3	4	5	Feel little concern for others.
3.	Uvijek sam spreman (spremna).	1	2	3	4	5	Am always prepared.
4.	Lako podliježem stresu.	1	2	3	4	5	Get stressed out easily.
5.	Imam bogat rječnik.	1	2	3	4	5	Have a rich vocabulary.
6.	Ne pričam puno.	1	2	3	4	5	Don't talk a lot.
7.	Zanimaju me drugi ljudi.	1	2	3	4	5	Am interested in people.
8.	Ostavljam svoje stvari posvuda.	1	2	3	4	5	Leave my belongings around.
9.	Uglavnom se osjećam opušteno.	1	2	3	4	5	Am relaxed most of the time.
10.	Teško razumijem apstraktne ideje.	1	2	3	4	5	Have difficulty understanding abstract ideas.
11.	Osjećam se ugodno u društvu.	1	2	3	4	5	Feel comfortable around people.
12.	Vrijeđam ljude.	1	2	3	4	5	Insult people.
13.	Obraćam pažnju na detalje.	1	2	3	4	5	Pay attention to details.
14.	Često sam zabrinut (zabrinuta).	1	2	3	4	5	Worry about things.
15.	Imam bujnu maštu.	1	2	3	4	5	Have a vivid imagination.
16.	Držim se po strani.	1	2	3	4	5	Keep in the background.
17.	Suosjećam s drugima.	1	2	3	4	5	Sympathize with others' feelings.
18.	Pravim nered.	1	2	3	4	5	Make a mess of things.
19.	Rijetko sam tužan (tužna).	1	2	3	4	5	Seldom feel blue.
20.	Ne zanimaju me	1	2	3	4	5	Am not interested in abstract ideas.

apstraktne ideje.						
21. Sam(a) započinjem razgovore.	1	2	3	4	5	Start conversations.
22. Ne zanimaju me tuđi problemi.	1	2	3	4	5	Am not interested in other people's problems.
23. Odmah obavljam kućne poslove.	1	2	3	4	5	Get chores done right away.
24. Lako me zasmetati.	1	2	3	4	5	Am easily disturbed.
25. Imam izvrsne ideje.	1	2	3	4	5	Have excellent ideas.
26. Imam malo toga za reći.	1	2	3	4	5	Have little to say.
27. Imam meko srce.	1	2	3	4	5	Have a soft heart.
28. Često zaboravljam vratiti stvari na njihovo mjesto.	1	2	3	4	5	Often forget to put things back in their proper place.
29. Lako se uzrujam.	1	2	3	4	5	Get upset easily.
30. Nemam mnogo mašte.	1	2	3	4	5	Do not have a good imagination.
31. Na zabavama razgovaram s mnogo različitih osoba.	1	2	3	4	5	Talk to a lot of different people at parties.
32. Drugi ljudi me zapravo ne zanimaju.	1	2	3	4	5	Am not really interested in others.
33. Volim red.	1	2	3	4	5	Like order.
34. Često mijenjam raspoloženja.	1	2	3	4	5	Change my mood a lot.
35. Brzo shvaćam različite stvari.	1	2	3	4	5	Am quick to understand things.
36. Ne volim privlačiti pažnju.	1	2	3	4	5	Don't like to draw attention to myself.
37. Posvećujem vrijeme	1	2	3	4	5	Take time out for others.

drugim ljudima.						
38. Izbjegavam obveze.	1	2	3	4	5	Shirk my duties.
39. Podliježem čestim promjenama raspoloženja.	1	2	3	4	5	Have frequent mood swings.
40. Koristim učene izraze.	1	2	3	4	5	Use difficult words.
41. Nije mi nelagodno biti u središtu pozornosti.	1	2	3	4	5	Don't mind being the center of attention.
42. Osjetljiv(a) sam na tuđe osjećaje.	1	2	3	4	5	Feel others' emotions.
43. Slijedim zacrtani plan.	1	2	3	4	5	Follow a schedule.
44. Lako me je razdražiti.	1	2	3	4	5	Get irritated easily.
45. Provodim vrijeme razmišljajući .	1	2	3	4	5	Spend time reflecting on things.
46. Šutljiv(a) sam s nepoznatima.	1	2	3	4	5	Am quiet around strangers.
47. Nastojim da se drugi osjećaju ugodno.	1	2	3	4	5	Make people feel at ease.
48. Posao obavljam točno i precizno.	1	2	3	4	5	Am exacting in my work.
49. Često sam tužan (tužna).	1	2	3	4	5	Often feel blue.
50. Pun(a) sam ideja.	1	2	3	4	5	Am full of ideas.